

*Ariel*

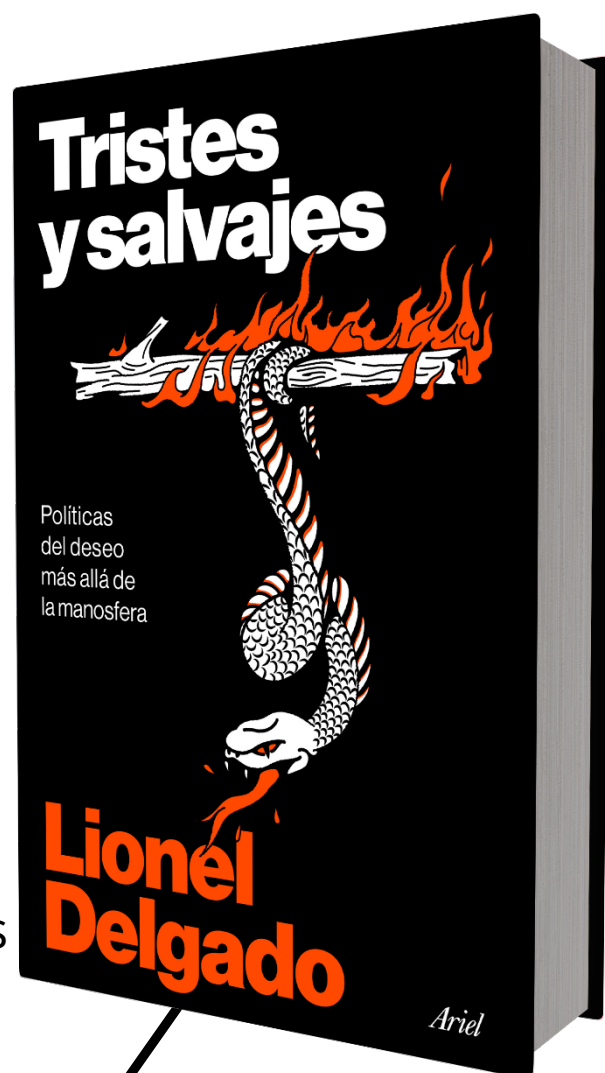
# TRISTES Y SALVAJES

POLÍTICAS DEL DESEO MÁS  
ALLÁ DE LA MANOSFERA

**LIONEL DELGADO**

**A LA VENTA EL 10 DE JUNIO**

AUTOR DISPONIBLE PARA ENTREVISTAS



**\*Material embargado hasta su publicación\***

PARA AMPLIAR INFORMACIÓN:

Laia Barreda Vicent | RESPONSABLE DE  
COMUNICACIÓN ÁREA DE ENSAYO  
659 45 41 80 | [laia.barreda@planeta.es](mailto:laia.barreda@planeta.es)

## SINOPSIS

**Una invitación a reflexionar sobre las emociones que nos atraviesan, a sentir el vértigo de las contradicciones y, sobre todo, a imaginar que otro mundo no es imposible.**

¿Qué placer hay detrás de los discursos de odio? ¿Por qué seduce tanto la violencia? ¿Por qué lo políticamente incorrecto se vive como una liberación? ¿Y por qué deseamos aquello que nos hace daño? En definitiva, ¿por qué nos cuesta tanto cambiar?

Lionel Delgado se aleja de los análisis centrados solo en lo ideológico para dirigir su mirada hacia los afectos y proponernos una reflexión profundamente necesaria sobre el género y los miedos, las promesas y las estructuras que lo sostienen. A partir de un retrato complejo de las masculinidades, la manófera y el impacto de la cultura neoliberal en nuestras identidades, prácticas y relaciones, explora los ecosistemas emocionales que nos mantienen apegados a la tristeza, la rabia y el hastío como modo de vida, y cuya existencia facilita y permea la deriva conservadora en la que estamos sumidos.

*Tristes y salvajes* es una lectura crítica del presente que, a través de preguntas incómodas sobre deseo, placer y pertenencia, pretende adentrarse y parasitar el bloqueo afectivo del que no podemos salir.



©Concha Berenguer Urrutia

## EL AUTOR

**LIONEL DELGADO** es graduado en Filosofía y doctor en Sociología por la Universidad de Barcelona.

Es investigador, divulgador y formador en temas de masculinidades, relaciones y cultura del odio. Escribe en varios medios de comunicación y trabaja a pie de calle formando a profesorado, chicos jóvenes, técnicos y técnicas de juventud y de género. Lleva años escribiendo artículos científicos y capítulos de libros sobre prevención de violencias. También es técnico de Bróders, una plataforma de escucha y acompañamiento a chicos jóvenes de entre 14 y 19 años.

# ALGUNOS EXTRACTOS

## INTRODUCCIÓN

«Sin embargo, se echan en falta análisis que se centren en las expectativas y las promesas de felicidad que sostienen las vidas dedicadas al gimnasio, a la mejora personal y al consumo de pódcast antifeministas. En cierta medida, las lecturas sobre la reacción y las masculinidades tienden a abordar la problemática desde fuera y a simplificar los afectos que la atraviesan. Incluso cuando los hombres hablamos de hombres, da la impresión de que nos referimos a otros, no a nosotros mismos, y lo hacemos de manera superficial.»

«En este libro se mezclan varias fatigas. La fatiga de género distancia a muchas personas de los procesos de revisión personal. El pesimismo hacia los vínculos nos hace sentir hastío y malestar en las relaciones. El capitalismo de la atención nos desgasta en lo cognitivo, altera nuestros ciclos de dopamina y erosiona nuestra capacidad de retención en su afán por vender más. La fatiga democrática provoca desafección política y desconfianza en las instituciones. El quiebre comunitario supone una crisis de la empatía y nos conduce al aislamiento, a la soledad y a la pérdida de densidad social. Todos estos elementos conforman un suelo pegajoso afectivo que bloquea nuestra forma de vivir y sentir el mundo y a nosotros.»

