



La pereza, un sentimiento público.

Estrategias estético-políticas contra la aceleración

Laziness: a public feeling. Political and aesthetic strategies against acceleration

JUAN EVARISTO VALLS BOIX (Universidad Complutense de Madrid).¹

Artículo recibido: 4 de noviembre de 2026
Solicitud de revisión: 11 de diciembre de 2026
Artículo aceptado: 2 de febrero de 2026

Valls Boix, Juan Evaristo (2026). La pereza, un sentimiento público. Estrategias estético-políticas contra la aceleración. *Recerca. Revista de Pensament i Anàlisi*, 31(1), pp. 1-25. doi: <http://dx.doi.org/10.6035/recerca.9260>

Resumen

El presente artículo se propone definir la economía afectiva característica de las sociedades occidentales tardocapitalistas a través de una resignificación del término *pereza*. Defendemos que las dos últimas décadas, marcadas en el territorio español por la crisis de 2008 y la crisis de la pandemia (2020), se caracterizan por un cambio de sensibilidad colectiva, un cambio que se expresa en nuestra relación con el trabajo. Esta transformación de nuestra forma de desear apunta a aquello que Fisher denominó un «deseo poscapitalista», y muestra el esfuerzo por esbozar horizontes de vida buena allende a las promesas de felicidad capitalistas. Así, la *pereza* es la potencia afectiva que sustenta las prácticas estético-políticas contra la aceleración de nuestro tiempo y se torna un sentimiento público que reconoce la condición política del malestar psíquico y articula un rechazo al régimen capitalista que afirma, además, modos de convivencia y cuidados alternativos al orden neoliberal.

Palabras clave: pereza, aceleración, afectos de resistencia, deseo poscapitalista, cuidado.

¹ juanevva@ucm.es

Abstract

This article aims to define the affective economy that characterizes late-capitalist Western societies through a re-signification of the term *laziness*. We argue that the last two decades—marked in the Spanish context primarily by the 2008 financial crisis and the pandemic crisis of 2020—are distinguished by a shift in collective sensibility, one that manifests itself in our relationship to work. This transformation of our way of desiring points toward what Fisher termed a “post-capitalist desire,” and reveals a collective effort to outline horizons of the good life beyond capitalist promises of happiness. Thus, *laziness* emerges as the affective force underpinning aesthetic-political practices that resist the acceleration of our time. It becomes a public feeling that recognizes the political condition of psychic distress and articulates a rejection of the capitalist regime, while also affirming alternative modes of coexistence and care beyond the neoliberal order.

Keywords: laziness, acceleration, affects of resistance, post-capitalist desire, care.

INTRODUCCIÓN

El presente artículo se propone definir la economía afectiva característica de las sociedades occidentales tardocapitalistas a través de una resignificación del término *pereza*. Defendemos que las dos últimas décadas, marcadas principalmente en el territorio español por la crisis de 2008 y la crisis de la pandemia (2020), se caracterizan por un cambio de sensibilidad colectiva, un cambio que se expresa en nuestra relación con el trabajo. El *New York Times* designó el fenómeno de *The Great Resignation* como el comienzo de «la era de la antiambición» (Malone, 2022, traducción propia). Francesca Coin, una de las principales estudiosas del acontecimiento, reconoció en esa oleada de dimisiones un momento de «desafección por el trabajo» (2024). De este modo, si autores como Oliver Marchart observaban en el curso de las primeras décadas del s. XXI, especialmente a partir del fenómeno Occupy Wall Street, una «tercera revolución mundial radicalmente democrática» (2024: 19), que hace eco de las revueltas y demandas sociales que caracterizaron Mayo del 68, aquí defendemos que el cambio social que tiene lugar en la crisis de la pandemia se caracteriza, a partir de activismos como el de la Gran Renuncia, por un cambio de economía afectiva: el desenamoramiento del trabajo (cf. Jaffe, 2024). Esta desafección no solo es afín a las propuestas económicas y ecocríticas de poscrecimiento (Jackson, 2023) y lujo comunal (Muíño, 2025), sino que este decrecimiento tiene, en primer lugar, una dimensión psicosocial: un

deseo de placidez, descanso y horizontalidad que deja atrás la economía libidinal de la excitación que caracterizó el neoliberalismo en los años noventa y 2000. En trabajos anteriores, hemos estudiado la pereza en su relación con los imaginarios europeos (Valls Boix, 2022), así como su potencia para reformular un sistema político desde sus bases jurídicas y su acceso al descanso (Valls Boix, 2025a). En el presente artículo abordaremos la pereza en su condición de afecto crítico.

Esta transformación de nuestra forma de desear apunta a aquello que Fisher denominó un «deseo poscapitalista» (2024), y muestra el esfuerzo colectivo por esbozar horizontes de vida buena allende a las promesas de felicidad capitalistas. En los últimos años, autores como Lordon (2019) o Esposito (2022) se han mostrado críticos por las limitaciones de las revueltas contemporáneas, cuya insurrección vendría exenta de propuestas viables para organizar lo común (cf. Valls Boix, 2025b). No obstante, autores como Di Cesare (2021), Tari (2025) o Rasmussen (2025) defienden, antes bien, que esa potencia destituyente que se expresa en los activismos que recorren el globo supone una afirmación de un modo otro de habitar el mundo, uno que rechace aquello mismo que las instituciones morfoestatales nos arrebatan cuando imponen su noción de poder, sus valores eurocentrados y sus economías capitalistas de la violencia como el único modo posible de convivencia.

Este artículo defiende que una reconsideración de la pereza responde a este «rechazo del rechazo» que señala Rasmussen. Contemplada desde la esfera de la producción, la pereza es una potencia negativa, un modo de interrumpir el sistema que se expresa como huelgas, manifestaciones, absentismos. Considerada desde la esfera de la reproducción, la pereza desencadena dinámicas afirmativas de cohabitación y cuidado promiscuo (Care Collective, 2021; cf. Hester y Srnicek, 2024) en los reversos de una sociedad estructurada en torno a la familia y la competitividad de los sujetos-empresarios (cf. Lewis, 2023; Weeks, 2021): el rechazo del trabajo y de los valores neoliberales crecentistas (no ir más allá) coincide con el despliegue de una forma de convivencia otra (queremos quedarnos aquí). La pereza es la potencia afectiva que sustenta las prácticas estético-políticas contra la aceleración de nuestro tiempo.

De este modo, en primer lugar (1) expondremos una comparación entre tres figuras del tiempo alienado. En segundo lugar (2), pensaremos la pereza como un «afecto de resistencia». En tercer lugar (3), observaremos

dos prácticas contemporáneas de lo que Rasmussen denomina rechazo del rechazo que se arraigan en este afecto de resistencia.

Metodológicamente, el artículo es un ensayo teórico de análisis situado en el contexto español (2008-2025), que combina biopolítica y estudios de los afectos con sociología del trabajo, los movimientos sociales y las estadísticas de malestar. Los materiales empíricos (repertorios de protesta, cultura memética y datos públicos) se emplean como escenas de inteligibilidad para seguir un desplazamiento de sensibilidad en torno al trabajo, más que como un corpus cerrado. Las referencias transnacionales aparecen únicamente como marco comparativo del ciclo contemporáneo de protesta en el que se inscribe el caso español.

