

**DON MANUEL ALONSO OLEA EN LA REAL  
ACADEMIA DE CIENCIAS MORALES  
Y POLÍTICAS: UN COMENTARIO A LA ÉTICA  
DEL TRABAJO Y DEL OCIO Y A LA DECADENCIA  
DEL PODER EMANCIPATORIO DEL TRABAJO**

Macarena ÁNGEL QUIROGA

Profesora Ayudante Doctora  
Departamento de Derecho del Trabajo  
y de la Seguridad Social  
Facultad de Derecho  
Universidad Complutense de Madrid  
*macangel@ucm.es*

**SUMARIO:** I. PLANTEAMIENTO GENERAL.—II. TRABAJO.—III. OCIO.—  
IV. REFLEXIÓN FINAL.—V. BIBLIOGRAFÍA.

**I. PLANTEAMIENTO GENERAL**

Es por todos conocido que el maestro don Manuel Alonso Olea fue uno de los padres del Derecho del Trabajo de nuestro país y que su trabajo tuvo una influencia absolutamente decisiva en la configuración de esta rama del ordenamiento jurídico. Su contribución a la legislación, sus comentarios a la jurisprudencia y la relevancia de su magisterio es estudiada con precisión, fidelidad y cariño a lo largo de los diferentes capítulos de esta obra.

Este trabajo, no obstante, se centra en la labor de don Manuel Alonso Olea como académico de número en la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas. Sus trabajos como humanista, sus reflexiones sociales y filosóficas, que dejaron asimismo impronta en el iuslaboralismo español.

Me tomo así, la libertad, de alejarme ligeramente del Derecho del Trabajo, y aproximarme a la realidad reflexionando desde una perspectiva ética, sociológica y antropológica, con el mayor de los cuidados y sin pretensiones, por no ser mi objeto habitual de estudio. No puede perderse de vista, sin embargo, que el Derecho del Trabajo (al igual que el resto de ramas del ordenamiento, pero, quizás, en esta con una mayor intensidad)

no puede estudiarse sin tener en cuenta las diferentes realidades sociales y humanas (de hecho, de no ser por los profundos cambios producidos en la sociedad como consecuencia de la Revolución Industrial no habría surgido esta disciplina). Si tenemos en cuenta que las personas dedican una relevante cantidad de tiempo a lo largo de sus vidas al trabajo, que, además, en ese tiempo, surgen diferentes relaciones interpersonales, desarrolladas la mayor parte del tiempo en un lugar destinado exclusivamente a esta función, muchas disciplinas entran inevitablemente en juego e influyen en el Derecho del Trabajo y en su evolución legislativa y jurisprudencial.

Son numerosos los ejemplos que pueden confirmar esta idea, especialmente si tomamos en consideración los riesgos psicosociales (el acoso, la violencia, el *burnout*...) cuyo estudio tiene su origen en las disciplinas de la psicología y la psiquiatría.

Sin ánimo de extenderme en cuestiones que se abordarán a lo largo de este estudio, cabe comenzar comentando que don Manuel Alonso Olea ingresó en la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas en el año 1973, con número de medalla 20.

Son diferentes las líneas que aborda en su tarea como miembro de la RACMYP, de entre las que destaca, por supuesto, su profundo estudio sobre el concepto de alienación, sobre el que versó su discurso de ingreso de la academia, y que continuó con diversos trabajos a lo largo del tiempo. Así, la trayectoria seguida comienza con Hegel, continúa con el concepto de alienación en Sartre<sup>1</sup>, para finalizar con Karl Marx<sup>2</sup>.

Si bien resultaría un agradable y enriquecedor trabajo intentar analizar toda la obra de don Manuel Alonso Olea en la RACMYP, sería en igual medida ambicioso y pretencioso por mi parte. Por esta razón, centro mi trabajo en un concreto estudio (asimismo, con pequeñas reflexiones a lo largo del texto que se refieren a otros de sus trabajos) relativo a la «Ética del trabajo y del ocio»<sup>3</sup>. Para ello, seguiré el mismo esquema que aborda el maestro en su disertación, comentando con el mayor respeto y admiración posibles sus ideas e, intentando vislumbrar, cuál sería su opinión ante los cambios producidos treinta años después en las situaciones que analiza.

---

<sup>1</sup> M. ALONSO OLEA, «Las raíces del trabajo alienado en Carlos Marx», *Anales de la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas*, núm. 61 (1984).

<sup>2</sup> M. ALONSO OLEA, «Alienación y convivencia en Sartre», *Anales de la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas*, núm. 51 (1974).

<sup>3</sup> M. ALONSO OLEA, «Ética del Trabajo y del Ocio», *Anales de la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas*, núm. 73 (1996).

En este sentido, en su trabajo, Alonso Olea afronta la relación entre trabajo y ocio, la finalidad que debe cubrir el trabajo y el significado que debe darse al ocio. La distinta cantidad de tiempo que se destina a una y otra tarea, así como sus características a lo largo de la historia y sus cambios en las últimas décadas.

Si bien es cierto que, en general, el trabajo ha sufrido cambios en las últimas tres décadas, no puede negarse que el concepto de ocio ha sido el más afectado por los bruscos y vertiginosos cambios sociales, tecnológicos y económicos de este tiempo.

Cabe plantearse, entonces, qué opinaría el maestro actualmente acerca de la expansión del ocio y de sus nuevas y múltiples formas de ocupar el espacio en la vida de las personas, así como de la evolución que ha manifestado el trabajo en relación con su carácter emancipatorio de las personas.

## II. TRABAJO

Alonso Olea comienza su disertación aclarando el posible malentendido que puede surgir a la hora de tratar el trabajo y el ocio, al tener en cuenta que algunas personas entienden que se trata de una distinción entre personas ociosas y personas trabajadoras. No así, el trabajo versa sobre tiempo de trabajo y tiempo de ocio para las personas que trabajan. En este sentido, analiza la trayectoria de las horas dedicadas al trabajo en relación con las horas totales de vida (y esperanza de vida) desde principios de siglo XX hasta plantear un escenario futuro correspondiente a nuestro momento actual.

Así, en 1900, las horas de vida de un hombre europeo eran de cuatrocientas mil, correspondiendo ciento cincuenta mil de aquellas al trabajo, lo que suponía un 34 por 100 del tiempo total, un 41 por 100 a horas que el autor califica «de mantenimiento», es decir, descanso, alimentación, etc., y un 25 por 100 a la «formación y el esparcimiento». Noventa años más tarde, los porcentajes habían cambiado, las horas de vida totales habían aumentado a seiscientos cuarenta mil, y las de trabajo se habían reducido a setenta mil, por lo que pasaban de ocupar un 34 por 100 del total a un 11 por 100. De esta manera, manteniendo el 41 por 100 de horas de mantenimiento, el tiempo de ocio aumentaba hasta el 45 por 100.

