

POTENCIAS ALEGRES Y FELICIDAD COLECTIVA:
FUNCIONAMIENTOS AFECTIVOS ENTRE SPINOZA Y SIMMEL

*Joyful Power (potentia) and Collective Happiness:
Affective Functioning between Spinoza and Simmel*

*Potências alegres e felicidade colectiva: funcionamento
afetivos entre Spinoza e Simmel*

LUIS JAIME ESTRADA CASTRO¹

Recibido: 2 de marzo de 2025.

Corregido: 6 de noviembre de 2025.

Aceptado: 9 de diciembre de 2025.

Resumen

El capitalismo es un modo de producción de subjetividades tristes. Asimismo, la subjetividad capitalista contemporánea está atravesada por formas de precarización materiales e inmateriales, corporales y afectivas. La precarización afectiva produce subjetividades tristes obligadas a encubrir ese estado bajo la apariencia paradójica de una falsa “felicidad”. Ser feliz en un mundo que precariza mediante la producción de la tristeza, es una condición que se ha convertido en obligatoria y que orilla a recrudescer e interiorizar los padecimientos psicosociales cada vez más presentes en nuestras sociedades: la depresión, el síndrome *burnout*, el estrés, la ansiedad y el suicidio. Frente a esto, la alegría y la felicidad, tal como las comprendían Spinoza y Simmel, en tanto potencias de vida que aumentan mediante el cuidado ético de los otros y lo común, se esbozan como herramientas conceptuales para disputar otras formas de vida frente a la felicidad triste del capitalismo. El diálogo que se establece entre estos dos autores no resulta en asumir una actitud “positiva” frente a la tristeza,

¹ Luis Jaime Estrada Castro es Doctor en Ciencias Políticas y Sociales por la UNAM, investigador posdoctoral en el Departamento de Filosofía de la División de Ciencias Sociales y Humanidades de la UAM-Iztapalapa (Estancias Posdoctorales por México, SECIHTI) y en el Departamento de Filosofía y Sociedad de la Facultad de Filosofía de la Universidad Complutense de Madrid. Es miembro del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores (SNII). Líneas de investigación: Afectos, procesos de subjetivación, cuerpo, estética. Correo electrónico: luisjaes@ucm.es o ljestrada@politicas.unam.mx
ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-8736-1324>

la cual es precisamente la trampa de la felicidad paradójica, sino de politizar y colectivizar el malestar para identificar sus causas estructurales, al mismo tiempo que se construyen relaciones comunes sostenidas en las potencias alegres y la felicidad colectiva.

Palabras clave: Afectos, alegría, felicidad, potencias, Simmel, Spinoza.

Abstract

Capitalism is a mode of production of sad subjectivities. Likewise, contemporary capitalist subjectivity is permeated by material and immaterial, bodily and affective forms of precarisation. Affective precariousness produces sad subjectivities forced to cover up this state under the paradoxical appearance of a false 'happiness'. To be happy in a world that precarises through the production of sadness is a condition that has become compulsory and that leads to the intensification and internalisation of psychosocial ailments that are increasingly present in our societies: depression, burnout syndrome, stress, anxiety and suicide. In the face of this, joy and happiness, as understood by Spinoza and Simmel, as potencies of life that increase through the ethical care of others and the commons, are outlined as conceptual tools to dispute other forms of life in the face of the sad happiness of capitalism. The dialogue established between these two authors does not result in assuming a 'positive' attitude towards sadness, which is precisely the trap of paradoxical happiness, but in politicising and collectivizing malaise in order to identify its structural causes, while at the same time constructing common relations sustained by joyful potencies and collective happiness.

Keywords: Affections, joy, happiness, potencies, Simmel, Spinoza.

Resumo

O capitalismo é um modo de produção de subjetividades tristes. Da mesma forma, a subjetividade capitalista contemporânea é atravessada por formas materiais e imateriais, corporais e afetivas de precarização. A precariedade afetiva produz subjetividades tristes obrigadas a encobrir esse estado sob a aparência paradoxal de uma falsa "felicidade". Ser feliz num mundo que precariza através da produção de tristeza é uma condição que se tornou obrigatória e que conduz à intensificação e interiorização de doenças psicossociais cada vez mais presentes nas nossas sociedades: depressão, síndrome de burnout, stress, ansiedade e suicídio. Perante isto, a alegria e a felicidade, tal como entendidas por Spinoza e Simmel, como potências de vida que aumentam através do cuidado ético dos outros e dos bens comuns, são delineadas como ferramentas conceituais para disputar outras formas de vida face à triste felicidade do capitalismo. O diálogo estabelecido entre estes dois autores não se traduz em assumir uma atitude "positiva" perante a tristeza, que é precisamente a armadilha da felicidade paradoxal, mas em politizar e coletivizar o malestar para identificar as suas causas estruturais, ao mesmo tempo que se constroem relações comuns sustentadas em potências alegres e na felicidade colectiva.

Palavras chave: Afectos, alegria, felicidade, potências, Simmel, Spinoza.

*Me he esmerado en no ridiculizar ni lamentar
ni detestar las acciones humanas, sino en entenderlas.*
SPINOZA, *Tratado político*.

*Nosotros pensamos, sentimos o queremos tal o cual cosa.
Pero al vivirlo, hay ahí algo más, lo inefable
e indefinible que sentimos en toda vida como tal.*
GEORG SIMMEL, *Intuición de la vida*.

Introducción

Escribir sobre la alegría y la felicidad en un contexto en el cual ambas son capturadas por la mercadotecnia, la publicidad y el consumo, pareciera un esfuerzo inútil. Sin embargo, precisamente ahí donde en apariencia ya no hay nada qué pensar, ya sea por agotamiento de las preguntas o por la insuficiencia de las respuestas, es precisamente donde hacen falta mayores esfuerzos para explicar fenómenos que impactan y conforman la vida cotidiana.

Uno de esos fenómenos corresponde a la dimensión social de las emociones y afectos. En este sentido, los desarrollos filosóficos y sociológicos de Baruch Spinoza y Georg Simmel tienen particular relevancia para comprender la importancia política y social de la alegría y la felicidad. Incluso considerando las diferencias de época² entre el siglo XVII de Spinoza y el XIX de Simmel, ambos autores desarrollan su pensamiento en contraposición a las corrientes racionalistas hegemónicas de sus épocas. En el caso de Spinoza, en relación con Descartes, el filósofo del racionalismo moderno por excelencia y, respecto a Simmel, su distancia con los desarrollos teóricos del positivismo, particularmente representados por Comte y Durkheim.

Es importante aclarar que la forma en la que Spinoza comprende a la razón incluso dentro del contexto del siglo XVII. En su *Ética* (2016 [1677])³

² No se omite el reconocimiento de las diferencias de los contextos históricos en los que se encuentran Spinoza y Simmel. En la historia de las ideas los dos siglos que les separan son fundamentales tanto para la filosofía y la sociología. Sin embargo, lo que se busca es poner a funcionar sus ideas más allá de su determinación de época. Por tanto, sin menoscabo de un análisis histórico, se exploran las posibilidades del agenciamiento Spinoza-Simmel.

³ En adelante, las citas de Spinoza irán acompañadas de una nota al pie con la referencia a las fuentes originales con base en la propia ordenación dada por el autor, apelando al uso común para la citación de sus obras en textos filosóficos. Se usarán las siguientes abreviaturas para sus obras: *Ética* (E), *Tratado Político* (TP).

puede leerse: “del hecho de que tenemos nociones comunes e ideas adecuadas de las propiedades de las cosas a este modo de conocer lo llamaré ‘razón’” (Spinoza, 2016, 179).⁴ Para Spinoza, la razón es el segundo género de conocimiento que se encuentra entre el de la “opinión” o “imaginación” (primer género) y la “ciencia intuitiva” o “conocimiento adecuado de la esencia de las cosas” (tercer género).

