

# Cuando el cuerpo «piensa» la Felicidad: El papel de las prácticas y tecnologías felicitarias en la construcción de la subjetividad. El ejemplo de la obra de La Mettrie

*Edgar Cabanas Díaz\**

Universidad Autónoma de Madrid

## Resumen

---

Desde una perspectiva positivista de hacer historia se ha defendido la Felicidad como un conocimiento sustantivo, relativamente independiente del momento socio-histórico donde el mismo cobraría sentido, el cual se ha ido emancipando de la especulación filosófica y operativizándose con el uso del método científico. Contrario a esta idea, desde una perspectiva más constructivista, se haría énfasis tanto en aquellos «juegos de verdad» en los cuales la noción de Felicidad cobraría sentido, como en el carácter principalmente operatorio de la misma. Enmarcado dentro de esta segunda perspectiva, este trabajo defiende tres puntos principales: 1) que cualquier forma de representación de la Felicidad contribuye a la construcción de la subjetividad del individuo, 2) de cualquier representación sobre la Felicidad se derivan técnicas y prácticas destinadas a articular dicha construcción, y 3) toda representación sobre la Felicidad incluye pautas y moralejas de carácter ético y moral propias de cada cultura. Para defender dichos puntos, el trabajo presenta resumidamente la obra sobre la Felicidad del filósofo y médico ilustrado francés Julien Offray de La Mettrie, cuya visión sobre el tópico difiere completamente de la postura aquí defendida. Se señala también cierto paralelismo entre algunas ideas actuales sobre la Felicidad en el ámbito de la psicología y las propuestas defendidas por La Mettrie tres siglos atrás.

*Palabras clave:* felicidad, La Mettrie, tecnologías del yo, subjetividad, constructivismo, psicología positiva.

## Abstract

---

From a positive historical perspective, Happiness has been considered as a substantive knowledge, which would be relatively independent from its social-historical frame and which would have become more operative, specific and independent from the philosophical speculation, due to the use of the scientific method. Opposite to this idea, a constructive perspective would emphasize

\* Correspondencia: E-mail: <edgar.cabanas@uam.es>.

the social historical conditions in which theorising about Happiness would make sense, as well as stress the operative nature of this knowledge. Taking this second perspective as reference, three hypothesis are suggested: 1) every representation of what Happiness is contributes to the construction of individual subjectiveness, 2) every representation of what Happiness is provides of practices or technologies to direct this construction, and 3) every representation of what Happiness is includes ethical guidelines and morals that belong to a specific culture. In order to defend these hypotheses, this paper briefly introduces the Happiness work of the philosopher and Doctor Julien Offray de La Mettrie, whose vision about the topic differs completely from the point of view presented here. Certain parallelism between some current ideas in the field of positive psychology and those contained in La Mettrie's work, are pointed out.

*Keywords:* happiness, La Mettrie, «self» technologies, subjectiveness, constructivism, positive psychology.

Cuando historiamos un determinado tipo de conocimiento podemos hacerlo desde dos grandes perspectivas o «tipos ideales» (Loredó, 1998): desde uno más positivista, el cual propondría que el origen del conocimiento se encuentra en la especulación filosófica, a raíz de la cual, y gracias al método experimental, se ha ido emancipando, complejizando y especificando; o bien desde uno más constructivista, el cual defendería una naturaleza operatoria y no representacional del conocimiento, centrando el origen del mismo en un conjunto de técnicas y prácticas con fines normativos, regulatorios y articularios que adquieren significado dentro de un contexto y perspectiva histórica determinada.

Ambas formas de historiar serían también aplicables al tópico de la Felicidad. Desde la perspectiva positivista se consideraría dicho concepto como un objeto de conocimiento sustantivo que ha ido complejizándose de forma progresiva a lo largo de la historia, el cual ha trascendido y trasciende, en cierta medida, las condiciones culturales desde las cuales es formulada. Dicha perspectiva se refleja en gran parte de la psicología positiva actual, la cual trata el concepto de Felicidad como un constructo ubicuo (Seligman, 2002; Diener y Diener, 1995; Peterson y Park, 2003), estudiado bajo el método experimental, y el cual tendría su origen en la filosofía griega al ser heredero de conceptos tales como «eudaimonia» y «hedoné» (Deci y Ryan, 2008, Blanco y Díaz, 2005). La identificación de estos conceptos por el de Felicidad actual, pues, resta importancia al contexto en que cobran sentido, algo que ha sido criticado por diversos autores (Bueno, 2005; Ryff, 1989; Kraut, 1979). Según Smith (2007) dicha identificación es un error, ya que los filósofos griegos no tenían ni lenguaje ni interés por lo que hoy en día entendemos como psicología: los sujetos de Aristóteles eran individuos con alma, no con «estados» psicológicos.