Al plantear el escenario «futuro», que corresponde a esta década, Alonso Olea afirma que la esperanza de vida podría llegar a los ochenta años, es decir, setecientos mil horas; mientras que las de trabajo se reduci-

rían a cuarenta mil, es decir, un 6 por 100, del tiempo total, por lo que (al mantener un 41 por 100 de tiempo de mantenimiento) el tiempo de ocio llegaría al 53 por 100.

Si analizamos el momento actual, la esperanza de vida en Europa es de 81,5 años<sup>4</sup>, hay que tener en cuenta que las mujeres tienen una esperanza de vida superior a la de los hombres (la esperanza de vida es de 78,9 años en hombres, y 84,2 años en mujeres), y que en ambos casos la pandemia de Covid-19 provocó un leve descenso en la esperanza de vida. Si, además, tomamos en consideración que la jornada máxima de trabajo en España no ha variado desde 1983 y continúa siendo de cuarenta horas semanales, y que la media de años de trabajo en la vida de una persona es de 35,9<sup>5</sup> (lo que ha supuesto un aumento de 3,6 años desde el año 2000), el total de horas trabajadas en la vida de una persona arrojaría un total de setenta mil horas.

A pesar de que el número de horas dedicadas al trabajo no se ha reducido en la proporción que marcaba Alonso Olea en su estudio (si bien en el momento de redacción de este trabajo se encuentra pendiente de aprobación la reducción de la jornada laboral máxima a 37 horas y media semanales), sí es cierta su afirmación de que la dinámica a lo largo de la historia ha sido que «la porción de la vida humana que ocupa el trabajo para vivir es cada vez menor», con el correspondiente aumento del tiempo dedicado al ocio, a pesar de que esa dinámica se ha paralizado en las últimas décadas.

Tras esta delimitación preliminar objetiva de datos, el autor se centra a continuación en una de las cuestiones esenciales de la disertación: la finalidad del trabajo. En primer lugar, se refiere a la idea del trabajo como aquel que sirve para ganarse la vida, el que «un hombre realiza para obtener de él los medios precisos para su subsistencia, trabaje por cuenta propia [...] o trabaje por cuenta ajena».

Este tipo de trabajo se ha visto caracterizado en su mayoría por un aspecto crucial a lo largo de la historia: la penosidad del mismo. Sobre esta cuestión, afirma Alonso Olea que ya se hacía referencia a esta situación en la Biblia, concretamente en el Génesis 3.17-19, al afirmar que Dios le dijo a Adán. Este pasaje dice así: «17. Como hiciste caso a tu mujer y comiste del fruto del árbol del que te dije que no comieras, ahora la tierra va a estar

---

<sup>4</sup> Según fuentes del Eurostat, disponible en [https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/demo\\_mlexpec/default/table?lang=en&category=demo.demo\\_mor](https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/demo_mlexpec/default/table?lang=en&category=demo.demo_mor).

<sup>5</sup> Según fuentes del Eurostat, disponible en [https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/lfsi\\_dwl\\_a/default/table?lang=en](https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/lfsi_dwl_a/default/table?lang=en).

bajo maldición por tu culpa; con duro trabajo la harás producir tu alimento durante toda tu vida. 18. La tierra te dará espinos y cardos, y tendrás que comer plantas silvestres. 19. Te ganarás el pan con el sudor de tu frente, hasta que vuelvas a la misma tierra de la cual fuiste formado, pues tierra eres y en tierra te convertirás».

Sin ánimo de exhaustividad, pueden comentarse varias cuestiones de este fragmento bíblico. La maldición, por tanto, consiste en condenar a la persona a trabajar durante toda su vida para poder lograrse un sustento. De hecho, si consideramos las diferentes traducciones que se han efectuado a lo largo del tiempo de este fragmento de la Biblia por parte del catolicismo y de otras confesiones cristiana, el término que se ha traducido por «trabajo» también ha sido traducido en otras ocasiones por «dolor», «fatiga», o «trabajo penoso».

La penosidad del trabajo se manifiesta a lo largo de la historia principalmente en el trabajo por cuenta ajena, que, como explica Alonso Olea, «tuvo sus inicios en los trabajos forzosos del esclavo y del siervo adscrito a la gleba». La evolución de estas situaciones de servidumbre hasta el contrato de trabajo en el que el sometimiento total de una persona a otra en se transforma el desarrollo de las tareas bajo las órdenes y dirección de un empresario transcurrió despacio en el tiempo.

Aunque actualmente se entienda como trabajo penoso aquellos «trabajos duros por su exigencia física o psíquica y trabajos que causan un mayor desgaste físico», a lo largo de la historia es un término que se ha asociado con la falta de dignidad del trabajo. En un primer momento, la mayor parte del trabajo manual era desarrollado por esclavos y siervos, trabajo considerado indigno, mientras que el trabajo intelectual estaba reservado a clases más pudientes. La progresión a lo largo de la historia del trabajo, considerado en un primer momento como una tarea indigna hacia finalmente una labor que permite la emancipación de la persona, ha sido lenta y ha atravesado diferentes etapas.

Si estudiamos la progresión de la percepción que se ha tenido del trabajo a lo largo de la historia, podemos observar cómo se configura desde un primer momento como un castigo, pero no cualquier castigo, sino un castigo divino. Tal es el pecado cometido por el hombre que su consecuencia directa es la indispensable necesidad de trabajar como forma de conseguir un sustento, trabajar la tierra y conseguir el pan<sup>6</sup> con el sudor de su

---

<sup>6</sup> Son numerosas también las referencias a lo largo de la historia y de la literatura que se hacen al «pan» como traducción de los frutos del trabajo. A modo de ejemplo: «Con-

frente. El estado ideal, por tanto, proporcionado por Dios, era la ausencia de trabajo, el acceso a todo lo necesario para la vida sin precisar el más mínimo esfuerzo. Esta idea, sin duda, contradice con el valor de dignidad del trabajo y, por supuesto, con el carácter emancipatorio que se le reconoce (o se reivindica) más adelante en la historia.

Recoge la Biblia, incluso, un castigo peor, cuando sentencia Dios a Caín y le condena diciéndole «cuando cultives la tierra, no te dará ya sus frutos» (Gen. 4.12). No obstante, la percepción del trabajo en las Sagradas Escrituras, si bien continúa considerando que el trabajo es un castigo, se torna a tratar con humanidad a quien lo padece, «no maltrates al criado que trabaja de verdad, ni al jornalero que te sirve», recoge el Eclesiástico 7.22, «si tienes un siervo, trátale como a ti mismo» (Eclo.33.31).

