

con > vivencias

Luis Raimundo Guerra Cid

El perro del terapeuta

Relatos sobre nuestra
identidad, la angustia
y la superación

Octaedro 





Raimundo Guerra. Doctor en Psicología, antropólogo y psicoanalista. Psicólogo especialista en psicoterapia por la EFPA, actualmente ejerce como psicoterapeuta y como docente en el máster de Psicoterapia Integral (Universidad de Salamanca/UV) y en el Instituto de Psicoterapia de Orientación Psicoanalítica y Antropología (IPSA-Levante) de Valencia, del cual es director. Asiduo ponente en congresos nacionales e internacionales, es autor y coautor de docenas de trabajos y diversos libros sobre psicoterapia, sociedad, identidad y trauma.

El perro del terapeuta

Relatos sobre nuestra identidad, la angustia
y la superación

Luis Raimundo Guerra Cid

El perro del terapeuta

Relatos sobre nuestra
identidad, la angustia
y la superación

Prólogo de SANDRA TORIBIO CABALLERO

Octaedro 

Colección Con vivencias

71. *El perro del terapeuta. Relatos sobre nuestra identidad, la angustia y la superación*

Primera edición: febrero de 2025

© Luis Raimundo Guerra Cid

© De esta edición:

Ediciones OCTAEDRO, S.L.

Bailén, 5, pral. - 08010 Barcelona

Tel.: 93 246 40 02

www.octaedro.com

octaedro@octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra

ISBN: 978-84-10282-30-8

Depósito legal: B 3057-2025

Diseño cubierta: Tomàs Capdevila

Ilustración de la cubierta: Cristina Gresa Cabrelles

Revisión científica: Laura Tormo Martínez

Realización y producción: Editorial Octaedro

Impresión: Ulzama

Impreso en España - *Printed in Spain*

Para los que sufren y para quienes los sostienen.

SUMARIO

Prólogo (de <i>Sandra Toribio Caballero</i>)	11
Introducción. Disculpen las molestias	15
1. Cuando la vida te es ajena (para bien o para mal)	19
2. Cada uno tenemos nuestro relato (adentrándonos en la subjetividad)	33
3. ¿Quién soy? La importancia de conocer mi identidad (para que así la respeten)	47
4. Las diferentes caras de quienes somos	67
5. La historia de cómo conocí a una matrioska (quebrarse e integrarse)	91
6. «Sí, es el mejor amigo del humano». (Historias de perros)	103
7. Muertos de miedo. Cómo la cultura también influye en nuestras versiones del self	115
8. Perdedores, perdidizos y perdidos en la sociedad del éxito (una pequeña guía sobre cómo conseguir fracasar)	141

9. «Tendría que haberlo grabado». (La aniquilación de la subjetividad)	157
10. Mientras sigamos por aquí	175
Epílogo. El «buenismo» acabará con todo	191
Referencias bibliográficas	195
<i>Play list</i>	201
Sobre el autor	203



PRÓLOGO

SANDRA TORIBIO CABALLERO

Leer un libro puede suponer una experiencia, un viaje, una transformación. No cerraremos la última página siendo quienes éramos al comenzar la lectura. El libro que tiene entre las manos tiene, sin duda, mucho de transformador, por muchos motivos. En primer lugar, por lo generoso y valiente de su autor. No es habitual que los/las psicoanalistas se expongan así, que nos compartan sus miedos, sus incertidumbres.

Luis Raimundo Guerra Cid nos lleva consigo a través de su propio proceso de enfermedad, que sirve como un hilo conductor, para guiarnos en las reflexiones y cuestiones que le acompañan. Comparte sus temores y preocupaciones, y lo hace como solo él puede hacer: se atreve. Y al hacerlo nos lleva también a un lugar incómodo, del que el autor es consciente... Pide incluso que «disculpemos las molestias». Nos pide que le acompañemos a asomarse al miedo a la enfermedad, al final de la vida, a mirar atrás. Es un libro que impacta, que remueve, porque nos conecta con el sufrimiento, el miedo a la enfermedad y la angustia a la muerte.