«Este suelo pegajoso no es algo individual, es una experiencia colectiva y, en este complejo ecosistema del malestar, es comprensible que surjan afectos tristes: miedo, asco, resentimiento... **La angustia hace que nos replaguemos sobre nosotros mismos y que nos agarremos a aquello que nos promete estabilidad, aunque duela. Al mismo tiempo, ese repliegue dificulta la construcción de vínculos comunitarios.** Nos aísla y oxida las herramientas de las que disponemos para encontrarnos con el otro, para cuidarlo o sostenerlo. Nos cuesta enormemente transitar la incomodidad que generan los vínculos y, en un contexto marcado por la facilidad para descartar aquello que nos remueve, esto ha allanado el camino hacia un mayor individualismo, una bunkerización de las identidades y una creciente polarización afectiva.»

«Las derechas y el neoliberalismo juegan a largo plazo: saben que, para que sus proyectos triunfen, deben crear las condiciones materiales y emocionales que hagan emerger el tipo de sujeto que necesitan. Un sujeto aislado, temeroso y resentido que se aferre a las balsas que ellos mismos le ofrecen.»

## APEGADOS A LO QUE DUELE: VÉRTIGO Y GÉNERO

«Llevamos unos años perdidos en el pesimismo de futuro y, cuando el futuro pierde la capacidad de movilizarlos, el presente se vuelve defensivo, centrado en la su-pervivencia. Esto nos pasa factura. El reconocimiento de lo inabarcable que es el mundo<sup>1</sup> y de lo complejo que es llegar a comprenderlo nos paraliza. O peor aún: la sensación de confusión, fatiga y dispersión que nos sobreviene cuando intentamos entender lo que pasa puede alimentar posiciones políticas que aprovechan la incertidumbre y la ansiedad para movilizarlos.»

«Muchos hombres experimentamos una profunda ruptura en nuestras vidas cuando nos dimos cuenta de que la forma en la que habíamos estado comportándonos, pensándonos y relacionándonos durante tantos años tenía consecuencias, no siempre positivas, para las personas que nos rodeaban. Es duro descubrir que nuestra forma de ocupar los espacios puede generar malestar, que solemos desentendernos del cuidado emocional en nuestras relaciones,

que nuestras compañeras están agotadas, o que nuestro vínculo con el cuerpo y la sexualidad están atravesados por exigencias asfixiantes. Con esto empiezan a derrumbarse muchos pilares que sostenían nuestra forma de ver las cosas.»

«**Por un lado, considero que las explicaciones que apuntan a que la razón por la que los hombres no nos deconstruimos es para mantener nuestros privilegios, no son suficientes.** Por otro, me resultan vagas las explicaciones que apuntan al desconocimiento o a la alienación como los principales motivos por los que los hombres no inician el proceso de deconstrucción de su identidad de género.»

«Porque no podemos entender cómo los hombres pueden dedicar tanta vida al gimnasio, tanto dinero en mentorías o tanta energía y tanto tiempo a emular un nivel de vida que no van a conseguir nunca. Porque no es fácil aceptar que muchas mujeres pueden desear activamente posiciones de sumisión en un modelo tradicional y *vintage* de la familia nuclear. Pero, no obstante, lo desean.»

«El género marca la forma en la que vemos el mundo, las formas en las que desarrollamos nuestra personalidad. Pero si el mundo cambia, nuestras formas de ser ya no encajan y no tenemos claro hacia dónde hemos de cambiar. Y es entonces cuando aparece la crisis.

«Entender que los distintos campos articulan distintas hegemonías (es decir, repartos diferenciales de estatus en función de determinados rasgos, habilidades y símbolos) nos permite entender por qué hay sectores de población que parecen mucho más impermeables a determinados debates o exigencias sociales. **Los jóvenes que habitan campos en los que sigue cotizando al alza una masculinidad o una feminidad normativas no dejan de escucharnos porque no nos entiendan o porque decidan sudar de lo que decimos cuando proponemos otros modelos de género.** Suele ser porque en su campo específico siguen operando otros códigos y otras relaciones de poder, de manera que en ese campo se sigue acumulando estatus con otros comportamientos y símbolos. Existe otra hegemonía y nosotras pretendemos que renuncien a esa hegemonía y a las esperanzas que tienen puestas en su buena vida particular por un modelo nuevo que viene de fuera. Esto es clave para entender la relativa autonomía con la que se mueven determinados sectores. El de los contenidos digitales es un buen ejemplo. Según cómo están configura-das las redes sociales, que priorizan el *engagement* y las interacciones, se configura un campo donde priman los mensajes rápidos y simplificados. Prima la estética y el carisma a la profundidad de contenido. Y con esas reglas se marcan unas hegemonías determinadas (encarnadas en *influencers* carismáticos y guapos que miden su éxito en seguidores, publicaciones pagadas y *branding* personal).»

«**Necesitamos preguntarnos por qué deseamos aquello que duele.** Necesitamos hablar de por qué seguimos apegándonos al género en un contexto en el que nunca antes hubo tanta información disponible sobre sus consecuencias y el daño que genera.»

«Y aunque haya dicho que había que prestar atención a la segmentación de la hegemonía en función de los grupos, lo cierto es que la pareja, la realización laboral y la promesa de estatus son ideales bastante transversales. Independientemente de que hoy no podamos considerar *obligatorios* ciertos enclaves afectivos como el matrimonio, la casa en propiedad o el contrato indefinido, siguen funcionando como dispositivos que circulan en esta economía afectiva y estructuran la vida, dando forma a una buena vida hegemónica.»

«**Los hombres nos centramos en hacer lo que se supone que tiene que hacer una persona para ser deseada, admirada y exitosa y, a cambio, perdemos la capacidad de indagar en nosotros**

**mismos, de poner límites o de darle a los vínculos la importancia que merecen.** Al generar expectativas claras pero restrictivas sobre nuestra manera de dar y recibir afecto, ganar reconocimiento y generar pertenencia, terminamos cerrándonos las puertas a muchas formas de vivir la vida, lo que nos conduce al aislamiento y a la frustración.»

## **MANOSFERA, HETEROPESIMISMO Y LA CONTRARREVOLUCIÓN DE LOS VÍNCULOS**

«Hoy, sabemos que la manosfera ha estado ligada al éxito de Trump, al fortalecimiento de la reacción ultraderechista a nivel global y a la deriva de odio que ha tenido internet en los últimos años. La *crisis de la masculinidad* quizás es un marco que se queda corto para entender la manosfera. Pero si la leemos desde el marco de la reestructuración material, relacional y afectiva promovida por el neoliberalismo, la lectura se vuelve más rica.»

