



Lecturas reparadoras: reflexiones sobre las narrativas terapéuticas en la literatura de autoayuda

Leituras de reparação: reflexões sobre as narrativas
terapêuticas na literatura de autoajuda

*Reparative reading: reflections on therapeutic narratives
in self-help literature*

Vanina Belén Canavire

Doutora, Universidad Nacional de Jujuy – CONICET, e-mail: belencanavire@hotmail.com

Resumen

Teniendo en cuenta la amplia difusión de la literatura de autoayuda en el mercado editorial latinoamericano actual, en este artículo ofrecemos pistas que pueden contribuir a comprender el consumo masivo del género. Desde la perspectiva de la recepción, y haciendo foco en la lectura como fenómeno de comunicación en sí misma –la interacción que se produce entre texto y lector a nivel cognitivo, físico, y afectivo–, es posible identificar las maneras en que el lector se reconoce en las narrativas terapéuticas que ofrecen los textos. Con la intención de dar una realidad sociocultural a la figura del lector, abordamos un caso: San Salvador de Jujuy (Argentina). En las conclusiones, damos cuenta de una lectura que afecta, que conmueve, que “golpea”, una lectura que moviliza emociones y sensaciones corporales.

Palabras clave: Literatura de autoayuda. Emoción. Narrativa terapéutica. Recepción. Comunicación.

Resumo

Considerando a ampla difusão da literatura de autoajuda no atual mercado editorial latino-americano, este artigo oferece pistas que podem ajudar a entender o consumo massivo do gênero. Do ponto de vista da recepção e incidindo sobre a leitura como um fenômeno de comunicação em si – a interação que ocorre entre texto e leitor a nível cognitivo, físico e afetivo –, é possível identificar as formas em que o leitor se reconhece nas narrativas terapêuticas oferecidas pelos textos. Com a intenção de dar uma figura sociocultural ao leitor, nos concentramos em um caso: San Salvador de Jujuy (Argentina). Nas conclusões, notamos uma leitura que afeta, comove, “impacta”, uma leitura que mobiliza emoções e sensações corporais.

Palavras-chave: Literatura de autoajuda. Emoção. Narrativa terapêutica. Recepção. Comunicação.

Abstract

Given the wide dissemination of self-help literature in the current Latin American publishing market, this article offer clues that can help to understand the consumer of the genre. From the perspective of reception, and focusing on reading as a communication phenomenon itself – interaction that occurs between text and reader to cognitive, physical, and emotional –, is possible to identify the ways in which the reader recognizes in the therapeutic narratives featuring the texts. With the intention to give a sociocultural figure of the reader, we focus a case: San Salvador de Jujuy (Argentina). On the conclusions, we note a reading that affects, that moves, that "hits", a reading that mobilizes emotions and body sensations.

Key words: *Self-help literature. Emotion. Therapeutic narrative. Reception. Communication.*

Introducción

En este artículo, presentamos hallazgos parciales de un estudio empírico realizado entre 2012 y 2014, que formó parte de nuestra investigación de tesis doctoral (AUTOR, 2015), sobre las representaciones, funciones y efectos de la lectura de autoayuda, para el caso de la ciudad argentina de San Salvador de Jujuy, capital de Jujuy¹.

Teniendo en cuenta que construir un público es una de las operaciones más complicadas de la cultura contemporánea, existe algo que diferencia a los libros de autoayuda de otros productos de la industria cultural². Por lo tanto, vale la pena preguntarse qué convierte a estos textos en interesantes para sus lectores: *¿Qué mueve a una persona a consumir libros de autoayuda? ¿Por qué gustan? ¿Por qué se compran? ¿Por qué se leen?*

La comunicación como estrategia analítica nos permitió posicionar la mirada desde el vértice de la recepción. Desplazamos nuestra mirada desde la ingeniería de los productos hacia los protagonistas del mundo de consumo en el que vivimos, hacia quienes se apropian de los bienes y servicios difundidos por la industria cultural³. Así pues, evitando proyectar la propia relación con los textos (como “lector letrado”), nos dispusimos a escuchar historias de lectura.

Productos como los textos literarios elaborados en masa son construidos, seleccionados, adquiridos y usados por gente real con necesidades reales, deseos, in-

¹ Jujuy es una de las provincias fundacionales de la República Argentina, situada en el extremo Norte limita con los países de Bolivia y Chile. En cuanto a su dimensión territorial es una de las más pequeñas del suelo argentino.

² Es reconocida la imponente presencia de la literatura de autoayuda en el mercado editorial latinoamericano. En Brasil, según el informe del Instituto Pró-Livro desarrollado en el período junio-julio del año 2011, entre los 25 libros más destacados, figuran *O alquimista* (Coelho, P., 2008), *O segredo* (Byrne, R., 2007) y *O monge e o executivo* (Hunter, J., 2004). En Colombia, según los registros de la Librería Nacional, *Los Cuatro Acuerdos* (Ruiz, M., 1998) y *Descubre tu Don* (Shajen, J., 2011) figuran entre los más vendidos. En México, *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva* (Covey, S., 2010) se ubica entre las primeras posiciones. En Argentina, según los registros del Grupo ILHSA, tres de los diez libros más vendidos en el año 2011 pertenecen al género de autoayuda: *Corriéndose al interior* (Paluch, A., 2011); *Lecciones de Seducción* (Sordo, P., 2010); y *Sé tu propio héroe* (Domínguez, C., 2011). Datos disponibles en: <http://www.prolivro.org.br/ipl/publiar4.0/dados/anexos/2834_10.pdf>. Último acceso: 4 de septiembre de 2012; <http://www.librerianacional.com/es/index.php?option=com_catalogo&idCategoria=287>. Último acceso: 20 de octubre de 2012; <<http://www.gandhi.com.mx/>>. Último acceso: 22 de octubre de 2012; <<http://www.tematika.com/libros/>>. Último acceso: 25 de octubre de 2012.