Otra de las razones por las que el libro no dejará indiferente es por la mezcla de géneros –si es que podemos llamarlo así-. ¿Cómo catalogar este libro? ¿Tragicomedia? El sentido del humor y la ironía están presentes, pero acompañadas de la profundidad, el cuestionamiento y el miedo. Lo he leído riendo y llorando. Literalmente. Tener la ocasión de disfrutar de la lectura del libro al hilo de las canciones que propone el autor hacen, sin duda, que la experiencia sea más potente.

La mezcla y el continuo de emociones anteriores nos llevan también a valorar la riqueza de los contenidos que propone el autor. A los lectores y lectoras habituales del Dr. Guerra no les descubro nada, pero aquellas personas que tengan en sus manos por primera vez una obra suya seguramente se sorprenderán de que las fuentes y referencias utilizadas no son solo del campo del psicoanálisis, sino también en gran medida de la antropología, la neurociencia, la sociología y la política. Es una especie de biblioteca condensada, que nos sirve de guía también para profundizar en diversos conceptos, análisis y autores y autoras del psicoanálisis relacional (Sandra Buechler, Margaret Crastopol, Joan Coderch, Alejandro Ávila Espada, Silvia Jiménez) y de muchos otros de disciplinas diversas. Para mí, ese es uno de los valores excepcionales del libro, que nos recuerda que, como psicoterapeutas, no podemos leer, saber, pensar o conocer solo acerca de nuestro campo. Hay vida más allá del psicoanálisis, en otras disciplinas que nos ayudarán a completar y enriquecer la nuestra.

Pero, sobre todo, el autor nos recuerda la importancia de vivir y de los vínculos que podemos establecer. Emociona leer sobre la relación del Dr. Guerra con su perro, el Secre, que le acompaña como los buenos amigos hacen: desde el cariño y la comprensión, sin juzgar, acompañando y adaptándose a los cambios en la relación.

Creo que el autor nos lleva también a preguntarnos, al público en general y a los psicoterapeutas, cómo soportar el dolor ajeno cuando estamos tratando de soportar el nuestro propio. Los conceptos y reflexiones del Dr. Guerra en torno a la identidad y la subjetividad, pero también la curiosidad y la esperanza me llevan a pensar los valores de la clínica de los que habla Sandra Buechler. Hace algunos años tuvimos ocasión de entrevistar a la autora, y le preguntamos, entre otras cosas, si para ser un «buen terapeuta» había que ser una «buena persona». Esta fue su respuesta:

¿Qué es una buena persona? ¿Cuánto tiempo tenemos? [*Risas*]. Te diré una cosa, creo que tenemos que ser gente honesta, no puedo enseñar o transmitir el amor por la verdad. Siempre que me han

preguntado quién debe comenzar la formación analítica o no, este es mi único requisito: me tiene que parecer que esa persona tiene la capacidad de amar la verdad, no con otro fin o propósito, no como un medio, sino por los fines. Es algo que no se puede enseñar, creo que tiene que ser algo dentro de uno mismo, creo que todo lo demás se puede enseñar. Creo que no es tanto que tengas que ser una buena persona, pero sí que tienes que ser honesto. Una vez dije que uno de los prerrequisitos para el trabajo analítico es el poder ser capaz de decir las verdades incómodas, creo que eso es un requisito para la supervisión y también en la terapia. Creo que es necesario. (Ávila *et al.*, 2015, p. 508).

Permítanme un apunte personal. Tuve la suerte de conocer al Dr. Guerra hace ya algunos años, en el congreso de IARPP que tuvo lugar en Nueva York en el año 2012. Desde entonces, hemos compartido otros congresos y algún trabajo en diferentes asociaciones, con sus buenos y divertidos momentos, también en momentos de conflicto. Por la relación que tenemos, he podido ir siguiendo (desde la distancia) el proceso de enfermedad y recuperación de Raimundo. Y en cada llamada me sorprendía su buen talante (a pesar de que pocas veces las noticias eran buenas o esperanzadoras). Pero no solo eso, en cada llamada tenía la sensación de que Raimundo se iba transformando y que había podido aprender algo de lo que en esos años le había tocado vivir. No quiero decir que lo hiciera con alegría; al contrario, lo hacía a veces con pesar, a veces con preocupación, pero siempre con coherencia. Él mismo nos dice: «Cuando pasé la peor parte del proceso, tuve una agri dulce pero tranquilizadora sensación de, más o menos, saber quién era, y de haber sido congruente con ello y de, en lo fundamental, haber tomado las decisiones correctas, aunque todo acabara».