«**Pero creo firmemente que, a día de hoy, el problema no es que los jóvenes sean más fachas, más racistas o antifeministas. O no solo. Los jóvenes son fuertemente neoliberales** y, sin ese factor de análisis, la ecuación no cuadra. Pero vayamos poco a poco.»

«**Defenderé que la manosfera es una versión reactiva, violenta y victimista de un problema mucho más generalizado, un problema afectivo de fondo que tiene que ver con los vínculos, las emociones, la sostenibilidad de la vida y las redes.** La manosfera agrupa intentos (conservadores y agresivos) de transitar la crisis de género para los hombres. Y en ese sentido su análisis conecta con otros movimientos afectivos como el *heteropesimismo*, el *posfeminismo* y el *neorromanticismo*. Lo que subyace es una crisis de las relaciones y los afectos. Y en ese problema estamos implicados todos y todas.»

«Estos dos grupos, los MRA y los *migtous*, conforman un binomio muy interesante para explicar la reactividad afectiva masculina actual y su combinación con una lógica fuertemente neoliberal y conservadora. **La cultura masculinista contemporánea articula la mezcla entre reacción rabiosa antipolítica y neoliberalismo, generando un potente colchón afectivo para un ecosistema masculino que gira en torno a los símbolos de rebeldía, individualismo, libertad y crítica.**»

«Con esta reestructuración cromática de los afectos, podemos entender y darle importancia a la base emocional de la cultura masculinista. Esto es muy importante ya que permitirá centrarnos en la motivación, en la circulación afectiva de los entornos radicalizados masculinos y no tanto a las razones objetivas. Apunta a la diversidad, a la permeabilidad y a la complejidad de los afectos que se dan dentro de estos contextos, lejos de la simplificación en la que caen los medios de comunicación y del esquematismo que simplifica las motivaciones de los jóvenes antifeministas (lo cual les hace reír de lo confundidos que estamos).»

### **Heteropesimismo**

«**Muchos de los discursos de la manosfera pivotan de una forma u otra en torno a las relaciones amorosas y la sexualidad.** Los incels se organizan desde el resentimiento de sentirse expulsados del mercado del emparejamiento; los *migtou* rechazan la centralidad de las relaciones para distanciarse de situaciones que perciben como arriesgadas; los activistas por los derechos de los hombres se sienten utilizados, descartados y señalados por sus exparejas y sienten rencor y rabia al percibir un trato injusto por su parte; por último, los artistas de la seducción diseñan y ponen en práctica herramientas de manipulación y confusión para

conseguir vincularse con mujeres. Las relaciones son una motivación básica de los afectos que circulan en la manosfera. Y esto debería hacernos pensar.»

«Lo **volcel** se diferencia de lo incel por la carga de resentimiento y frustración. El término lo han puesto de moda Rosalía, Justin Bieber, Lady Gaga y demás famosos, pero cristaliza un sentido más generalizado y apunta nuevas direcciones hacia donde están yendo las nociones de intimidad, marcadas por el malestar y la frustración. **El malestar relacional no es algo exclusivo de la experiencia masculina.**»

«La frustración respecto a lo relacional es un reto importante y está ligado a problemas igualmente importantes como la soledad y el aislamiento social, la desestructuración comunitaria, el miedo al vínculo o la crisis de las redes de apoyos. Este heteropesimismo supone un cambio afectivo colectivo que contrasta con la «revolución de los vínculos» que traían consigo propuestas como las no monogamias y que hicieron suyas los feminismos prepandemia. Estos discursos proponían poder poner los cuidados en el centro, construir relaciones cambiantes y de apoyo mutuo hackeando las lógicas del amor romántico, de la pareja como destino afectivo y de la familia como la única unidad de apoyo «incondicional». El pesimismo relacional supone un cambio afectivo evidente con respecto a la revolución de los vínculos, parte del fracaso de esa revolución y vuelve, de manera desengañada y nihilista, a lo anterior. **Parece que la defensa de la amistad o los nuevos vínculos entre mujeres tampoco han conseguido construir comunidades muy fuertes de apoyo y la pareja sigue siendo uno de los pocos bastiones de seguridad relacional.** Y esto puede estar aumentando la percepción de vulnerabilidad y de malestar de muchas mujeres a la hora de pensar en relacionarse. Precisamente, quejarse de los hombres puede tener una funcionalidad afectiva: puede ser una forma de compensar la sensación de vulnerabilidad y riesgo que generan las frecuentes relaciones insatisfactorias. Una forma de mantener la sensación de autonomía y evitar sentirse frágiles mediante un acto de desvinculación.»

«La **prometida revolución (no monógama) no se dio y ahora estamos en un momento de desilusión y desconfianza, de retorno a los valores relacionales tradicionales y de un rebrote del pensamiento monógamo y romántico, sobre todo, en una cultura conservadora que está al alza.** Quizá porque ofrece una balsa emocional mucho más estable que la que ofrecíamos nosotros.»

«El ocaso de los vínculos, la soledad no deseada, la desconfianza, el revanchismo y la fatiga generan un ecosistema de malestar relacional generalizado. Y en estos contextos aparecen **fenómenos tan interesantes como lo volcel o el heteropesimismo que, aunque guardan grandes diferencias con la manosfera, comparten con ella elementos como la retirada vincular, la fatiga y la decepción.** Nuestra pobre cultura relacional nos hace toparnos con un problema que no somos capaces de enfrentar. Seguir confrontando los procesos de radicalización política sin entender que son procesos de radicalización afectiva solo nos conduce a proponer y diseñar políticas fallidas. Los afectos tristes que nos guían por la experiencia relacional forman parte de un ecosistema de incertidumbre, miedo, frustración y cansancio. Los procesos de precarización de la vida que genera el neoliberalismo, el sentirnos cada vez más solas, al límite, confundidas con el futuro y sin muchas ganas de confiar son efectos individuales de algo estructural. Pero son, además, un colchón afectivo perfecto para el surgimiento de idearios mutantes como el posfeminismo o el feminacionalismo, que se hacen fuertes cuando los posicionamientos feministas se fatigan y son capturados por lógicas neoliberales y nacionalistas.»