Para Spinoza, el cuerpo y la mente no son sustancias separadas, sino atributos de una única sustancia. En ese sentido, la razón no se desprende ni es jerárquicamente superior a los afectos-pasiones del cuerpo. Por el contrario, el ser humano ayudado por la razón busca comprender las causas de sus afectos-pasiones para alcanzar una vida mucho más plena pero siempre en relación con los otros, ya que la razón se orienta al aumento de las potencias de vivir, lo cual solamente puede alcanzarse en relaciones de composición con otros cuerpos. En otras palabras, la razón en Spinoza no está desvinculada de las relaciones que el cuerpo tiene con el mundo y los afectos derivados de esas relaciones.

Para el desarrollo de este artículo, se recuperan de Spinoza principalmente las reflexiones en torno a los afectos que se encuentran en su *Ética* (1677), en tanto que de Simmel se recupera principalmente el capítulo sobre “La felicidad” de su *Introducción a la ciencia de la moral. Una crítica de los conceptos éticos fundamentales* (1892-1893). En ambas obras, Spinoza y Simmel tienen la inquietud de pensar lo existente como una compleja red de relaciones que tienden a componer el mundo. Lo que se busca es mostrar que los afectos y las emociones siempre son relacionales y que la cualidad afectivo-emocional de los vínculos crea singularidades y produce realidad.

Spinoza y la alegría

Baruch Spinoza (1632-1677), filósofo neerlandés de origen sefardí, es un pensador profundamente excepcional para el siglo XVII, particularmente en relación con la obra, desarrollo y continuidad en la tradición de la filosofía y las ciencias occidentales de los planteamientos de su contemporáneo René Descartes (1596-1650).

⁴ E, II, 40, esc. 2.

La filosofía cartesiana ubicó a la razón como principal protagonista en la adquisición y creación del conocimiento. El racionalismo se afianzó en el pensamiento moderno en detrimento del empirismo como adquisición del conocimiento a partir de la experiencia, la percepción, los sentidos y el cuerpo, ya que, para Descartes, no eran sino fuente de equívocos y engaños a la mente cuyo objetivo era el conocimiento claro y distinto de las cosas. El cuerpo, *grosso modo*, se convirtió en fuente de desconfianza para la adquisición de conocimiento.

Para Spinoza, al contrario de Descartes, el cuerpo ocupa un lugar central en su filosofía, particularmente en relación con los afectos, ya que un cuerpo no se define por lo que es sino por lo que puede, es decir, por sus potencias. En ese sentido, señala:

- i. El cuerpo humano puede ser afectado de muchas maneras, por las que su potencia de obrar aumenta o disminuye, y también de otras maneras, que no hacen mayor ni menor esa potencia de obrar.
- ii. El cuerpo humano puede padecer muchas mutaciones, sin dejar por ello de retener las impresiones o huellas de los objetos, y, por consiguiente, las imágenes mismas de las cosas (Spinoza, 2016, 210).⁵

Un cuerpo siempre está afectado por otros cuerpos, los cuales no necesariamente son cuerpos humanos. Es decir, existen singularidades o formas de individuación que no son las de una persona sino, por ejemplo, las de un animal, una planta e incluso singularidades que no tienen vida animada como una piedra o cualquier objeto pero que igualmente poseen fuerza afectiva en tanto que son afectados y afectantes. Incluso las singularidades pueden ir más allá de la existencia material. Deleuze y Guattari lo explican de la siguiente manera:

Un cuerpo no se define por la forma que lo determina, ni como una sustancia o un sujeto determinados, ni por los órganos que posee o las funciones que ejerce. [...] Existe un modo de individuación muy diferente del de una persona, un sujeto, una cosa o una sustancia. Nosotros reservamos para él el nombre de *haecceidad*. Una estación, un invierno, un verano, una hora, una fecha tienen una individualidad perfecta y que no carece de nada, aunque no se confunda con la de una cosa o de un sujeto (Deleuze y Guattari, 2010, 264).⁶

⁵ E, III, post. 1 y 2.

⁶ Desde la tesis doctoral de Deleuze, *Spinoza y el problema de la expresión*. 2021. Buenos Aires: Isla Desierta, así como la obra *Spinoza: filosofía práctica*. 2018. Barcelona:

El cuerpo humano mismo es una *haecceidad* o una singularidad, profundamente relacionada y vinculada con otras singularidades con las que mutuamente se afecta. El cuerpo es una singularidad con la potencia de afectar y ser afectado. Esto permite comprender las razones por las cuales Spinoza señala que el cuerpo está siempre afectado de múltiples formas, ya que su propia existencia depende de esas relaciones. Spinoza desarrolla una ontología inmanente en la que las cosas y los cuerpos no se definen por una sustancia sino por las variaciones en sus potencias para afectar y ser afectados.

Un cuerpo siempre está efectuando su potencia independientemente de si ésta es menor o mayor ya que siempre está relacionado con otros cuerpos y su existencia misma es un estado de potencia. De ahí se desprende la segunda cualidad del cuerpo, la cual señala que el ser humano muta constantemente. Estas dos cualidades del cuerpo tienen por objeto ver más allá del sujeto-individuo autosuficientemente e indivisible, ya que comprende a toda singularidad como abierta, relacional y mutable.

El cuerpo por lo tanto está en constante devenir, existe en una duración en la que se relaciona de múltiples formas y muta permanentemente. En ese sentido, lo que es percibido como un cuerpo-individuo no es sino el estado de reposo de una infinidad de fuerzas variables y dinámicas que lo componen y descomponen permanentemente.

Es por esto que Spinoza no deja de vincular al cuerpo las impresiones, huellas e imágenes de las cosas que le afectan. Para él, a diferencia de Descartes, la *res cogitans* y la *res extensa*, la mente y el cuerpo, no son sustancias distintas y separables, sino que, por el contrario, son indisociables.

Ambos atributos forman parte de una única sustancia. De alguna forma, para Spinoza, el cuerpo piensa y la mente siente. Un objeto me afecta corporalmente al mismo tiempo que genera en mí una huella o una imagen de esa afección. En tanto que, el recuerdo de esa imagen puede producir nuevos afectos posteriormente.

En ese sentido, siguiendo a Spinoza, es posible afirmar que la imagen de un objeto, por ejemplo, en forma de recuerdo, tiene la misma dignidad

Tusquets. y los cursos sobre el filósofo neerlandés compilados en el libro *En medio de Spinoza*. 2008. Buenos Aires: Cactus, la influencia y compromiso con la ontología spinozista en Deleuze ha sido esencial, lo que se verá asimismo expresado en las obras en conjunto con Guattari.

ontológica que el objeto mismo. La imagen no es representación pasiva de la cosa representada. Es ya en sí misma causa de afecto, modifica la mente y cuerpo mismo. El recuerdo alegre de una persona, un lugar o un momento en la vida producirá alegría en sí misma, y no como representación de la alegría “original”.

De aquí se desprende la necesidad de comprender de qué forma Spinoza comprende a los afectos para profundizar posteriormente en la alegría: “Por afectos entiendo las afecciones del cuerpo, por las cuales aumenta o disminuye, es favorecida o perjudicada, la potencia de obrar de ese mismo cuerpo, y entiendo, al mismo tiempo, las ideas de esas afecciones” (Spinoza, 2016, 209).⁷

El aumento de la potencia es, por tanto, producto de un afecto que se compone favorablemente con el cuerpo afectado, es decir, es bueno para ese cuerpo. Por el contrario, la disminución de la potencia es producto de un afecto que descompone al cuerpo afectado, por lo que es malo para ese cuerpo: “llamamos ‘bueno’ o ‘malo’ a lo que es causa de alegría o de tristeza, esto es, a lo que aumenta o disminuye, favorece o reprime, nuestra potencia de obrar” (Spinoza, 2016, 342).⁸

Por ejemplo, un cuerpo puede beber agua y esa relación será favorable para su composición, pero si, por el contrario, ingiere algún veneno, tendrá como resultado la descomposición de ese mismo cuerpo. En el primer caso, para Spinoza, tenemos una afección que es buena porque aumenta las potencias de vida al beber agua; en tanto que en el segundo caso tenemos una afección que es mala porque disminuye las potencias de vida al llevar al cuerpo a la enfermedad o incluso a la muerte.