Por eso no tengo duda de que disfrutarán del libro que tienen entre manos. Porque el Dr. Guerra nos transmite el amor por la verdad y la indagación, magníficas «compañeras de viaje» en una profesión como la de psicoterapeuta y, en general, en la vida.

INTRODUCCIÓN.

Disculpen las molestias

Desde que soy joven estoy acostumbrado a escribir, pero nunca me ha sido tan costoso redactar un libro como en esta ocasión, básicamente por dos cuestiones. La primera es que en los primeros capítulos he tenido serios problemas de visión y lo redacté en voz alta mediante un programa informático. La otra razón es que es complicado trabajar y escribir cuando estás enfermo, más aún si los temas son asuntos duros, como la búsqueda de nuestra identidad, lidiar con lo traumático, sufrir y recuperarse... Estas dos circunstancias me llevan a disculparme con el lector previamente.

La primera circunstancia ha podido llevar a un estilo de redacción que quizá parezca arrítmico, que he tratado de subsanar con una continuada y rigurosa revisión durante los dos años y medio de redacción que me ha llevado la obra. Confío en que el lector, finalmente, disfrute de la lectura. Si no, por favor acepten mis disculpas. Por otra parte, desde hace tiempo barruntaba una idea que tenía que ver con un fenómeno social en el que creo que estamos inmersos. Una tendencia a la aniquilación del individuo en su identidad y en su subjetividad. Pero esta idea se ha convertido en algo más extenso, y a través de la experiencia de enfermedad, todo ello se transformó en *El perro del terapeuta*. Los temas del libro que va a leer poco tienen que ver con la autoayuda, con recetas, *tips* o cualquier solución mágica; más bien dejan abiertos nuevos horizontes, un proceso. No he tratado de escribir desde la crudeza de quien se siente enfermo, sino desde cierta conci-

liación y esperanza. He traído a mi memoria y comparto algunos aspectos del conocimiento de una amplia lista de psicoanalistas, psicólogos, antropólogos y otros científicos. Los temas tratados, si bien pueden resultar duros, son nuestra realidad cotidiana. Por ello también le digo al lector: «disculpe las molestias».

Ahora comencemos a interaccionar usted y yo con la primera pregunta que le formulo: ¿Hace 20 o 30 años me tendría que haber disculpado por estas cuestiones? ¿Hubiera resultado una molestia? Probablemente no, y esto es muy interesante; se trata del cambio de los tiempos y de sus vigencias. Una de las quejas sobre las generaciones más jóvenes, *millennial* y Z, es que siempre se ofenden y a menudo están desbordados por la ansiedad. Hipótesis que se puede aceptar siempre y cuando no exista esa tendencia –siempre tan presente– a ridiculizarlos, y que además incluyamos al resto de las generaciones en estas problemáticas, pues no difieren tanto en ello, aunque lo manifiesten de otro modo. Una gran parte de los moradores actuales de la tierra viven en esta situación. Estamos realmente ofendidos y rabiosos.

El caso es que parece imperar lo políticamente correcto, y esto se está convirtiendo en un proceso cultural cada vez más preocupante. También influye aquí la idea de que aquello que no comulga con mis principios es potencialmente ofensivo. El humano actual o *sapiens* quiere tener acceso al bienestar y a lo material de la manera más rápida, y cómoda, y con el menor esfuerzo posible. Y lo que no quiere son problemas ni «dramas». Me parece paradójico, pues lo que precisamente muestra la gente, tanto dentro de las consultas de salud mental como fuera de ellas, son problemas y «dramas». Este es el tema del libro, el drama –o la tragicomedia– que supone el oficio de vivir: deseos y frustraciones, ilusiones y desencantos, salud y enfermedad... Y, por supuesto, la deseada superación de «lo malo» que nos ocurre, el anhelado cambio hacia la superación.