1. EL CÍRCULO, LA LÍNEA Y LA ESPIRAL: FIGURAS DEL TIEMPO ALIENADO

Una de las principales formas en que se reconoce el malestar capitalista consiste en la expropiación del tiempo. Sin embargo, un análisis materialista de esta expropiación reconoce la dimensión histórica, y por tanto discontinua y cambiante, de los malestares que trae consigo este robo, y se preocupa por esbozar las distintas geometrías que caracterizan nuestra relación con el tiempo. Expondremos a continuación tres figuras del tiempo alienado a través de las obras de Guy Debord, Hartmut Rosa y Jonathan Crary para situar la especificidad de los malestares biocapitalistas. Las gramáticas del rechazo se despliegan en relación con las mutaciones que experimentan estas geometrías: las transformaciones en las técnicas de gobierno exigen transformaciones en la resistencia.

En la *Sociedad del espectáculo* (1999), Guy Debord reconocía que la vida individual no tiene historia, y que los ciclos naturales que antaño la dotaban de estructura han sido reemplazados por el seudociclo marcado de la rueda capitalista de producción, consumo y reproducción. En la sociedad industrial-espectacular, la figura del tiempo alienado es el ciclo, el círculo: una rueda de infinita mismidad. Plan C (2014) ha reconocido el aburrimiento como el principal malestar de esta época.

Medio siglo después de los análisis de Debord, Hartmut Rosa ha pensado las relaciones entre vida y capitalismo a partir de la figura de la aceleración. De modo afín a como lo pensara Sloterdijk en su tematización del estrés (2017), Rosa observa en *Remedio a la aceleración* que

la característica de las sociedades modernas es que solo son capaces de estabilizarse de manera dinámica; lo que significa que necesitan crecer, acelerarse y condensar la innovación incesantemente para mantener, según sea el caso, su estructura o su *status quo* (2019: 28).

Rosa piensa la aceleración como una versión alienante del progreso de la modernidad. La lógica capitalista, que en sus inicios proveyó las condiciones materiales de posibilidad de un sistema ético-político, el de la modernidad europea, que concebía la autonomía como la forma más alta de libertad, ha terminado por someter al ser humano a la dinámica que habría de emanciparlo. Devenido ahora en aceleración, los horizontes emancipatorios de vida buena y perfecta autonomía quedan reducidos a un futuro cancelado.

Rosa observa que es la «lógica de la competición» el modo en que se despliega una «dinamización sin límites de todas las esferas de la sociedad» (2019: 32), de modo que la autonomía se degenera en una ideología narcisista donde la alteridad se reduce a un obstáculo o una oportunidad para el crecimiento, con la consecuente pérdida de la resonancia y la responsividad afectiva —lo que Berardi denominará «conjunción» (2017).

Debord pensaba la expropiación de la vida a partir del círculo; Hartmut Rosa, por su parte, la piensa desde la figura de la línea —o, si se quiere, de la asíntota—. El aburrimiento como malestar específico del capitalismo industrial dan paso al agotamiento súbito en plena competición que Hartmut Rosa, así como Byung-Chul Han (2010), denomina «burnout». Después del círculo y la línea, quizá sea Jonathan Crary quien mejor ha pensado la alienación saturante y expansiva que caracteriza el mundo neoliberal. Crary acuña una figura del tiempo alienado que responde mejor que la línea a la lógica expansiva de la competencia. Se trata del concepto de temporalidad 24/7, que el autor define como «un tiempo de indiferencia» donde se propone como normal «la idea de trabajar sin pausa» (2015: 13). Esta temporalidad ya no sigue la forma de la acumulación de mercancías, sino la asimilación de «un exceso en constante expansión de servicios» (ídem).

La figura del tiempo alienado 24/7 es una suerte de espiral, o un círculo en expansión concéntrica. No exige ni la continuidad protocolaria del ciclo ni la aceleración asíntótica, sino la disponibilidad absoluta, la satura-

ción del presente.² Si para Debord el malestar se articulaba en forma de aburrimiento y para Rosa como burnout, el malestar que piensa Crary, además del insomnio generalizado y la obediencia acrítica que supone, es esa «hedonia depresiva» de la que Fisher habló en *Realismo capitalista*: la imposibilidad de desconectarse de la matriz, la imposibilidad de hacer algo que no suponga seguir consumiendo (2016: 50). Frente a la «acumulación», la lógica de la competición del neoliberalismo se articula como «un exceso en constante expansión». Renata Salecl (2023) y Mark Fisher (2020: 417 ss.) reconocen que la ansiedad releva al aburrimiento como el malestar que caracteriza la lógica neoliberal.

Estas tres figuras del tiempo alienado permiten trazar, como señalábamos al principio, la discontinuidad y transformación histórica del malestar psicosocial. Círculo, línea y espiral; protocolo, aceleración, saturación; aburrimiento, estrés y depresión. Estas transiciones de las geometrías del tiempo alienado se corresponden con las formas de la psicosfera que Berardi ha reconocido en *El tercer inconsciente* (2022). Este proceso conduce a una pérdida de la afectividad y la relación con la alteridad, sea en términos de «resonancia» o de «conjunción». Una soledad estructural y no deseada condiciona las vidas y las ciudades contemporáneas.

De este modo, si la revolución social y afectiva que tuvo lugar en el sesentayochismo como respuesta al imperio de la norma se articulaba como interrupción y expresión («imaginación al poder», «no trabajéis nunca», etc.), un gobierno que exige lo extraordinario, la constante optimización y la disponibilidad total solo puede sabotearse con otra gramática de la resistencia: aquí no se trata de romper los límites, sino de «imponer un límite absoluto al capitalismo» (Fujita, 2021): decir basta. Ante estas figuras del tiempo alienado y las economías afectivas disfuncionales que las acompañan, hay algo que resiste del orden del cuerpo, algo que no proviene del sujeto ni de su debida performatividad, sino más bien de su contrario o su fondo oscuro, para desbaratarla. Nos gustaría llamar «pereza» a esa fuerza débil, o fuerza de flaqueza, del «cuerpo que no aguanta más» (Lapoujade, 2024): un modo de convertir la impotencia generalizada en potencia-de-no, en resistencia afectiva y práctica situada contra la aceleración.

² Cf. Tanner (2024) para comprender cómo se expresa esta saturación en los productos culturales contemporáneos en forma de «universos de ficción».

2. LA PEREZA, UN SENTIMIENTO PÚBLICO: POR UNA ECONOMÍA AFECTIVA NO CAPITALISTA

En primer lugar, valoraremos la pereza como una economía afectiva, en los términos que lo plantea Sarah Ahmed (2005). En un cruce lúcido entre psicoanálisis y marxismo que reedita las tentativas de Jean-François Lyotard por armar una «economía libidinal» (1974), Ahmed sugiere que las emociones no son algo individual que posea un sujeto, sino más bien aquello que, en su circulación, vincula a los individuos de una sociedad, o que los individualiza a partir de ese vínculo: «Mi modelo económico de las emociones sugiere que, si bien las emociones no residen positivamente en un sujeto o figura, aun así operan para vincular a los sujetos entre sí. De hecho, para expresarlo con mayor contundencia, la no residencia de las emociones es precisamente lo que las hace “vinculantes”» (2005: 119). El afecto se produce como efecto de la circulación de cuerpos (signos, mercancías u otros) y articula siempre, mediante esta circulación, un sujeto colectivo.³ Si entendemos la pereza como una economía afectiva alternativa a la economía afectiva capitalista, es porque la pereza circula de otro modo y vincula de otro modo a los cuerpos. Si, como han observado Laval y Dardot, la racionalidad gubernamental neoliberal impone la «generalización de la competencia» y el modelo empresarial no solo en el ámbito económico, sino en todas las dimensiones de la vida (2013: 15), la pereza como economía afectiva articula relaciones basadas en el cuidado y el descanso como práctica colectiva de apoyo mutuo: esta puesta en común del malestar genera «nuevas formas de socialidad», como observara Cvetkovich de la depresión (2012: 6), desencadena una «conmiseración. Una articulación», según McKenzie Wark (2023: 85).