Si bien el ejemplo del veneno es extremo, este tipo de relaciones y afecciones se llevan a cabo todo el tiempo con otras personas, animales, plantas, una hora del día, un recuerdo, etc. Spinoza dirá que si un cuerpo es afectado pasivamente lo que vivirá será una “pasión”; en tanto que, si se conocen las causas y los efectos de una afección que es buena y se le busca, se vivirá ese afecto como una “acción” (Spinoza, 2016, 210).⁹

Pasiones y acciones, son dos formas de afecto. En las pasiones simplemente padecemos los efectos de los afectos: el sol me calienta y eso me agrada; en tanto que, en la acción, sabemos que el sol tiene determinados

⁷ E, III, def. 3.

⁸ E, IV, 29, dem.

⁹ E, III, def. 3.

efectos en el cuerpo y, en consecuencia, si esto aumenta mis potencias de vida busco esas relaciones alegres.

Además de los afectos-pasión y los afectos-acción, Spinoza identifica que hay diferencias cualitativas entre los afectos. Si bien desarrolla una amplia tipología de los afectos, todos son derivados de la tristeza y la alegría, los cuales se encuentran en las antípodas en relación con los efectos que tienen sobre las potencias del cuerpo.

Con relación a la tristeza, Spinoza señala que “es el paso del hombre [ser humano] de una mayor a una menor perfección” (Spinoza, 2016, 285).¹⁰ Más adelante se explicará la importancia de que los afectos sean “pasos” o “pasajes”, es decir, movimientos, devenires. Por ahora, sin embargo, es importante centrarse en la idea de que la tristeza tiende a una menor perfección. En términos generales, la perfección para Spinoza es el acto de la potencia, por tanto, menor perfección es menor potencia de vivir, crear, pensar y actuar.

El odio, el desprecio, la repulsión, el miedo, la desesperación, el menosprecio, la insatisfacción y la envidia son algunos de los afectos que Spinoza deriva de la tristeza (Spinoza, 2016, 284)¹¹ y que, por tanto, tienden a la menor perfección del ser humano por disminución de su potencia.

En este sentido, para Spinoza, no hay vida más miserable que la que elige una forma de vida triste. Esto no significa que sea posible una vida absolutamente alegre y sin tristeza. La muerte, los accidentes o las enfermedades son inevitables y es imposible que no generen afectos tristes y se disminuyan momentáneamente las potencias de vida, pero eso no significa pretender instalarse en la tristeza o que de ahí derive una forma de vida digna. Eso sería para Spinoza una forma de esclavitud, característica de quienes todo el tiempo se dejan aquejar por el mundo.

Es importante señalar aquí que Spinoza no deriva de esto ninguna forma de optimismo o “positividad” característica de nuestro tiempo, la cual hace de la felicidad, como ha dicho Sara Ahmed (2019), un imperativo o una obligación. Esto es lo que Byung-Chul Han denomina como “exceso de positividad” (Han, 2012, 7), caracterizado por una serie de técnicas psicopolíticas orientadas a la autoexplotación y la exigencia de alto rendimiento como formas de supuesta autorrealización y éxito, pero cuya consecuencia es una serie de padecimientos psicosociales como el estrés, la ansiedad, el

¹⁰ E, III, def. af. 3.

¹¹ E, III, def. af. 5, 7, 9, 13, 15, 17, 22, 23.

síndrome de *burnout*, la depresión e incluso el suicidio¹² las cuales deben ocultarse bajo una fachada de felicidad ante la mirada social.

La “positividad” conduce al sujeto a que esconda estos padecimientos en una fachada de felicidad, dado que su funcionamiento tiene como corolario que la muestra pública de cualquier malestar psicosocial conlleve rechazo, estigma y, en consecuencia, un recrudecimiento de los padecimientos. El reconocimiento de que no se están alcanzando los objetivos estandarizados del éxito y la realización personal, profesional o familiar es, bajo está lógica, una muestra de debilidad y de fracaso, por lo que el sujeto asume e interioriza la culpa de su malestar. Este fenómeno ha sido denominado por el filósofo Mark Fisher como “privatización del estrés” (Fisher, 2018, 125).

Es en este sentido que el capitalismo es una máquina de producción de subjetividades tristes, en tanto que gestiona la enfermedad, el miedo y la culpa como motores de la productividad mediante la autoexplotación, al mismo tiempo que las disfraza de una aparente felicidad. Edgar Cabanas y Eva Illouz han llamado a este régimen de gubernamentalidad de la “ciencia de la felicidad” como “happycracia”, respecto a la cual señalan:

Tanto el enfoque científico de la felicidad como la industria de la felicidad que se ha creado y expandido a su alrededor contribuyen de forma significativa a legitimar la suposición de que la riqueza y la pobreza, el éxito y el fracaso, la salud y la enfermedad son fruto de nuestros propios actos. Lo cual legitima también que no hay problemas estructurales, sino solo deficiencias psicológicas individuales (Cabanas e Illouz, 2024, 19).

Esta es una de las consecuencias de la normalización de la felicidad como estándar de éxito que incluso puede transformarse en un indicador de que la buena vida es una vida eficiente cuando es cooptada por las formas

¹² El Informe Mundial sobre Salud Mental de la Organización Mundial de la Salud (2025) señala que a nivel mundial 280 millones de personas padecen Síndrome Depresivo (depresión) diagnosticado y 329 millones Trastorno de Ansiedad. Consultado en: <https://iris.paho.org/items/36dea8b7-d6c3-4da1-9b5b-4c9efe98658c>. Asimismo, señala que alrededor del 80% de las personas trabajadoras padecen estrés laboral crónico (*burnout*) y estima que al año se pierden alrededor de 12 000 millones de días de trabajo debidos a la depresión y la ansiedad. Consultado en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>. Asimismo, la OMS señala que cada año más de 720 mil personas fallecen por suicidio, siendo la tercera causa de defunción en personas de entre 15 y 29 años. Consultado en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>. Resultado de la situación mundial sobre salud mental, la OMS ha elaborado el Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013 – 2030: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029>

contemporáneas de “psicología positiva”, la cual, en palabras de Sara Ahmed, “implica la instrumentalización de la felicidad y su transformación en una técnica. De esta forma se convierte en un medio para un fin, y además en el fin de todos los medios” (Ahmed, 2019, 34).

Cuando la felicidad se instrumentaliza se transforma en causa de malestares sociales e individuales, ya que recrudece su funcionamiento tautológico: el malestar causa infelicidad, pero es la propia felicidad como medio fallido y fin inalcanzable frente a las condiciones estructurales de precarización –no necesariamente politizadas como las causas principales del malestar– la que a su vez contribuye a la situación social de infelicidad: “el malestar es siempre la imposibilidad de vivir” (López-Petit, 2025, 69). Por lo tanto, el reconocimiento individual de estos malestares y su posterior colectivización es uno de los retos de nuestro tiempo.

Con relación a la alegría, Spinoza dirá que “es el paso del hombre [ser humano] de una menor a una mayor perfección” (Spinoza, 2016, 285).¹³ Para Spinoza, un afecto solamente puede ser eliminado por otro afecto más fuerte, de tal manera que la relación entre alegría y tristeza, así como sus múltiples grados afectivos intermedios implican un permanente devenir de las potencias de un cuerpo y la creación constante de una multiplicidad de formas de vida.