Parece que la percepción evoluciona en la Biblia a continuar considerando indigno el trabajo por cuenta ajena, mientras que el trabajo por cuenta propia comienza a ser mejor considerado, hasta tal punto que, en el Libro de Isaías, al proclamar un nuevo reino, se afirma que «construirán casa y las habitarán, plantarán viñas y comerán su fruto. No edificarán para que habite otro, no plantarán para que coma otro, [...] mis elegidos consumirán la obra de sus manos» (65. 21-22).

Respecto de la esclavitud y de la justicia o injusticia de su existencia (trabajo forzado para alcanzar, en el mejor de los casos, unas condiciones mínimas de supervivencia), entendía Aristóteles que «mandar y ser mandado no es un puro hecho, sino algo conveniente; por ello, algunos nacen para ser mandados y otros para mandar», por lo que la naturaleza ha determinado que los cuerpos de los esclavos sean aptos para tareas físicas y no aptos para las intelectuales, igual que los animales domésticos<sup>7</sup>. De esta forma, afirma Montoya Melgar al comentar la obra de este filósofo, «el

---

fluían el pasado y el presente. Soñaba que había llegado a la tierra prometida donde fluían la leche y la miel, y donde la gente comía el pan que no había ganado y vestía prendas de oro y plata», en I. GONCHAROV, *Oblómov*, 1859. También, de manera magistral recoge Pablo NERUDA el significado que el pan tiene para el hombre como fruto de su esfuerzo y como derecho de todos: «Ahora, intacto, eres acción de hombre, milagro repetido, voluntad de la vida. [...] del mar y de la tierra haremos pan, plantaremos de trigo, la tierra y los planetas, el pan de cada boca, de cada hombre, En cada día llegará porque fuimos a sembrarlo y a hacerlo. No para un hombre sino para todos. El pan, el pan para todos los pueblos. [...] lucharemos por ti con otros hombres, con todos los hambrientos, por todos los ríos y el aire iremos a buscarte, toda la tierra la repartiremos para que tú germines. [...] Todos los seres tendrán derecho a la tierra y la vida. Y así será el pan de mañana, el pan de cada boca, sagrado, consagrado, porque será el producto de la más larga dura lucha humana», en P. NERUDA, *Oda al pan*, 1954.

<sup>7</sup> ARISTÓTELES, *Política*, Barcelona, Austral, 2011.

esclavo no tiene, para el Estagirita, entidad propia, sino que es parte de su dueño»<sup>8</sup>. A pesar de la rotundidad de sus afirmaciones, Aristóteles parece dudar más adelante en su obra, cuando se plantea si pudiera poseer el esclavo alguna virtud a parte de las propias de su instrumentalidad y servicio «como la prudencia, el valor, la justicia y demás disposiciones de esta clase, o si no tiene más que sus habilidades corporales».

Más adelante, la consideración de la dignidad en el trabajo se divide entre el trabajo intelectual y el manual. Ejemplo de ello se recoge en *De officiis*, donde Cicerón entiende que como indignos un catálogo de oficios, entre ellos «todos los artesanos [...] porque un taller no tiene nada digno de un hombre libre [...] los oficios que están al servicio de los placeres» tales como pescaderos, carniceros, etc. No obstante, considera que «los profesionales para las que se requiere un saber mayor y que reportan una ganancia más que mediana, como la medicina, la arquitectura, la enseñanza de las artes literarias, son honestas para aquellos cuya condición social es concedido el practicarlas». Por su parte, la dignidad del comercio varía en función de su escala, así «si es en pequeño, ha de tenerse como vil [...] si es en gran escala no ha de tenerse por vituperable». Como afirma Montoya Melgar, «es digno o vil según cuál sea su rentabilidad»<sup>9</sup>.

Durante la Edad Media la dignidad se reserva al trabajo contemplativo y la indignidad del trabajo manual se mantiene hasta el Renacimiento, a pesar de surgir preocupaciones entre algunas figuras<sup>10</sup>. El debate acerca de la licitud de la esclavitud se mantiene en el siglo XVII, y finalmente, en el Siglo de las Luces, se condena la posible justificación de la misma por la existencia de un contrato, como se había mantenido hasta el momento. En ese sentido, Rousseau pone de relieve el absurdo de la esclavitud por contrato al afirmar que «desde cualquier punto de vista que se consideren las cosas el derecho de esclavitud es nulo no solamente porque es ilegítimo, sino porque es absurdo y no significa nada. Las palabras esclavo y derecho, son contradictorias y se excluyen mutuamente. Ya sea de hombre a hombre o de hombre a pueblo, el siguiente razonamiento será siempre igualmente insensato: “Celebro contigo un contrato en el cual todos los derechos están a tu cargo y todos los beneficios en mi favor, el cual

---

<sup>8</sup> A. MONTOTOY MELGAR, *La dignidad del trabajo. Lección magistral leída con motivo de sus Cincuenta Años de Catedrático de Derecho del Trabajo*, Murcia, Universidad de Murcia, 2020, pp. 13-14.

<sup>9</sup> *Ibid.*, p. 16.

<sup>10</sup> Tomás MORO, en su *Utopía*, se preocupa por los obreros ingleses que no pueden enfrentarse a la vejez por falta de ahorros.



observaré hasta tanto así me plazca y tú durante todo el tiempo que yo desee»<sup>11</sup>.

La dignificación del trabajo da un paso más en el curso de la historia, al considerarse que el mismo, además de ser digno, por supuesto, debe permitir la realización de la persona trabajadora, y no convertirla en un mero instrumento más como el resto de herramientas que se utilizan para su desempeño.

Sobre la realización de la persona a través del trabajo son múltiples los autores a lo largo de la historia que han llegado a esta conclusión, a través, claro está, de diferentes posiciones. Disculpándome por adelantado por aquellos pensadores que pueda obviar, la idea de la realización personal por medio del trabajo es una cuestión fundamental en Karl Marx, en relación, por supuesto y, en un sentido contrario, con el concepto de alienación (tan profundamente analizado por Alonso Olea en su obra) al entender que «el trabajo es externo al trabajador, es decir, no pertenece a su ser esencial; que en su trabajo, pues, el trabajador no se afirma, sino se niega a sí mismo; no se siente contento, sino infeliz; no desarrolla libremente su energía física y mental, sino deteriora su cuerpo y destruye su espíritu»<sup>12</sup>. De esta forma, mientras el trabajo debiera servir de realización para la persona, en realidad, lo aliena.

Fundamental es, respecto de la autorrealización de la persona a través del trabajo, la obra de Erich Fromm que, además, parte de la idea de Karl Marx comentada. Así, afirma que «es muy importante comprender la idea fundamental de Marx: el hombre puede hacer su propia historia: es su propio creador»<sup>13</sup>. Entiende, así, que el ser humano se autorrealiza a través de su capacidad creadora en el trabajo.