³ Quizá no sea momento para detenerse en las distinciones entre emoción y afecto. Nos ceñimos a la opción de Ann Cvetkovich de usarlas indistintamente (2012: 4-5), aunque con un razonamiento derridiano. La distinción entre emoción y afecto es la misma, defendemos, que Derrida estableciera clásicamente entre escritura y voz: ambos términos guardan una relación de double bind, es decir, el uno es la condición de posibilidad y de imposibilidad del otro. Ciertamente, como ha observado Suely Rolnik (2018) los afectos son fuerzas sin forma definida que pulsán al interior del sujeto y provocan una crisis que este ha de resolver o bien conservando su forma o bien trascendiendo a otra: en ese sentido, los afectos son inefables, irreducibles a ninguna imagen o codificación cultural. Esto es: no hay emoción que presente la pura esencia de un afecto. Y, sin embargo, la fuerza afectiva circula y se transmite de un cuerpo a otro, y lo hace como escritura, con marcas y huellas (palabras, imágenes, melodías, gestos, etc.). Las emociones, como escritura cultural del cuerpo, traicionan siempre la voz de los afectos, que nunca se transmite puramente; sin embargo, no tendríamos noticia de los afectos, nada sabríamos y nada serían, si no circulan inscritos en el cuerpo social como emociones.

«Compartir el pesimismo» (idem) o encontrar en la depresión «nuevas formas de socialidad» son modos de vínculo basados en la incompetencia, que no conducen al crecimiento o al empoderamiento individual, sino que más bien detienen los cuerpos para volver habitable una situación desagradable: la relación entre sujetos no se sitúa hacia el futuro, sino que insiste en la materialidad de un aquí y ahora problemático que es preciso reparar, pero no superar. Esa perseverancia es la clave del hábito, inaccesible al consumo;⁴ el derroche de tiempo y esfuerzo que supone el cuidado, allí donde este no se reduce a una expresión de la división sexual del trabajo, es radicalmente aneconómica, ineficiente. La circulación se estanca o desacelera, en busca de una tregua: esta detención no proviene exactamente, al menos no en primer lugar, de la voluntad o del orden del sujeto consciente, sino que es algo así como una «protesta del inconsciente», como dijera Deleuze y Guattari (1995: 12 ss.). Si la reparación no es viable, la colectivización del malestar excita la rabia e interrumpe la circulación: los activismos toman la palabra. De lo que se trata, en palabras de Cvetkovich, es de «despatologizar los sentimientos negativos, de modo que puedan ser vistos como un recurso en potencia para la acción política» (2012: 2).

Diversos autores han tratado de diseccionar la economía afectiva vinculada a la lógica de la competencia. Además de la propuesta de Sloterdijk, Laurent Berlant se sirvió del término «optimismo cruel» (2020) para reflexionar sobre los modos en que una fantasía de vida buena justificaba para el individuo la precariedad de sus condiciones materiales, y le instaba a «seguir adelante» a pesar de las dificultades y de una situación desfavorable que se perpetuaba en el tiempo.⁵ Hong se ha servido del término «pasión por el trabajo» (2022) para referir esta dinámica de excitación y crecimiento, donde la pasión insta a seguir pese a la depauperación de las condiciones de vida. En ese sentido, la pereza, como una «pasión de quietud» (Salecl, 2025), hace exactamente lo contrario: consiste en parar, decrecer o detenerse, para volver sobre la herida.

Si la neoliberal es una economía afectiva de la excitación, la economía afectiva vinculada al rechazo contemporáneo del trabajo es una economía de la placidez. En un famoso artículo del *New York Times*, Malone lla-

⁴ Evocamos aquí la distinción entre uso y consumo que propone Giorgio Agamben en textos como *Altísima pobreza* (2014).

⁵ Miguel Rodríguez Casellas ha estudiado el optimismo cruel en Puerto Rico desde una crítica al echarpalantismo. Cf. Zambrana, 2021: 112 ss. y Rodríguez Casellas, 2013.

mó «la era de la antiambición» (2022) al momento que se inauguraba tras la pandemia, y Francesca Coin ha observado una creciente «desafección» por el trabajo (2024: 264): el malestar ante la externalización, la subcontratación, la falta de salarios dignos y la erosión del empleo estable ha quebrado la idea neoliberal de que el trabajo es una afición o, peor, el espacio en que explorar la libertad o los propios deseos. La colectivización de ese malestar, que los activismos reconocen como estructural y no como privada o individual, hace de los afectos «oscuros» (Alessandri, 2024) una fuente de conciencia crítica y una forma de resistencia. La pereza es una economía del parar, de la ineficiencia y la incompetencia, que organiza los activismos contemporáneos y las redes de cuidado: la pereza es una forma de desobediencia afectiva, de resistencia pasiva frente al mandato de crecimiento: pone en obra la potencia negativa.

Esta disrupción de la economía afectiva neoliberal que desarticula los ciclos del trabajo y su lógica crecentista nos lleva a considerar la pereza como un «deseo poscapitalista», en palabras de Fisher (2024), allí donde no solo el descanso y el reposo traen otra versión del vínculo social, sino también un imaginario colectivo de vida buena basado en habitar y no en crecer, en compartir y no en competir. El cambio social solo se vuelve posible desde un desplazamiento en nuestra forma de desear, un cambio que se gesta a partir de nuestra relación con el trabajo y que cultiva un anhelo de cuidado y hábito como forma de vida. Si uno de los fundamentos del régimen capitalista es esta economía afectiva de la excitación, la pereza constituye definitivamente una fuerza an-árkhica (cf. Llevadot y Jordana, 2024), un afecto disidente desde el que reconcebir el sistema de valores que fundamenta la convivencia política (para esta idea, cf. Lordon, 2021).

Mientras que autores como Byung Chul-Han han leído el malestar vinculado al trabajo como una nueva versión de la crítica estoicista a la acción en pos de un elogio de la contemplación (2024), sostenemos que la pereza contemporánea ha de comprenderse siempre como práctica y nunca como privilegio de la teoría. Ahora bien, su potencia política no es automática: si se reduce a retiro individual o a consumo de bienestar, la pereza se reintegra en la lógica de la autooptimización. Adquiere alcance transformador cuando se colectiviza en infraestructuras de tiempo (derechos laborales, redistribución del cuidado, redes comunitarias) que permitan parar sin trasladar el coste a otros cuerpos. Estas prácticas perezosas encarnan un «sentimiento público», en el sentido de Cvetkovich (2012). Como economía afectiva, la pereza no es una emoción privada, sino un afecto que des-

pliega una gramática del vínculo no neoliberal y, desde la misma, (des)organiza un cuerpo político para volverlo desobediente desde el descanso y el rechazo. Esta economía afectiva desencadena otras formas de habitar, otras prácticas ciudadanas, artísticas y políticas, donde el *no hacer*, *deshacer* u *omitir* se vuelven formas privilegiadas de la acción: allí la acción es un medio con que explorar formas de convivencia. El cambio de sensibilidad que denominamos pereza y que se hace patente en los últimos años saca el trabajo del centro de la vida social y desprivatiza el malestar para reconocer su carácter sistémico: una vez reconocido como problema común, puede rechazarse la lógica capitalista que lo requiere y lo inflige.

