



Resenha: Um contraponto à tirania da felicidade sob a ótica de González Serrano

*Book Review: A counterpoint to the tyranny of happiness from the
perspective of González Serrano*

GONZÁLEZ SERRANO, Carlos Javier. **Una filosofía de la
resistencia:** pensar y actuar contra la manipulación emocional.
Barcelona (Espanha): Ediciones Destino, 2024. 224 p. ISBN:
978-84-233-6483-1.

Autor: Fábio Luiz Nunes

E-mail: fabio.nunes.fln@gmail.com

ORCID: [0000-0003-0784-1921](https://orcid.org/0000-0003-0784-1921)

Afiliação: Biblioteca Universitária, [Universidade Federal de Ciência e Inovação de Minas Gerais](https://www.ufcmg.br)
(UFCIMG), Belo Horizonte, MG, Brasil.

Recebido: 26/09/2026

Received: 26/09/2026

Aprovado: 13/10/2026

Approved: 13/10/2026

Publicado: 19/10/2026

Published: 19/10/2026

Como citar

NUNES, F. L. Um contraponto à tirania da felicidade sob a ótica de González Serrano. *Sofia*, Espírito Santo, Brasil, v. 15, n. 2, p. e15254330, 2026. DOI: <https://doi.org/10.47456/sofia.v15i1.54330> Disponível em : <https://periodicos.ufes.br/sofia/article/view/54330> . Acesso em: 19 out. 2026.

Um contraponto à tirania da felicidade sob a ótica de González Serrano

No âmbito dos estudos contemporâneos que investigam os efeitos da tecnologia digital e das estruturas de poder sobre os afetos, situa-se o ensaio *Una filosofía de la resistencia: pensar y actuar: contra la manipulación emocional*, publicado pela editora Destino em 2024. A obra, que até o presente momento não dispõe de tradução para a língua portuguesa, é de autoria de Carlos Javier González Serrano. Nascido em Madrid em 1985, o pensador espanhol tem desenvolvido um percurso acadêmico e profissional marcadamente interdisciplinar. Com formação superior em filosofia, detém múltiplos títulos de mestre, incluindo Estudos Avançados em Filosofia, Psicologia do Trabalho e das Organizações, além de Psicologia Clínica e Psicoterapia Infantojuvenil. A atuação profissional desse escritor estende-se do magistério em filosofia e psicologia no ensino secundário à direção de projetos culturais, consultoria e colaboração assídua com meios de comunicação de alcance nacional e internacional, como a Radio Nacional de España e a Televisión Española.

O livro objeto desta resenha articula-se como uma proposição para o pensamento e a ação contra os mecanismos de sujeição característicos da atualidade. A investigação de González Serrano (2024) expõe o que designa por *manipulação emocional*, um processo sustentado pela hiperestimulação, pelo ruído incessante e pelo funcionamento da sociedade de consumo. Para fundamentar sua análise, o autor lança mão de um arcabouço conceitual específico, no qual se destacam noções como a de *governo emocional*, referente às instituições políticas e econômicas que visam à extração de benefícios por meio da orientação de condutas, e a de *emotocracia*, compreendida, em linhas gerais, como a dominação silenciosa que instrumentaliza os afetos para fins de controle social.

Na introdução de *Una filosofía de la resistencia*, projetam-se os alicerces da argumentação de González Serrano (2024), ao se postular a existência de dois modos opostos de viver, fundamentando-se na filósofa espanhola María Zambrano: um passivo e outro ativo. O autor desenvolve a premissa de que a cultura contemporânea, crescentemente tecnológica e automatizada, promove uma existência passiva, desarticulando o tecido social e comunitário. Aponta-se uma corrupção do conceito de “oportunidade”, que, em vez de significar a tomada de responsabilidade pela própria vida, foi cooptado por dispositivos de controle emocional como o pensamento positivo, o *coaching* e a autoajuda.

A crítica de González Serrano (2024) denuncia que essas correntes, juntamente com um neoestoicismo superficial, levariam a uma *privatização do estresse*, termo que atribui a Mark Fisher, fazendo com que o indivíduo se sinta o único responsável por suas frustrações e fracassos. Essa conjuntura, na perspectiva do autor, resulta em um *regime emocional disciplinar* que impede a

construção ponderada do desejo e fomenta o consumo inconsciente. O texto introdutório chama a atenção para a “idiotocracia”, termo manejado para dar conta de uma domesticação progressiva da sociedade na qual o cidadão, isolado em sua esfera privada, se desinteressa das questões públicas. A proposta inicial do livro, portanto, é uma revolução intelectual e cívica para a constituição de sujeitos autônomos por meio do pensamento comprometido e de uma reeducação do desejo.

