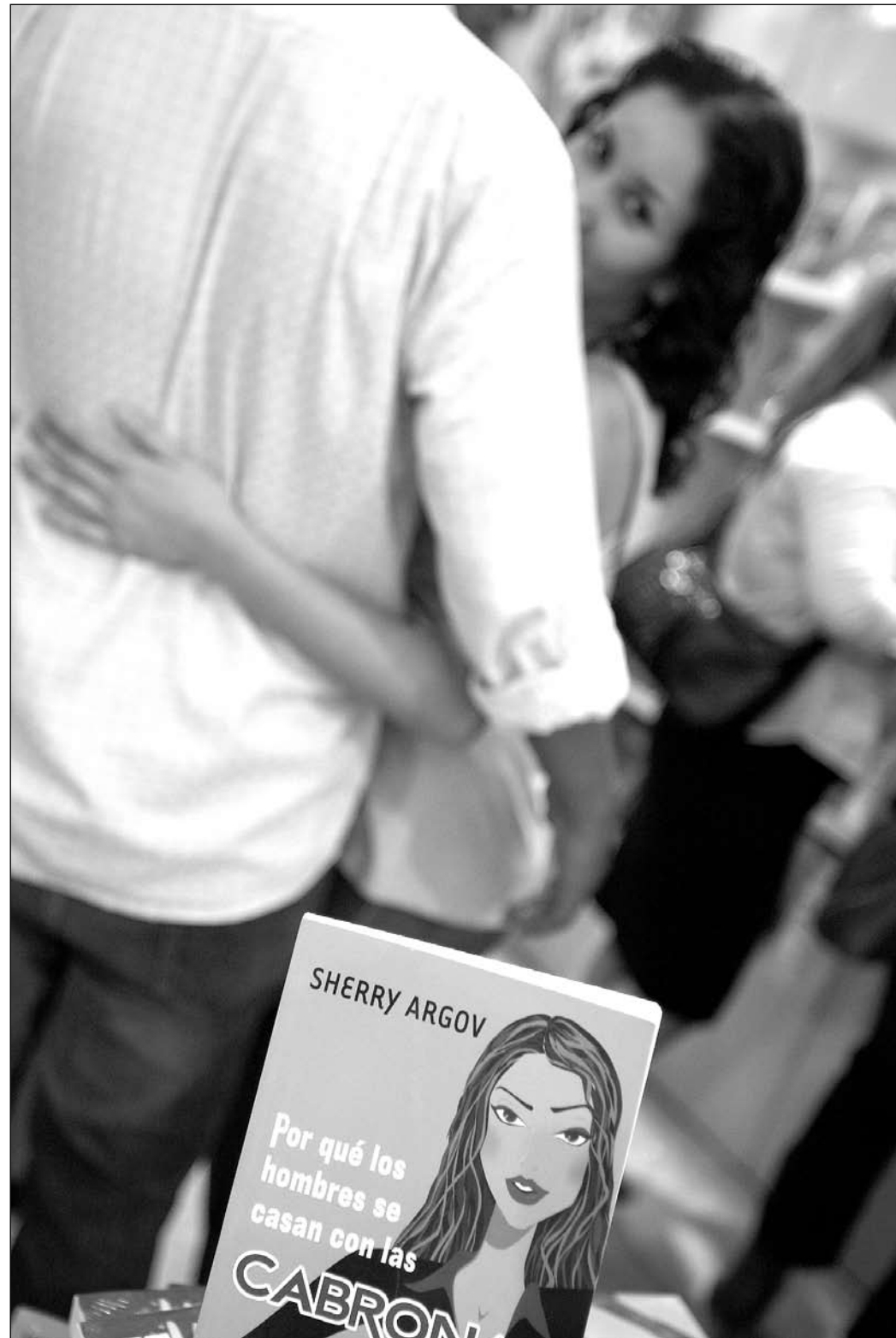


Instrucciones para ser feliz

Los libros de “autoayuda” son una guía ante la falta de certidumbres y el debilitamiento de las religiones. La realización y la riqueza parecen asequibles con estos manuales. Hablamos de felicidad en conserva



En primer plano el best seller *Por qué los hombres se casan con las cabronas*; al fondo, una pareja camina por un pasillo de la FIL. Fotos: Francisco Quirarte

MARTHA EVA LOERA

Encierran una esperanza y alimentan ilusiones. Son los libros de superación personal, que atraen la atención de numerosos lectores de Guadalajara. Cada vez más casas editoriales los introducen en el mercado local. Los principales compradores son mujeres mayores de 25 años.