Desde una perspectiva más constructivista, por otro lado, se haría más énfasis tanto en aquellos «juegos de verdad» (Morey, 1991) desde los cuales cualquier discurso sobre la Felicidad es susceptible de ser llamado verdadero, como en el carácter principalmente *operatorio* de dicho conocimiento, el cual enfatiza la *función* que cumplirían los diferentes modelos sobre la Felicidad en la *construcción* de la subjetividad del individuo: esto es, su identidad y su sentido. En el proceso de dicha construcción mediarían determinados «modos de subjetivación», es decir, determinadas técnicas y prácticas (Foucault, 1988) congruentes con teorías o visiones sobre la Felicidad a través de, y gracias a, las cuales el sujeto operaría sobre sí mismo y sobre el mundo como una forma de «cobrar» sentido.

Este trabajo se enmarcaría en esta segunda perspectiva, siempre teniendo como referencia un sujeto psicológico. Desde la misma, en primer lugar, se concibe la Felicidad como un conjunto de discursos y representaciones que se reflejan en utopías, teorías filosóficas, psicológicas, económicas, literatura, arte, mitología, religión, etc., los cuales poseerían cierto valor de verdad, cobrarían sentido dentro de un determinado marco histórico-cultural, y cuyas *funciones* principales serían las de estabilizar y regular la experiencia, aportarla y dotarla de sentido, y generar praxis en congruencia con dichos discursos y representaciones. En segundo lugar, tres son las hipótesis principales que lo vertebran: 1) que toda forma de representación de la Felicidad contribuye a la construcción del sentido del sujeto, 2) de toda representación sobre la Felicidad se derivan técnicas y prácticas destinadas a articular dicha construcción, y 3) toda representación sobre la Felicidad incluye pautas y moralejas de carácter ético (social) y moral (individual) propias de cada cultura, las cuales, una vez interiorizadas por el individuo, tendrían un carácter normativo e imperativo. Como veremos más adelante, aunque no todas las formas de pensar la Felicidad estarían de acuerdo con dichas afirmaciones, la tesis es que todas ellas son inherentes a cualquier intento de «modelizar» la Felicidad.

Para Rose (1996), el sujeto psicológico actual, «ayudado por la existencia de un lenguaje para el «yo» enmarcado en los principios modernos de libertad, autonomía y auto-realización (...) está «obligado» a vivir atado al proyecto de búsqueda de su propia identidad», de su sentido, es decir, a la elección constante de formas de subjetividad e individuación que, a través de la experiencia, van constituyendo al individuo. Pero la construcción de dicha subjetividad no es ni mucho menos independiente del marco cultural en que se ejerce y se construye la misma (Berger y Luckmann, 1968) y es que ni todas las formas de creatividad y libertad están permitidas dentro de una determinada cultura, ni ser individuo es (ni ha sido) viable en cualquier forma de vida.

El marco histórico-cultural, pues, nos ofrece los grados de libertad bajo los cuales los conceptos de Felicidad y bienestar adquieren su sentido, y bajo los cuales los individuos construimos el nuestro. Pero, de la misma forma, también nos presiona,

nos coarta y nos sanciona determinadas formas de «ser» o «estar» feliz. Por tanto, existen en cada cultura «modelos» que dotan de sentido a las distintas formas de vida (Montserrat, 2005), actuando como «caldo de cultivo» de la subjetividad. La Felicidad sería uno de estos modelos posibles.

La lógica del proceso de subjetivación propuesto es, pues, predominantemente constructivista, para la cual el sujeto felicitario es un sujeto en continua socialización, en continua adquisición y ejercicio tanto de la experiencia personal como de la experiencia social que lo rodea, operación gracias a la cual el mismo va forjándose criterios de verdad estables para representar y actuar sobre su mundo y sobre el de los demás (Sánchez y Loredó, 2007).

Además, puesto que dichos «modelos felicitarios» tienen un carácter predominantemente operatorio, de ellos se derivan inevitablemente técnicas y prácticas que guían la actividad del individuo en la búsqueda de *su* Felicidad. Dichas prácticas y técnicas propongo que difieren tanto en el grado de explicitación con el cual se representan en estos modelos (esto es, 1) la claridad con la cual se infieren los argumentos y motivos que los sustentan y 2) la inteligibilidad de la aplicación a la praxis diaria), como del grado de reflexión existente sobre estos últimos<sup>1</sup> (el grado en que estos «modelos felicitarios» han sido sometidos a reflexión crítica) (Tabla 1).