En el mismo sentido se pronuncia Abraham Maslow cuando, en su famosa pirámide, establece la autorrealización laboral en la cúspide, tras la cobertura del resto de necesidades. Igualmente, Viktor Frankl, entiende que «de acuerdo con la logoterapia<sup>14</sup>, la primera fuerza motivadora del hombre es la lucha por encontrar un sentido a su vida», y que, también de acuerdo con la misma, «podemos descubrir el sentido de la vida de tres modos: 1) realizando una acción; 2) aceptando los dones de la existen-

<sup>11</sup> J. J. ROUSSEAU, *El contrato social*, Madrid, Tecnos, 1999, p. 12.

<sup>12</sup> K. MARX, *Manuscritos económico-filosóficos de 1844*, Buenos Aires, Colihue, 2007.

<sup>13</sup> E. FROMM, *Marx y su concepto del hombre*, México-Buenos Aires, FCE, 1962, p. 27.

<sup>14</sup> Viktor FRANKL explica que: «la logoterapia, también denominada, “Tercera Escuela de Viena de Psicoterapia”, se centra en el sentido de la existencia humana y en la búsqueda de ese sentido por parte del hombre».



cia»; 3) por el sufrimiento»<sup>15</sup>. En el primer caso, el recurso para alcanzarlo puede ser por medio del trabajo.

Otra perspectiva, sin duda, fundamental de la autorrealización de la persona por medio del trabajo es la corriente feminista. Así, a partir de los primeros movimientos surgidos en defensa de los derechos de las mujeres, comenzó también una reivindicación por conquistar un espacio en el mercado laboral, que garantizaría su libertad y su independencia económica. En la primera ola feminista, protagonizada principalmente por mujeres de clase alta y enfocada esencialmente a la consecución del derecho al sufragio femenino y a la igualdad de derechos civiles, algunas de las más relevantes figuras hacían ya referencia a la necesidad de alcanzar una emancipación femenina no solo a través del voto, sino a través del trabajo que proporcionaría independencia económica.

En este sentido, Mary Wollstonecraft afirmaba en su *Vindicación de los derechos de la mujer* que «las mujeres más respetables son las más oprimidas y, a menos que tengan entendimientos mucho más superiores al común de los entendimientos, en ambos sexos, deben volverse desdeñables al ser tratadas como ser desdeñables. ¿Cuántas mujeres malgastan así su vida, presas del descontento, que podrían haber ejercido como doctoras, administrar una granja, regentar una tienda y permanecer erguidas, sostenidas por su propio trabajo, en vez de bajar sus sobrecargadas cabezas con el rocío de la sensibilidad que consume la belleza a la que primeramente dio brillo? [...]. ¡Cuánto más respetable es la mujer que gana su propio pan desempeñando cualquier deber que la belleza más perfecta! [...]. Apelo a sus entendimientos y, como una semejante, reclamo, en nombre de mi sexo, algún interés en sus corazones. ¡Les suplico que ayuden a emancipar a sus parejas para hacer de ellas sus compañeras!»<sup>16</sup>.

Por otra parte, no puede perderse de vista la afirmación de Virginia Woolf en 1929 sobre la libertad e independencia de las mujeres: «La independencia intelectual depende de cosas materiales. La poesía depende de la libertad intelectual. Y las mujeres han sido siempre pobres, no solo por doscientos años, sino desde el principio del tiempo. Las mujeres han tenido menos libertad intelectual que los hijos de los esclavos atenienses. Las mujeres, por consiguiente, no han tenido la menor oportunidad de escribir poesía. He insistido tanto por eso en la necesidad de tener dinero y un cuarto propio»<sup>17</sup>.

<sup>15</sup> V. FRANKL, *El hombre en busca de sentido*, Barcelona, Herder, 2022, pp. 126 y 139.

<sup>16</sup> M. WOLLSTONECRAFT, *Vindicación de los derechos de la mujer*, Barcelona, Alma, 2023, pp. 237-239.

<sup>17</sup> V. WOOLF, *Un cuarto propio*, Barcelona, Lumen, 2013, pp. 143-144.

Sin ambición ni posibilidad de comentar a todas las madres de la primera ola feminista, no puedo dejar de comentar la obra de Elizabeth Cady Stanton, y su magisterio cuando afirma que «la razón más poderosa para brindarles a las mujeres todas las oportunidades de recibir una educación superior para el pleno desarrollo de sus facultades, tanto mentales como físicas; para otorgarles la más amplia libertad de pensamiento y de acción; para ofrecerles una completa emancipación de todas las formas de cautiverio —se deban, ya a la costumbre, ya a la dependencia, ya a la superstición—, y para liberarlas del paralizante influjo del miedo, dicha razón es la soledad y la responsabilidad personal de su vida. El motivo más poderoso por el que pedimos que la mujer tenga voz tanto en el gobierno al que está sujeta como en la religión en la que se le pide que crea; igualdad en la vida social, en la que ella es un factor fundamental; y un lugar en los oficios y las profesiones liberales en el que pueda ganarse la vida, ese motivo es su derecho natural a la soberanía propia; pues, en cuanto individuo, la mujer debe confiar en sí misma»<sup>18</sup>.

La lucha por la emancipación femenina continúa durante la segunda ola feminista, si bien no solo desde la perspectiva económica, sino también psicológica y sexual, desde Betty Friedan, que considera que el trabajo doméstico no es sino una «trampa», al haberse convencido a la mujer de que se había convertido en «una profesional, una experta en la elección de los productos de limpieza más convenientes para determinados trabajos»<sup>19</sup>. A medio camino entre la primera y segunda ola feminista, Simone de Beauvoir considera que la independencia económica de las mujeres procede del trabajo y que, además, la emancipación debe ser colectiva<sup>20</sup>. Fundamental resultó también la labor de Gloria Steinem sobre la igualdad laboral, el reconocimiento del trabajo doméstico y el reproductivo y, de nuevo, la emancipación económica de la mujer. En el mismo sentido se pronuncia Kate Millett en una de sus obras principales: *Política Sexual*<sup>21</sup>.

La tercera y cuarta ola feministas continúan defendiendo el poder emancipatorio del trabajo para la mujer pero, si bien el acceso al trabajo ya había sido conquistado, la tercera ola centra su cometido en barreras adicionales que enfrentan las mujeres no blancas, inmigrantes y de clase trabajadora, y la cuarta ola defiende el derecho un entorno de trabajo seguro, libre de acoso, con igualdad salarial, reconocimiento de conciliación de

<sup>18</sup> E. C. STANTON, *La soledad del ser*, Cáceres, Periférica, 2023, pp. 10-11.

<sup>19</sup> B. FRIEDAN, *La mística de la feminidad*, Madrid, Cátedra, 2016.

<sup>20</sup> S. DE BEAUVOIR, *El segundo sexo*, Madrid, Cátedra, 2017.