Para adentrarme en estos aspectos sigo un desarrollo argumental lineal y doble. Por una parte, iré contando en directo el desarrollo de algunas cosas que me han ido ocurriendo; por otra, normalmente al hilo de ello, aparecerán conceptos y reflexiones sobre los temas tratados. Por ello recomiendo la lectura de

la obra se haga en orden. A lo largo del libro he pasado por fases totalmente auditivas frente a la imposibilidad visual, por ello la música es importante en muchas de las cuestiones expresadas en este libro. Verá el lector que en los encabezados de muchos capítulos y epígrafes no vienen citas de autores, sino fragmentos de canciones. Así, las letras de diversas canciones cobran bastante significado y retroalimentan lo escrito. En Spotify, se puede encontrar la *play list* bajo el título *El perro del terapeuta*, una especie de «banda sonora» del libro. Seguramente le ayudará a conectar o lo hará con mayor intensidad conforme avance en la lectura y la escucha.

RAIMUNDO GUERRA

Valencia, 28 de septiembre de 2024

1. Cuando la vida te es ajena (para bien o para mal)

*Some might say that sunshine follows thunder.
Go and tell it to the man who cannot shine.*

*[Algunos dirán que el sol sigue al trueno.
Ve y díselo al hombre que no puede brillar].*

OASIS, *Some might say* (1996)

El valor de ser diferente

Francamente, he comenzado tantas veces este libro que ya no sé cómo era en un principio. Así que me decidiré por decir que no pretendo que la lectura de lo que sigue sea la clásica obra donde se exponen tediosamente teorías para ser posteriormente discutidas. Sin embargo, tiene que haber teorías y experiencias. Sin ellas es imposible explicar lo que le quiero transmitir al lector. Haré una exposición, a veces escrita en primera persona, sobre la compleja época social que estamos viviendo, acerca del malestar, la incertidumbre del oficio de vivir, nuestros miedos y nuestra compleja naturaleza. Es un libro de pequeñas historias y relatos sobre lo cotidiano: historias de dolor, rechazo, sufrimiento, superación y enfermedad. Son narraciones de varios protagonistas, historias muy comunes de cualquiera de nosotros. También son relatos de científicos de diversas orientaciones que han estudiado profundamente al ser humano, incluso de otros científicos que han investigado animales, como los perros.

Vendrán también algunas crónicas sobre el malestar social y relacional con su eje en la incomprensión y la invisibilización del otro. Ante nosotros, y en directo, está habiendo un gran cambio. Todo está ocurriendo muy deprisa. Y al claro malestar socioeconómico mantenido ya durante década y media ha de añadirse la explosión de malestar psicológico en unas coyunturas de la vida cotidiana que se muestran traumáticas. Probablemente, la ola de desajustes y problemas psicológicos es la peor de las que hemos conocido, al menos desde que hay registros. En cualquier caso, ni psicólogos ni psiquiatras habíamos visto tal demanda de ayuda psicológica como en los últimos años.

Nuestra peculiaridad con respecto a otras especies es bien sabida, tenemos consciencia, articulamos un pensamiento complejo y, sobre todo, poseemos un complicadísimo mundo emocional. La presión evolutiva ha generado que determinadas partes de nuestro cerebro estén muy desarrolladas, por lo que a menudo nos es complicado asumir y gestionar nuestras emociones. Por supuesto, la emoción es algo que forma parte de nuestra subjetividad, cuestión de la cual tenemos cada vez más conciencia al estar esta más evolucionada, por ello estamos más que nunca en contacto con nuestra experiencia subjetiva.

La subjetividad me parece un bien inmaterial de la humanidad. Es la capacidad del individuo de tener una visión propia de sí mismo y de su entorno. Esta perspectiva y forma de experimentar los contextos desemboca en una visión propia de la experiencia. Un modo de «ver las cosas», como suele decirse. Una manera de entender y experimentar el mundo que no puede ser replicada o vivida del mismo modo en otra mente. Esto se debe a lo diferentes que somos unos de otros, y a que en cada uno de nosotros hay muchas formas de procesar cogniciones y emociones. Somos nuestra propia historia y cómo nos sentimos con ella. Cada uno con sus propios recuerdos, mecanismos inconscientes, matices emocionales, formas de autopercebirse, etc. Y todo ello se construye en los contextos que habitamos con la constante influencia de los otros.