³ En este sentido, la investigación se inscribe epistemológicamente en la línea de los denominados “Estudios de recepción”. Para una mejor comprensión de esta corriente teórica, pueden consultarse DAYAN, D. (1997), MAZZIOTTI, N. (2006), y OROZCO GÓMEZ, G. (1996), entre otros.

tenciones y estrategias interpretativas. Entonces, teniendo en cuenta que los lectores asumen un rol constructivo y creativo durante el proceso interpretativo de la lectura, vemos el hecho de que la práctica humana de crear significados continúa incluso en un mundo cada vez más dominado por el consumo⁴.

Metodología

El marco metodológico que ha orientado nuestra investigación se nutre fundamentalmente de dos propuestas teórico-metodológicas. Por un lado, recurrimos a las reflexiones que desarrolla Thompson (2006) a propósito del análisis de las formas simbólicas⁵ en general y las formas simbólicas massmediadas en particular. Por otro, retomamos las cuestiones metodológicas que señala Reguillo (2000) respecto del orden del discurso como mediación analítica para la comprensión de la vida social.

Ambas propuestas metodológicas tienen como telón de fondo la necesidad de comprender cuál es el papel del sujeto en la construcción de lo social. A pesar de que los investigadores provienen de diferentes disciplinas (sociología y comunicación respectivamente), ambos se apoyan principalmente en las ideas planteadas por la “hermenéutica”, de allí que otorguen particular relevancia a la experiencia del actor social como lugar privilegiado para el análisis y la comprensión de la vida social.

Asimismo, teniendo en cuenta que sólo a través del discurso los sujetos son capaces de referir(se) subjetivamente al mundo, ambos autores comparten la preocupación por la apropiación e interpretación que realizan los actores sociales en condiciones particulares. Si se considera que el *sentido* es una facultad del actor histórica y socialmente situado, es precisamente en el discurso donde se pueden hallar los distintos filtros y mediaciones (más importantes que el decir mismo) que constituyen los anclajes desde los cuales éste construye el sentido sobre el mundo.

Por último, ambas propuestas metodológicas intentan comprender a los actores en su contexto y se ofrecen como estímulo para la investigación empírica (es decir, se destinan a una aplicación en casos concretos), y por esto, resultan apropiadas para aquellos estudios que se ocupan especialmente de procesos y actividades

⁴ Teniendo en cuenta que el libro no es sólo un producto industrial, sino también un “objeto cultural”, en este trabajo retomamos ideas propuestas por estudiosos del “Consumo cultural”. Al respecto, pueden consultarse BISBAL, M. (2001), GARCÍA CANCLINI, N. (2006); (1995), MARTÍN BARBERO, J. (2002), SUNKEL, G. (2006), TERRERO, P. (1997) y WORTMAN, A. (2001).

⁵ “Las formas simbólicas (entre las que se incluyen acciones, enunciados y objetos de diversos tipos) son constructos significativos que son interpretados y comprendidos por los individuos que los producen y reciben, pero también son constructos significativos que se estructuran de maneras diferentes y que se insertan en condiciones sociales e históricas específicas” (THOMPSON, 2006, p. 407).

que integran la vida cotidiana de los sujetos. En este sentido, sirven ampliamente a investigaciones desarrolladas en el ámbito de la comunicación y la cultura.

En el caso de nuestro estudio, la investigación tuvo lugar en San Salvador de Jujuy, capital de Jujuy (Argentina)⁶. A partir de un recorrido exploratorio, observamos que la literatura de autoayuda ostenta un lugar de privilegio en las principales librerías de este espacio urbano, lo que resultó significativo para dilucidar la problemática que nos ocupa.

El proceso de indagación se realizó mediante entrevistas en profundidad. Para elaborar la muestra de este estudio, se consideraron características sociodemográficas y de consumo. Los criterios de selección de los informantes fueron: a) residir en la ciudad de San Salvador de Jujuy; b) pertenecer a una franja etaria específica (entre 25 y 55 años de edad); c) haber leído, como mínimo, cinco libros de autoayuda en el período 2012-2014.

La búsqueda de los informantes se desarrolló de dos maneras. Por un lado, en el trabajo de campo, registramos a los clientes que ingresaban en las librerías locales en busca de libros de autoayuda, específicamente. Por otro lado, teniendo en cuenta los nuevos dispositivos de comunicación (chats, SMS, foros y redes sociales) no sólo como ambientes virtuales de interacción social, sino, también como “base de datos”, empleamos un recurso online: la red social Facebook. De esta forma, siguiendo los criterios de selección definidos para la investigación, contactamos a los usuarios que mencionaban en su página de perfil, como “libros preferidos”, ejemplares del género de autoayuda. Finalmente, la muestra se compuso de 35 lectores (19 mujeres y 16 hombres), y las entrevistas fueron realizadas de forma personal y presencial.