Por favor sea feliz, *La ciencia de hacerse rico* (una ciencia exacta como el álgebra y las matemáticas) y *Cómo superar la depresión*, son algunos títulos que adelgazan los bolsillos de muchos tapatíos.

Soledad, depresión, poca tolerancia a la frustración, anhelo por tener bienes materiales, constantemente alimentado por una voraz sociedad de consumo, son algunos de tantos motivos que llevan a las personas a buscar los libros de superación. “La gente tiene una gran necesidad de ser escuchada, de ser entendida y recibir una palmada de apoyo. Hay libros que brindan eso. También quienes en algún momento de su vida necesitan orientación o al menos que le echen porras, que le digan que van por buen camino. También existen los que buscan soluciones inmediatas a sus problemas, o tener éxito en los negocios sin mucho esfuerzo”, afirmó Mario Alberto Esparza Zamora, psicólogo del Centro de Evaluación Psicológica, del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS).

Muchas veces el libro no llena las expectativas. Es más llamativo el título que su contenido. Las personas lo adquieren y ni siquiera lo terminan, pero si otro título similar llama su atención, lo vuelven a comprar, porque tienen la esperanza de que éste los ayudará.

Este tipo de libros ha sustituido, en muchas ocasiones, al confesor, al amigo confidente y hasta al psicólogo, al ofrecer en muchas ocasiones una solución fácil, sencilla y accesible frente a los problemas del hombre del siglo XXI.

“Muchos temen ir al psicólogo, porque esto les suena a locura. Hay quienes no van con un confesor o un mejor amigo, porque piensan que su problema encubre un pecado, algo muy grave y no quieren que nadie



se entere, por el ‘qué dirán’. Entonces buscan libros que les ayuden a solucionar sus problemas de manera práctica”.

El especialista aclaró que hay libros de superación personal que pueden ayudar a solucionar problemas, pero que el libro en sí no los resuelve. “Es decir, representan un apoyo para clarificar el panorama, porque dan explicaciones de por qué puede originarse un determinado problema en el trabajo o en la familia”.

Las fechas en que más se adquieren estos títulos, son las festividades, como navidad, día de la amistad, de la madre o las épocas de crisis.

Vendedores de esperanzas

Una muestra del éxito que han alcanzado los libros de superación personal es el hecho de ser los más vendidos por casas editoriales como Librerías San Pablo, Pax México y Urano, que en la pasada Feria Internacional del Libro en Guadalajara obtuvieron gracias a ellos jugosas ganancias.

“Por fortuna la gente busca mucho este tipo de material. Las personas en este tiempo necesitan leer este tipo de temas. Uno de los libros que más vendemos, es *Cómo alejar la depresión*, de Le Haye y Salesman”, afirmó Enrique Vázquez Bautista, director de librerías San Pablo, en Guadalajara, quien señaló que además de títulos de este corte, venden devocionales, para niños, jóvenes y adultos. “Los libros de superación personal representan el cuarenta por ciento de nuestras ventas”.

Francesco: una vida entre el cielo y la tierra, de Yohana García, es uno de los éxitos de editorial Pax México. La trama gira alrededor de una persona que muere enojada con la vida que había llevado. Su alma va a una especie de limbo, donde le enseñan cómo debió haber vivido.

“Este es uno de los libros más vendidos en Guadalajara y el Distrito Federal. Ya tenemos una segunda parte, en que el personaje decide volver a nacer. Los libros de superación personal y desarrollo humano representan el

ciento por ciento de nuestras ventas. La gente los necesita, porque ha perdido la creencia en sí misma, entonces necesita algo a qué aferrarse para seguir viviendo”, afirmó Rigo Albert García, director comercial de la mencionada casa editorial.

Paulo Coelho es uno de los autores estrella de la editorial Random House Mondadori, con sede en la ciudad de México. *La bruja de Portobello* y *Ser como el río que fluye*, son dos de sus grandes éxitos, de acuerdo a la información proporcionada por Antonio Zárate Mello. *La bruja de Portobello* es un libro dirigido a las mujeres. El mensaje es que ellas pueden lograr lo que se proponen. “Coelho ayuda mucho a reflexionar. Es un autor que orilla al lector a reflexionar sobre la vida y sobre cómo actúa”.