Para los psicoanalistas americanos Robert Stolorow y George Atwood (1992), la subjetividad del humano se organiza a través

de principios organizadores. León y Ortázar encuentran una excelente definición tomada desde Donna Orange que ve estos patrones como inconscientes, automáticos y enfocados en el mundo emocional:

Los principios organizadores, a menudo inconscientes, son las convicciones emocionales que una persona ha construido a partir de su experiencia de vida con el entorno emocional, en especial las conexiones complejas mutuas con los cuidadores tempranos (2020: 486).

Stolorow, Atwood, Brandchaft y Orange, cuatro de los principales autores del psicoanálisis intersubjetivo, suelen insistir en dos aspectos: por una parte, la importancia de las relaciones tempranas; por otra, la del carácter inconsciente de estos patrones organizadores, tanto en su origen como en sus modos de respuesta. Esta es la cuestión, respondemos a la realidad y a sus relaciones desde nuestros patrones organizadores aprendidos.

En definitiva, la subjetividad es producto y a su vez motor del enclave sociofamiliar en el que nos envolvemos. Si esto es tan importante, ¿buscamos apoyo en el ámbito social? Siguiendo a sociólogos como Gilles Lipovetsky, y a otros que también estarían de acuerdo, como Byung-chul Han o Baumann, parece ser que más bien hacemos lo contrario: nuestra sociedad es sumamente individual y el individuo está excesivamente preocupado por sí mismo de modo obsesivo. La mayor parte de los psicoanalistas actuales tendrían observaciones parecidas si les preguntamos. Pese a ello, paradójicamente, a menudo la persona no encuentra ese ansiado crecimiento personal, ni el anhelado cambio en diversas facetas de sí mismo, o el lograr ser «otro» (y curiosamente tampoco logra ser sí mismo).

A veces, para paliar esta circunstancia, se habla de lo que puede hacer «lo social» para el individuo, pero una situación como la pandemia de covid-19 «nos ha sacado los colores» a los humanos. Nada hubo de real en esa propaganda, lanzada masivamente en las redes sociales con frivolidad y buenismo, que rezaba: «Esto nos hará mejores». Sin embargo, ha sido todo lo contrario, vimos

en primera persona la negligencia de muchos mandatarios con consecuencias terribles, sobre todo para niños, adolescentes y ancianos. Observamos el sobreabastecimiento masivo, la desconfianza, los saqueos... Después de ello, un ascenso en enfermedad física acompañado de un descenso en salud mental. Esta dinámica sigue su propio curso, y el nivel de declive en la salud y el manejo en las relaciones con los otros parece no tener fin.

En realidad, la situación derivada de la pandemia no ha hecho más que dar una vuelta de tuerca al fomento de la incomprensión, la ausencia de contención del otro y la falta del tacto social básico para llegar a ser empático. Curiosamente estoy comenzando este libro como lo hizo Joan Coderch cuando prologó nuestra obra *El clavo ardiendo*, publicada en 2013. Allí él comentaba que la crisis económica que vivíamos no era sino un eco de otra crisis más profunda y de tipo social. Suscribo sus palabras, estas crisis múltiples se alimentan unas a otras. Francamente, no puedo sostener un discurso de pronósticos favorables en cuanto a la evolución social, no puedo tampoco tener un «pensamiento positivo». Me inclino por una reivindicación de lo subjetivo y de que lo subjetivo de cada uno es, a menudo, válido. O no, en el momento en el que nuestro criterio, parecer y sentir cruza la línea de la libertad del otro tratando de secuestrar su subjetividad.

¡Resistencia!

A pesar de la vida de estudio y la experiencia práctica, veo que comprender el fenómeno humano, en una totalidad aceptable, es una quimera. Me temo que esta será una insatisfacción más con la que tendré que lidiar. Aun con todo, hay alguna cuestión sobre nosotros que está clara. Por ejemplo, no solo por mi experiencia, sino por la de otros profesionales y autores, sabemos que las situaciones traumáticas, en las que la mayor parte de los humanos nos vemos implicados, no tienen una fácil solución. Cuando el tsunami de lo traumático –o su sombra, como apunta Bromberg en su excepcional obra *La sombra del tsunami*– se nos manifiesta y nos arroya, no basta con no pensarlo, no es suficien-

te «ser positivo», no basta con pedir al universo. Hay que tener un contexto múltiple, fuerte, que acoja y sostenga, como decía el antropólogo Lluís Duch. Necesitamos diferentes estructuras de acogida que nos orienten, contengan y ayuden a crecer sanamente. Además, es muy importante una actitud personal de fuerza y convencimiento.