Lectura y vida cotidiana

Diversos teóricos hacen hincapié en los múltiples *desplazamientos* (identificación con los personajes, reconocimiento de la propia experiencia en las situaciones narradas, elaboración de una posición de sujeto) que propicia la lectura de textos literarios, y su inserción en la trama de la vida cotidiana de los lectores.

Así pues, en referencia a los modos de apropiación de los textos, Lahire (2004) cuestiona el esquema interpretativo que distingue entre la “disposición estética” (que caracterizaría a los lectores cultos) y la “disposición ética-práctica” (que se atribuye a lectores de extracción popular), y propone, en cambio, pensar en términos

⁶ Esta ciudad es la más poblada de la provincia, y constituye su centro político-administrativo y comercial.

de “lectores profanos” –ajenos a las circunstancias del campo literario, simples consumidores y espectadores- y “lectores profesionales” –escritores, críticos, periodistas culturales.

Si bien, los “lectores profanos” se distinguen claramente entre ellos según el tipo de experiencias sociales a las que sean sensibles, de manera generalizada, comparten el gusto por las historias verdaderas, reales, cotidianas, o por lo menos escritas “como si” fueran verdaderas:

Ya que lo que se busca es, en el fondo, tanto lo ‘real’ o lo ‘verídico’ como el efecto de lo real o el efecto de autenticidad (lo cual lleva a leer novelas sabiendo que lo relatado no aconteció pero que está escrito de tal manera que uno lo cree); el lector puede de este modo ‘hacer como si’ leyera historias reales, verdaderas, auténticas, sin perder nunca completamente de vista su carácter ficticio (LAHIRE, 2004, p. 184).

De esta forma, sostiene el autor, los lectores se sumergen en las situaciones, se identifican con los personajes, anticipan lo que puede pasar o imaginan lo que ellos mismos harían, aprueban o desaprueban la moraleja de la historia, y se emocionan, durante la lectura. Asimismo, los textos literarios proporcionan situaciones-tipo, papeles a desempeñar, esquemas de acción, de percepción, de evaluación, y en este sentido, permiten a los lectores encontrar patrones situacionales, de comportamiento, de soluciones (reacciones, actitudes) para situaciones agradables, difíciles o problemáticas (LAHIRE, 2004, p. 185).

Según indica Bahloul (2002, p. 92-95), las novelas serían el género preferido por los “poco lectores”⁷. Ahora bien, dentro de este género, se rechazan las novelas de ciencia ficción, y se privilegian la novela de aventuras (sobre todo cuando ésta evoca realizaciones físicas y personales) y la novela sentimental (que alude a las “experiencias del corazón”). Esto da cuenta, según la autora, de que las lecturas preferidas son aquellas que ponen en escena las experiencias vividas y realistas, en las cuales los lectores pueden reconocer las suyas propias.

Por último, Petit (2006) plantea al espacio creado por la lectura como un sitio propicio para la elaboración y la reconquista de una posición de sujeto. Los lectores, a veces, apoyándose en fragmentos de relatos, en imágenes, o en un testimonio, encuentran fuerzas para no quedar inmovilizados por una crisis emocional o el fracaso. Al poder dar nombre a los estados que atraviesan, pueden ponerles puntos de referencia, apaciguarlos, compartirlos, y comprender que esos deseos o temores

⁷ Bahloul retoma esta categoría de una investigación desarrollada en 1985 por la Dirección del Libro del Ministerio de Cultura de Francia, en la que se calificaba como “poco lectores” a las personas que habían leído entre cero y cinco libros en el periodo de un año.

que creían ser los únicos en conocer, han sido experimentados por otros que les han dado voz. De esta forma, la autora reconoce un proceso de simbolización que va más allá de una identificación o proyección: “hay fragmentos de textos que funcionan como haces de luz sobre una parte del sí mismo en sombras hasta ese momento” (2006, p. 48).

La “narrativa terapéutica” en la literatura de autoayuda

Ya en el estudio pionero de Rüdiger (1995), es posible encontrar referencias a las narraciones que, junto a la exposición de técnicas, recomendaciones y argumentos, conviven en la literatura de autoayuda. En tal ocasión, el autor sostiene que en estos textos se encuentran narrativas en primera persona, historias de vida, en que el sujeto “relata el descubrimiento de sus fuerzas más íntimas” (1995, p. 143) y la manera como las empleó para superar sus problemas individuales, o narra “cómo pasó por un proceso de cambio interior, tornándose, por cuenta propia, en una nueva persona”.

De modo similar, entre los elementos que caracterizan al género de autoayuda, Ampudia de Haro (2006) destaca la presentación de pequeñas viñetas – sobre aspectos parciales de la vida de algunas personas –, testimonios de terceros o historias de relaciones, que actúan como “ejemplificaciones positivas o negativas para el lector”. En este sentido, “se trata de narrativas que permiten al lector identificarse con situaciones similares a las suyas” (2006, p. 56).