Todas estas consideraciones nos invitan a rescatar el término «afectos de resistencia» (Taylor, 2019) para pensar el capitalismo afectivo desde su reverso. Taylor observa una dinámica de tres elementos para concebir este tipo de afectos, que autores como Alessandri (2024) reconocen en las clásicamente llamadas «pasiones tristes» o afectos negativos. Los tres momentos de un afecto de resistencia son, para Taylor, la indignación, la emulación y la camaradería (*fellowship*). La indignación es, para el autor, «el primer afecto político común, en el que la multitud abusada comparte el odio entre sí e intenta vengarse de su opresor» (2019: 31). Esta indignación como primera forma de vínculo social define el momento en que el malestar ya no se concibe como una carencia o un defecto individual y, dejando atrás la concepción del usuario-paciente-consumidor, se lee como algo estructural que solo se evita cambiando de estructura. Como han explicado autoras como Coin (2024) o Jaffe (2024), la indignación que recorre las primeras décadas del s. XXI responde al incumplimiento sistemático de las promesas neoliberales de una vida buena y plena mediada por el trabajo. El sufrimiento de las consecuencias materiales de este abandono moviliza el deseo y lo desvincula de las demandas capitalistas: esa disyunción o brecha inaugura el momento de la alternativa y la conciencia crítica.

En segundo lugar, Taylor piensa la emulación como un proceso de contagio y empatía, donde experimentamos nuestro afecto con mayor intensidad al imaginar que otros desean u odian lo mismo que nosotros (2019: 42). La emulación afectiva exagera y generaliza la indignación y el movimiento de rechazo. Son los activismos contemporáneos (el movimiento 15-M, las huelgas feministas, el activismo por el derecho a la vivienda, etc.), así como la cultura popular memética y foros como el Reddit anti/work, los que han facilitado esta emulación y han dado legitimidad a

esos afectos incómodos que no eran traducibles al lenguaje del entusiasmo generalizado y los imperativos neoliberales de felicidad.

Taylor observa en esta dinámica un elemento afirmativo para confirmar el potencial de resistencia de un afecto, y ese es la camaradería: el momento en que no solo hay una conciencia social de rechazo, sino que esa conciencia es, ahora en términos de Rasmussen, una negación de la negación, un «rechazo del rechazo» (2025: 105-106): al rechazar todos los modos en los que el capitalismo tardío *rechaza* la vida (precarización, malestar psíquico, etc.), la pereza como afecto de resistencia afirma un modo otro de estar en el mundo, una forma de vida no capitalista.

A nuestro parecer, este es el modo en que se teje la camaradería de la que habla Taylor en los siguientes términos:

La fortaleza, la amistad, el coraje, la solidaridad y el amor son los medios por los cuales tanto el individuo como lo colectivo permanecen vivos, resisten y se rebelan contra los afectos pasivos tristes y el aislamiento de la coyuntura contemporánea (2019: 48).

Compartir el malestar y el dolor (emulación) trae al mismo tiempo un rechazo de la esperanza y de los horizontes utópicos y una afirmación del mundo (camaradería): reparar es afirmar sin trascendencia; cuidar es perseverar allí donde la fantasía se ha desvanecido. El malestar, colectivizado, se convierte así en una fuerza, una fuerza vital que no es productiva, sino que afirma la vida al negar todo aquello que la subordina. Es en estos términos como Federici piensa la «militancia alegre» cuando reconoce que politizar el dolor es convertirlo en fuente de conocimiento. En ese sentido, la militancia se organiza desde esa pasión activa que la autora designa como «gozo», el gozo de «sentir nuestra fuerza, ver cómo crecen nuestras capacidades en nosotros y en la gente que nos rodea» (2022: 183-184).

De ahí que afirme que «el activismo gozoso es constructivo ahora, en el presente. [...] No podemos poner nuestras metas en un futuro que no deja de alejarse» (idem). El vínculo de camaradería surge a partir de un rechazo compartido, de padecer el mismo cansancio, y se dirige a afirmar una convivencia política alternativa a partir de la reparación y el cuidado del mundo. A diferencia de la valoración de Jodi Dean, que entiende que los camaradas son los que están del mismo lado y comparten una causa (2025), aquí reconocemos la dimensión afectiva de la camaradería: es un vínculo que surge de una pérdida compartida (aquí, el cansancio, la depre-

sión y el estrés como malestares politizados) y que desarrolla un activismo comprendido como una reparación del mundo presente.

La pereza, así, se articula a través de un primer momento de rechazo y rabia: el momento de no hacer, de dolerse, de resistencia silenciosa; pero a este momento le sigue un sentido colectivo y reparador de vivir en el mundo, un deseo plácido, no excitado, un afán de quedarse y no de viajar, una insistencia en el vivir aquí lo que uno es, y no en dar la mejor versión: vivir es acompañarse. La pereza impugna el plano de trascendencia del capitalismo tardío y desbarata los relatos narcisistas del éxito y el *self-made man*. Su fuerza negativa proviene de la tranquilidad de quien ha rechazado la vida como proceso de realización y optimización constante (Salecl, 2023: 84) y la abraza como cuidado y descanso, como escucha de la diferencia y perseverancia en este mundo.

3. PRÁCTICAS Y CONDICIONES DE INTELIGIBILIDAD

CaixaBank pone contra las cuerdas a Mr. Wonderful y la aboca al concurso de acreedores.

El País, 22/10/2025.

Una economía afectiva de resistencia se despliega a través de prácticas estético-políticas, cursos de acciones colectivas que, impulsadas por las fuerzas sociales, encarnan un modo de vida alternativo al capitalista. Valoremos a continuación dos de ellas, que suponen una interrupción de la demanda de disponibilidad total de la temporalidad 24/7 que describía Cray, así como de las dinámicas de aceleración que analizaba Rosa.

La primera práctica que destacamos consiste en la oleada de activismos que recorren el territorio español desde 2011 hasta la actualidad, y que Rasmussen, en un análisis internacional, ha denominado «La Internacional Rechacionista» (2025). Rasmussen observa que las revueltas han aumentado un 11 % entre 2009 y 2019 (16), y que esa oleada masiva de protestas asume la forma de «un rechazo radical a la nueva vida que ofrecía la sociedad de consumo» (8). Rasmussen reconoce esta lógica en un amplio conjunto de activismos globales, desde Occupy Wall Street hasta las huelgas feministas en Argentina. En el contexto del territorio español, destacaríamos el Movimiento de las Plazas de 2011 en adelante, las huelgas feministas, las manifestaciones en España por el derecho a la vivienda en

2024 y 2025, las protestas contra el turismo masivo de 2025, las marchas incesantes en Valencia como crítica a la gestión política de la dana, el auge del Movimiento Socialista en Cataluña y País Vasco (2020-2025) y las manifestaciones contra el genocidio de Gaza (2025) o iniciativas como la Plataforma de Afectados por la Hipoteca y los Sindicatos de Inquilinas, el colectivo Las Kellys o la organización Jóvenes Jodidos en Vallecas (Madrid), entre muchos otros. Estos casos no funcionan aquí como inventario exhaustivo, sino como indicadores de una misma economía afectiva del rechazo al trabajo y a la disponibilidad total.