Eso sí, dicha actitud no tiene que ser una exageración maníaca de «Siempre estoy muy bien», o aquello de: «Lo que no me mata me hace más fuerte», porque a esto último se puede contestar que, a tenor de los resultados clínicos, te puede no matar, pero sí dejarte traumatizado, dolido, incomprendido, aislado de ti y moralmente apaleado.

Está claro que hoy en día es valioso mostrarse resistente. Cada vez más personas defienden que las emociones han de expresarse, incluso las negativas. Pero a la vez creen que si ellos mismos lo hacen se exponen a cuestiones como la vergüenza o la inferioridad. En realidad, casi nadie se expone; nos suele retener el temor a ser juzgados, ser vistos como vulnerables y no ser suficientemente resistentes. La resistencia está de moda y hoy se vende como producto de marketing bajo el nombre de «resiliencia». Sus frases motivacionales son: «Ante la adversidad hay que ser resiliente» y «Hay que superarse». Es el momento de plantear una serie de preguntas sobre qué es ser resiliente. Para ello podemos poner de ejemplo a una mujer que queda obsesionada y deprimida durante meses porque después de una sola cita se sintió atraída por un hombre que finalmente no le ha correspondido, pero lo termina superando. ¿Esto es resiliencia? O ¿es mucho más resiliente una persona que queda impedida en una silla de ruedas después de un accidente? ¿Es una frivolidad el hecho de que se tomen acontecimientos «normales» como heroicos?

La RAE define resiliencia como: «capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o una situación adversos». Desde esta definición, vemos que la resiliencia está unida, entre otras cuestiones, a haber sufrido hechos traumáticos y a su superación. En principio, le puede resultar muy extraño, sin embargo, al mediar la subjetividad de cada uno de nosotros; podemos afirmar que hay tantos traumas como per-

sonas que viven de modo singular y distinto cada evento a través de su subjetividad. Por tanto, ser resiliente tiene que ver tanto con la cualidad de la situación adversa sufrida como con el tipo de estructura y organización de la identidad. Los factores que intervienen son innumerables y ya hemos comentado alguno: los apoyos e inconvenientes externos que haya tenido o cómo ve esa persona su mundo y la realidad.

Pero esto no se suele tener en cuenta a la hora de escuchar a la gente, y francamente es un problema. Ocurre incluso en profesionales de salud mental, es el prejuicio de que lo traumático tiene que guardar una estructura determinada; por ejemplo, que tiene que ser explícitamente violento o de carácter sexual. No, lo traumático en realidad tiene que ver con la trayectoria vital de la persona, con la capacidad de protegerse y con la conexión que tenga «eso traumático» con otros traumas anteriores, sus vulnerabilidades y, sobre todo, por las peculiaridades de su identidad. Por supuesto, la resiliencia puede ser heroica incluso en la superación de situaciones cotidianas. La chica de la cita puede tener una inseguridad y tendencia a obsesionarse con determinados hombres, y en su caso es un esfuerzo titánico poder liberarse de ello. Mientras tanto, puede que otra mujer que se ha divorciado después de 20 años de matrimonio supere antes la situación y le sea menos costoso. La diferencia es esa salud mental previa a los acontecimientos, una estructura que puede contener mejor los impactos de la vida. Puede que simplemente la mujer casada tuviera más consolidada su identidad y mejores mecanismos de afrontamiento. Pero puede ser que la mujer joven ya hubiera establecido unos patrones de apego totalmente inseguros, una maltrecha salud mental y unas estrategias de afrontamiento poco productivas.

El tema no es tan simple como parece, hay muchas diferencias. Imagine incluso que hay dos personas que viven el mismo trauma, idéntico en intensidad y forma. Aun con la posibilidad bastante remota de que fueran iguales, no sería vivido ni procesado del mismo modo por distintas personas. Aunque dos personas vivan el mismo *bullying* de jóvenes, incluso con los mismos *bullies*, habría consecuencias muy diferentes en ambos, tanto en

las secuelas como en los modos de resolverlo o no resolverlo. Esto se debe a que cada uno tendrá detrás su propia historia y una forma diferente de organizar esa narrativa de sí mismo. Hay al respecto multitud de factores diferenciadores. Citaré algunos, como las condiciones iniciales en las que se gesta la identidad, otros condicionantes como el género y la orientación/desorientación sexual, los modos de apego y otros elementos que son cruciales en el afrontamiento de la vida. Desde el punto de vista sociocultural son vitales los valores y las creencias, las culturas y las microculturas, etc. A lo largo del libro expondré todas estas cuestiones.