<sup>21</sup> K. MILLETT, *Política Sexual*, Madrid, Cátedra, 2017.

la vida laboral y familiar que permita a las mujeres lograr su plena realización en el ámbito profesional.

De estos postulados, no solo feministas, sino en términos generales, se extrae sin dificultad la idea de que el trabajo como medio de realización personal conecta directamente con el concepto de trabajo como vía de emancipación de la persona. Es decir, el camino hacia la libertad de una persona pasa por la independencia que adquiere al obtener rendimientos de su trabajo, sea directamente en el caso del trabajador por cuenta propia, o por medio de un salario en el caso del trabajador por cuenta ajena. Esta idea es especialmente relevante para aquellos colectivos, como las mujeres, que tenían negado el acceso en igualdad de condiciones que los hombres al mercado laboral.

Aunque el trabajo no consiga cumplir con su objetivo de autorrealización de la persona, su finalidad básica es la de proporcionar el sustento necesario para la vida (aunque a veces tampoco es suficiente). No obstante, esa productividad para uno mismo no es el único objetivo del trabajo, tal y como afirma Alonso Olea, sino también ser productivo para los demás. El trabajo de todos se destina a cubrir las necesidades de toda la sociedad, existe una interdependencia. El trabajo de uno es útil para los demás, y lo apropiado sería que también fuera útil para uno mismo.

### III. OCIO

La Real Academia Española define el ocio como «cesación del trabajo, inacción o total omisión de la actividad», o como «tiempo libre de una persona». El concepto de ocio, de ausencia trabajo, ha sido ampliamente criticado por la filosofía y la literatura a lo largo del tiempo.

Alonso Olea diferencia dos modelos de ocio. El primero de ellos, hace referencia a la *Teoría de la Clase Ociosa*, de Veblen de finales de siglo XIX, que se refiere a las «actividades inútiles, los consumos conspicuos propios y vicarios del rico sin nada que hacer». Al respecto, Alonso Olea habla de una minoría privilegiada que, si bien no ha desaparecido, sí ha disminuido. Esa clase ociosa sigue existiendo actualmente, si bien sería posible hablar de una nueva clase ociosa no relacionada con la riqueza, sino con la falta de ánimo de trabajar y la garantía, inexistente a lo largo de todas las generaciones precedentes en la historia, de la existencia de medios proporcionados por el Estado para garantizar la subsistencia de aquellas personas que no pueden trabajar.

La protección de las personas en estado de necesidad es una de las premisas básicas del Estado del bienestar. Cuidar de aquellas personas que no pueden cuidar de sí mismas, que no disponen de medios para garantizar su propia subsistencia es un elemento esencial de nuestras organizaciones sociales y políticas actuales.

No obstante, una perversión del Estado del bienestar consiste en la utilización fraudulenta de dichos servicios. Es decir, la protección debe ir dirigida a aquellas personas que no trabajan de manera forzada, bien por no encontrar un empleo, bien por no estar en disposición física o mental de desarrollar una actividad profesional. Sin embargo, actualmente aquellas personas que no trabajan de manera voluntaria pueden ver también sus necesidades básicas cubiertas. Como hemos dicho, en el caso de que este aprovechamiento de los recursos del Estado de bienestar se lleve a cabo por personas que no desean trabajar aun pudiendo hacerlo, es un uso indebido de los mismos que desvirtúa por completo el fundamento esencial sobre el que se sostienen los postulados del Estado del bienestar.

Por otra parte, don Manuel se refiere a otro tipo de ocio, como aquel tiempo libre del que disfruta la clase trabajadora en los momentos en los que no trabaja. En este punto realiza una distinción entre el ocio del que disfrutaban los trabajadores manuales del que llevan a cabo los trabajadores intelectuales, debido a que, para el autor, quienes desempeñan una labor de trabajo intelectual precisan, siempre, de tiempo de ocio «casi forzado», con el fin de continuar formándose y aprendiendo en su profesión. Entiende Alonso Olea que «para el intelectual, la misma distinción entre trabajo y ocio se difumina si con el ocio se entretiene, y en la medida en que se entretiene, con esta formación, para la que el hábito y el gusto de leer es ingrediente básico». Además, afirma que aún le sobra tiempo para «añadir algún factor adicional a su entrenamiento, bien de *corpore sano*, bien de actividad artística propia»<sup>22</sup>.

En este punto, si bien es cierto que algunos trabajadores intelectuales son afortunados de que les apasione su profesión y pueden decidir invertir

---

<sup>22</sup> Sobre esta cuestión podría hablarse del exceso de actividad al que se encuentra sometida gran parte de la población actualmente, no solo con ocupaciones relacionadas con el ámbito laboral, sino también actividades de ocio y tiempo libre. Esta sobreocupación del tiempo libre es una cuestión que está siendo tratada ampliamente desde las disciplinas de la psicología y la psiquiatría, ya que la sobreexposición a las redes sociales, a la publicidad de la industria del ocio, ha generado nuevos problemas de índole psicológica relacionadas con la necesidad que estos medios crean en las personas de mantenerse continuamente ocupadas. Uno de estas patologías ha sido ya calificada por la doctrina como FOMO (*fear of missing out*), que consiste en el medio a perderse algún plan de ocio.

su tiempo libre en actividades relacionadas con su trabajo, no puede entenderse que el tiempo de ocio para los trabajadores intelectuales debe estar destinado en todo o en parte a continuar con su actividad profesional. Sin obviar, además, la cantidad de tiempo que deben destinar la mayoría de los trabajadores a las tareas domésticas, que les privan de gran parte del tiempo libre, así como al transporte entre el domicilio y el lugar de trabajo.

La formación en el trabajo, por tanto, debe constituir siempre tiempo de trabajo, y no ocupar el tiempo de ocio. En este sentido se pronuncia nuestra legislación laboral en múltiples ocasiones; a modo de ejemplo y sin ánimo de exhaustividad, el art. 23 ET, relativo a la promoción y formación profesional en el trabajo, establece en su letra *d*) que los trabajadores tendrán derecho a «la formación necesaria para su adaptación a las modificaciones operadas en el puesto de trabajo. La misma correrá a cargo de la empresa, sin perjuicio de la posibilidad de obtener a tal efecto los créditos destinados a la formación. El tiempo destinado a la formación se considerará en todo caso tiempo de trabajo efectivo». Igualmente, en relación con la extinción del contrato por causas objetivas relativas a la falta de adaptación del trabajador a las modificaciones técnicas operadas en su puesto de trabajo, el empresario deberá previamente ofrecer al trabajador un curso dirigido a facilitar la adaptación a las modificaciones operadas, y el tiempo destinado a la formación se considerará en todo caso tiempo de trabajo efectivo [art. 52.*b*) ET]. Del mismo modo, según la Disposición Adicional vigesimoquinta del Estatuto de los Trabajadores, «las acciones formativas deberán desarrollarse durante la aplicación de la reducción de la jornada o suspensión del contrato, en el ámbito de un expediente de regulación temporal de empleo, o en tiempo de trabajo. En cualquier caso, deberán respetarse los descansos legalmente establecidos y el derecho a la conciliación de la vida laboral, personal y familiar».