A partir de las experiencias de lectura recopiladas en distintas ciudades – Río de Janeiro, Milán y Buenos Aires-, Semán (2007, p. 143) sugiere “cada lector encuentra un tramo que de alguna forma remite a su situación personal y que, al mismo tiempo la modifica porque permite fijarla como una posibilidad en el caos de representaciones y emociones”. Un pasaje de *El alquimista* de Coelho cumple ese rol para Edilson (un lector que habita en una favela de Río de Janeiro): el protagonista se conformó con la comodidad de ocupar una posición mediocre, luego de haber atravesado varias dificultades en busca de sus sueños. Sostiene Semán, que no se trata allí de una simple *identificación*, sino más bien “de una captación, quizás dialéctica, del trazo de familiaridad entre el dilema personal del lector y el del héroe de la novela” (2007, p. 144).

A propósito de las narrativas terapéuticas que incluyen los libros de autoayuda, Reguillo (2007, p. 102) indica que el saber allí promulgado se desmarca de las dimensiones analíticas y referenciales del lenguaje, apelando a alegorías difusas para interpelar al “individuo insatisfecho”. De esta manera, al apartarse de la función

referencial del lenguaje, “la narrativa sanadora genera un amplio espacio de reconocimiento, en el que el individuo puede encontrar claves nítidas para identificarse con *El guerrero de la luz* de Coelho o *El señor de la luz* de Chopra”.

Finalmente, abrir un libro de autoestima, según entiende Abraham (2000, p. 396), exige una lectura en la que los ejemplos recibidos deben cotejarse con los propios. Se trata, esencialmente, de “una lectura que pone en funcionamiento recuerdos de dolor, pena, humillación, culpabilidad o frustración”.

La posibilidad de reconocerse en los textos

Pues bien, las narraciones inscriptas en los textos de autoayuda –casos ejemplares, testimonios, cuentos breves, etc.– llevan al encuentro con la vivencia de un *otro*, ya se trate del autor (a través del relato de su experiencia autobiográfica) o de los protagonistas de los episodios (ya sean ficcionales o veristas).

Frente a estas constancias, surge el siguiente interrogante: ¿la identificación con los personajes, es una estrategia del lector (el lector actúa sobre el texto) o un efecto de la lectura (el texto actúa sobre el lector)?

Es usual la aparición de distintas construcciones narrativas –ya sea en forma de testimonios, diálogos breves, cuentos, o cuasibiografías– en los ejemplares de autoayuda. A partir de la opinión de los lectores, pretendemos dar cuenta del impacto de esta modalidad estilística en la apropiación de los textos. De este modo, las distintas estrategias lectoras saldrán a la luz mediante las palabras de los propios lectores.

Dado que la responsabilidad de la *creencia* se deposita en el lector, la posibilidad de establecer puntos de contacto entre las situaciones vividas y las situaciones narradas, se vincula a la captación del lector en la red peculiar de veridicción. En efecto, cada lector asignará distintos matices de veracidad a los episodios narrados.

Relatos verosímiles: “creo en lo que leo”

En principio, recuperamos las declaraciones de quienes conciben a los relatos como “reales”.

De esta manera, Patricia discurre sobre su experiencia lectora:

Encontrar en los relatos personas distintas a nosotros nos hace crecer, escucharlos, aprender del otro. La verdad es algo maravilloso. Creo que toda cosa que pase por la cabeza del que escribe –la haya visto o no– seguramente que

es realidad en alguien. Para hacer estos libros, el autor trata con personas, con lo diario, lo cotidiano (...) en algunos me identifico y en otros no. Pilar Sordo⁸, por ejemplo, habla de situaciones como ser “pesada” y llamar veinte veces a tu pareja. Entonces, estas cosas nos hacen ver cosas que hemos hecho en el pasado (Patricia, 52 años).

Compartir es inherente a la lectura, y en este sentido, aún cuando se lea en soledad, pueden tener lugar intersubjetividades gratificantes. Así, las pausas que necesariamente exige la lectura (cuando se levanta la vista del libro), están pobladas de una multiplicidad de voces, el lector no está solo: las páginas impresas llevan al encuentro con un *otro*, ya se trate del autor (a través del relato de su vivencia autobiográfica) o de los protagonistas de los episodios narrados (ficticiales o veristas). De este modo, es posible conocer experiencias ajenas y sus desenlaces, donde lo trascendental es el aprendizaje personal a partir de lo que otros han vivido.

Asimismo, las ideas que los autores de autoayuda plasman en los escritos se consideran extraídas de escenas de la cotidianidad, por lo que nada de lo dicho cae fuera de la vida “real”. De modo que la verosimilitud de la propuesta del texto, en principio, se asienta en el sentido común: se trata de personas con preocupaciones semejantes a las que pueden afectar al lector.

Además, los lectores, en no pocas ocasiones, refieren a la “identificación” como el efecto que provoca el texto de evocar diferentes recuerdos, esa cualidad de remontar al pasado de la persona. Observamos que esto se ajusta al patrón de la narrativa terapéutica, una “narrativa de la memoria” (Illouz, 2010, p. 233), donde la persona ejercita su propia memoria del sufrimiento para liberarse de ella.

En el mismo orden de ideas, Emanuel señala:

Creo que los relatos son reales. No sé si necesariamente me identifico, pero trato de hacer un “paralelismo”, entre la situación del libro y alguna situación mía, pasada o potencial. Entonces, digo: “a ver... cómo lo resolvería en mi caso” (Emanuel, 27 años).