TABLA 1

*Ejemplo de clasificación de prácticas y tecnologías felicitarias según dos dimensiones principales: nivel de explicitud y nivel de reflexión*

Implícito – baja Reflexión	Implícito – alta Reflexión
Ej. «He vivido ciento dos años y te aseguro que lo único que no te va a gustar de la vida es que te va a parecer demasiado corta. Estás aquí para ser feliz» (Campaña de publicidad de Coca-Cola, 2009).	Ej. «Es evidente que respecto a la felicidad el bien y el mal son en sí mismos totalmente indiferentes y que quien obtenga una satisfacción mayor haciendo el mal será más feliz que quien obtenga una menor haciendo el bien» ( <i>Discurso sobre la Felicidad</i> , La Mettrie, 1749).
Explícito – baja Reflexión	Explícito – alta Reflexión
Ej. «La regla del OSO idiota nos dice: ¿quiere usted algo? Obténgalo. ¿No puede conseguirlo? Sustitúyalo. ¿No puede sustituirlo? Es usted un idiota» (Bucay, 2002, pp. 78 y 79).	Ej. «Hay que tener en cuenta cuatro máximas generales: 1) recordar que tus motivos no siempre son tan altruistas como te parecen a ti; 2) no sobreestimes tus propios méritos; 3) no esperes que los demás se interesen por ti tanto como lo haces tú; y 4) no creas que la gente piensa tanto en ti como para estar en tu contra» ( <i>La conquista de la Felicidad</i> , Russell, 1930).

1. Entendiendo técnicas y prácticas como formas de mediación virtualmente utilizables por cualquier individuo para controlar su propia actividad o la actividad ajena (Loredó, 2005), cuya principal diferencia es que las primeras han alcanzado cierto grado de sistematización explícita y están basadas en profundas reflexiones históricas, filosóficas y/o científicas, mientras que las segundas no.

Con el fin de defender que las tres hipótesis previamente planteadas están presentes en toda perspectiva sobre lo que la Felicidad es, presentaré una postura que sería completamente contraria a la defendida aquí. Para ello me centraré, brevemente, en la obra del filósofo y médico francés La Mettrie (1709-1751), ya que el mismo niega la posibilidad de que la subjetividad sea construida, defiende una visión universalista de la Felicidad y rechaza la idea de que reflexionar sobre qué es una vida feliz implique componente moral alguno.

La Mettrie fue un exponente tardío del libertinismo de la Ilustración. Criticado y perseguido incluso por los liberales de la época, se manifestó abiertamente a favor del ateísmo, escribió su obra desde el escepticismo más puro y sostuvo un materialismo naturalista radical de corte mecanicista<sup>2</sup>, sobre el cual giró todo su discurso sobre la felicidad. Defensor del empirismo cartesiano, basó gran parte de su teoría en la disección de los cuerpos y en la observación de los efectos que las drogas ejercían sobre el comportamiento. Todas estas posturas y corrientes filosóficas quedan muy bien reflejadas en obras como «El hombre máquina» o «Discurso sobre la felicidad».

Para La Mettrie, «el hombre no es más que un conjunto de resortes que se montan unos a otros sin que se pueda decir por qué punto del círculo humano comenzó la naturaleza» (La Mettrie, 1747, p. 107), un autómatas gobernado por las leyes de la mecánica y compuesto de la misma materia de la cual está compuesto todo elemento existente. Desde su planteamiento mecanicista radical, La Mettrie negaría cualquier posibilidad de génesis del individuo basado en la acción pues, al contrario que para el constructivismo, en el mecanicismo preexiste un «diseño previo» que genera las condiciones necesarias y suficientes para que la máquina-hombre (sobre)viva, en vez de que éstas se construyan genéticamente a través de operaciones sobre el entorno (Sánchez y Loredó, 2007). Además, reduciendo la mente al cuerpo, para el filósofo cualquier tipo de psiquismo es un epifenómeno consecuencia de llevar al límite los movimientos constantes de las complejas estructuras cerebrales (reduccionismo o paralelismo «cuerpo-mente»).