Por tanto, hay tantas situaciones traumáticas como seres humanos que las sufren, procesan, disocian y manifiestan. Cada uno vive su situación traumática y sus consecuencias desde sí mismo. De nuevo, sin lugar a duda, la subjetividad hace que vivamos como traumáticos elementos muy diversos; lo que a una persona le puede pasar totalmente inadvertido a otra la destroza. Y es precisamente esta «concrecidad» del ser humano de la que hablaba Luis Cencillo (1978) la variable central que convierte la subjetividad de cada uno en un elemento único. A menudo es un factor muy difícil de comunicar en totalidad. Aquí viene una gran paradoja de nuestra cultura global, se quiere ser único y llegar a un sentido de la vida magnífico. Sin embargo, nos empeñamos de modo continuo en ser una copia de alguien o de algo. La realidad es que hemos ido perdiendo nuestra singularidad para transformarnos en un producto de marketing, como ya adelantó Erich Fromm en su tiempo. Y este es un problema serio.

Los más jóvenes defienden tener una autenticidad. Dicen: «Yo no quiero ser un NPC», o se burlan de alguien diciendo: «Ese no se entera, es un NPC». Los NPC son esos personajes de los juegos digitales con los que no se puede jugar y que presentan roles fijos y automáticos; simplemente pululan por el juego realizando movimientos estereotipados. Los jóvenes quieren ser dinámicos y tener una función activa en el mundo. Quieren desplegar su subjetividad.

En cualquier caso, la subjetividad no es «una» y no es «para siempre». Nuestra visión interna y del mundo puede cambiar –

en ocasiones, mucho- y transformar varios aspectos. ¿Cómo? Se puede hacer a través de un proceso de trabajo personal. La psicoterapia es uno de los caminos más frecuentes; otras veces sucede por circunstancias de la vida que son excepcionales y además tienen una gran intensidad. Normalmente, estas circunstancias son abruptas y adversas para quien las sufre. Hemos visto en muchos pacientes cómo un acontecimiento crítico –que casi siempre es también traumático– le cambia «la forma de ver las cosas». De esto no hay quien se escape, ni siquiera los terapeutas, que precisamente trabajamos en el día a día con todo tipo de personas que se encuentran bajo esta experiencia. En mi caso, lo experimenté a través de la aparición de una enfermedad.

El impacto inicial me tuvo en jaque en un primer momento. Al poco, y aun tambaleándome, percibí diversas consecuencias, la más inmediata fue un cambio en la perspectiva de las prioridades; no fue nada radical, simplemente una respuesta necesaria a lo que se me venía encima. De repente, sin contar con ello, te cambia la vida, estás enfermo, te dan la baja. Prácticamente todos los que te rodean están alarmados. La gente que trataba de instrumentalizarte, utilizarte para diversos fines, lo sigue intentando a pesar de las circunstancias. La situación se antoja extrema, y una primera adaptación puede ser valorar con otros criterios lo que eres y lo que tienes. Prácticamente todo lo que ves y experimentas varía, porque ante algo así no puedes valorar ni ver del mismo modo las situaciones ni a las personas con las que interaccionamos, sobre todo a las que más quieres. Creo que a algo así se refiere el pensador español Luis Cencillo cuando comenta la importancia de «saber dónde poner los acentos afectivos».

Este impacto inicial me provoca también una visión de algunos aspectos «surrealistas» de la vida. Me sorprende –aún más que antes– ese empeño de algunos de medrar a costa de lo que sea mientras se pierden por el camino. O la exageración de aparentar, de ser otros manifestada hasta la náusea en las redes sociales, en sus *posts* y *reels*. He de decir que siempre me han parecido extraños, pero en un momento como este llegan al punto de resultarme del todo ajenos. La mayor parte de esos *reels*

provocan una sensación muy cercana a aquello que Valle-Inclán expresaba como el esperpento, esa deformación de algo que llega a hacer de la persona una caricatura de sí misma. Puede que esto no sea muy adecuado desde lo «políticamente correcto», pero, francamente, ¿es la diversión, y sobre todo el entretenimiento, tan importante?

