



---

**EL DON DE LA SIESTA. NOTAS  
SOBRE EL CUERPO, LA CASA Y  
EL TIEMPO**

---

Hernández, Miguel Ángel

---

**Editorial:**  
Anagrama

---

**ISBN:**  
978-84-339-1644-0

---

**Año de edición:**  
2020

---

**Barcelona**

---

Víctor Sánchez de la Peña.  
*Universidad Complutense de Madrid.*

Autores como Crary o Bifo ya dedicaron escritos a la re-estructuración del sueño por parte del capitalismo y el efecto que tiene sobre nuestros cuerpos. Miguel Ángel Hernández retoma esta temática desde la creciente sensación de cansancio y exposición online que la situación sanitaria ha terminado por consumir.

*El don de la siesta* no se basa en compilar estas tesis en torno al sueño, sino en bajarlas a la experiencia de lo cotidiano. Nos habla aquí desde la dimensión socio-cultural de la siesta, de su trabajo como investigador y profesor de Historia del Arte inscrito en las dinámicas de producción académica, de su casa y sus lecturas. Se distancia, aunque pasando brevemente por ella, de una teoría más centrada en los propios procesos de regulación del sueño, como por ejemplo las *power-naps*. En su lugar, sus notas crean una constelación de carácter menos riguroso (desde el punto de vista de una tradición académica anglosajona) y más poético: biografía, literatura, arte y actualidad se encadenan entre sí, siendo imposible disociar la lectura de la voz, la casa y el cuerpo del autor. Su propio procedimiento de escritura parece verse empapado de la práctica del apunte de ideas previo al dormir.

Su siesta perezosa conecta con un pensamiento y hacer artístico a favor de la distracción: es a la vez ritual, danza o *performance*, un arte en sí misma para interrumpir nuestra rutina, de preferir no responder a la lógica productiva y repensarnos desde el cuidado. Para ello, rastrea las conexiones entre las prácticas artísticas y su interés en los estados de descanso. Piensa así en la imagen re-poso, aquellas en las que nuestra mirada se posa sin ver el todo, en las que se nos envía a un fuera de campo. Pensemos, por ejemplo, en *Un Lit défait* (1827) de Delacroix y en cómo nos lleva a una acción ocurrida fuera de los límites de su representación.

Regresa también a textos como *El derecho a la pereza* (1883) de Lafargue, que no dejan de sernos útiles desde el arte para imaginar un común perezoso. Iniciativas como el *Hamacódromo* (2018) del CA2M serían un ejemplo de intentar materializar sus propuestas. La siesta es, por tanto, colectiva, un momento en el que la casa calla para que todos puedan dormir.

Quedan, sin embargo, algunos frentes desde los que seguir hilando, como el del género. Hernández recuerda desde la infancia a las mujeres de su familia como las últimas en acostarse tras la sobremesa. Cuestión que, en la Historia del Arte, podemos pensar mediante la mujer representada doblemente como cuidadora pero también como débil, desmayada y anémica.

En definitiva, todos estos apuntes, presentados como un cuaderno como el que podría tener en su mesilla, llegan en mitad de una crisis en la que el cansancio es colectivo, en el que se vuelve complicado escapar de la sensación de no poder replegarnos a ningún refugio de reposo. Reivindicar la siesta es, por lo tanto, reclamar un tiempo y espacio común (que no de privilegio) para descansar sin constricciones.

#### **BIBLIOGRAFÍA**

- Berardi (Bifo), F. (2017). *Fenomenología del fin. Sensibilidad y mutación conectiva*. Buenos Aires: Caja Negra.
- Crary, J. (2015), *24/7. Capitalismo tardío y el fin del sueño*. Barcelona: Ariel.
- Lafargue, P. (1883), *El derecho a la pereza*. Madrid: Fundamentos.