La característica más relevante de estos activismos, como señala Rasmussen, pero también Lordon (2019), es su capacidad para movilizar la potencia negativa de un cuerpo social, esto es, para rechazar por completo la lógica representativa de la política moderna y sus instituciones:

En las luchas actuales seguimos encontrando personas que se implican en el rechazo, pero lo hacen sin poseer una visión de una sociedad diferente. [...] Sostendré que las protestas que han tenido lugar en todo el mundo desde 2011 constituyen efectivamente un movimiento: un *movimiento de rechazo*, que experimenta nuevas formas de acción política más allá de los marcos habituales de la soberanía y la representación (Rasmussen, 2025: 11).

Que muy buena parte de estas protestas tengan por objeto cuestiones vinculadas al régimen neoliberal del trabajo y al descanso, además de provenir del incumplimiento sistemático de las promesas neoliberales de la felicidad, permite ver en ellas esta economía afectiva del decrecimiento que aquí hemos denominado pereza. Reconocer la pereza de esta miríada de activistas no es deslegitimar sus protestas; al contrario, consiste en encontrar en ellas la expresión de una fuerza vital que no es productiva, y el aliento de un deseo que no reviste la lógica de crecimiento indefinido, sino que reconfigura la convivencia en términos de apoyo mutuo, anonimato, juego y descanso como justicia social.

Otra de las prácticas que encarna este cambio de sensibilidad es la creciente *romantización* o idealización en la cultura memética popular de la cama, la placidez y el JOMO (*Joy of Missing Out*). Como ha explorado recientemente la exposición «Bed doesn't ask questions...», celebrada en Barcelona durante el otoño de 2025, la memética es capaz de vehicular un repertorio de motivos y actitudes que retratan con sarcasmo o pesimismo los viejos ideales del empresario de sí mismo (ganar, superarse, ir más allá, mostrarse entusiasta, etc.) para hacer una apología de la quietud, el repo-

so y el sueño, en especial a partir de motivos como la cama, la habitación propia, la ternura de *Hello Kitty*: «Going places (Bed)», «Oversleeping protects me», «Se relaja estresadamente», «Serving Can't» o «How to have fun as an adult» retratan los malestares derivados de la aceleración y el aspiracionismo y elaboran un imaginario popular del decrecimiento y los cuidados: articulan una lengua común donde el malestar o el descanso no son sinónimos de carencia y recuperación de la fuerza de trabajo, sino otra forma de vida. A pesar de que Rasmussen observara una suerte de «afasia» en los rechazos contemporáneos, la memética popular reciente en torno a la quietud y la calma señala lo contrario: el *rechazo del rechazo* ofrece una economía afectiva y un horizonte de vida buena inconmensurables con la modernidad occidental y el régimen del inconsciente capitalístico.⁶

Estas prácticas cotidianas, en que se observa un cambio de sensibilidad y una politización de los afectos sociales, vienen acompañadas de un determinado clima intelectual: una reflexión sostenida sobre las causas sociales y sistémicas del malestar. Junto a los activismos y la recomposición del imaginario social de la pausa, un debate social sostenido durante los últimos años reformula las ideas sociales sobre el trabajo y la vida buena. En los últimos años se observa un aumento sostenido del malestar psicosocial en la población española: crecen los cuadros de depresión y ansiedad, el estrés percibido y la incidencia del burnout, especialmente entre jóvenes y trabajadores, lo que confirma una tendencia generalizada de desgaste psicológico (INE, 2024; SNS, 2023; AXA, 2023; Agencia SINC, 2024). Reflexionar sobre este malestar y sus causas ha sido uno de los principales ejercicios del pensamiento contemporáneo en nuestro territorio.

De este modo, el malestar se ha tornado un campo de disputa hermenéutica: la lectura neoliberal del mismo reconoce una «alergia al trabajo» (Bruckner, 2024) de las generaciones más jóvenes, que se han vuelto «de cristal» y han olvidado el verdadero valor del esfuerzo. Este relato neoliberal despolitiza el malestar y lo convierte o bien en un asunto moralizado de vicio, o bien en una cuestión puramente psicológica que reinscribe al sujeto en una lógica clientelar (consumir coach, consumir pastillas, etc.). Asimismo, las industrias del *wellness*, la relajación y las vacaciones tratan de

⁶ Límites de espacio nos impiden señalar que, en paralelo, las artes vivas cuentan, en territorio español y durante los últimos diez años, con un amplio repertorio de artistas que piensan el descanso y la pereza: Taller Placer, Marta Azparren, Siestas Negras, Clara López, Instituto del Tiempo Suspendido, Colectivo Pompa, EdredonLab, nyam nyam, Anne Glassner, Fermín Jiménez Landa, Roger Bernat, etc.

reintroducir esta potencia afectiva en el sistema como pautas de consumo. En esta disputa hermenéutica, como vemos, hay de un lado un programa nostálgico reaccionario que culpabiliza a la juventud, además de los intereses capitalistas de convertir al perezoso en consumidor privilegiado. De otro lado, se alzan las prácticas estético-políticas que venimos describiendo, donde el malestar trata de elaborarse desde la protesta (1) y el imaginario (2). Mark Fisher observó hace años que «la tarea de repolitizar el ámbito de la salud mental es urgente si es que la izquierda quiere ser capaz de desafiar al realismo capitalista» (2016: 69). El debate contemporáneo a partir del malestar genera las condiciones de inteligibilidad de las prácticas estético-políticas del sentimiento público de la pereza.

Tal y como han hecho Valdés (2024), Gómez Gabriel (2023) y Llevadot (2025), repolitizar el malestar consiste en retirar de él su condición individual y observarlo como estadística y tendencia. Se trata de entender que uno de los fundamentos del capitalismo tiene carácter afectivo, y que no solo es una economía afectiva disfuncional, sino la producción estructural de dolor. Esta lección resulta fundamental, porque devuelve una imagen cruel de eso que Ahmed llamaba «la promesa de la felicidad» (cf. 2021). Sin esa fantasía, la dinámica de optimismo cruel se atrofia, pues ya no vale la pena el sacrificio del presente por la supuesta recompensa: ese futuro no va a llegar jamás.