Si, de entrada, se admite la veracidad de las narrativas explícitas en los textos, el lector llevará adelante una de las operaciones mentales de la lectura: la *comparación* entre lo narrado y las circunstancias individuales (pasadas o presentes). Desde la perspectiva del lector, esto se describe como un “paralelismo” —entre lo leído y la vida personal— donde la cualidad de “paralelo”, más que señalar un involucramiento

⁸ Pilar Sordo es una psicóloga y escritora chilena. Sus libros de autoayuda tratan temáticas vinculadas a las relaciones de pareja. Ha recorrido numerosos países disertando conferencias sobre estos temas.

con las emociones o comportamientos de los personajes, indica una distancia entre ambos planos. La actitud de cotejar los episodios narrados con la experiencia propia, no sólo suscita la reflexión acerca del modo diario de resolución de los conflictos, sino que habilita al lector a ensayar (imaginariamente) diversas posibilidades de acción para situaciones futuras.

De esta manera, se pone de manifiesto la posibilidad de hallar en los libros de autoayuda esquemas de percepción e instrucciones para la acción, a partir de los que el lector puede elaborar patrones de comportamiento, de soluciones.

Así también, Marcela afirma su creencia en la veracidad de los relatos:

Creo en las narraciones porque escuché a otras personas que han pasado por esas situaciones. Aún cuando cambien los personajes, si están hechas en el libro para llegar, por lo general las creo y me suma. Si tiene una temática que se relaciona conmigo, seguro me identifico con algún párrafo del libro. A todos nos pasa lo mismo, entonces alguna parte del libro “te pegó” (Marcela, 38 años).

No sorprende, entonces, que la *identificación* con las microhistorias de los libros se desarrolle en función de las temáticas sobre las que versan. De hecho, aquellos textos que incluyen relatos testimoniales o vivencias sobre cuestiones afectivas, suelen resultar *más cercanos* (a la experiencia del lector) que otros donde se aborden cuestiones de índole operativa (por ejemplo, cómo ganar dinero).

Ahora bien, para que la identificación sea posible, el lector debe admitir el supuesto de que los sujetos poseen un *núcleo común de experiencias* (a pesar de las variaciones individuales). A partir de allí, los fragmentos del texto pueden llegar a movilizar sentimientos y despertar respuestas emocionales en el lector. De este modo, la veridicción de los relatos encuentra fundamento en la socialización cotidiana: se trata de sucesos que, anteriormente a la lectura, se hicieron oír por boca de otros, fueron compartidos.

Ficción y vida real

De manera distinta, hay lectores que advierten la intercalación de relatos veristas y “episodios ficcionales” en los textos de autoayuda.

Esto es lo que sugiere el comentario de Eugenia:

Pienso que algunos son ficciones, otros por ahí son como tradiciones orales que se van pasando, o sea ocurrieron en algún momento y lugar. Ahora, lo que viene

del budismo, me resulta más verídico. Los casos que cita Jorge Bucay⁹ son reales (...). Es inevitable que si en el libro hay una clasificación de cómo enfrentás ciertas situaciones, ubicarte dónde estás en esa clasificación. Por suerte, siempre he visto que mi forma de enfrentar los problemas era coherente con lo que decía el autor (Eugenia, 40 años).

Así pues, a las narrativas de los textos se les asigna distintos matices de veridicidad de acuerdo al tipo de fundamento en que éstas se apoyan. De esta forma, los lectores distinguen: relatos que involucran sucesos y personajes imaginarios (ficción), anécdotas que se transmiten de forma oral a través de las generaciones (tradición oral), enseñanzas religiosas (religión), e historias de casos de pacientes (discurso científico).

De allí que mediante la descripción de una amplia diversidad de personalidades y conductas, el texto no sólo brinda la posibilidad de *verse reflejado* en una variedad de situaciones, sino que también permite visualizar formas alternativas de comportamiento y sus consecuencias. De esta manera, se le ofrecen pistas al lector que suscitan una auto-evaluación del accionar diario: los comportamientos personales devienen certeros o equívocos según la coincidencia (o no) con los preceptos del texto.

Por su parte, Andrea comenta:

Me parece que algunos son ficción, pero hay otros donde los autores escriben desde su vivencia. Yo creo que funcionan como parábolas. Cuando los lees, los proyectás en tu vida y decís: ¿qué hay de mí ahí? (Andrea, 32 años).

Según expresan nuestros interlocutores, la lectura de las narrativas puede motivar una “proyección” de las experiencias personales en las páginas impresas. Entonces, ya se trate de relatos ficcionales breves o episodios autobiográficos, reconocemos que estas inserciones en el texto cumplen, para el lector, principalmente una *función didáctica*: posibilitan deducir por semejanza o comparación alguna enseñanza. De esta forma, en tanto moviliza emociones, sentimientos y deseos, el contenido del texto puede afectar profundamente al lector.

⁹ Jorge Bucay es un psicólogo argentino que ha publicado numerosos *bestsellers* de autoayuda. En el año 2006 publicó una de sus colecciones más reconocidas bajo el título “Hojas de ruta” que incluye cuatro libros: El camino de las lágrimas, El camino del encuentro, El camino de la autoindependencia y El camino de la felicidad.