Esto no solamente implica que un cuerpo se define por sus potencias, sino que en realidad no hay *ser* sino puro *devenir*. En otros términos, el ser de la existencia es la variación: el verbo ser como constante transición. La pregunta por la existencia no recae sobre la identidad y la sustancia: “¿quién soy?”; sino sobre la intensidad y la potencia: “¿cómo estoy si[nti]endo?” (Estrada, 2025, 101).

Esto es importante para remarcar que la tristeza y la alegría, para Spinoza, son pasajes, tránsitos, devenires de los estados de potencia. Encontramos en el mundo cuerpos, cosas, singularidades que continuamente están afectando a otros cuerpos. La existencia relacional del mundo y el cuidado reticular de los existentes a través de la creación de relaciones alegres marca el carácter fundamental de una vida ética.

Asimismo, una característica fundamental del pensamiento de Spinoza es el vínculo entre los afectos y el deseo. Spinoza señala que “el deseo es la esencia misma del hombre [ser humano] en cuanto es concebida como determinada a hacer algo en virtud de una afección cualquiera que se da

¹³ E, III, def. af. 2.

en ella” (Spinoza, 2016, 285).¹⁴ El deseo, por tanto, es la determinación para hacer algo, es un movimiento de mutación, es un querer vivir, un poner en acto la potencia.

Por supuesto, Spinoza comprende que el movimiento del deseo no está determinado de antemano hacia ninguna dirección, por lo que también podría producir o ser producido por la tristeza y conducido a formaciones de tipo fascistas. Al respecto, Deleuze y Guattari escriben:

El deseo siempre es inseparable de agenciamientos complejos que pasan necesariamente por niveles moleculares, microformaciones que ya moldean las posturas, las actitudes, las percepciones, las anticipaciones, las semióticas, etc. El deseo nunca es una energía pulsional diferenciada, sino que es el resultado de un montaje elaborado, de un *engineering* de altas interacciones: toda una segmentaridad flexible relacionada con energías moleculares y que eventualmente determina al deseo a ser ya fascista (2010, 219).

Esa determinación compleja del deseo desemboca en una multiplicidad de afectos y efectos que pueden ser propios tanto de la alegría como de la tristeza. El deseo es inmanente, situacional y cada vez único. Es por esto por lo que el deseo es un campo de disputa en el mundo contemporáneo, particularmente porque a nivel micropolítico se juega mucho de lo que sucede a escala macropolítica; es decir, no hay fascismo de Estado que se sostenga sin el deseo microfascista de las personas comunes, tal como lo señalan Deleuze y Guattari:

Nunca [Wilhelm] Reich fue mejor pensador que cuando rehúsa invocar un desconocimiento o una ilusión de las masas para explicar el fascismo, y cuando pide una explicación a partir del deseo, en términos de deseo: no, las masas no fueron engañadas, ellas desearon el fascismo en determinado momento, en determinadas circunstancias, y esto es lo que precisa explicación, esta perversión del deseo gregario (2005, 36).

Es común que ante el resurgimiento de gobiernos de corte fascista que fueron electos en democracias liberales, se adjudiquen esos resultados a la ignorancia de quienes les votan. Sin embargo, es preciso no olvidar lo que señalan Deleuze y Guattari: el fascismo puede ser deseado y es ahí donde otras formas de hacer política afectiva y del deseo tendría que ponerse en curso:

¹⁴ E, III, def. af. 1.

La manera de evitar el riesgo de acumulación de microfascismo, el riesgo de desarrollo de cánceres fascistas no consiste evidentemente en crear sistemas de control y sobrecodificación. Consiste en instaurar dispositivos que articulen modos de expresión disidentes a los modos de expresión dominantes, dándoles cierto poder en las relaciones de fuerzas reales. Al revés que en una especie de rollo compresor fascista, tendríamos la creación de modos de conexión y de articulación rizomáticas (Guattari y Rolnik, 2006, 83).

Las articulaciones rizomáticas son aquellas que abren y crean campos de posibles basados en la potencia de vida y el aumento de la alegría individual y colectiva, capaces de enfrentar a las nuevas formas de fascismo sostenidas sobre el odio y el exterminio, tal como señala Suely Rolnik:

Cuando la subjetividad interpreta que la causa del malestar es una maldad que estaría supuestamente infligiéndoseles desde afuera, el deseo elegirá como punto para su corte algo que le sirva de chivo expiatorio. Un cuerpo al cual la subjetividad lo vacía de su singularidad para transformarlo en pantalla blanca sobre la cual proyectará la razón de su malestar, que entonces se convierte en odio y resentimiento. Y ese otro demonizado puede ser una persona, un pueblo, un color de piel, una clase social, un tipo de sexualidad, una ideología, un partido, un jefe de Estado, etc. [...]. Eso puede derivar en acciones sumamente agresivas, cuyo poder de contagio tiende a crear las condiciones para el surgimiento de una masa fascista (Rolnik, 2019, 66).

Es por esto por lo que la disputa por la alegría y la felicidad frente los neofascismos y la mercadotecnia neoliberales es imprescindible si se quiere pensar en otras formas de vida mucho más dignas y hospitalarias con las diferencias, tal como lo señala Emmanuel Lévinas: “desde el momento en que el otro me mira, yo soy responsable de él.” (Lévinas, 2015, 80).

Para Spinoza esta relación de cuidado de los otros es la generosidad, por la cual entiende “el deseo por el que cada uno se esfuerza, en virtud del solo dictamen de la razón, en ayudar a los demás hombres [seres humanos] y unirse a ellos mediante la amistad” (Spinoza, 2016, 282).¹⁵ En este sentido, la generosidad y la amistad para Spinoza son profundamente éticas y políticas, en tanto que es la orientación de los seres humanos libres –aquellos que se conducen por la razón en tanto conocimiento de las causas de sus afectos– a unirse con otros para aumentar las potencias de vida.

¹⁵ E, III, 59, esc.

Se ve entonces que, para Spinoza, la razón es indisociable de la libertad, pero no aquella del sujeto racional cartesiano que se materializa en libre albedrío, sino una libertad orientada al cuidado de los otros para el aumento colectivo de la alegría. En este sentido, las reflexiones de Georg Simmel en torno a la felicidad y, particularmente, sus potencias colectivas, son fundamentales para profundizar en este tema.

Simmel y la felicidad

Georg Simmel, historiador, filósofo y sociólogo alemán es, junto a figuras como Emile Durkheim, Max Weber y Ferdinand Tönnies, uno de los grandes pensadores de la sociología clásica, particularmente en sus desarrollos teóricos y reflexiones sobre la modernidad. Dentro de su vasta obra, será en su *Introducción a la ciencia moral* (2022 [1892-1893]) donde se encuentra de manera más puntual un estudio sobre la felicidad que, para fines de este artículo, será fundamental para ponerlo en diálogo con las propuestas filosóficas de Spinoza en relación con la alegría.

En primer lugar, es importante retomar algunas ideas en torno a los afectos en su obra *Cuestiones fundamentales de sociología* (2002 [1917]), en donde señala lo siguiente: “se debe dejar en pie, no obstante, como algo ‘real’ e investigable el acontecer, la dinámica del afectar y ser afectado con la que [los] individuos se modifican mutuamente” (Simmel, 2002, 34).

Esta reflexión de Simmel muestra que aquello que llamamos “individuo” sólo existe en abstracto o metafísicamente, pero en lo concreto no hay tal cosa como el sujeto individual autosuficiente e independiente de su entorno, sino que, por el contrario, es producto de una dinámica multiplicidad de afectos que lo modifican y mutan continuamente. La sociedad misma, por tanto, no es sino producto una densa red de intercambios afectivos. En este punto son evidentes las resonancias de Spinoza en Simmel.