## MÁS ALLÁ DE LA MANOSFERA: LA MANOCULTURA

«Con el concepto de manocultura intento apuntar a la transversalidad de clase de las culturas masculinizadas, dando más peso al contenido neoliberal de las mismas. **Los chavales no son solo más conservadores y antifeministas que antes: son mucho más neoliberales.** La manocultura apunta al kit de herramientas para la movilidad ascendente de jóvenes perdidos y ansiosos por el emprendimiento y el rendimiento. Apunta al vaciamiento de lo común, a la potencia nihilista destructiva y constructiva que surge en las comunidades masculinas en contextos de crisis democrática, económica y cultural. Apunta a las decisiones políticas que están capitalizando una rabia para sacar beneficio en la guerra de influencia cultural o a los movimientos económicos que capitalizan un deseo hacia productos vendibles.»

«En la manocultura se entrecruzan plataformas de monetización de estilos de vida y personalidad (Twitch, YouTube, Instagram) basadas en la lógica del emprendedor y el Yo Marca, algoritmos manipulados para maximizar unos contenidos sobre otros, una economía de la atención que exprime cerebros y los afectos de una sociedad en transformación (confusión, enfado, miedo y alegría). No se trata solo de actitudes, va también de algoritmos que priman el odio, publicidad engañosa, extracción de datos y optimización de métricas. La manocultura reenfoca el análisis desde un «los hombres hacen esto» al sistema que produce este tipo de subjetividades, lo cual evita moralismos, permite intervenir a nivel estructural y evita el pantanoso momento en el que la crítica se convierte en una guerra cultural vacía de contenido. **Nos permite no solo fijarnos en los comportamientos que fetichizan la violencia, cosifican a las mujeres y practican la lealtad y el silencio cómplice, sino que lo inscribe en una cultura masculina pop, viralizada y hegemónica que produce deseo apelando y capitalizando el malestar, la búsqueda de sentido y conexión, la expresión de rabia y el cansancio.»**

«Para entender la manocultura, es clave el papel del *lore*. El *lore* es una memoria colectiva que aporta cohesión a través de una narrativa mítica. Un canon, un tejido, una historia de memes, referencias y dobles sentidos. Para Libby Marrs y Tiger Dingsun (2021), un *lore* se construye por ciclos de codificación de comentarios de multitudes de individuos y contactos fugaces que van sedimentando en palabras, chistes, acrónimos. Referencias de referencias de referencias que casi nadie fuera de esas comunidades es capaz de entender, y esa es la gracia. La manocultura ha generado ese *lore* a partir de la traslación de parte del *lore* manosférico mezclado con el *lore* de la cultura digital más *mainstream* que tamiza, homogeneiza y traduce a lo pop una serie de valores que antes estaban marginados. De esa forma, estos códigos se expanden más sin perder el rollito de comunidad.»

«En este espacio autorreferencial se refuerzan los códigos propios de la cultura digital, en un juego de reflejos que funciona también como productor de relato. Lo interesante de todo ello es que la ideología nunca queda clara. El **caso de Ceciarmy** es ilustrativo. Ha participado en varias recaudaciones de fondos contra el *bullying*, la soledad o ciertas emergencias, como cuando logró recaudar 300.000 euros para repatriar a Ángela Agudo, una joven que sufrió un accidente en Tailandia que la dejó en coma. Aquella iniciativa fue utilizada como ataque contra el gobierno por su negativa a hacerse cargo de la repatriación, lo que propició que Ceciarmy apareciera como invitado en *El Hormiguero*, programa famoso por no ser precisamente progresista. Estos códigos generan un *folklore digital* masculino. El concepto de *folklore digital* fue acuñado por Olia Lialina y Dragan Espenschied (2009) y engloba las costumbres y los elementos de la cultura visual, textual y sonora que surgieron de la interacción de los usuarios con las aplicaciones digitales durante las últimas décadas.

«La **manocultura** es un cúmulo de expresiones culturales que surgen, circulan y evolucionan en entornos digitales. Incluye memes, jergas online, bromas y personajes viralizados (como El Dandy de Barcelona o Lucas, famoso por su «bueno, depende si no *gomito*»), referentes de una versión expansiva, descentralizada, fugaz e interminable del programa *Callejeros*) que definen un lenguaje, una identidad y un afecto pegajoso. **Este folklore dibuja una identidad masculina específica y contemporánea. Una nueva masculinidad, si quisiéramos, pero esta vez neoliberal, irreverente, individualista y políticamente ambigua.**»

«Podríamos hablar de otros productos manoculturales: la basura de *reality* de Zona Gemelos; el pódcast de Jordi Wild o los canales de Twitch del Xokas, Auronplay, Míster Jägger, Frank Cuesta, TheGrefg o Lethal Crysis; programas como *El Hormiguero* y *Cuarto Milenio*, o eventos deportivos como la Kings League que organizan Gerard Piqué e Ibai Llanos. Se trata de espacios que funcionan a la vez como reflejo y motor de un tipo de cultura concreta, una cultura que promueve ciertas representaciones hegemónicas de la masculinidad y modelos de buena vida, orientando el deseo y las prácticas hacia postulados de éxito masculino en términos capitalistas.»

«La diferencia entre *manosfera* y manocultura se da en un sentido cuantitativo (el sentido de «esfera» marginal estalla, comiéndose gran parte de la cultura de internet), pero también cualitativo: la radicalización antifeminista ya no es el principal motor, sino que pasa a un segundo plano respecto a una serie de necesidades de corte más profundo (económicas, motivacionales, de socialización) y a dimensiones (o decisiones) políticas y económicas. **La manocultura no va solo de reproducir privilegios y oprimir a otros; va sobre la construcción de un ecosistema en el que se aúnan valores masculinistas, odio, nihilismo, políticas digitales, luchas de influencia, humor, inversiones económicas, memes, espacios de pertenencia y promesas de una identidad estable (aunque dañina, de ahí el optimismo cruel) en medio de la incertidumbre.**»

«Uno de los agujeros de conejo más evidente es la cultura de gimnasio: contenidos sobre rutinas, ejercicios, dietas de definición o ganancia, memes (como @spanishgymemes) de corte, en ocasiones, racista o misógino... Esta cultura está al alza, lo que provoca que el sector de los gimnasios esté creciendo desde hace años. Según la AGEJU, en 2024, el sector creció en España un 14 por ciento y, en 2025, llegaría a los 1.650 millones de euros.<sup>3</sup> El sector del *fitness* supone el 3,3 por ciento del PIB del país y hay alrededor de 4.250 gimnasios por todo el Estado.<sup>4</sup> El sector parecía amenazado por la pandemia, pero experimentó un *boom* gracias a los servicios personalizados, los *smart gyms*, los entrenadores virtuales y la automatización de servicios.»