En vista de ello, los lectores no sólo están dispuestos a suspender la incredulidad, sino proclives también a dejarse afectar por lo que leen. Observamos, entonces, que la lectura permite construir un lazo entre lo imaginario y lo real: la ficción imita a la vida.

La importancia del valor utilitario

Más allá de la verosimilitud de los relatos, es la posibilidad de *reconocerse* en los episodios narrados lo que entraña un aporte significativo a la situación vital del lector.

En este sentido, se expresa Rafael:

No pensé si estas narraciones eran reales o no, lo que sí estoy convencido es que ayudan. Los cuentos quizás no son reales, pero las problemáticas sí lo son. Uno lee y dice: “a mí me pasó esto, entonces yo voy hacer tal cosa porque ellos han podido hacerlo”. Por ejemplo, a los libros que tratan de pérdidas, un duelo o una separación, los transporté a mi vida (Rafael, 37 años).

En efecto, poco importa la veridicción del discurso, ante la finalidad *terapéutica* del texto. El valor de los libros de autoayuda reside en que exponen -en forma de relatos, cuasibiografías, o testimonios- problemas y conflictos reales que involucran íntimamente al lector: es posible encontrar en los textos personas que enfrentan problemas similares a los propios. Así pues, el hecho mismo de que la situación del lector no sea única, y de que por lo menos sea similar a lo que otros comprenden y han vivido, permite visualizar los conflictos desde otra perspectiva: se pueden pensar y sentir *fuera de sí mismos*.

Así también, Analía recuerda:

En el momento de crisis, los que más me impactaron fueron los libros de la colección de Jorge Bucay. Me identificaba porque justamente estaba pasando por esos procesos, uno se ve que está ahí, y dice: “esta soy yo, esto me está pasando a mí”. Todos los cuentos y anécdotas que ellos vuelcan en los libros tienen un mensaje y eso es lo que cada uno tiene que interpretar (Analía, 49 años).

A partir de la premisa de que somos seres de lenguaje, se comprende la necesidad crucial de mediaciones o de figuraciones simbólicas que den sentido a la experiencia -especialmente en tiempos de crisis-. En este orden de ideas, habrá lec-

tores que logren *proyectarse* en las páginas del libro: se “ven” reflejados en una superficie exterior a ellos. De este modo, a través de la identificación con los diferentes personajes o testimonios que se le presentan, el lector puede encontrar palabras para definir sus propias vivencias. Asistimos, entonces, a una experiencia vicaria de emociones e ideas que, de algún modo, faculta a leer las páginas dolorosas de la propia vida de manera indirecta.

De esta manera, las experiencias vicarias que proporciona la literatura en foco tienen especial significación, en tanto, involucran la *sensibilidad* del lector (se relacionan con problemas y conflictos que lo afectan íntimamente). De allí que las respuestas emocionales del lector se canalicen de acuerdo con el sentimiento de sus propias carencias o preocupaciones. Así pues, dado que la lectura puede contribuir a entenderse mejor a sí mismo, y a liberarse de las dudas o ansiedades personales, puede tornarse en una *experiencia vital*.

Hay lecturas que devienen *reparadoras*, especialmente, en momentos críticos. En circunstancias hostiles, la apropiación de rasgos o modelos de comportamiento de otros -en forma de identificación o proyección- pueden significar un medio para resolver o aminorar la angustia. Entonces, teniendo en cuenta que el rasgo básico de la identificación con alguien no es necesariamente atrayente, sino que puede ser cierta falla, debilidad o culpa del otro, se explica que los lectores establezcan *lazos de familiaridad* entre los testimonios de los textos y los dilemas personales. Esto da lugar a un vínculo particular que trasciende el plano intelectual, generando más bien un *contacto íntimo* entre lector y texto. Si bien el narrador transmite el sentido de lo vivido y las vidas susceptibles de identificaciones se reparten en un universo entre ficción y no ficción, será finalmente el lector quien busque el sentido de la experiencia perdida.

El sufrimiento “compartido” alivia el alma

Si como señalamos anteriormente, el lector reconoce que los sujetos poseen un núcleo común de experiencias (a pesar de las infinitas variaciones individuales), éste puede llegar a establecer puntos de contacto entre los episodios leídos y los dilemas íntimos.

A propósito de esto, Cecilia sostiene:

En general siempre me identificaba con los testimonios y eso me aliviaba, porque decía: “no soy la única que pasa por esto, a otros les pasa exactamente lo mismo que a mí” (Cecilia, 40 años).

El carácter testimonial de los casos expuestos, en ocasiones, puede permitir al lector reconocer sus propias preocupaciones emocionales en situaciones vividas (y atestiguadas) por otros. Especialmente, en momentos de crisis, el lector puede (o cree) descubrir que otros han atravesado experiencias similares a las propias y lograron dominar aflicciones semejantes a las que lo aquejan. En vista de ello, se modifica el carácter de *excepcionalidad* de la vivencia personal: el lector descubre que su vida interior refleja una experiencia común con otras personas, y por lo tanto, se puede aprender algo *útil* de sus victorias o de sus derrotas. Además, mediante la lectura de otras historias de vida, el lector puede nombrar sus sentimientos -más secretos e íntimos-, en un lenguaje compartido y público. De este modo, creemos que el libro de autoayuda ofrece al lector *un paradigma* en que encajar.