En cuanto a Ediciones Urano, *Los cuatro acuerdos*, de Miguel Ruiz, es uno de los libros favoritos. Gira alrededor de cuatro máximas: ser impecable con las palabras, no tomar nada personalmente, no hacer suposiciones (porque significa crear incertidumbre) y hacer las cosas lo mejor posible.

Uno de los más recientes lanzamientos en cuanto a la categoría superación personal, es *El secreto*, que en la pasada Feria Internacional del Libro fue uno de los más vendidos en Guadalajara.

El secreto, de Rhonda Byrne, trata un tema de moda: la ley de la atracción, que gira en torno a la creencia de que la gente puede conseguir, si tiene una actitud positiva ante la vida, todo lo que se propone. “Si quiere una súper casa, salud y trabajo, puede lograrlo mediante una actitud positiva. Al contrario, el pensamiento negativo atrae lo negativo”.

“Las librerías lo ubican entre el primero y segundo lugares de ventas a escala nacional. En Estados Unidos hemos vendido más de cinco millones de ejemplares. La gente busca este tipo de libros porque quiere sentirse bien ante el vacío que le ocasionan los problemas económicos, políticos y sociales que hay en el mundo”, aseguró Verónica Muratalla Flores,

▲ Los libros para obtener éxito y dinero son de los más vendidos durante las ferias de libros.

encargada de promoción y publicidad de Ediciones Urano México.

Más lectoras que lectores

“Es un fenómeno muy curioso. Acuden más mujeres que hombres a comprar libros. Esto es una realidad que he percibido desde hace cuatro años... Mire alrededor, cuente. En este momento hay cuatro mujeres y un hombre comprando”, comentó Raúl Antonio Morales Urquiza, dueño del grupo Editorial Tomo.

Esta editorial maneja títulos como *También tú quieres ser feliz* y *Tú puedes ser el mejor*, de Héctor Tassinari, auténticos best sellers.

Muchas personas niegan (al tener uno de estos libros en sus manos) que sea para ellas. Cuando se les capta ensimismadas hojeando un libro de superación, argumentan que lo hacen por curiosidad, por matar el tiempo, para regalar a una amiga, al novio o a la hermana. Otras con soltura aseveran que estos volúmenes las ayudan a ver la vida desde otra perspectiva. Como Ana, quien afirma que le gustan estos temas. “Enseñan a tener una actitud más positiva ante la vida, a mirar con otros ojos lo malo que a uno le sucede. Siempre es bueno tomar un punto de vista de terceros y qué mejor que adquirirlos para siempre impresos en papel”.

Con Raúl Morales Urquiza coincidió Verónica Muratalla, quien aseguró que los libros de superación personal gustan más a las mujeres cuyas edades oscilan entre los 30 y 60 años.

Este fenómeno para el académico Esparza Zamora es sencillo de explicar. “En nuestro medio es más fácil que la mujer busque ayuda, a que el hombre lo haga. Es socialmente aceptado que ellas busquen apoyo, porque desde niñas se les inculca pedir consejo. En cambio al hombre no se le educa de esa manera. Para ellos adquirir un libro de autoayuda es aceptar que andan mal, lo que muchos ven como amenazante”.

Los rangos de edad mayores de 25 años, coinciden con este tipo de temas. “Por lo regular tratan sobre cómo ser más atractivo, cómo conseguir dinero de manera fácil... Estos libros son gustados por personas en edad económicamente activa, muchas de ellas casadas”.

Consejos para adquirir un libro

Los libros son como las películas. Hay algunas muy buenas y otras pésimas, afirmó Mario Alberto Esparza Zamora, psicólogo del Centro de Evaluación Psicológica, del Centro Universitario de Ciencias de la Salud.

El especialista señaló que antes de adquirir un libro de superación personal es importante no dejarse llevar por el título e investigar antes al autor, para comprobar si es o no un especialista que pueda hablar sobre la materia que está tratando. “Hay algunos, por ejemplo, que dan consejos de cómo superar la depresión, que no están escritos por psicólogos, sino por especialistas en mercadotecnia, que tomaron un curso de dos meses sobre psicología”.

El académico afirmó que hay que desconfiar de los libros que prometen soluciones rápidas, casi instantáneas a los problemas, porque pueden generar en las personas sentimientos de desvalorización.

Además, debe tomarse en cuenta que los libros no son mágicos. Por muy versado que sea un autor sobre un determinado tema, no ayudará a resolver un problema si la persona no está decidida a salir de éste. *

costumbres