«Las tribus que se organizan en torno al *streaming* tienen mucho de vínculo afectivo: **streamers como el Xokas, Ibai o Auronplay te invitan a su casa, al cuarto propio conectado** del que hablaba Remedios Zafra (2010), hablan de sus movidas, de cosas cotidianas e improvisan temas según las reacciones de la comunidad. Un espacio íntimo que funciona a la vez como escenario laboral (de un profesional del vínculo digital), de juego y de tejido comunitario. Esto genera una sensación de pertenencia (una relación parasocial, definida por la sensación de conocer a alguien simplemente por haberlo visto mucho en redes) construida a través de la cercanía y de una comunicación corporal mediada por pantallas que consolida un vínculo. **Todo ello se vio acelerado de forma brutal por la pandemia, momento a partir del cual el triángulo soledad-redes-jóvenes adquirió muchísimo más peso** (Amezaga Etxebarria, López Carrasco y Sádaba Rodríguez, 2022).»

«La percepción del tiempo y el espacio está íntimamente ligada a la comunidad. Las fiestas, las asambleas, los mercados semanales, todo esto estructuraba colectivamente el tiempo y los

ritmos. Que esto desaparezca nos lanza a un tiempo lineal y atomizado, relleno de meros eventos de consumo, lo cual genera una desorientación sensorial importante. Y para Putnam esto no solo afecta a cómo nos juntamos, sino que tiene un impacto decisivo en la cultura democrática, de la que hablaremos más adelante.»

««¿Cuándo fue la última vez que hiciste algo por primera vez?», me preguntó una vez un tío en un bar de borrachera. Podríamos hacernos más preguntas en esa línea, por ejemplo **¿cuándo fue la última vez que sentí o experimenté algo para lo cual no tenía una representación previa?**

**Rupturas, viajes, enamoramientos... Todo está marcado.** ¿Cómo sentir algo nuevo? ¿Cómo salir de la tediosa sensación de que nuestra vida es plana, que no me queda nada mágico por vivir? No hay juego, no hay novedad, no hay magia.»

**«La vida está perdiendo el sentido a pasos acelerados y sabemos que el trabajo no llena, pero no tenemos otras formas de ilusionar la existencia más allá del consumo.»**

«El *youtuber*, el mentor, el *gamer*, el inversor, el *dj*, el que apuesta..., todas esas figuras encarnan promesas de felicidad, estatus y éxito individual

para muchísimos hombres. En un contexto de crisis del guion tradicional de vida, la promesa de que con ingenio, carisma y esfuerzo podrán conseguir valor social resulta muy potente. En este contexto de precariedad de sentido, aparecen innumerables *coaches*, mentores financieros, de gimnasio, de seducción, de creación de contenidos, etc. ¿Por qué cala con más fuerza en los varones jóvenes? La masculinidad parte de un universo de significados fértil para esta mentalidad del Yo Empresa: la individualidad, el rechazo a las emociones y a la debilidad, la ética del esfuerzo y el trabajo duro, la resistencia y el autocontrol son patrones básicos de las relaciones masculinas.»

«La manocultura tiene un aire masculino porque lo que promueve el neoliberalismo descarnado encaja bien con lo que tradicionalmente ha estado ligado a la masculinidad, pero es solo cuestión de tiempo que se expanda como una mancha de aceite hacia otras experiencias, y ya lo está haciendo. La promoción de un feminismo liberal e individualista, estilo *girlboss*, facilita que la manocultura termine desarrollando corrientes como el *posfeminismo*. La manocultura, punta de lanza de un neoliberalismo hiperdigitalizado, nihilista y apolítico, puede evolucionar perfectamente incorporando la experiencia *girlboss*.»

«La manocultura neoliberal ofrece un kit de herramientas para evitar el vértigo que supone la incertidumbre. Se alimenta del vacío y de la ausencia de magia del mundo para ofrecernos productos culturales, membresías, comunidades digitales y publicidad segmentada. Ante la ausencia de un relato que podamos considerar verdadero, optamos por el consumo de múltiples relatos menores que hacen una buena labor de parches.»

## **REÍR MIENTRAS TODO ARDE: INCORRECCIÓN Y NIHILISMO**

«Se dice que Woodstock '99 fue el momento en el que murieron los noventa. Creo que podría decirse también que Woodstock '99 fue el momento en el que algo más nació. Los disturbios del festival señalaron nuevos ejes de una rebeldía juvenil masculina. **La rebeldía dejaba de ser un espacio de liberación y contracultura, como lo había sido en los *hippies* setenta o en los *punkis* ochenta, para convertirse en un espacio de nihilismo, violencia y placer en el caos.** «Break Stuff» habla de las ganas de romper algo por el cabreo que acumulamos frente a la vida que nos ha tocado vivir, una vida urbana, sin salida, agotadora y alienante.»

«Los de Torre Pacheco son chavales que crecen en un territorio liminal, donde el futuro pasa por intentar escapar de allí para no verse encadenados como sus padres. El problema es que para ellos todo eso del trabajo estable, la previsión del futuro y una vida digna resulta más incierto que para las generaciones anteriores. **El hedonismo depresivo es fuerte en las clases expropiadas de futuro. Vidas que transcurren entre la Play, YouTube, espacios de hormigón brutalizados, resentimiento de clase y la sensación de haber nacido demasiado tarde.»**

«La violencia no persiste porque los hombres no sepamos «gestionar las emociones». O no solo, vaya. La violencia produce algo. Produce intensidad, presencia, colectividad, descarga... **En un contexto donde la capacidad de encontrar sentido se vuelve realmente difícil, la violencia (física, simbólica o estética) se convierte en una forma de sentir.** Y los sensorios masculinos de diversa índole suelen tener esa intensidad violenta bastante presente. La agresividad forma parte de nuestros recursos más o menos frecuentes para experimentar intensidad. Y esto se acentúa cuanto más plana, hastiada y aburrida se vuelve una vida. La violencia devuelve la posibilidad de una experiencia «de verdad» que rompe la anestesia cotidiana.