A estas reflexiones se suma hoy un conjunto amplio de autoras y autores que están contribuyendo a definir la discusión pública (y sus lenguajes) sobre precariedad, malestar, deseo y cultura. Esto se aprecia, por ejemplo, en los ensayos de Amador Fernández-Savater (2024) sobre capitalismo libidinal, pero también en intervenciones de Germán Cano (2023), Javier López Alós (2019), Clara Ramas San Miguel (2024), Eudald Espluga (2022), Antonio Gómez Villar (2025), Miguel Ángel Hernández (2020), José Luis Moreno Pestaña (2016), Alberto Santamaría (2018) o Eloy Fernández Porta (2022). En el ámbito de las artes y la escena, resultan especialmente relevantes Victoria Pérez Royo (2022) y Paz Rojo (2025). Desde el periodismo y la crónica social, han cobrado peso las reflexiones sobre desclasamiento de Fanjul (2025), Noelia Ramírez (2025) y los trabajos de Albert Jornet Somoza (2024). En el terreno del diagnóstico filosófico de la precariedad, destacan las investigaciones del grupo GINEDIS, dirigido por Nuria Sánchez Madrid y Pablo López. A ello se añade un caudal decisivo de traducciones en editoriales como Caja Negra, NED Ediciones, Consonni, Bauplan, Tercero Incluido o Mutatis Mutandis. En la misma constelación pueden leerse, entre

otros, Remedios Zafra (2024) y César Rendueles (2022), que se unen a autores clásicos como Santiago López Petit y Marina Garcés. Por último, la literatura reciente también ha producido relatos y figuras críticas del trabajo y del malestar: Isaac Rosa (2025), Mayte Gómez Molina (2024), Juan Tallón (2025), Meryem El Mehdati (2022) o Valentín Roma (2019), entre muchos otros. Se añaden a este nutrido grupo youtubers de videoensayo como Alba Lafarga, Estela Ortiz o Work Vibes – Silvia.

Esta reflexión sobre el malestar concibe el sujeto neoliberal como un sujeto eminentemente enfermo o dañado, y exige una reconsideración de las prácticas de resistencia afectiva y política. Como observa Johanna Hedva, «*Teoría de la Mujer Enferma* es insistir que la mayoría de las formas de protesta política son internalizadas, vividas, encarnadas, sufridas y, sin duda, invisibles» (2020: 5). Tanto Hedva como Méndez de la Brena (2021) cuestionan que la concepción clásica del activismo tiene como base una noción de acción que supone un sujeto sano y capacitado, cuando quienes más protestan están postradas en sus camas, presas del malestar psíquico o con cualquier otra dolencia: el sujeto que está a la base de los activismos anti-capitalistas no puede reunir los rasgos del tipo de sujeto que presupone la razón neoliberal, sino que ha de estar situado, encarnado, doliente. Ambas autoras piensan en un activismo enfermo y en un modo de protesta que tenga el dolor como punto de partida. Siguiendo a Audre Lorde, Hedva observa: «La protesta más anti-capitalista que se puede hacer es cuidar de otra persona y cuidar de ti misma. [...] Protegernos mutuamente, promulgar y practicar comunidad. Una hermandad radical, una sociedad interdependiente, una política de cuidado» (2020: 6).

La socialización del malestar comporta, ante todo, una práctica de cuidado promiscuo, una «práctica de la comunidad» que desafía tanto la curva asintótica de la aceleración como la espiral de la disponibilidad permanente: volver sobre nosotros sin ser nosotros, volver a los cuerpos cansados, re-posarlos, por debajo de las identidades y su devenir-marcas. Entendemos por cuidado promiscuo, siguiendo a The Care Collective, lo que autoras como O'Brien o Hester llaman una «comunicación» o «socialización» de los cuidados. Estas propuestas se enmarcan en una reflexión sobre la abolición de la familia como institución patriarcal capitalista y una investigación sobre otros modos de construir las ciudades, desde los cuidados y una perspectiva feminista. El cuidado promiscuo designa las redes de apoyo y atención que no están mediadas por identidades de parentesco ni por intereses económicos o pautas de consumo: designa mallas de in-

terdependencia a partir de la amistad, el vecindario y la cocrianza, y resignifican la convivencia desde categorías infrapolíticas como el barrio, los movimientos asamblearios y los centros sociales okupados. La promiscuidad de ese cuidado designa su condición aneconómica, el hecho de que la práctica de ese cuidado desborda y rebasa los límites tradicionales del reparto del cuidado, confinado a una división sexual del trabajo naturalizada en la maternidad o la familia. La pereza despliega su potencia afectiva para alentar el cambio social cuando inscribe estas prácticas en el tejido social, cuando abandona la perspectiva individual, reaccionaria o clientelar para entenderse como movimiento colectivo. Las prácticas estético-políticas que aquí analizamos como proceso de cambio social a través de una repolitización del malestar y mudanza de la economía afectiva generan comunidades de descanso, reconfiguran el espacio político como espacio comunitario de receso.

Estas prácticas suponen un descentramiento del trabajo y sus lógicas en la vida, y apuntan hacia otros hábitos, otros deseos y horizontes. Los datos recientes evidencian un profundo cambio cultural en la concepción del trabajo entre generaciones.⁷ Mientras que en cohortes anteriores la estabilidad laboral se concebía como un fin en sí mismo —bajo la premisa de que el esfuerzo sería recompensado—, para la generación Z dicha promesa parece haberse quebrado. Según el Observatorio de Emancipación del Consejo de la Juventud, un 18 % de los jóvenes empleados en España se encuentra en riesgo de pobreza, lo que cuestiona la idea tradicional de que el trabajo garantiza seguridad económica. Paralelamente, el síndrome de burnout afecta de manera más acusada a las generaciones jóvenes: solo un 20 % de los *baby boomers* declara sentirse «quemado» en su empleo, frente a un 32 % en la generación X, un 42 % en los *millennials* y un 40 % en los *centennials*, según el informe *Global Workforce of the Future* (Globalization Partners, 2023).

Los nuevos trabajadores y trabajadoras perciben que mientras que se les exige lealtad y permanencia, nunca obtienen en su empleo las mismas garantías, como recuerda Coin (2025): no tienen garantías de promoción, ni de estabilización, ni siquiera de que su sueldo les ofrecerá una vida materialmente digna. Ello provoca una miríada de actitudes de rechazo y resistencia pasiva, que son bautizadas en redes como *career minimalism* (no

⁷ Para estudiar las consecuencias jurídicas de este cambio cultural, nos remitimos a Rodríguez-Piñero Royo, 2024, y a su equipo de investigación TRABEXIT: <https://grupo.us.es/iwpr/proyecto-trabexit/>

desarrollar la trayectoria profesional, sino buscar la estabilidad), *quiet quitting* (limitarse a cumplir lo estrictamente estipulado por contrato, sin hacer méritos u horas extra y sin mostrarse disponible y motivado) o *conscious unbossing* (no asumir puestos de gestión o coordinación, sino mantener posiciones laborales que garantizan la autonomía y una menor responsabilidad y compromiso para con la empresa [Lichtenberg, 2025]). No hay nada de alergia ni de cristal en las generaciones que acceden al trabajo en los años 2020, como tampoco lo hay en todas las personas que padecen el profundo malestar de la precariedad: se trata, antes bien, de conciencia crítica frente a optimismo cruel, de cuidado frente a competición. En fin, de pereza y escucha ante la obligación de estar alegres.

4. CONCLUSIÓN

A lo largo de este artículo he propuesto resignificar la pereza no como déficit moral ni como rasgo psicológico individual, sino como un afecto colectivo que hoy organiza una economía afectiva alternativa frente a la racionalidad neoliberal de la excitación, la competencia y el crecimiento indefinido. En el contexto español de las crisis de 2008 y 2020, y en sintonía con fenómenos como la Gran Renuncia, se perfila un cambio de sensibilidad: el trabajo deja de operar como promesa de vida buena y se vuelve objeto de desafección. Ese desplazamiento no es solo económico o cultural, sino libidinal: una transformación de nuestra forma de desear que apunta a lo que Fisher llamó “deseo poscapitalista”.