En el capítulo de “La lucha” o “El conflicto”¹⁶ incluido en la obra *Sociología. Estudio sobre las formas de socialización* (2014 [1908]), Simmel advierte

¹⁶ *Der Streit* se ha traducido como “El conflicto” por Jerónimo Molina Cano (Simmel, Georg. 2010. *El conflicto*, Madrid: Sequitur) a diferencia de José Pérez Bances (Simmel, Georg. 2014. *Sociología. Estudio sobre las formas de socialización*, Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica) que lo ha traducido como “La lucha”. Considero más pertinente la traducción como “conflicto”, particularmente porque “lucha” está más cercana a “batallar”, en tanto que “conflicto” no implica necesariamente una batalla incluso cuando ésta se encuentre potencialmente presente. En la recuperación de la diferencia de Hobbes entre “guerra” y “batallar”, el “conflicto” será un término más pertinente para lo que plantea Simmel.

que el conflicto, contrario a lo que comúnmente podría pensarse, es una de las más intensas formas de socialización. Esto implica reconocer que, en la interacción social, la construcción de una colectividad está marcada no solamente por los acuerdos sino también por las diferencias, las disputas y los desacuerdos. Esta es la forma en la cual Jacques Rancière (2010) entiende a la política, no como consenso y acuerdo, sino esencialmente como desacuerdo, disenso y conflicto.

En este sentido, Simmel señala que “Ninguna lucha seria puede durar mucho sin el auxilio de un complejo de impulsos anímicos que va produciendo lentamente” (Simmel, 2014, 313). El conflicto, por tanto, no es producido por impulsos anímicos existentes previamente, sino que, en dado caso, son generados por el conflicto mismo, aunque sin duda son fundamentales para su sostenimiento y perdurabilidad.

De cualquier forma, existe una relación indisociable entre conflicto y estados anímicos que en determinado contexto social contribuyen a la construcción de situaciones adversariales y a la subjetivación del extraño como enemigo. Sin embargo, es fundamental comprender que, para Simmel, el conflicto no implica necesariamente un enfrentamiento orientado al exterminio del otro, como tampoco exige entrar en batalla con él.

Para comprender esto, puede ser útil la diferencia que establece Thomas Hobbes en su *Leviatán* (2005 [1651]) en relación con la guerra y el batallar: “La guerra no consiste solamente en batallar, en el acto de luchar, sino que se da durante el lapso de tiempo en que la voluntad de luchar se manifiesta de modo suficiente” (2005, 102).

El conflicto, por tanto, está mucho más cercano a la voluntad de luchar, independientemente de su realización efectiva. Y su perdurabilidad en el tiempo dependerá de la creación y mantenimiento de los impulsos anímicos asociados al conflicto mismo. El odio, la envidia o la venganza son afectos que, en palabras de Simmel, son creados por el conflicto. Para Spinoza, la venganza frente a un daño compartido puede conducir a la asociación:

Dado que los hombres [seres humanos] se guían, como hemos dicho, más por la pasión que por la razón, la multitud tiende naturalmente a asociarse, no porque le guíe la razón, sino algún sentimiento común, y quiere ser conducida como por una sola mente, es decir, por una esperanza o un miedo común o por el anhelo de vengar un mismo daño (Spinoza, 2013 [1677], 154).¹⁷

¹⁷ TP, VI, 1.

Esto adquiere relevancia sociológica en tanto que la construcción del antagonismo ya sea en forma adversarial o de enemistad, implica asimismo la constitución de la identidad del propio grupo. Esto puede adquirir diferentes grados de intensidad, ya que la diferencia en sí misma marca cualidades identitarias, pero es la relación de conflicto a partir de esa diferencia u otro tipo de disputas, la que puede generar un alto grado de intensidad de las identidades en disputa y puede alimentar los odios cada vez más normalizados en nuestros días (Estrada, 2018).

Encontramos aquí otra similitud con Spinoza, para quien el odio es definido como “una tristeza acompañada de una causa exterior” (Spinoza, 2016, 288).¹⁸ Esa causa exterior puede ser alguien o algo que produce en el cuerpo afectos que disminuyan la potencia de obrar y de vivir.

Para Simmel, el conflicto es fundamental para las transformaciones sociales. Desde una perspectiva afectiva, el conflicto y los “impulsos anímicos” que suscita, son comunes a toda sociedad humana con independencia de las causas específicas que lo susciten. En este sentido, no se trata de erradicar toda forma de conflicto en la sociedad, ya que implicaría, no solamente la imposibilidad de una forma de socialización intensa y eficaz, sino también el fin de la política en tanto conflicto y desacuerdo (Rancière, 2010).

El eudemonismo, en tanto búsqueda del bien y, por tanto, de la felicidad a través de las acciones humanas, tiene para Simmel una serie de complicaciones que tendrían que reflexionarse para comprender el papel de la felicidad en la vida humana. En este sentido, distinguirá entre el “eudemonismo fáctico” y el “eudemonismo ético”.

Respecto al primero, Simmel señala que se trata de la “doctrina que propone que el aumento de la felicidad sería el motivo real de toda acción”; en tanto que el segundo “considera el aumento de la felicidad como contenido del deber” (2022, 306). El primero, sería producto de una acción que llevaría al aumento egoísta del placer, en tanto que el segundo es un deber orientado al bien de los otros.

En un primer momento pareciera que estas dos formas del eudemonismo son incompatibles, ya que el ético implicaría que “de manera moral, no podríamos hacer otra cosa que promover los objetivos de los demás” (2022, 304). Sin embargo, continúa Simmel: “Si uno expresa que un principio moral consiste en el aumento de la cantidad de felicidad en la Tierra, a menudo este principio se prelude con la evidencia de que el fin último fáctico de todo afán humano sería la maximización del placer” (2022, 304).

¹⁸ E, III, def. af. 7.

En este sentido, pareciera que la búsqueda virtuosa del bien, es decir, aquel que se orienta a “promover los objetivos de los demás” solamente es realizable en tanto que se sostiene por la búsqueda máxima del propio placer. La virtud, por tanto, solamente sería posible si pasa por el egoísmo. Sin embargo, para Simmel esto es mucho más complejo, dado que el eudemonismo ético no se tendría que subsumir necesariamente al egoísmo:

Podría intentar demostrarse que la búsqueda de la felicidad no tiene que ser necesariamente egoísta o no siempre egoísta. Si se acepta que hay fines volitivos objetivos, es decir, éstos cuya realización es sentida como un valor, más allá del efecto que tengan en el sujeto que actúa, podría pensarse tal vez que alguien observa a la elevación de su propia cantidad de felicidad como un fin objetivo, bajo el mismo punto de vista que tener la voluntad o el deber de transformar condiciones externas. El motivo psicológico del eudemonismo práctico no sería simplemente egoísta, sino un motivo objetivo, que sólo tendría por contenido accidental a la felicidad propia (Simmel, 2022, 305).

Existe incluso para Simmel una forma de felicidad altruista que se expresa particularmente en la filosofía budista. En este tipo de felicidad la cualidad ya no es que el motivo objetivo (moral) tenga por accidente secundario la felicidad individual (egoísta), sino que implicaría una transformación de la primera en la segunda, guardando un equilibrio ético: “Lo que es característico aquí es que no existe una confusión ingenua de lo que debe ser por motivos egoístas y por motivos morales, sino que, de manera consciente, se da un giro de la tarea moral desde la búsqueda altruista de la felicidad hacia la egoísta” (Simmel, 2022, 306).

Aunque Spinoza no lo comprende en términos de altruismo, señala que la alegría singular crece cuando se orienta éticamente al aumento de las potencias alegres de los seres con los que se establecen relaciones de amistad. Por supuesto, estas relaciones alegres no se reducen a interacciones humanas, ya que el cuidado de un animal o una planta aumenta las potencias de vida de ese ser al mismo tiempo que aumenta las propias. Y no hay en esto, lo mismo que en Simmel, ninguna contradicción, sino la búsqueda y el cuidado de una vida ética inmanente.