«**Entre la izquierda yanqui empezó a crecer la cultura de la cancelación y la vigilancia mutua, llegando a castigar por incoherencias, posicionamientos ambiguos o directamente errores.** En el caso español, esta presión no ha sido tan explícita, agresiva ni controladora, pero sí alcanzó un nivel de hegemonía social considerable. El crecimiento desproporcionado de este tipo de cultura no fomenta el pensamiento crítico, sino que termina por enseñar que es mejor callar, simular adhesión o directamente acudir a espacios donde la transgresión no esté castigada. En lugar de acercar a procesos de reflexión colectiva y aprendizajes comunitarios, se generaron entornos tan incómodos que muchas personas acabaron por marcharse. El castigo simbólico sustituyó al conflicto que enriquece debates y reforzó las narrativas derechistas sobre la censura y el autoritarismo cultural de la izquierda.»

«Creo que muchas de las personas que se ven seducidas por alguien con discurso transgresor no lo son porque piensen «esto que dice es verdad», sino por el disfrute de sentir que «por fin alguien habla sin miedo». La corrección política ha generado un contexto en el que la ambigüedad se señala y castiga. **Mi amigo Sergio, profesor y un referente para mí en temas de pedagogía, me dijo una vez: «Para los chavales lo de Franco es un meme».** Él veía que en sus clases había grupos de chicos que empezaban a corear el nombre del dictador desde el júbilo; sin embargo, en el cara a cara, muchos de ellos tenían valores bastante democráticos y progresistas. Estamos ante algo que va más allá y que apunta a la disonancia que a menudo existe entre valores personales, comportamientos grupales, discursos públicos e identidades. No siempre decimos lo que pensamos, ni siempre pensamos lo que decimos; no siempre nos comportamos como pensamos; no siempre podemos llevar a la práctica nuestros valores.»

«Ahora bien, rompiendo una lanza a favor del concepto, si bien comparto que el término polarización política no es del todo preciso, **sí creo que existe una polarización afectiva, en tanto que cada vez somos menos capaces de encontrarnos con quien se opone a nuestras posturas y sentimos más antipatía y asco hacia lo contrario.** Y no me refiero tanto a sentir asco por un nazi (que yo mismo siento), sino al asco y la rabia que puede despertar un votante de Vox o un antifeminista. Puedo entender las razones que haya detrás, pero esta polarización afectiva entraña riesgos. En otro artículo donde participa Leaf Van Boven (Fernbach y Van Boven, 2022) se señala cómo el pensamiento categórico, la simplificación y la amplificación emocional aumentan la brecha percibida y bloquea la capacidad de encuentro. Y no quiero ser yo sospechoso de defender el diálogo con nazis, pero sí creo que hay un espectro enorme de la población con el que tenemos que sentarnos a hablar.»

«**Detrás del júbilo troll y de la fiebre políticamente incorrecta, hay una sensación de disfrute al romper lo que se percibe como una cultura de izquierdas basada en el miedo a la exclusión, en la ansiedad moral y en la autocensura.** Esta imagen ha sido alimentada por divulgadores de derecha que han convertido los posicionamientos de izquierda en un muñeco de paja, pero no habría resultado tan eficaz si no hubiera un fondo de verdad.»

«El concepto de **fatiga de género** es fundamental para entender la situación que vivimos actualmente. Permite entender un clima afectivo de cansancio hacia la lucha igualitaria y lo conecta con el argumentario típicamente posfeminista: la desigualdad ya no existe; vivimos en un mundo meritocrático donde todos somos iguales; el género, la clase o la ocupación son irrelevantes; somos individuos responsables de nuestra propia vida y una queja permanente es de mal gusto.»

«**En los institutos nos topamos con un alumnado fatigado por la cantidad de talleres de igualdad que, año tras año, no terminan de alterar los símbolos o las economías que funcionan en el patio.** La violencia sigue siendo moneda de cambio, los malotes siguen siendo los más populares, el raro sigue sufriendo abusos. En los clubes deportivos siguen operando modelos de masculinidad tradicional, sigue existiendo la misma expresión rabiosa y violenta de la emoción deportiva que nada tiene que ver con los contenidos que reciben en los talleres de igualdad y diversidad. En las redes sociales, los discursos sobre diversidad, lenguaje inclusivo o representación femenina circulan con intensidad, pero los algoritmos premian la transgresión, el sarcasmo y la incorrección. La fatiga de género es el tema en torno al cual giran casi todos los talleres que me solicita desde hace ya un par de años un profesorado que ya no sabe cómo conectar con un alumnado hastiado, distanciado afectivamente y cada vez más reactivo. Las técnicas de igualdad y de juventud ya no saben cómo desarrollar políticas locales que sean atractivas o generen ilusión. Gestores culturales, entrenadores, profesores de universidad... Todos se encuentran desarmados frente al cansancio, la ironía y la desafección.»

«**Vivimos en un mundo fatigado, hastiado en parte porque desde las posiciones progresistas llevamos años hablando de valores, derechos y comunidad, pero somos incapaces de contrarrestar la atomización, la desconexión o el hedonismo depresivo.** De hecho, no solo estas realidades no han mejorado, sino que cada vez están peor. Esa disonancia genera fatiga respecto a los discursos de una izquierda en la que ya nadie cree.»

«La fatiga nos pide otra forma de hacer política. No se trata de menos políticas de igualdad, ni de menos feminismo. Para nada. **La fatiga pide poder incorporar la experiencia vivida en los procesos políticos, tomarse en serio los afectos, no tanto como un problema que se deba corregir sino como una realidad que nos está diciendo algo.** Implica abandonar la repetición automática y las inercias de discursos y propuestas para volver a anclarlos en las experiencias materiales, colectivas y emocionales. Necesitamos trabajar el sentido, la percepción sobre nuestra capacidad de acción y la pertenencia.»