Así, el individuo no necesita construir su sentido ni su identidad para ser feliz, ni necesita buscarlo fuera de sí mismo. «El sentido de la existencia no está fuera de ella: es ella misma, es decir, el propio funcionamiento de la máquina, el ejercicio de su sensibilidad; aquí está su sentido, su razón, su felicidad, sólo abandonando toda pretensión de conocimiento que está más allá de nuestros límites es posible llevar una vida dichosa» (Izquierdo, 2000, p. 26). El sujeto, pues, no necesita del conocimiento, de modelos que guíen su acción en la construcción de su subjetividad: primero porque

2. «Concluyamos de un modo audaz que el hombre es una máquina y que en todo el universo no hay más que una única sustancia, diversamente modificada» (La Mettrie, 1747, p. 124).

la propia subjetividad (para La Mettrie su imaginación) viene dada naturalmente según la forma en que los resortes de la máquina están unidos unos con otros; segundo porque «originariamente no hemos sido hechos para ser sabios; tal vez nos hayamos vuelto sabios por una especie de abuso de nuestras facultades orgánicas» (La Mettrie, 1747, p. 88); y tercero porque el único sentido posible para la máquina-hombre es la búsqueda permanente de placer, y no otro, un principio universal para cualquier ser natural.

Todo este discurso materialista, monista y mecanicista, férreo defensor del escepticismo pirrónico, critica y ridiculiza cualquier intento de teorizar sobre la Felicidad, pues, al fin y al cabo, «qué podrán hacerle a un roble tan firme y sólido *a la única verdad que es la búsqueda del placer*, esas débiles cañas de la teología, de la metafísica y de las escuelas: armas pueriles, semejantes a los floretes de nuestros salones, que bien pueden proporcionar el placer de la esgrima, pero nunca hacer mella en el adversario» (La Mettrie, 1747, p. 125, cursivas mías).

Desde este planteamiento, aunque no se deja posibilidad de establecer teoría o doctrina alguna sobre la Felicidad, sí que de ella se desprenden prácticas felicitarias (Bueno, 2005), las cuales van siempre acompañadas de una gran carga moral. Y es que aunque el filósofo francés defendía que «no moralizo, no predico, ni reclamo; explico. Una vez más: sólo hago un sistema» (La Mettrie, 1749, p. 119), las prácticas felicitarias que se derivan de su «Discurso sobre la felicidad» tienen precisamente la intención de lo contrario: de ofrecer un modelo de sentido alternativo, un modelo de hombre al margen de la religión, de la razón, de la reflexión filosófica y de la artificialidad académica; un modelo de Felicidad compuesto de pautas sobre cómo vivir, sobre cómo actuar sobre los demás y sobre uno mismo con el fin de hacer comprender que la única meta del hombre-máquina es la continua búsqueda del placer.

En la actualidad, muchas de las ideas de La Mettrie pueden encontrarse no sólo en la cultura popular, sino también en disciplinas como la neurociencia o la psicología positiva cuando tratan el tópico de la Felicidad, las cuales, muchas veces implícitamente, asumen 1) un «Principio de felicidad» (Bueno, 2005), 2) cierto funcionamiento mecánico del sujeto y 3) declaraciones reduccionistas consistentes en yuxtaponer «sujeto» por «cerebro» (Sánchez 2007), el cual se asume agente de la experiencia felicitaria. En la siguiente tabla se muestran algunos ejemplos de ello (tabla 2).

TABLA 2  
Ejemplos de extractos de la obra de La Mettrie y de extractos procedentes de la psicología positiva y del ámbito de la divulgación científica

1. Principio de Felicidad	
Ej. «La naturaleza nos ha creado a todos únicamente para ser felices; sí, a todos, desde el gusano que reptaba hasta el águila que se pierde en la nube» (La Mettrie, 1747, pp. 88).	Ej. «Alcanzar y mantener una buena vida (...) es un objetivo común de la humanidad» (Vázquez y Hervás, 2008, pp. 18).
2. Asunción mecanicista (pre-diseño)	
Ej. Aunque todas las cosas sean iguales, unos están más sujetos a la alegría (...) que los otros. ¿Cómo sucede esto si no es causa de una disposición particular de los órganos? (La Mettrie, 1749, pp. 34).	Ej. «Aproximadamente, la mitad de su puntuación en un test de felicidad está relacionada con el resultado que sus padres biológicos hubieran obtenido en caso de haberlo respondido. Esto significa que heredamos un «timonel» que nos conduce hacia un nivel específico de felicidad o tristeza» (Seligman, 2002, pp. 82).
3. Paralelismo cuerpo-mente	
Ej. «El alma tiene su origen en el cerebro, que está en el origen de los nervios y ejerce, por ellos, su dominio sobre todo el resto del cuerpo. Así se explica todo cuanto puede explicarse» (La Mettrie, 1747, pp. 102).	Ej. «El gusto del mundo no es el mismo según el hemisferio que trate la manera de ser: lúcido y poco afectivo, en el caso del hemisferio izquierdo; fácilmente conmovido y hasta depresivo, en el caso del hemisferio derecho» (Cyrulnik, 2007, pp. 61).