Otra lectora, Liliana plantea:

Estoy convencida de que los relatos son reales, porque los escucho en el grupo. Cuando entré al grupo de autoayuda empecé a escuchar tantas historias, y me di cuenta que estos libros están hechos por gente que realmente ha pasado por esto. A partir de la lectura, pensé: “no soy la única a la que le pasa esto”. Es sanador pensar así (Liliana, 52 años).

Los libros y el “grupo terapéutico de autoayuda” se apoyan en una misma idea: el sufrimiento se modera si se lo comparte. Si bien este supuesto salta a la vista en la lógica de funcionamiento de los grupos de autoayuda, también se halla, de modo implícito, en los ejemplares del género.

Así pues, partiendo de la idea de un sufrimiento “en común”, la lectura puede propiciar que éste sea compartido con un semejante -el protagonista de un episodio narrado- que ha padecido un dolor similar, y lo ha superado: si otro pudo superar el dolor, la culpa, la sensación de fracaso, el lector también puede hacerlo. Es así que cuando se hallan en los textos vivencias y voces semejantes a la propia, es posible reconocer que la situación personal no es única. En vista de ello, los relatos testimoniales pueden actuar como un disparador para no quedar inmovilizado frente a circunstancias perturbadoras.

Por lo tanto, mediante la identificación con un personaje que posee cualidades diferentes de las propias o que usa en forma más plena capacidades parecidas a las que se poseen, la literatura de autoayuda brinda la posibilidad de compensar carencias y fracasos íntimos.

A modo de conclusión: la necesidad de relatos en la experiencia vital

De entrada, el análisis precedente sugiere dos cuestiones principales. En primer término, la lectura se inscribe en el contexto de las particularidades que se establecen entre el mundo vivido y el mundo narrado. En segundo término, los textos abren un camino hacia la interioridad, hacia los territorios inexplorados de la afectividad y las emociones.

Pues bien, a través de anécdotas, testimonios, o relatos breves, los textos de autoayuda ofrecen la posibilidad de que el lector se reconozca en las páginas impresas. Esta operación, desde la óptica del lector, es descripta de diferentes maneras. Se habla de “paralelismo” (cuando se desarrolla la comparación entre lo narrado y las circunstancias individuales pasadas o presentes), de “reflejo” (cuando el lector se “encuentra” en una superficie exterior a él), de “proyección”, (cuando en vivencias ajenas encuentra palabras para definir las propias) o, de “transferencia” (cuando se trasladan los ejemplos leídos a la vida personal).

En efecto, el texto no sólo posibilita verse representado en una variedad de situaciones, sino que también permite visualizar formas alternas de comportamiento y sus consecuencias: habilita al lector a ensayar (imaginariamente) diversas posibilidades de acción para situaciones futuras. De esta manera, al tiempo que se alienta la participación del lector en el texto, también se le ofrecen pistas que suscitan una “auto-evaluación” del accionar diario.

Desde luego, los lectores reconocen distintos matices de veridicción en las narraciones presentadas. En efecto, distinguen entre: relatos verosímiles (testimonios autobiográficos, historias de casos); relatos ficcionales (parábolas, cuentos); y relatos “híbridos” que incorporan elementos reales e imaginarios. No obstante, en todos los casos, el lector deviene depositario de la responsabilidad de la creencia.

Cuando se trata de relatos testimoniales, la verosimilitud del texto se asienta en los casos expuestos: se trata de personas con preocupaciones semejantes a las que pueden afectar al lector. Así también, algunas veces, la veridicción de los relatos se verá reforzada en la socialización cotidiana (cuando se trata de sucesos que, anteriormente a la lectura, se habían oído por boca de otros).

Mediante la palabra escrita, los autores narran historias de padecimiento, de vulnerabilidad, que dan cuenta del sufrimiento (propio o ajeno). Pues bien, teniendo en cuenta que todo relato de la experiencia es en algún punto colectivo, mediante la exposición pública de los problemas (del malestar de los sujetos), el sufrimiento puede transformarse en una experiencia “compartida”. En este orden de ideas, observamos que los libros apuntan a las personas en crisis, a las que se sienten débiles, a las que les falta algo. En vista de ello, los textos proporcionan papeles a desem-

peñar o pautas de acción, señalan caminos posibles para salir de estados de inmovilidad: ofrecen al lector la posibilidad de verse reflejado en situaciones que otros vivieron y superaron. De modo que, el reconocimiento de los lectores en el texto tendrá lugar en función de las necesidades y preocupaciones individuales al momento de la lectura.

Sin duda, la necesidad de sentido, de relatos, de dar forma a la experiencia propia es universal. De este modo, algunos fragmentos de los textos de autoayuda pueden representar un recurso para devolver el sentido a la experiencia personal. Como hemos visto, aún cuando se trata de relatos de carácter ficticio, el lector logra establecer complicidades o lazos identificatorios con sus protagonistas: en forma vicaria comparte sus luchas, desconciertos y logros. Los lectores se apropian de las escenas, los personajes, la sucesión de acciones que otros han escrito para ellos, haciendo equivaler las escenas del libro y las escenas de la vida cotidiana. De allí en más, los textos leídos pueden actuar como un filtro que permite darle sentido a la experiencia, y por lo tanto, definirla, darle forma.