Para situar la especificidad de este malestar, he comparado tres figuras del tiempo alienado —el seudociclo de Debord, la aceleración lineal de Rosa y la espiral 24/7 de Crary— y sus afectos dominantes (aburrimiento, burnout, ansiedad/depresión). Frente a estas geometrías, la pereza aparece como potencia de interrupción: un *cuerpo que no aguanta más* que convierte la impotencia generalizada en una potencia-de-no, capaz de desacelerar la circulación y reabrir el mundo común.

Entendida como sentimiento público (Cvetkovich), la pereza colectiviza el malestar, lo despatologiza y lo vuelve políticamente legible. En ese marco, los “afectos de resistencia” (Taylor) —indignación, emulación y camaradería— describen el paso desde el rechazo compartido a la afirmación de vínculos no neoliberales: cuidado, amistad, solidaridad, reparación. Las prácticas analizadas (ciclos recientes de protesta, memética de la quietud,

politización del sufrimiento psíquico) muestran que la pereza es ya una estrategia estético-política: impugna la disponibilidad total y las narrativas de autooptimización, y ensaya formas de vida sostenibles basadas en la permanencia, el descanso y la convivencia. En fin, repensar la pereza como deseo poscapitalista implica reconocer que el cambio social depende de transformaciones en nuestra economía afectiva y en nuestras formas de desear. La pereza no es una debilidad o una carencia, sino un afecto de resistencia, una repolitización del malestar. Así, la pereza contemporánea articula una propuesta radicalmente distinta para concebir la vida buena: habitar el mundo, sostenerse y sostener a otros, en la plenitud del tiempo propio y compartido, más allá de los dictados de la aceleración y de la productividad.

5. BIBLIOGRAFÍA

- Agamben, Giorgio (2014). *Altísima pobreza. Reglas monásticas y forma de vida (Homo Sacer, IV, 1)*. Valencia: Editorial Pre-Textos.
- Agencia SINC (23 de abril de 2024). *Uno de cada cuatro médicos sufre síndrome de desgaste profesional o burnout*. ISCIII.
- Ahmed, Sara (2005). *Affective Economies*, *Social Text*, 79 (22/2), 117-139.
- (2021). *La promesa de la felicidad*. Buenos Aires: Caja Negra.
- Alessandri, Mariana (2024). *Visión nocturna: Un viaje filosófico a través de las emociones oscuras*. Barcelona: Kohan.
- AXA (2023). *Estudio Internacional sobre Salud Mental 2023*. París: AXA Research.
- Berardi, Franco “Bifo” (2017). *Fenomenología del fin: sensibilidad y mutación conectiva*. Traducido por Alejandra López Gabrielidis. Buenos Aires: Caja Negra Editora.
- Berardi, Franco “Bifo” (2022). *El tercer inconsciente*. Trad. Tadeo Lima. Buenos Aires: Caja Negra.
- Berlant, Lauren (2020). *El optimismo cruel*. Trad. Hugo Salas. Buenos Aires: Caja Negra.

- Bruckner, Pascal (2024). *Vivir en zapatillas. Sobre la renuncia al mundo en la actualidad*. Barcelona: Siruela.
- Cano, Germán (2023). *Mark Fisher: Los espectros del tardocapitalismo*. Barcelona: Gedisa
- Care Collective (2021). *El manifest de les cures*. Trad. Lourdes Bigorra. Barcelona: Tigre de Paper.
- Coin, Francesca (2024). *La gran deserción: El nuevo rechazo del trabajo y el tiempo de recuperar nuestra vida*. Barcelona: Tercero Incluido.
- Cvetkovich, Ann (2012). *Depression: A Public Feeling*. Durham: Duke University Press.
- Crary, Jonathan (2015). *24/7. El capitalismo al asalto del sueño*. Trad. Paola Cortés Rocca. Barcelona: Ariel.
- Dean, Jodi (2025). *Camarada: Ensayo sobre la pertenencia política*. Trad. Iván Alvarado Castro, Diego Parejo Pérez y David del Pino Díaz. Prólogo de Paul Le Blanc. Barcelona: Verso Libros.
- Debord, Guy (1999). *La sociedad del espectáculo*. Trad. Justo Navarro. Valencia: Pre-Textos, 1999.
- Deleuze, Gilles (1995). *Conversaciones (1972-1990)*. Trad. José Luis Pardo. Valencia: Pre-Textos.
- Di Cesare, Donatella (2021). *El tiempo de la revuelta*. Trad. Juan González-Castelao Martínez-Peñuela. Madrid: Siglo XXI.
- El Mehdati, Meryem (2022). *Supersaurio*. Barcelona: Blackie Books.
- Espluga, Eudald (2022). *No seas tú mismo. Apuntes sobre una generación fatigada*. Barcelona: Paidós.
- Esposito, Roberto (2022). *Institución*. Barcelona: Herder.
- Fanjul, Sergio C. (2025). *Cronofobia*. Barcelona: Arpa.
- Federici, Silvia (2022). *Ir más allá de la piel*. Madrid: Traficantes de Sueños.
- Fernández-Porta, Eloy (2022). *Los brotes negros*. Barcelona: Anagrama.

- Fernández-Savater, Amador (2024). *Capitalismo libidinal. Antropología neoliberal, políticas del deseo, derechización del malestar*. Barcelona: NED Ediciones.
- Fisher, Mark (2016). *Realismo capitalista: ¿No hay alternativa?* Trad. Claudio Iglesias. Buenos Aires: Caja Negra.
- Fisher, Mark (2020). *K-punk, volumen 2: escritos reunidos e inéditos (Música y política)*. Trad. Fernando Bruno. Buenos Aires: Caja Negra Editora.
- (2024). *Deseo poscapitalista*. Trad. Maximiliano Gonnet. Buenos Aires: Caja Negra.
- Fujita Hirose, Jun (2021). *¿Cómo imponer un límite absoluto al capitalismo? Filosofía política de Deleuze y Guattari*. Buenos Aires: Tinta Limón.
- Globalization Partners (2023). *2023 Global Workforce Trends*. New York: Globalization Partners LLC. Recuperado de: www.globalization-partners.com/resources/ebook-global-workforce-trends-2023/
- Gómez Gabriel, Núria (2023). *Traumacore: Crónicas de una disociación feminista*. Madrid: Cielo Santo.
- Gómez Molina, Mayte (2024). *Circuito cerrado de vigilancia*. Madrid: cielosanto.
- Gómez Villar, Antonio (2025). *¿Qué hacemos con la clase media?* Madrid: Lengua de trapo.
- Han, Byung-Chul (2010). *La sociedad del cansancio*. Barcelona: Herder.
- Han, Byung-Chul (2024). *Vida contemplativa: Elogio de la inactividad*. Madrid: Taurus.
- Hedva, Johanna (2020). *Teoría de la Mujer Enferma*. Zineditorial.
- Hernández, Miguel Ángel (2020). *El don de la siesta*. Barcelona: Anagrama.
- Hester, Helen y Srnicek, Nick (2024). *Después del trabajo: Una historia del hogar y la lucha por el tiempo libre*. Buenos Aires: Caja Negra.