La inclusión por ley de la formación relacionada con el trabajo en el tiempo de trabajo y no de ocio, es un derecho relacionado con el derecho a la conciliación de la vida laboral y familiar, el relativamente novedoso derecho a la desconexión digital y, en resumidas cuentas, con el ampliamente reconocido y reivindicado derecho a la limitación de la jornada laboral.

Esta necesaria parcelación de la formación profesional en el tiempo de trabajo debe producirse tanto para los trabajadores manuales como para los trabajadores intelectuales. Y ello es así, debido a que también en este punto Alonso Olea distingue entre unos y otros trabajadores, y considera que el ocio de ambos es diferente. Así, entiende que al trabajador intelectual se le presuponen unos intereses culturales que deben también fomen-

tarse en los trabajadores manuales reforzando los aspectos lúdicos de la educación primaria y secundaria.

Sobre esta cuestión cabe plantearse, en un primer término, si continuamos considerando trabajadores intelectuales y manuales del mismo modo y, si a unos y a otros debe atribuírseles un nivel cultural diferente. Desde mi punto de vista, esta distinción podría tener una cierta lógica en otras etapas de la historia, en las que las profesiones del sector primario, la agricultura, ganadería, etc., en la Edad Media, no disponían de acceso a la cultura (más allá de las Escrituras de la Biblia, que ni siquiera podían leer, sino tan solo escuchar en misa) como las clases sociales más altas. O en el caso de la Revolución Industrial, el nuevo grupo de trabajadores surgido, el proletariado, tampoco tenía ese acceso a la cultura, generando un ansia<sup>23</sup>, por la misma que propició la aparición de numerosos movimientos de lucha.

No obstante, actualmente, la vindicación del derecho a la educación universal, así como el acceso generalizado a Internet en este siglo, ha permitido que la cultura se haya convertido en un ámbito accesible para todo el mundo, independientemente del trabajo que realicen.

Igualmente, la atribución de un nivel cultural diferente al trabajo manual del trabajo intelectual ya no existe. Si el trabajo manual, entiende (toscamente dice) Alonso Olea, como «aquel que trabaja con sus manos», y el trabajador intelectual aquel que «maneja símbolos de materia, el lenguaje hablado o escrito, especialmente», ¿cabría plantearse que un pintor

---

<sup>23</sup> Sobre esta cuestión, un ejemplo de la situación de las mujeres que no tenían acceso a la cultura, o que no podían apenas destinarle tiempo a la misma como consecuencia de su dedicación casi total al trabajo, se ve reflejado en el ensayo de Virginia Woolf, sobre el Gremio de Mujeres Trabajadoras, cuando, al comentar los testimonios de las mujeres trabajadoras que, si bien reivindicaban luz eléctrica y un baño en su domicilio, también tenían una serie de inquietudes intelectuales a las que debía prestarse atención. Así, Wolf recoge que «si seguimos leyendo estos testimonios, encontramos otras muestras de extraordinaria vitalidad del género humano. La intrépida energía que ningún parto ni ninguna pila de platos sucios pudiese apagar por completo había llegado, al parecer, y se había apoderado de viejos ejemplares de revistas; habían leído a Dickens, habían apoyado los versos de Burns sobre el escurrer platos para leerlos mientras cocinaban. Los ejemplares se leían durante las comidas; se leían antes de ir al molino. Leían a Dickens, Walter Scott y Henry George, a Bulwer-Lytton, Ella Wheller Wilcox y Alice Meynell, con el afán de “conseguir leer alguna buena historia de la Revolución Francesa, no las de Carlyle, por favor”; leían a B. Russel sobre China, por no hablar de William Morris y Shelley, Florence Barclay y los libros de anotaciones de Samuel Butler [...]; leían con codicia desmedida de un apetito insaciable que se atiborra de caramelos y filetes de ternera, a tartas, vinagre y champán, todo de un solo trago. Como era normal, de leer pasaron a debatir». Cfr. V. WOOLF, *Memorias de un gremio de mujeres trabajadoras*, Palma, J. J. de Olañeta Editor, 2024, pp. 63-64.

es menos culto por llevar a cabo un trabajo manual que un contable por llevar a cabo un trabajo intelectual? ¿O es menos culto un escultor que un asesor financiero? ¿Podría decirse que un diseñador de moda de renombre como Balenciaga, o Karl Lagerfeld no eran personas cultas? En este punto, quizás fuera preciso ajustar más el concepto de trabajo intelectual y de trabajo manual, si realmente el trabajo manual es el de aquel que trabaja con sus manos ¿un cirujano es un trabajador manual? ¿y un arquitecto?, o quizás del concepto de trabajador intelectual lo que se pretende inferir es que ha recibido una educación académica superior en comparación con el trabajador manual.

Asimismo, deberíamos plantearnos qué se entiende por cultura, y si este concepto se encuentra ligado de manera irrompible con el trabajo intelectual. Según la Real Academia Española<sup>24</sup>, la cultura es el «conjunto de conocimientos que permite a alguien desarrollar su juicio crítico». Como sinónimos, recoge el diccionario los términos de «educación, erudición, sabiduría, instrucción, ilustración, formación». Si tenemos en cuenta que la cultura no es lo mismo que la educación académica, sino que se trata de una base sólida de conocimientos relacionados a la mayoría de las ramas del saber, que combina historia, filosofía, arte, ciencias naturales y tecnología, y con la cual el ser humano tiene un cierto conocimiento considerado básico y elemental del mundo, de su historia, de su entorno, de la creatividad y del pensamiento que lo definen y distinguen del resto de animales, podemos afirmar que este concepto de cultura debe poder predicarse de todo trabajo. Y ello es así porque, al margen de las futuras especializaciones en cada materia que se desarrollan en la universidad, ese conjunto de conocimientos básicos debiera ser impartido en los niveles de educación obligatoria, tal es su objeto, además. Y no solo eso, sino que también debiera predicarse de todo el mundo una cierta inquietud por el saber, independientemente de su formación y como ha sucedido en épocas pasadas entre aquellas personas que no tenían acceso a la educación<sup>25</sup>.