La identificación o el reconocimiento del lector en las situaciones narradas, se vincula estrechamente a la función terapéutica que caracteriza a los libros del género. Según hemos visto, más que en la veridicción del discurso, el valor de los textos reside en que exponen problemas y conflictos concretos que involucran íntimamente al lector. El hecho mismo de que la situación del lector no sea única, y de que por lo menos sea paralela a lo que otros comprenden y han vivido, le permite visualizar sus conflictos desde otra perspectiva: puede pensarlos y sentirlos fuera de sí mismo.

En vista de ello, y a propósito de nuestro interrogante inicial, antes que conceptuar a la *identificación* como una estrategia del lector o un efecto de lectura, subrayamos el carácter recíproco de esta operación, entendiendo que se trataría, en todo caso, de huellas de la literatura en sus lectores y también marcas de los lectores en la literatura. En el doble sentido de que los textos se construyen con materiales de la vida cotidiana (se nutren de la experiencia humana), a la vez que influyen en las maneras individuales de representar el mundo e interactuar con él. Por lo tanto, creemos que las identificaciones que se suscitan al leer (como las huellas) pueden perdurar en el tiempo más allá de la práctica específica de la lectura.

Referencias

- ABRAHAM, T. **La empresa de vivir**. Buenos Aires: Sudamericana, 2000.
- AMPUDIA DE HARO, F. Administrar el yo: literatura de autoayuda y gestión del comportamiento y los afectos. *Revista Española de Sociología*, n. 113, p. 49-72, 2006.
- AUTOR. **Cuando leer llena el alma. Representaciones, funciones y efectos de la lectura de autoayuda: el caso de lectores en San Salvador de Jujuy**. Tesis presentada para acceder al título de Doctor en Estudios Sociales de América Latina. Centro de Estudios Avanzados – Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. 2015.
- BAHLOUL, J. **Lecturas precarias**. México: Fondo de Cultura Económica, 2002.
- BISBAL, M. Cultura y comunicación: signos del consumo cultural. *Nueva Sociedad*, n. 175, p.85-96, 2001.
- DAYAN, D. (comp.). **En busca del público**. Barcelona: Gedisa, 1997.
- GARCÍA CANCLINI, N. El consumo cultural: una propuesta teórica. En: SUNKEL, G. (coord.). **El consumo cultural en América Latina**. Colombia: Convenio Andrés Bello, 2006, p. 26-49.
- GARCÍA CANCLINI, N. **Consumidores y ciudadanos**. México: Grijalbo, 1995.
- ILLOUZ, E. **La salvación del alma moderna**. Buenos Aires: Katz, 2010.
- LAHIRE, B. **Sociología de la lectura**. Barcelona: Gedisa, 2004.
- MARTÍN BARBERO, J. Las transformaciones del mapa: identidades, industrias y culturas. En: GARRETÓN, M. (comp.). **América Latina: un espacio cultural en el mundo globalizado**. Santafé de Bogotá: Convenio Andrés Bello, 2002, p. 296-321.
- MAZZIOTTI, N. Estudios sobre recepción. Una exploración constante. En: SAINTOUT, F. y FERRANTE, N. (coords) **¿Y la recepción? Balance crítico de los estudios sobre el público**. Buenos Aires: La Crujía, 2006, p. 57-69.
- OROZCO GÓMEZ, G. **La investigación en comunicación desde la perspectiva cualitativa**. México: Instituto Mexicano para el Desarrollo Comunitario, 1996.
- PETIT, M. **Lecturas: del espacio íntimo al espacio público**. México: Fondo de Cultura Económica, 2006.
- REGUILLO, R. Formas del saber. Narrativas y poderes diferenciales en el paisaje neoliberal. En: GRIMSON, A. (comp.). **Cultura y neoliberalismo**. Buenos Aires: CLACSO, 2007, p. 91-110.

REGUILLO, R. Anclajes y mediaciones del sentido. Lo subjetivo y el orden del discurso: un debate cualitativo. **Revista Universidad de Guadalajara**, n. 17, p. 50-55, 2000.

RÜDIGER, F. **Literatura de autoajuda e individualismo**. Porto Alegre: Editora da Universidade/UFRGS, 1995.

SEMÁN, P. Retrato de un lector de Paulo Coelho. En: GRIMSON, A. (comp.). **Cultura y neoliberalismo**. Buenos Aires: CLACSO, 2007, p. 137-50.

SUNKEL, G. (coord.). **El consumo cultural en América Latina**. Bogotá: Convenio Andrés Bello, 2006.

TERRERO, P. Ocio, prácticas y consumos culturales. Aproximación a su estudio en la sociedad mediatizada. **Observatorio. Industrias culturales de la ciudad de Buenos Aires**, n. 4, p. 54-65, 1997.

THOMPSON, J. **Ideología y cultura moderna. Teoría crítica social en la era de la comunicación de masas**. México: Universidad Autónoma Metropolitana, 2006.

WORTMAN, A. Globalización cultural, consumos y exclusión social. **Nueva Sociedad**, n. 175, p.134-142, 2001.

Recibido: 18/02/16

Aprovado: 25/04/16

Received: 18/02/16

Approved: 25/04/16