Na primeira unidade da obra, intitulada “Filosofia”, González Serrano (2024) diagnostica os mecanismos de controle que operam na sociedade contemporânea, designando-os, como visto, pelo neologismo *emotiocracia* (Nader, 2024). O autor afirma que *servidão emocional* se manifesta por meio do estresse, da opressão e de uma liberdade paradoxal, na qual o indivíduo é instado a uma autogestão contínua sob a “ditadura do *fit*” e a “tirania felicifoide”. Essa condição engendra o que ele denomina *sujeito sedado*, um indivíduo atomizado, solitário e incapaz de ação política genuína. Tal formulação apresenta paralelos com a tese de Byung-Chul Han (2010) sobre a transição de uma *sociedade disciplinar* foucaultiana para uma *sociedade do desempenho*, em que o sujeito se torna seu próprio explorador, impelido por um excesso de positividade que se executa como autoexigência de felicidade e de produtividade. Byung-Chul Han (1959) é um filósofo e ensaísta sul-coreano radicado na Alemanha. A obra desse pensador desenvolve uma crítica ao neoliberalismo e à racionalidade contemporânea, com destaque para a cultura da transparência, o enfraquecimento dos vínculos comunitários e a erosão da alteridade e da experiência contemplativa. Dentre seus livros mais conhecidos citam-se *A sociedade do cansaço* (2010), *A sociedade da transparência* (2012), *A agonia do Eros* (2012), *No exame* (2013), *Psicopolítica* (2014), *Topologia da violência* (2011), *A expulsão do outro* (2016), *Não-coisas* (2021), *Vida contemplativa* (2022), *A crise da narração* (2023) e *O espírito da esperança* (2024).

A análise de González Serrano (2024) na primeira parte do livro é sustentada pela resenha assinada por Aznar Pérez (2025), que salienta a crítica do autor ao pensamento positivo e à resiliência como ferramentas de controle que despolitizam os mal-estares estruturais. A unidade investiga, ainda, a mercantilização da atenção e a crise do desejo como elementos que dão suporte a esse sistema, resultando na incapacidade do sujeito para o pensamento crítico e para a recuperação da comunidade e da proximidade corporal.

Já em “Resistencia”, a segunda unidade do ensaio, González Serrano (2024) sistematiza as práticas de oposição aos mecanismos de controle social. Nos capítulos “Ruido y pantallas” e “Contra la emotiocracia”, o autor discute a necessidade de uma resistência intelectual direcionada à opressão do estímulo constante e à sociedade algorítmica, que prediz e condiciona a conduta humana. A obra postula uma proposta “(contra)pedagógica” que, segundo Aznar Pérez (2025), consubstancia a defesa de uma pedagogia promotora da autonomia de juízo. Esse projeto de resistência encontra fundamentação na reconquista da atenção e na reeducação do desejo, conceitos

que dialogam indiretamente com a *pedagogia do ver*, de Byung-Chul Han (2010), como um contraponto necessário à autoexploração da sociedade do desempenho. Segundo Lino Junior e Alves (2022), tais movimentos podem ser interpretados como uma forma de enfrentamento à “ditadura da positividade”.

González Serrano (2024) também desenvolve, nessa linha, a noção de um *pessimismo salutar*, um instrumento para a crítica da ditadura felicifoide, que consiste em uma postura intelectual que, não negando as adversidades, as utiliza para construir uma consciência mais robusta. A resistência é apresentada, portanto, como uma ação consciente que vai além da simples aceitação da vulnerabilidade, insurgindo-se contra a sedação intelectual para possibilitar a formação de um juízo autônomo e de uma liberdade autêntica.

Embora a estrutura conceitual de González Serrano (2024) demonstre visível acuidade diagnóstica, uma análise aprofundada pode apontar certas áreas de vulnerabilidade teórica, na perspectiva deste resenhista. A insistência do autor nos mecanismos de opressão e na figura do sujeito sedado pode, em determinados momentos, consolidar um quadro de pessimismo estrutural que parece subestimar a complexidade da agência individual. A argumentação do filósofo espanhol poderia ser fortalecida por um diálogo mais direto com formulações que discorrem sobre a internalização do poder, como a já mencionada categoria haniana do sujeito de rendimento, que se autoexplora voluntariamente sob a ilusão de liberdade (Han, 2010). Tal articulação permitiria um exame mais pormenorizado tanto da sedação imposta pelo exterior quanto da cumplicidade ativa do indivíduo em seu próprio esgotamento.

Da mesma maneira, a crítica à ditadura felicifoide ganha uma dimensão empírica e linguística mais concreta quando associada a investigações sobre o que se tem chamado de “positividade tóxica”, termo recorrente no meio digital contemporâneo. Esse fenômeno, identificado como a sobregeneralização de um estado mental positivo que incentiva a supressão de emoções negativas, materializa a denúncia do autor em práticas discursivas observáveis que comprovadamente resultam em prejuízos para a saúde mental (Upadhyay; Srivatsa; Mamidi, 2022). A ausência de um confronto explícito com essas estruturas teóricas e práticas constitui uma potencial limitação, ainda que não invalide a pertinência geral da crítica empreendida por González Serrano (2024).