## **FATIGA DEMOCRÁTICA Y JÚBILO REACTIVO**

«El poder no se reproduce solamente (ni siquiera principalmente) por la razón, sino que parece más bien sostenerse a través de climas afectivos de miedo, esperanza, resentimiento, seguridad, ansiedad, amor, orgullo, etc. Estos condicionan qué cuerpos pueden sentir qué, dónde y cómo y, a la vez, moviliza esos afectos hacia fines colectivos, ya sean de dominación o de emancipación. Estos climas afectivos se vehiculan a partir de dispositivos comunicativos (los

afectos se narran y se discursivizan), materiales (afectan cuerpos y espacios) e institucionales (se organizan recursos y se cristalizan prácticas y relaciones).»

«Las identidades conservadoras de género, el *gymbro*, el *criptobro*, la *tradwife*, las masculinidades nihilistas, etc. han internalizado una racionalidad neoliberal que ata el género a un proyecto individual de optimización, de forma que el cuerpo, el deseo, las relaciones afectivas o la posición social son leídos como resultados directos de decisiones personales bien o mal tomadas. Pero es que esa lectura individualista y productivista tiene una faceta antiestatalista que los conecta con la crítica conservadora a la justicia social y a la protección de poblaciones en situaciones de desigualdad. La puerta de entrada del autoritarismo para la identidad neoliberal es el voluntarismo y la competencia.»

«El *gymbro* disciplina su cuerpo como inversión visible de esfuerzo y señala a los *vagos* o *poco disciplinados*; el *criptobro* vive el riesgo financiero y sus habilidades para surfear los mercados como valentía y virtuosismo y acusa a quienes viven del Estado; la *tradwife* resignifica la dependencia económica como libre elección y ataca a las feministas por fomentar la precariedad de las mujeres; las masculinidades nihilistas renuncian al vínculo social como reacción cínica y dejan de creer en la cobertura social en pos de la libertad individual... En el autoritarismo clásico había una fuerte disciplina externa y una homogeneidad forzada, mientras que en las democracias neoliberales vemos sujetos atomizados, competitivos y privatizados que buscan la diferencia y la autenticidad mientras reproducen los mantras de mercado, el consumo y la autoexplotación e integran la crítica a las políticas de justicia social.»

«España no es un país tan neoliberal como lo podrían ser el Estados Unidos de Donald Trump, la Argentina de Milei, la Italia de Meloni, el Chile de Kast o el Reino Unido pos-Brexit. Sin embargo, España es un país atravesado por determinados elementos que podrían desarrollar posiciones autoritarias y neoliberales y avanzar hacia la desdemocratización: décadas de neoliberalización y un descontento social con las políticas progresistas incapaces de (o no interesadas en) parar la crisis en vivienda, el encarecimiento de la vida, la precarización de servicios públicos... Y Vox es el partido que saca beneficio de este clima capitalizando el malestar popular.»

«**Lo cierto es que las políticas progresistas aplicadas desde un marco neoliberal están demostrando que no consiguen alterar las condiciones materiales para mejorar la vida de las personas.** Lo que sí han conseguido es alimentar un descontento y, peor aún, un enorme cansancio y una profunda desilusión. Han jugado con la teoría de cinturón de contención de la ultraderecha («somos nosotros o el fascismo») y, para sostenerla, han azuzado hasta el límite rentable el descontento y la movilización ultraderechista dedicando tiempo y espacio a cubrir y hablar de la derechización juvenil, el peligro antifeminista y la reacción masculina.»

«Y se ha repetido hasta la saciedad que esto se explica porque los hombres, especialmente, los jóvenes, votan en mayor medida al partido ultraderechista. Sin embargo, el barómetro de diciembre de 2025 muestra que, si bien es verdad que Vox es el partido favorito entre los varones jóvenes (26,6 por ciento frente a un 10,8 por ciento que prefiere al PSOE y un 7,5 por ciento al PP), entre las mujeres jóvenes aparece como el segundo partido con más intención de voto (un 19,3 por ciento; el primero sería el PSOE con un 25,2 por ciento y el tercero el PP con un 8,4 por ciento). Ya no es solo una cuestión de género.»

«Diversas investigaciones (Mudde Rovira Kaltwasser, 2015; Spierings y Zaslove, 2017) señalan que **no es tanto que los hombres tendamos a votar en mayor medida a los partidos populistas de extrema derecha, sino que tendemos a votar más a los partidos populistas en general.** [...]

Los hombres conectamos más fácilmente con la expresión activa de la frustración y la ira y nos sentimos más autorizados para juzgar, exigir e incluso insultar. Solemos mostrar una alta percepción de eficacia política interna: tendemos a pensar que tenemos unas altas capacidades para entender la política y para intervenir en ella (piensa en el típico cuñado que afirma «Esto es fácil, lo que yo haría...»). Quizás por eso nos sentimos más atraídos por fuerzas populistas. Podemos, en sus inicios, también supo conectar con esa desafección. Su electorado expresaba también un nivel considerable de descontento con el funcionamiento del sistema institucional, por lo que movilizar la desafección institucional no es una estrategia que solo pueda ejecutar la ultraderecha.»

«Las izquierdas se encuentran atascadas en una contradicción que no parece resoluble a corto plazo, al menos hasta que se asuma una autocrítica, se reconozcan los errores y se emprenda en serio la tarea de refundar las bases de la movilización progresista, rompiendo con las lógicas neoliberales presentes en la propia izquierda. Hoy tenemos bases derechistas jubilosas y empoderadas frente a bases progresistas desanimadas y saturadas.»

### **OTRO MUNDO NO ES IMPOSIBLE**

«Por intereses económicos (y políticos: recordemos que el PSOE jugó a darle más peso a la ultraderecha para afianzar sus bases y erigirse como la única alternativa que separaba España de la barbarie), **los medios de comunicación estaban dispuestos a crear una alarma social a costa de simplificar o tergiversar el análisis. Y ahora sí que nos encontramos con una masa creciente de hombres antifeministas, cabreados y reactivos.** Pero cabe preguntarse qué peso tuvieron en este empoderamiento masculinista los discursos mediáticos que llevamos tragando desde hace años.»

¿Hasta qué punto la apelación a la imaginación queda como un simple brindis al sol, como una apuesta de máximos que no aborda la base material de todo esto? Después de señalar la tarea pendiente, ¿sabemos cómo ir más allá? ¿Tenemos los recursos necesarios para saltar de la imaginación a la práctica? No estamos paralizados (solo) por películas, series o videojuegos sobre el fin del mundo. No estamos paralizados solo por miedo. **Estamos paralizados por sobrecarga, por saturación, por decepción. Y si no abordamos esos afectos, no bastará solo con imaginar futuros diferentes, ya que no tendremos la ilusión por construirlos.»**

«Más que un problema de imaginación, tenemos un problema de apego a unas condiciones de vida; tenemos un problema para desprendernos del imaginario social capitalista.»