La alegría en Spinoza como la felicidad en Simmel son afectos y emociones vitales, y así como el deseo es un movimiento, un esfuerzo [*conatus*], dado que “cada cosa se esfuerza, cuanto está a su alcance, por perseverar en su ser” (Spinoza 2016, 220)¹⁹, lo es también el placer en tanto esfuerzo

¹⁹ E, III, 6.

por lograr un estado de felicidad: “Si existe –de modo consciente o inconsciente– la representación de que aquello que conserva la vida también es placentero, entonces coincide el instinto de la autoconservación del individuo con el instinto de la búsqueda del placer” (Simmel, 2022, 307).

Esto adquiere gran importancia ya que el placer es sumamente relevante para la vida, por eso su búsqueda tanto individual como colectiva. En este sentido, se trata de un placer sostenido sobre la felicidad en tanto dicha orientada a los otros, por lo que no se puede reducir a la banalidad del placer mercantilizado propio del sujeto narcisista (Lipovetsky, 2006).

Simmel señala con toda claridad que “no buscamos el placer sólo porque es necesario para la vida, sino también porque al experimentarlo vivimos más. La alegría acelera el flujo de nuestras representaciones. Por eso hace posible que ingrese una mayor cantidad de contenido vital en un mismo momento, mientras que el miedo y el dolor tienen por efecto la parálisis y la desaceleración” (Simmel, 2022, 308).

El placer ético, es decir, aquel que cuida la vida singular y colectiva, está profundamente relacionado con la felicidad y la alegría, de otra forma actuaría en contra de la vida. De ahí el falso uso de la “felicidad” capitalista del consumo, el cual, como se ha señalado, no cuida la vida, sino que la cosifica, mercantiliza, consume y desecha. Esa falsa “felicidad” encubre los afectos tristes que produce una vida orientada a la producción y consumo de mercancías mediante la explotación y extracción de la mente y los cuerpos colectivos.

Por el contrario, con el placer alegre experimentamos que “vivimos más”, es decir, que aumentan nuestras potencias de vida. Al ingresar “una mayor cantidad de contenido vital en un mismo momento” (Simmel, 2022, 308), nuestras potencias aumentan, incluso cuando estemos físicamente muriendo, como señala Deleuze: “cualquiera sea vuestro estado, hay afectos que son pasajes a menor potencia de vida y afectos que son pasajes a una mayor potencia de vida. Incluso cuando se están muriendo. Si un día sucede que un moribundo siente sobre la frente la más ínfima caricia de luz o de sol que lo reconcilia con la muerte, digo que eso fue un fantástico aumento de potencia de vida” (Deleuze, 2018, 176).

Esa “ínfima caricia de sol” de la que habla Deleuze es un placer alegre y vital venido de una afección provocada por la relación que se establece entre el cuerpo y el sol, por lo que es puro aumento de potencia. Por tanto, podemos vivir más incluso cuando estamos muriendo. No hay aquí ninguna contradicción.

Se trata de un estado pleno de felicidad posibilitado por lo que el antropólogo Marc Augé llama bellamente “las pequeñas alegrías”: “Las que nos permiten resistir cotidianamente, porque aparecen frente a nuestros desconciertos o a nuestras reflexiones, con las que nos cruzamos en la calle como si fueran amigos nuestros, por azar, o como un rostro desconocido, pero de perfil familiar” (Augé, 2019, 23).

Esas pequeñas alegrías, esos pequeños placeres de la vida conforman en un entramado complejo de felicidad como situación de vida, siempre inestable y precaria, pero rehaciéndose permanentemente en lo que Simmel llama una “vida que trasciende”:

La vida trasciende cuando no sólo es más-vida sino más-que-vida. Así ocurre donde nos llamamos creadores. [...] Así como el trascender de la vida más allá de su forma delimitadora actual dentro de su propio plano, es el vivir-más, que, sin embargo, es la esencia inmediata, ineluctable, de la vida misma, así su trascender al plano de los contenidos objetivos, del sentido lógico autónomo, ya no vital, es el más-que-vivir, totalmente inseparable de ella, es la esencia de la vida espiritual misma (2007 [1918], 26-27).

Esta más-que-vida se relaciona con el *conatus* de Spinoza. Implica un esfuerzo por perseverar, por vivir. Sin embargo, aquí es importante señalar una diferencia fundamental entre ambos autores. Spinoza, el filósofo de la immanencia, difícilmente plantearía la vida en términos de trascendencia. Incluso cuando hace referencia a la eternidad, no se trata de una trascendencia o una metafísica.

Spinoza señala que “el alma [*mens*/mente] humana no puede destruirse absolutamente con el cuerpo, sino que de ella queda algo que es eterno” (Spinoza, 2016, 442).²⁰ Más adelante añade: “Quien tiene un cuerpo apto para muchas cosas, tiene un alma cuya parte mayor es eterna” (Spinoza, 2016, 457).²¹ Aunque en primera instancia esta idea de eternidad podría tener una lectura trascendente, Spinoza la relaciona con el conocimiento de las esencias de las cosas, que no es sino el conocimiento de Dios, asociado al tercer género de conocimiento que, como se ha visto, es la “ciencia intuitiva” o “conocimiento adecuado de la esencia de las cosas” (Spinoza, 2016, 179).²²

²⁰ E, V, 23.

²¹ E, V, 39.

²² E, II, 40, esc. 2.

Para Spinoza, Dios no es trascendente, sino inmanente: “la razón o causa por la que Dios, o sea, la Naturaleza, obra, y la razón o causa por la cual existe, son una sola y misma cosa” (Spinoza, 2016, 309).²³ Dios es la Naturaleza, por tanto, la eternidad del alma o la mente no está en una existencia trascendente, sino un conocimiento práctico, intuitivo, relacional. En otras palabras, para Spinoza, entre mayor sea el conocimiento de las cosas y sus causas, mayor potencia o “aptitud para muchas cosas” tendrá el cuerpo y, por tanto, mayor será la eternidad del alma o mente: “no dejamos de sentir y experimentar que somos eternos” (Spinoza, 2016, 443).²⁴ En palabras de Deleuze a propósito de sus cursos sobre Spinoza: “experimentemos desde ahora que somos eternos” (2008, 320). Por tanto, la eternidad spinozista no tiene que ver con un alma [*anima*] que trasciende, sino con un alma [*mens*] que se hace eterna en el conocimiento y la experiencia inmanente de vivir.

Sin embargo, en las mismas páginas donde Simmel desarrolla la idea de una vida que trasciende como “más-que-vida”, vuelve a establecerse un vínculo fundamental con Spinoza: “sólo podemos considerar la vida como el constante desbordamiento del sujeto hacia lo ajeno a él o como el producir lo ajeno a él. Por eso en modo alguno resulta así subjetivado, sino que permanece en su autonomía en su ser-más-que-vida” (Simmel, 2007, 27). Vivir es desbordarse al mundo o, como diría Gabriel Tarde, “existir es diferir” (2006, 69), vivir es experimentar la eternidad, ahora. No hay aquí ninguna contradicción con lo anteriormente señalado, tan solo funcionamientos Spinoza-Simmel que algunas veces fluyen y otras se bloquean en un devenir constante.

Es fundamental recalcar que ninguno de nuestros autores niega que existan la tristeza, el miedo, la enfermedad o la muerte, pero pese a ello, se quiere (deseo, potencia) vivir. Simmel lo expresa con toda claridad: “el miedo y el dolor tienen por efecto la parálisis y la desaceleración” (Simmel, 2022, 308). El miedo, en tanto afecto triste, paraliza y desacelera la mente y el cuerpo; es decir, en términos de Spinoza, “es perjudicada, la potencia de obrar de ese mismo cuerpo” (2016, 210)²⁵, ya que “el miedo es una tristeza inconstante” (2016, 289).²⁶ Por tanto, la tristeza y la alegría o la

²³ E, IV, pref.

²⁴ E, V, 23, esc.