Não obstante as vulnerabilidades apontadas, a contribuição fundamental do trabalho do autor repousa em sua capacidade de recontextualizar os mal-estares da atualidade, reposicionando-os no domínio da crítica política para distanciá-los de uma visada meramente psicopatológica. O ensaio mobiliza-se como um instrumental teórico destinado a identificar e nomear formas de controle que operam de maneira difusa e sistêmica. Suas análises sobre a privatização do estresse e

a instrumentalização da resiliência devem ser compreendidas enquanto a descrição de uma manipulação em larga escala, que atua ao subverter o raciocínio prático e ao visar às vulnerabilidades psicológicas da população para manter a estabilidade de um sistema produtivo, como sugere Barnhill (2022). A obra, portanto, arma o leitor com as categorias necessárias para decodificar as narrativas hegemônicas do bem-estar e do crescimento pessoal, revelando-as como tecnologias de governo.

Referências Bibliográficas

AZNAR PÉREZ, M. Escribir y educar para un pensamiento pausado (sobre Una filosofía de la resistencia. Pensar y actuar: contra la manipulación emocional, de Carlos Javier González Serrano). *Cuadernos LIRICO*, [s. l.], n. 29, p. 1-5, 2025.

BARNHILL, A. How philosophy might contribute to the practical ethics of online manipulation. In: JONGEPIER, F.; KLENK, M. (ed.). *The philosophy of online manipulation*. New York (Estados Unidos da América): Routledge, 2022. p. 49-71.

GONZÁLEZ SERRANO, C. J. *Una filosofía de la resistencia: pensar y actuar: contra la manipulación emocional*. Madrid (Espanha): Ediciones Destino, 2024.

HAN, B.-C. *La sociedad del cansancio*. Trad. Arantzazu Saratzaga Arregi. Barcelona (Espanha): Herder, 2010.

LINO JUNIOR, D. F.; ALVES, A. C. O eros e a contemplação como resposta à ditadura da positividade em Byung Chul Han. *Helleniká: Revista Cultural*, Curitiba, v. 4, n. 4, p. 97-109, 2022.

NADER, M. T. “Cuanto más entristecidos estemos, más técnicas de disciplinamiento emocional vamos a buscar”. Entrevista com Carlos Javier González Serrano. *Ethic* [s. l.], 3 maio 2024. Disponível em: ethic.es/entrevista-carlos-javier-gonzalez. Acesso em: 5 ago. 2025.

UPADHYAY, I. S.; SRIVATSA, K. V. A.; MAMIDI, R. Towards toxic positivity detection. In: INTERNATIONAL WORKSHOP ON NATURAL LANGUAGE PROCESSING FOR SOCIAL MEDIA, 10., 2022, [s. l.]. *Proceedings [...]*. [S. l.]: Association for Computational Linguistics, 2022. p. 64-71.

METADADOS DA SUBMISSÃO

CONTRIBUIÇÃO DE AUTORIA

O autor assume responsabilidade por todos os aspectos desta resenha, conforme a taxonomia [CRediT](#) (*Contributor Roles Taxonomy*).

AGRADECIMENTOS

O autor declara não haver agradecimentos a declarar.

FINANCIAMENTO

O presente trabalho não recebeu financiamento de nenhuma agência de fomento.

USO DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL GENERATIVA (IAG)

Sim, utilizei a(s) ferramenta(s): DeepSeek-V4.1-Flash, lançada em 10 de setembro de 2026

(<https://chat.deepseek.com/>)

Para a(s) seguinte(s) finalidade(s): Aprimoramento lexical e revisão final de texto.

CONFLITO DE INTERESSES

Declaro que não há conflito de interesses relacionado à publicação deste artigo.

DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA E OUTROS MATERIAIS

Os conteúdos subjacentes ao texto da pesquisa estão integralmente contidos no manuscrito.

LICENÇA DE USO

Copyright (c) 2026 Fábio Luiz Nunes – CC BY Attribution 4.0 International License. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License

- **Texto completo:** [CC BY 4.0](#). Uso gratuito com obrigação de reconhecer autoria e publicação original nesta revista.
- **Metadados:** [CC0 1.0 Universal](#) (Domínio Público) – livre uso, inclusive para fins comerciais.

EDITORA

Universidade Federal do Espírito Santo. As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade das pessoas autoras, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da universidade.
<https://periodicos.ufes.br/index/index>

EDITORES

Editor-chefe: Jorge Luiz Viesenteiner [0000-0003-3727-7890](#)

Editoração e revisão: Wellington Alan Soares Marques [0000-0002-6537-7680](#)

Fábio Luiz Nunes

Doutor em Filosofia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) em cooperação com o *Husserl Archiv - Universität zu Köln*, junto ao qual atuou como *Gastwissenschaftler*. É atualmente professor adjunto do Departamento de Filosofia da Universidade Federal da Bahia. É coordenador do *Phainesthai* - Grupo de Pesquisa em Fenomenologia e Filosofia Contemporânea e um dos organizadores dos “Cadernos Brasileiros de Fenomenologia”, além de tradutor de diferentes autores da Escola de Brentano e da tradição fenomenológica, como Husserl, Brentano, Stumpf, Ehrenfels e Spiegelberg.

*Os textos deste artigo foram revisados por terceiros e
submetidos para validação do(s) autor(es) antes da
publicação*