A modo de pequeña conclusión, la intención del presente trabajo ha sido la de problematizar el estudio actual sobre la Felicidad. Se ha defendido que es erróneo pensar la misma como un universal, como un conocimiento que simplemente hemos ido perfeccionando de forma progresiva a lo largo de la historia, de tal forma que los contextos socio-históricos por los cuales ha «atravesado» no han tenido más que un efecto aditivo sobre el concepto. Al contrario, se postula que cada momento histórico ha tenido, incluyendo el actual, una forma distinta y relativamente independiente de abordar la Felicidad, y cuyo trasfondo teórico encuentra su origen en determinadas formas de regular y organizar la experiencia de los individuos. En el estudio de la Felicidad, pues, no sólo se ha intentado generar conocimiento verdadero sobre lo antropológico, lo teológico o lo zoológico, sino también, y principalmente, proveer de determinadas prácticas y técnicas, las cuales estarían siempre al servicio de juicios morales sobre qué debe ser vivir, y cuya función principal sería la de actuar como mediadores entre las operaciones que un individuo ejerce tanto sobre sí mismo (construcción de la subjetividad) como sobre el mundo que le rodea (construcción de la objetividad).

## REFERENCIAS

- Berger, P. L., y Luckmann, T. (1968). *La construcción social de la realidad*. Madrid: Amorrutu.
- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17(4), 582-589.
- Bucay, J. (2002). *El camino de la felicidad*. Buenos Aires: Editorial sudamericana el nuevo extremo.
- Bueno, G. (2005). *El mito de la felicidad: autoayuda para el desengaño de los que quieren ser felices*. Barcelona: Barcelona Ediciones.
- Cyrulnik, B. (2007). *De cuerpo y alma: neuronas y afectos. La conquista del bienestar*. Barcelona: Gedisa.
- Deci, E. y Ryan, R. (2008). Hedonia, Eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- Diener, E. y Diener, C. (1995). Most people are happy. *Psychological science*, 7(3), 183-185.
- Foucault, M. (1988). *Tecnologías del Yo*. Barcelona: Paidós ibérica.
- Izquierdo, A. (2000). El hombre-máquina. Prólogo a La Mettrie (1747). *El hombre máquina*. Valdemar: El club Diógenes.
- Kraut, R. (1979). Two conceptions of Happiness. *The philosophical review*, 88(2), 167-197.
- La Mettrie, J. (1747). *El hombre-máquina*. Valdemar: El Club Diógenes.
- La Mettrie, J. (1749). *Anti-Séneca o Discurso sobre la felicidad*. Argentina: El cuenco de plata. El libertino erudito.
- Loredó, J. C. (1998). Nota sobre los orígenes prácticos de la psicología en la época de Aristóteles. *Revista de historia de la psicología*, 19, 543-549.
- Loredó, J. C. (2005). Acerca de las tecnologías psicológicas. *Revista de antropología iberoamericana*. N° especial Noviembre-Diciembre. Ed. Electrónica.
- Montserrat, J. (2005). *Hacia un nuevo mundo: filosofía política del protagonismo histórico emergente de la sociedad civil*. Madrid: Universidad pontificia de Comillas.
- Morey, M. (1991). La cuestión del método. Introducción a M. Foucault (1988). *Tecnologías del yo*. Barcelona: Paidós.
- Peterson, C., y Park, N. (2003). Positive psychology as the evenhanded positive psychologist views it. *Psychological Inquiry*, 14(2), 143-147.
- Rose, N. (1996). Critical history and psychology. En F. C. Graumann y K. J. Gergen, *Historical Dimensions of Psychological Discourse*. Cambridge university press.
- Russell, B. (1930). *La conquista de la felicidad*. Barcelona: DeBolsillo.



- Ryff, C. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Sánchez, J. C., y Loredó, J.C. (2007). Para una crítica de los constructivismos contemporáneos. *Revista de historia de la psicología*, 28(2/3), 35-41.
- Seligman, M. (2002). *The authentic happiness*. Barcelona: Ediciones B.
- Smith, R. (2007). Why history matters. *Revista de historia de la psicología*, 28(1), 125-146.
- Vázquez, C., y Hervás, G. (2008). *Psicología positiva aplicada*. Bilbao: Biblioteca de psicología.