«Los afectos que nos atan al género no se pueden eliminar así como así. Como mucho, se pueden ir desplazando poco a poco hacia otros objetos, pero no puedes desprenderte de golpe de algo que te proporciona una base sólida de estabilidad. Hay algunos hombres en situación de mayor privilegio que pueden asumir esa inestabilidad psicoemocional, esa «incomodidad productiva» que defendemos muchos. Pero también hay otros casos en los que esta inestabilidad se cruza con otras a nivel material y eso quizás nos complica el trabajo.»

«La hipervisibilidad de los problemas de salud mental, de melancolía, de tristeza y la sensación de falta de sentido, puede vivirse como una forma de comunidad y es cierto que esa identificación funciona como bálsamo. Pero en la práctica, la experiencia parece reproducir el aislamiento y la atomización. En nuestro sofá, todas damos *like* y enviamos memes sobre *burnout* a nuestros amigos, pero esto no parece movilizar a nadie. Mas bien sirve para alimentar la particularidad, y no tanto para conectarnos en un sufrir común. Sentimos que ya no vivimos la tristeza y la ansiedad en silencio, pero comentar «sí soy» no es politizar. El malestar

psíquico se sigue viviendo en soledad. Y las políticas que abordan el tema no apuntan a sus causas estructurales.»

«La politización debería llevar a la movilización, no a la simple constatación del daño. Y aquí nos bloqueamos. **Nos indignamos pero no nos movilizamos, vivimos una politización pasiva del malestar.** Una politización pasiva que, en el fondo, conecta con la sensación de fatiga y de derrota y con la percepción que tenemos sobre nuestra escasa eficacia política interna. Esto nos bloquea y nos incapacita para transformar la politización del malestar en acción.»

«Las personas que votan a formaciones ultraderechistas muestran un mayor descontento respecto a la política en general y a los políticos en particular. Y resulta que, en el *Informe de la Juventud de España*, al analizar la opinión juvenil sobre la democracia, se observa que los y las jóvenes españolas no se muestran especialmente críticas con el modelo democrático en sí, pero sí con su funcionamiento y con los representantes públicos (Observatorio de la Juventud en España, 2025: 290). Por todo ello, las juventudes han sido un objetivo claro de estos discursos antipolíticos de la ultraderecha. En el estudio «Hábitos Democráticos» del CIS, se muestra que los votantes jóvenes de Vox son los que peor valoran el funcionamiento de la democracia española y la situación política.»

«En paralelo, el heteropesimismo, lo *volcel* y, en general, el aumento de la desconfianza respecto a las relaciones románticas están minando las ganas de abrirnos, de compartir y de construir juntas. Pero, irónicamente, seguimos viviendo en contextos amatonormativos, donde la experiencia amorosa está saturada de significados, de expectativas y de un guion bastante claro de cómo deberíamos amar y cómo deben ser nuestras relaciones. La pareja sigue siendo el oasis que nos salvará de la soledad, que nos librará del FOMO (Fear of Missing Out, 'miedo a perderse algo'), que nos permitirá viajes, intensidad, cariño y poder comprarnos una casa. **Nos encontramos en ese incómodo lugar donde no creemos ya en el amor, pero sentimos que lo necesitamos para estar bien.**»

«Que haya voces masculinas heterocis hablando de la amistad podría crear nuevos discursos «desde dentro»: nombrar nuestra pobreza afectiva como algo de lo que huir, criticar la idea de que los hombres no sabemos vincularnos, demostrar que sabemos relacionarnos de otra forma quedando para cuidarnos, aprendiendo a sostener emocionalmente, acompañándonos en las crisis. Creo que sería una buena oportunidad para evitar que los discursos que señalan lo que deberíamos hacer vengan siempre.»

«Los hombres deberíamos poder hacernos cargo de la incomodidad que generamos directamente o la que generamos indirectamente por historias pasadas de la persona que tenemos delante. Entender esto, aceptarlo y trabajar desde ahí es importante. Es mejor ser comprensivos, ya que, aunque no vaya conmigo, hay también una responsabilidad colectiva. Y eso debería ser también motor, no solo para hacer autocrítica de las molestias que pueda generar, sino también para preocuparme por los otros hombres que molestan aunque yo (crea que) no lo haga.»

«La manosfera es una respuesta al problema de fondo con los vínculos, las emociones, la sostenibilidad de la vida y las redes. El posicionamiento desde la rabia, la victimización y el odio conecta con un sentir de época nihilista, incorrecto y salvaje. Esta potencia afectiva, en contextos cambiantes por las nuevas condiciones de la cultura (y la economía) digital, hizo que códigos, discursos y afectos que antes se organizaban en subculturas de nicho se expandieran con rapidez hasta configurar lo que hoy constituye una nueva cultura hegemónica: la manocultura.»

**«Vivimos una crisis en los modos de vida y esto trae consigo una crisis sensorial y afectiva.** Las mutaciones en los afectos están a la orden del día: hedonía depresiva, optimismo cruel, heteropesimismo, impotencia por sobrecarga, crisis de sentido, nihilismo reactivo, fatiga de género... Con todo ello espero haber sabido defender tres ideas: que entender la circulación y la encarnación de los afectos en nuestra época es vital para entender los fenómenos políticos y culturales contemporáneos; que volver a una mirada crítica sobre el capitalismo es necesario si queremos entender mejor los cambios de género y ser capaces de promover transformaciones con cierto sentido, y que si nos tomamos en serio la política, deberíamos estar más abiertas a debates que no se han querido tener y a revisar con una mirada autocrítica las estrategias trazadas y las decisiones que hemos tomado.»



# *Ariel*

**PARA AMPLIAR INFORMACIÓN**

**Laia Barreda Vicent** | RESPONSABLE DE  
COMUNICACIÓN ÁREA DE ENSAYO  
**659 45 41 80** | [laia.barreda@planeta.es](mailto:laia.barreda@planeta.es)