No obstante, del trabajo intelectual ya no se presupone cultura. Del trabajo intelectual puede inferirse la existencia de unos conocimientos teóricos y prácticos, de carácter técnico y relativos a la especialización de que se trate. Podría decirse esto también de las profesiones manuales. Si bien el

---

<sup>24</sup> REAL ACADEMIA ESPAÑOLA, *Diccionario de la lengua española*, 23.<sup>a</sup> ed. (versión 23.7 en línea), disponible en <https://dle.rae.es>, consultado el 21 de julio de 2024.

<sup>25</sup> Me remito aquí a lo comentado acerca del hambre de conocimientos demostrado por parte de la clase proletaria, y al ejemplo recogido en la nota a pie de página núm. 7, sobre los testimonios de las componentes del gremio de mujeres que recoge Virginia Woolf.



resultado final parece ser que consiste en que unos trabajadores utilizan el intelecto y otros utilizan sus manos, aunque, de nuevo, esta delimitación es excesivamente vaga, puesto que un arquitecto utiliza sus manos para dibujar y, evidentemente, ha debido recibir una abundante formación académica para poder hacer su trabajo.

Si bien en épocas pasadas existía una clara relación entre riqueza y cultura, puesto que la educación era un derecho reconocido a unas pocas personas pertenecientes a las clases pudientes (y siempre con excepciones), actualmente esa relación apenas existe. La masificación en el acceso a la universidad y en la obtención de los títulos universitarios y, por ende, de trabajos intelectuales, ha roto, por una parte, la relación que parecía indivisible entre riqueza y cultura y, por otra, la relación existente entre titulación académica superior y cultura.

No puede echarse la culpa, sin embargo, de la ignorancia generalizada al acceso a la educación superior universal, al contrario, lo ideal hubiera sido que la cultura se hubiera generalizado del mismo modo. El acceso libre e igual para todos a la educación y a la cultura es una premisa por la que se ha luchado con fuerza a lo largo de la historia por parte de las clases sociales más bajas, con la ayuda de algunos miembros de las clases altas. No obstante, cuando parece que en nuestro país el acceso a la cultura está prácticamente garantizado para todos por igual, el nivel cultural del ciudadano medio es cada vez más bajo, y se trata de una especie de maldición relacionada con las luchas pasadas por el acceso general a la cultura, ya que ahora, al existir un alcance universal al conocimiento, la falta de cultura y la ignorancia son voluntarias.

Son numerosas las causas a las que se ha achacado este problema, desde el descenso en el nivel educativo en los alumnos de primaria y secundaria, que se demuestra objetivamente con el fracaso demostrado por los alumnos de nuestro país en los resultados del informe Pisa, hasta el uso masivo de Internet y, en particular, de las redes sociales. En este sentido, las redes sociales están diseñadas para crear adicción<sup>26</sup>, para conseguir que el usuario invierta grandes cantidades de tiempo a lo largo del día a

---

<sup>26</sup> A este respecto se han pronunciado numerosos psiquiatras reputados. A modo de ejemplo, Marian Rojas Estapé afirma que «los *gadgets* y las múltiples aplicaciones recientes están diseñadas para ser adictivas. [...] Toda adicción tiene una base molecular y fisiológica conocida desde hace muchos años. Las drogas como el alcohol, cocaína [...] están reguladas por la misma hormona: la dopamina. La dopamina es la hormona encargada del placer. Es la que regula el sistema de recompensa del cerebro. Actúa en el instante en el que se interactúa con el objeto de placer y en los instantes previos —muchas veces se anticipa el placer y es un activador de la motivación—. En ocasiones, genera un vacío posterior, provocan-

ver los contenidos que se ofrecen en ellas<sup>27</sup>. Este consumo desorbitado de información que, además, en muchos casos es tan excesiva como inmanejable, tiene varias consecuencias. Por una parte, el acceso a prácticamente toda la información, del tipo que sea, de manera inmediata, ha generado una ausencia total de esfuerzo por la búsqueda, la investigación o el estudio, que ya no se valora ni se considera necesario. En este sentido, muchas personas pensarán ¿por qué es necesario conocer quién fue Isaac Newton y qué inventó si puedo encontrarlo en Internet en un instante? ¿Y las leyes de la termodinámica? ¿Y la formulación química? ¿Y los reyes de España? ¿Y Las Meninas? Hasta que, probablemente, las preguntas que se terminen formulando sean, ¿para qué necesito saber sumar y restar si lo hace la calculadora del móvil por mí? ¿Y los países del mundo? ¿Y quién es nuestro presidente del Gobierno? La inmediatez en la información nos convierte en seres acomodaticios y, sobre todo, dependientes. Absolutamente dependientes y a merced de la tecnología, Internet y el sistema.

Por otra parte, es imposible que este exceso de información se encuentre verificado en su totalidad, por lo que las noticias falsas (comúnmente conocido como *fake news* o bulos) campan a sus anchas por internet, a la par que las noticias verdaderas. No solo a la par, sino que diversos estudios concluyen que la difusión de las noticias falsas en redes sociales es hasta un 70 por 100 más elevado que las noticias verdaderas<sup>28</sup>. Si a esta situación le unimos la falta de estudio y la dependencia y fe ciega en Internet comentada, ¿qué posibilidades quedan de distinguir la verdad de la mentira? El criterio desaparece.

Por supuesto, no cabe echar toda la culpa a las redes sociales que, bien utilizadas, pueden cumplir con una importante tarea de divulgación de información y cultura. El problema reside, claro está, en su mal uso.

Por tanto, quizás, tan solo sea que es más cómodo ser ignorante que ser culto, requiere de un menor esfuerzo y, a la vez, de una menor responsabilidad con la sociedad. La falta de cultura supone también una pérdida de conocimientos de civismo y respeto. El acceso generalizado de todos a todo no ha alcanzado la utopía de una sociedad de iguales en las que ninguna persona vale más que otra y, por tanto, todas merecen el mismo res-

---

do una necesidad de volver a consumir ese producto al poco tiempo». Cfr. M. ROJAS ESTAPÉ *Cómo hacer que te pasen cosas buenas*, Madrid, Espasa Libros, 2018, p. 192.

<sup>27</sup> Lo que se conoce como *scroll* infinito, el desplazamiento continuo en la pantalla que permite encontrar información diferente de manera infinita.

<sup>28</sup> S. VOSOUGHI, D. ROY y S. ARAL, «The spread of true and false news online», *Science*, vol. 359 (2018).

peto, más bien nos ha convertido a todos en pequeños tiranos, pequeños zares, pequeñas María Antonietas que consideramos tener derecho a todo y responsabilidad por nada. No obstante, quizás sea posible, sí, que todos disfrutemos del mismo respeto, pero el rasero se ha situado en el nivel más bajo y no en la protección más alta de la dignidad como se pretendía. Pero esta es otra cuestión, si bien relacionada con la moral y la política, cuyo tratamiento no tiene cabida en este trabajo.