- Hong, Renyi (2022). *Passionate Work: Endurance after the Good Life*. Durham: Duke University Press.
- Instituto Nacional de Estadística (2024). *Encuesta sobre Salud y Bienestar en España (ESdE 2023)*. Madrid: INE.
- Jackson, Tim (2023). *Poscrecimiento. La vida después del capitalismo*. Barcelona: Ned Ediciones.
- Jaffe, Sarah (2024). *Trabajar: un amor no correspondido*. Trad. Lucía Barahona. Madrid: Capitán Swing.
- Jornet, Albert (Ed.) (2024). El ensayo español en el siglo XXI, *Ínsula*, (925-26).
- Lapoujade, David (2024). *El cuerpo que no aguanta más. Nietzsche y Deleuze*. Trad. Marcela Rivera. Santiago de Chile: Luciole Ediciones.
- Laval, Christian y Dardot, Pierre (2013). *La nueva razón del mundo: Ensayo sobre la sociedad neoliberal*. Trad. Alfonso Dñiez. Barcelona: Gedisa.
- Lewis, Sophie (2023). *Abolir la familia: Un manifiesto por los cuidados y la liberación*. Trad. Elena Fernández-Renau Chozas. Madrid: Traficantes de Sueños.
- Lichtenberg, Nick (2025). «Gen Z Is Adopting “Career Minimalism,” Killing off the Ladder ...» *Fortune*, 26/08/2025.
- Llevadot, Laura (2025). *Quatre mil dos-cents vint-i-set suïcidis no exemplars: Desig i melancolia en el capitalisme neoliberal*. Barcelona: H&O Editores.
- Llevadot, Laura y Jordana Lluch, Ester (2024). Democracia y anarkhé. En: Fusco, Virginia y Greppi, Andrea (Eds.). *Democracia radical* (91-108). Madrid: Lengua de Trapo.
- López Alós, Javier (2019). *Crítica de la razón precaria: La vida intelectual ante la obligación de lo extraordinario*. Madrid: Los Libros de la Catarata.
- Lordon, Frédéric (2019). *Vivre sans?: Institutions, police, travail, argent...* París: La Fabrique.

- Lordon, Frédéric (2021). *La condición anárquica: Afectos e instituciones del valor*. Buenos Aires: Adriana Hidalgo Editora.
- Liotard, Jean-François (1974). *Économie libidinale*. París: Éditions de Minuit.
- Malone, Noreen (15 de febrero de 2022). *The Age of Anti-Ambition*. The New York Times Magazine.
- Marchart, Oliver (2024). *Estética conflictual*. Trad. de Juan Evaristo Valls Boix. Barcelona: NED Ediciones.
- Méndez de la Brena, Dresda E. (2021). Desde mi cama, revuelta: Reflexiones tullidas para una revolución en horizontal. *Revisiones*, (11).
- Moreno Pestaña, José Luis (2016). *La cara oscura del capital erótico*. Madrid: Akal.
- Muñoz, Emilio Santiago (2025). *Vida de ricos*. Madrid: Lengua de Trapo.
- Pérez Royo, Victoria (2022). *Cuerpos fuera de sí. Figuras de la inclinación en las artes vivas y las protestas sociales*. Madrid: Ediciones DocumentA/Escénicas
- Plan C (4 de abril de 2014). *We are all very anxious*. Recuperado de: <weareplanc.org>
- Ramas San Miguel, Clara (2024): *El tiempo perdido*. Barcelona: Arpa.
- Ramírez, Noelia (2025). *Nadie me esperaba aquí: Apuntes sobre el desclasamiento*. Barcelona: Anagrama.
- Rasmussen, Mikkel Bolt (2025). *The Refusalist International: A Theory of the New Protest Cycle*. Cambridge/Malden, MA: Polity Press.
- Rendueles, César (2020). *Contra la igualdad de oportunidades. Un panfleto igualitarista*. Barcelona: Seix Barral.
- Rodríguez Casellas, Miguel (25 de octubre de 2013). *Echarpalantismo*. 80grados+. Recuperado de: www.80grados.net/echarpalantismo/

- Rodríguez-Piñero Royo, Miguel (2024). La gran dimisión. Perspectivas jurídicas. *LABOS Revista de Derecho del Trabajo y Protección Social*, 5(2), 180-193.
- Rojo, Paz (2025). *Bailar en la era del no-futuro*. Segovia: La Uña Rota.
- Rolnik, Suely (2018). A la escucha de los afectos: notas para combatir el inconsciente colonial-capitalístico. *Errata*, (19), 21-69.
- Roma, Valentín (2019). *Retrato del futbolista adolescente*. Madrid: Periférica.
- Rosa, Hartmut (2019). *Remedio a la aceleración. Ensayos sobre la resonancia*. Trad. María José Sánchez. Madrid: NED Ediciones.
- Rosa, Isaac (2025). *Las buenas noches*. Barcelona: Alfaguara.
- Salecl, Renata (2023). *La tiranía de la elección*. Buenos Aires: Godot.
- Salecl, Renata (2025). *Maleducados*. Buenos Aires: Ediciones Godot.
- Santamaría, Alberto (2018). *En los límites de lo posible. Política, cultura y capitalismo afectivo*. Madrid: Akal.
- Sistema Nacional de Salud (2023). *Informe sobre la salud mental en España 2022*. Madrid: Ministerio de Sanidad.
- Sloterdijk, Peter (2017). *Estrés y libertad*. Trad. Paula Kuffer. Buenos Aires: Ediciones Godot.
- Tallón, Juan (2025). *Mil cosas*. Barcelona: Anagrama.
- Tanner, Grafton (2024). *Porsiemprismo. Cuando nada termina nunca*. Trad. de Sofía Stel. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Caja Negra.
- Tarì, Marcello (2025). *No existe revolución infeliz: el comunismo de la destitución*. Barcelona: Petit 14.
- Taylor, Dan (2019). Affects of Resistance: Indignation, Emulation, Fellowship. *Pli*, 30, 23-48.
- Valdés, Alicia (2024). *Política del malestar: Por qué no deseamos alternativas al presente*. Madrid: Debate.

- Valls Boix, Juan Evaristo (2022). *Metafísica de la pereza*. Barcelona: NED Ediciones.
- Valls Boix, Juan Evaristo (2025a). *El derecho a las cosas bellas. Vindicación de la vida holgada*. Barcelona: Ariel.
- Valls Boix, Juan Evaristo (2025b). Seamos ingobernables, organicemos la anarquía: destitución, institución y auge de los afectos negativos en el pensamiento postfundacional reciente (2011-2025). *Enrahonar: una revista internacional de razón teórica y práctica*, 74, 165-194.
- Wark, McKenzie (2023). *Raving!* Duke University Press.
- Weeks, Kathy (2021). *El problema del trabajo: Feminismo, marxismo, políticas contra el trabajo e imaginarios más allá del trabajo*. Madrid: Traficantes de Sueños.
- Zafra, Remedios (2024). *El informe. trabajo intelectual y tristeza burocrática*. Barcelona: Anagrama.
- Zambrana, Rocío (2021). *Colonial Debts: The Case of Puerto Rico*. Durham y Londres: Duke University Press.