²⁵ E, III, def. 3.

²⁶ E, III, def. af. 13.

felicidad no son solamente estados emocionales a nivel subjetivo, sino que son preponderantemente formas de vida, cualidades de la existencia.

El miedo y el dolor están asociados a los malestares psicosociales mencionados con anterioridad: ansiedad, depresión, *burnout* y estrés son hoy los grandes desaceleradores de la vida. Sin embargo, aquí surge una paradoja, ya que la aceleración podría ser, como señala Hartmut Rosa, la fuente de esos malestares:

El crecimiento, la aceleración y la innovación ya no aparecen como la promesa de mejorar la vida, sino como una amenaza apocalíptico-claustrofóbica: si no somos mejores, más rápidos, más creativos, más eficientes, etc., perderemos puestos de trabajo y cerrarán empresas; se hundirá la recaudación tributaria al tiempo que aumentará el gasto estatal; habrá una crisis presupuestaria y no podremos mantener nuestros sistemas de salud y pensiones ni tampoco nuestras instituciones culturales; los márgenes de maniobra política se tornarán cada vez más estrechos, de manera tal que el sistema político perderá legitimidad (Rosa, 2020, 21).

Frente a la aceleración, Hartmut Rosa propondrá la “resonancia”, la cual define como “una relación constituida por afección y emoción, interés intrínseco y expectativa de autosuficiencia, en la cual el sujeto y el mundo se conmueven y a la vez se transforman mutuamente” (Rosa, 2019, 227). La resonancia es otra forma de habitar el mundo, es un complejo de relaciones que aumentan las potencias de vida, por lo que no es simple desaceleración, sino que sale por completo de sus lógicas y construye otro tiempo, otras formas de vincularse al mundo y de conmoción colectiva.

La alegría y la felicidad de los cuerpos colectivos

El ascenso al poder de la ultraderecha y el fascismo se debe en buena medida a la canalización del malestar de millones de personas sometidas al miedo, el agotamiento y la tristeza. En lugar de identificar las causas estructurales a nivel económico y político del malestar, encuentran en los discursos de odio y de construcción de enemigos una explicación sencilla del malestar dirigida contra cuerpos y colectividades precarizadas.

De ahí la importancia de hacer algo distinto con el malestar, de politizarlo y colectivizarlo para organizar alternativas a las falsas salidas de los afectos

tristes como el odio, el miedo o la culpa por estar mal. En este sentido, Santiago López-Petit señala:

Ahora la politización -la politización de la existencia- es más bien sustracción. Politizarse es sustraerse al destino impuesto por la movilización global, desocupar el 'ser precario' que se nos impone. Lo que se puede decir también de otra manera: politizar la existencia es mantener una relación afirmativa con el propio malestar. [...] La politización de la existencia es la politización del malestar propio bajo el horizonte del malestar social (López-Petit, 2015, 117).

Esto resulta fundamental en la medida que permite comprender que las causas del malestar individual no se encuentran en el individuo mismo, es decir, combate la culpa por estar física y mentalmente mal en un mundo que exige, como indicadores fundamentales del éxito, la "felicidad" obligatoria y la autosuperación continua. En otras palabras, estar mal en un mundo que precariza la existencia, es un indicador de vida, de que hay algo que no quiere ceder, resignarse o adaptarse: "no tengo fuerzas para rendirme" (López-Petit, 2025, 162).

Politizar el malestar individual en el contexto del malestar social es dar cuenta de las causas estructurales que subjetivan al "ser precario" y que gestiona su vida y su muerte en el marco de las lógicas de la explotación capitalista. Politizar la existencia implica la construcción colectiva de la alegría y la felicidad para volverlas subversivas a través de la amistad, el amor y el cuidado a los otros y a toda forma de vida, pero también del territorio, del aire, de las montañas y los ríos. Esto es lo que George Caffentzis y Silvia Federici llaman "los comunes anticapitalistas" (2019, 45).

Politizar la existencia es hacer amistad con un río que, como en el caso del Watu, un río que habita la amazonia y que lucha frente la contaminación producida por la extracción de sus minerales y los desechos industriales de las grandes corporaciones transnacionales: "en las noches silenciosas oímos su voz y hablamos con nuestro río-música" (Krenak, 2024, 14).

En este sentido, Spinoza desarrolla la compleja idea de las "naciones comunes" respecto a las cuales señala: "hay ideas o nociones comunes a todos los hombres [seres humanos]. Pues todos los cuerpos concuerdan en ciertas cosas, las cuales deben ser percibidas por todos adecuadamente, o sea, clara y distintamente" (Spinoza, 2016, 175).²⁷ Esas "naciones comunes

²⁷ E, II, 38, cor.

a todos” son la base de la construcción de la “multitud”, que no es otra cosa que la puesta en común de los cuerpos y las mentes:

Si dos se ponen mutuamente de acuerdo y unen sus fuerzas, tienen más poder juntos y, por tanto, también más derecho sobre la naturaleza que cada uno por sí solo. Y cuantos más sean los que estrechan así sus vínculos, más derechos tendrán todos unidos. [...] Añádase a ello que, sin la ayuda mutua, los hombres [seres humanos] apenas si pueden sustentar su vida y cultivar su mente (Spinoza, 2013, 116-117).²⁸

Spinoza resalta que la potencia de la multitud se deriva de la unión de los individuos autónomos en la conformación de un cuerpo colectivo común que podría derivar en el poder y derecho del Estado, pero que esencialmente implica la constitución de una comunidad política. Simmel reconoce en la felicidad colectiva una fuerza política capaz de distribuir las cualidades de una vida digna para todos, por lo que, una de las preocupaciones del pensador alemán en relación con la felicidad, es si su carácter ético-práctico puede llevar a un equilibrio entre el incremento de la felicidad y su distribución colectiva.

En este sentido, no sería aceptable el aumento continuo de felicidad de unos cuantos, en detrimento de otros, como tampoco una distribución igualitaria pero baja de la felicidad: “Si se debe aspirar a la mayor cantidad posible de experimentación de la felicidad, se sobreentiende que hay que hacer feliz a la cantidad total de individuos, dado que todos, en cualquier caso, pueden experimentar más felicidad que uno solo” (Simmel, 2022, 331). Esta es una posición profundamente ética, ya que tiene constantemente como horizonte de la acción el cuidado y bienestar del otro.

Encontramos aquí, una vez más, resonancias con Spinoza, dado que el aumento de la felicidad y la alegría se logra mediante su experimentación común, ya que, como advierte Simmel: “Ningún principio moral del que hemos de ser partidarios puede considerar indiferente si una cantidad determinada de felicidad beneficia a uno solo o se distribuye de manera uniforme entre muchos” (Simmel, 2022, 333).

Si lo que importa es únicamente el aumento de la felicidad individual, conduciría a situaciones en las cuales dicha felicidad podría estar directamente relacionada con causar daño o malestar a otros, lo cual resultaría en un aumento de infelicidad colectiva. Por eso, señala Simmel: “Mientras aún

²⁸ TP, II, 13 y 15.

exista cualquier escasez de las condiciones de la felicidad es improbable que desaparezca la competencia en torno a ellas y, con eso, la desigualdad condicionada por el predominio de los fuertes” (Simmel, 2022, 340).

La precarización generada por la desigual distribución de recursos escasos es la base de la competencia capitalista. Donde hay individuos precarios, hay conflicto y lucha por los recursos escasos, lo que aumenta la desigualdad existente y la exagera. Es así como el propio individuo precarizado contribuye, mediante la competencia y la autoexplotación, al mantenimiento de las condiciones de extracción capitalistas.

Es por esto que para Simmel “apenas exista cualquier diferencia en las cantidades de felicidad de varios sujetos, entonces una cantidad adicional de medios de la felicidad para distribuir tendría mayor significado si incluye a los necesitados e infelices” (Simmel, 2022, 341). Por tanto, no hay aumento de felicidad individual si no se procura su distribución colectiva o, en otros términos, la distribución equitativa de la felicidad tendría como correlato el aumento de la felicidad individual.