Relacionado específicamente con las redes sociales y el mundo del ocio, Alonso Olea ya vislumbraba en su trabajo hace treinta años que estaba surgiendo una importante industria en torno al ocio. Al respecto, comprobaba don Manuel el aumento que se estaba produciendo respecto de los servicios que el calificaba «para atender la distracción del fin de semana», y de las infraestructuras destinadas al traslado de ingentes masas de población de un lugar a otro para disfrutar de las vacaciones. Ni que decir tiene que esta industria ha aumentado exponencialmente desde la redacción del trabajo que ahora comentamos.

Destaca, por el último, el autor, el aumento del ocio forzado, de aquel que no se destina al goce y disfrute, sino que se debe a la falta de trabajo, y respecto del cual los jóvenes son los más afectados, al retrasarse cada vez más su incorporación al mercado laboral y, por tanto, aumentando la «prolongación de su estancia en el hogar familiar a edades muy superiores de las que hace, digamos, dos décadas», afirma Alonso Olea. A este respecto, el panorama no solo no ha mejorado, sino que ha empeorado en la actualidad, hasta el punto de que muchos jóvenes se encuentran en dicha situación de retraso de la emancipación e independencia incluso trabajando, puesto que los salarios medios actuales no han aumentado al mismo y nivel ritmo que el coste de la vida.

#### IV. REFLEXIÓN FINAL

La perspectiva del trabajo como medio de independencia, comienza a diluirse en esta generación. Así es como la concepción por parte del ser humano del concepto de trabajo se mueve desde su idea como castigo divino, que conlleva en primer término la esclavitud, continúa con la servidumbre en la Edad Media, y no es hasta la Revolución Industrial cuando, en unas condiciones infrahumanas de desarrollo del trabajo, se reivindica un papel emancipatorio del mismo en la vida de las personas. La idea del trabajo como vía de autorrealización personal (en el caso de que exista

un goce con el desarrollo del mismo, tal y como afirma Alonso Olea) es una premisa que ojalá se manifestase posible para todas las personas, pero que no resulta posible de exigir; no obstante, lo que sí parece exigible es que el trabajo mantenga su componente emancipatorio, es decir, permita alcanzar un nivel de vida digno para quien lo desempeña, un nivel de vida que permita garantizar una serie de condiciones mínimas, tales como la vivienda.

Actualmente, el vertiginoso encarecimiento del nivel de vida y de los productos más básicos para la misma están produciendo una situación problemática para los trabajadores, especialmente para los más jóvenes, que ven que los recursos obtenidos de su trabajo no resultan suficientes para cubrir sus necesidades. Existe una polarización de opiniones acerca de esta situación ya que, parte de la población, entiende que los trabajadores jóvenes destinan demasiada parte de sus recursos al ocio, en lugar de dedicarlos a ahorrar para, por ejemplo, poder acceder a una vivienda. La otra facción, sin embargo, entiende que con el dinero que pudiese ahorrarse de ese ocio seguiría sin llegar ni aproximarse si quiere al nivel de ahorro exigido actualmente para dar la entrada de una vivienda, por lo que, ante la ausencia de realización personal en el trabajo y, sobre todo, ante la ausencia de un carácter emancipatorio de su trabajo, deben buscar su autorrealización a través del ocio.

En este sentido, y desde una perspectiva ciertamente pesimista, pudiéramos hablar de la decadencia del trabajo y también del ocio. Si el trabajo, actualmente, continúa sin suponer en la mayoría de los casos nada más que la consecución del sustento para vivir, y apenas en algunos casos conlleva la realización personal del trabajador. Y, por su parte, el ocio no se destina apenas para fines culturales, sino que comienza a estar destinado a generar una adicción al mismo que, además, supone un alejamiento cada vez mayor del conocimiento y la cultura, puede decirse que se ha producido un fracaso en los intentos de continuar con una reforma del trabajo desde la servidumbre hasta culminar con un medio de autorrealización personal que, además, garantizase un mayor acceso a la cultura de la sociedad.

De esta forma, ante la falta de una autorrealización laboral y el cada vez menor poder emancipatorio del trabajo, estas exigencias vitales se han trasladado desde este hacia el ocio que, de manera ficticia, parece cubrir estas necesidades. Cabe plantearse nos encontramos a la deriva hacia una pérdida total de la capacidad de emanciparnos gracias al trabajo o si es posible, todavía, reconducirlo hacia su función última, es decir, permitir la cobertura de las necesidades básicas de la persona, y todo ello, en el espejismo hipnótico de falsa realidad que muestran las redes sociales.

## V. BIBLIOGRAFÍA

- ALONSO OLEA, M., «Ética del Trabajo y del Ocio», *Anales de la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas*, núm. 73 (1996).
- «Las raíces del trabajo alienado en Carlos Marx», *Anales de la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas*, núm. 61 (1984).
- «Alienación y convivencia en Sartre», *Anales de la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas*, núm. 51 (1974).
- ARISTÓTELES, *Política*, Barcelona, Austral, 2011.
- DE BEAUVOIR, S., *El segundo sexo*, Madrid, Cátedra, 2017.
- FRANKL, V., *El hombre en busca de sentido*, Barcelona, Herder, 2022.
- FRIEDAN, B., *La mística de la feminidad*, Madrid, Cátedra, 2016.
- FROMM, E., *Marx y su concepto del hombre*, México-Buenos Aires, FCE, 1962.
- GONCHAROV, I., *Oblómov*, 1859.
- MARX, K., *Manuscritos económico-filosóficos de 1844*, Buenos Aires, Colihue, 2007.
- MILLETT, K., *Política Sexual*, Madrid, Cátedra, 2017.
- MONTOYA MELGAR, A., *La dignidad del trabajo. Lección magistral leída con motivo de sus Cincuenta Años de Catedrático de Derecho del Trabajo*, Murcia, Universidad, 2020.
- NERUDA, P., *Oda al pan*, 1954.
- REAL ACADEMIA ESPAÑOLA, *Diccionario de la lengua española*, 23.<sup>a</sup> ed. (versión 23.7 en línea).
- ROJAS ESTAPÉ, M. *Cómo hacer que te pasen cosas buenas*, Madrid, Espasa Libros, 2018.
- ROUSSEAU, J. J., *El contrato social*, Madrid, Tecnos, 1999.
- STANTON, E. C., *La soledad del ser*, Cáceres, Periférica, 2023.
- VOSOUGHI, S.; ROY, D., y ARAL, S., «The spread of true and false news online», *Science*, vol. 359 (2018).
- WOLLSTONECRAFT, M., *Vindicación de los derechos de la mujer*, Barcelona, Alma, 2023.
- WOOLF, V., *Un cuarto propio*, Barcelona, Lumen, 2013.
- *Memorias de un gremio de mujeres trabajadoras*, Palma, J. J. de Olañeta Editor, 2024.