Conclusiones

La explotación capitalista sostenida sobre la competencia individual requiere de cuerpos atomizados, atemorizados, precarizados, enfermos y tristes. Esto sostiene la falsa idea de que la felicidad individual y colectiva tienen caminos contrarios, de ahí que la vida, el trabajo, la vivienda, la educación, la salud, el tiempo creativo, la amistad y los cuidados sea vistos como “recursos” escasos por los que se tiene que competir y ganar para “ser feliz”. Sin embargo, pocas cosas pueden resultar tan tristes como competir por la vida, asumiendo que la vida es algo que se tiene que ganar, incluso a costa de la vida misma.

Como se ha visto, los funcionamientos Spinoza-Simmel en el abordaje de los afectos-emociones comparte diversas inquietudes, intuiciones y conclusiones reflexivas que se expresan en tres puntos fundamentales:

1. El ser humano no puede comprenderse como un individuo aislado e indivisible, sino que su condición es gregaria y afectiva, es decir, es un ser afectado y afectante.
2. Existen diferentes tipos de afectos-emociones cuyas consecuencias son distintas tanto para la vida anímica singular como para la construcción de los entramados colectivos. Entre estos afectos-emociones

los de la tristeza/miedo-alegría/felicidad son aquellos que establecen las diferencias más perceptibles y a partir de las cuales se depende una serie de otros afectos-emociones.

3. La alegría/felicidad aumenta las potencias de vida, ya que permiten vivir más al aumentar el contenido vital de la existencia; en tanto que la tristeza/miedo, junto con el odio, la envidia y la venganza disminuyen las potencias de vida y la capacidad de actuar de los cuerpos al someterlos a situaciones de parálisis y desaceleración.

Finalmente, esto ha permitido mostrar que el capitalismo contemporáneo, particularmente desde la segunda mitad del siglo xx con el advenimiento de la sociedad de consumo, se ha caracterizado por producir y gestionar ciertas formas de subjetividad en donde los afectos juegan un papel fundamental.

El capitalismo, al mismo tiempo que contribuye al colapso del planeta por la explotación de la naturaleza y la extracción de la energía de los cuerpos, está contribuyendo también al colapso psíquico de millones de personas sometidas a los ritmos y exigencias de la productividad: “la economía semiocapitalista genera deseo continuamente, y remite continuamente al placer porque el tiempo de atención debe ser invertido en la producción, el consumo y la competencia” (Berardi, 2024, 134)

El capitalismo es, por tanto, una máquina de producción de subjetividades tristes y enfermas que, asimismo, se ven sometidas a ocultar los efectos de la precarización material y emocional al disfrazarla de una “felicidad” falsa que imposibilita la colectivización del malestar y la organización política emancipatoria de millones de personas agotadas, estresadas, tristes, temerosas y vengativas.

Cambiar el paradigma individualista de la alegría y felicidad poniendo en el centro lo común mediante el apoyo mutuo, los cuidados, la amistad, el amor y lo colectivo en términos amplios y no solamente humanos, es fundamental para producir y aumentar las potencias de vida. La multitud de los cuerpos –producida por las nociones comunes de lo que significa una vida digna y alegre– sería un principio de emancipación política de la existencia sostenida, como dice Spinoza, en “el común sentir de todos” (2013, 117).²⁹

²⁹ TP, II, 15.

Referencias

- Ahmed, Sara. 2019. *La promesa de la felicidad. Una crítica cultural al imperativo de la alegría*, Buenos Aires: Caja Negra.
- Augé, Marc. 2019. *Las pequeñas alegrías. La felicidad del instante*, Barcelona: Ático de los libros.
- Cabanas, Edgar e Illouz, Eva. 2024. *Happygracia. Cómo la ciencia y la industria de la felicidad controlan nuestras vidas*, Barcelona: Paidós.
- Caffentzis, George y Federici, Silvia. 2019. "Comunes contra y más allá del capitalismo". En *Producir lo común. Entramados comunitarios y luchas por la vida*, editado por El Apantle. Revista de Estudios Comunitarios, 45-58. Madrid: Traficantes de Sueños.
- Deleuze, Gilles. 2008. *En medio de Spinoza*, Buenos Aires: Cactus.
- Deleuze, Gilles. 2018. *Cine III. Verdad y tiempo. Potencias de lo falso*, Buenos Aires: Cactus.
- Deleuze, Gilles y Guattari, Félix. 2005. *El Anti-Edipo. Capitalismo y esquizofrenia*, Valencia: Pre-Textos.
- Deleuze, Gilles y Guattari, Félix. 2010. *Mil mesetas. Capitalismo y esquizofrenia*, Valencia: Pre-Textos.
- Estrada, Luis. 2018. "La construcción arquetípica del enemigo: Del monstruo mitológico al terrorista internacional". *Revista de Estudios Bolivianos* 28: 55-75.
- Estrada, Luis. 2025. *Acontecimientos de lo sensible. Afectos, desubjetivación, precarización y emancipación*, Ciudad de México: El Diván Negro.
- Fisher, Mark. 2018. *Realismo capitalista. ¿No hay alternativa?*, Buenos Aires: Caja Negra.
- Guattari, Félix y Rolnik, Suely. 2006. *Micropolítica. Cartografías del deseo*, Madrid: Traficantes de Sueños.
- Han, Byung-Chul. 2012. *La sociedad del cansancio*, Barcelona: Herder.
- Hobbes, Thomas. 2005. *Leviatán o la materia, forma y poder de una república eclesiástica y civil*, Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica.
- Krenak, Ailton. 2024. *Futuro ancestral*, Buenos Aires: Taurus.
- Lévinas, Emmanuel. 2015. *Ética e infinito*, Madrid: Machado Libros.
- Lipovetsky, Gilles. 2006. *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*, Barcelona: Anagrama.

- López-Petit, Santiago. 2015. *Breve tratado para atacar la realidad*, Buenos Aires: Tinta Limón.
- López-Petit, Santiago. 2025. *Tiempo de espera. Marx, Artaud y la fuerza del dolor*, Barcelona: Verso.
- Organización Mundial de la Salud. 2022. *Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013–2030*. Washington, D.C. : OMS. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029>
- Organización Panamericana de la Salud. 2023. *Informe mundial sobre la salud mental: Transformar la salud mental para todos*. Washington, D.C. : OPS. Disponible en: <https://doi.org/10.37774/9789275327715>
- Rancière, Jacques. 2010. *El desacuerdo. Política y filosofía*, Buenos Aires: Nueva Visión.
- Rolnik, Suely. 2019. *Esferas de la insurrección. Apuntes para descolonizar el inconsciente*, Buenos Aires: Tinta Limón. (Obra original publicada en 2018)
- Rosa, Harmut. 2019. *Resonancia. Una sociología de la relación con el mundo*, Buenos Aires: Katz.
- Rosa, Harmut. 2020. *Lo indisponible*, Barcelona: Herder.
- Simmel, Georg. 2002. *Cuestiones fundamentales de sociología*, Barcelona: Gedisa.
- Simmel, Georg. 2007. *Intuición de la vida. Cuatro capítulos de metafísica*, Buenos Aires: Prometeo.
- Simmel, Georg. 2014. *Sociología. Estudio sobre las formas de socialización*, Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica.
- Simmel, Georg. 2022. *Introducción a la ciencia de la moral. Una crítica a los conceptos éticos fundamentales*, Barcelona: Gedisa.
- Spinoza, Baruch. 2013. *Tratado político*, Madrid: Alianza.
- Spinoza, Baruch. 2016. *Ética*, Madrid: Alianza.
- Tarde, Gabriel. 2006. *Monadología y sociología*, Buenos Aires: Cactus.