Desde luego, no estoy descubriendo nada nuevo, muchos han planteado el aspecto de la necesidad lúdica y de que el público esté entretenido. Pero ¿no se nos ha ido de las manos? Todo este mundo virtual está hiperglobalizado, su vigencia nunca ha sido tan importante como ahora. Estar en internet se antoja como algo primordial, un lugar en el que tenemos que vivir una buena parte de nuestro tiempo. Podemos preguntarnos, pero ¿quién ha hecho esto? Obviamente nosotros, el sistema que hemos creado y en el que seguimos participando con mayor o menor actividad, perpetuándolo. La dinámica es repetir, copiar la misma música, las mismas acciones y bromas. Aquí no prima el conocimiento que se tenga, sino ser *influencer*.

Así que me la juego y conecto el móvil dispuesto a ver un carrusel de vídeos cortos, los conocidos *reels*, veamos.

Un señor sale diciendo que ha estado en una charla TED y que escuchándola ha aprendido más que leyendo 20 libros. Me planteo dos cuestiones inmediatas: ¿qué tipo de libros ha leído? y ¿cuáles es su comprensión lectora? Sigamos, alguien sale bailando; no entiendo el *reel* y hago *scroll*. Ahora sale un perro llevando un ventilador a su cama; esto me parece gracioso. Sale otro tipo, dice, muy tranquilo, que en las enfermedades no vale ni el psicólogo ni el médico; no escucho más y paso a otro. Dos chicas bailan juntas, dura segundos, se acaba. Continúo. Es una mujer joven dando gritos a su novio; debía de ser cuestión de humor, pero no le he pillado el sentido. Paso a otro, sale un señor dando consejos sobre cómo conquistar mujeres –yo diría más bien que parece mostrar estrategias para manipularlas– y en medio de su discurso intercala imágenes de hombres con aspecto duro, gafas oscuras, bien vestidos y con gestos de machirulo absoluto; todo un homenaje a la masculinidad clásica. Investigo. El señor que sabe cómo ligar y da consejos a tutiplén no tiene ninguna

formación académica en psicología, sexualidad o terapia de pareja. Millones de personas siguen este tipo de vídeos obteniendo información confusa, banal y muy poco académica.

Otra preocupación más para los profesionales en salud mental tiene que ver con esta desinformación acerca de las interacciones afectivas, acerca de lo que el ser humano es y no es.

En este momento, aprovecho para reivindicar nuestra profesión de psicoterapeutas. Un psicoterapeuta, por ejemplo, en España debe ser oficialmente –aunque todavía no legalmente– psicólogo o médico. Si es psicólogo y quiere ejercer, debe hacer el Máster General Sanitario al acabar la carrera. Después se necesitan entre tres y seis años de formación específica en psicoterapia. Además, según normativas como la de la EFPA o FEAP, ha de haber hecho un análisis personal y supervisión de los primeros casos, y, por supuesto, seguir un plan formativo continuo mientras se esté ejerciendo. Sí, ha leído bien, el promedio para ser psicoterapeuta es de entre nueve a once años. Todo para que haya gente que, muy pagada de sí misma, tenga el remedio y la solución para prácticamente la totalidad de los problemas. Esto es algo realmente preocupante, pues después de una vida entera entregada a la docencia duele ver psicólogos y psiquiatras bien formados en paro. Pero lo más preocupante es el despiste al que se está exponiendo el público en general, sobre todo en una época en la cual los problemas psicológicos y emocionales de la gente les hace agarrarse a cualquier clavo ardiendo.

Este tipo de necesidad de ser visible a costa de lo que sea es, en realidad, algo muy vacío. Me provoca esa sensación de extrañeza que muchas veces me comunican los ancianos, quienes de repente se ven sin capacidad para entender las claves por las que se mueve el mundo. Así que la vida me resulta ajena al respecto y no entiendo cómo con lo común que es que te pongas enfermo, te accidentes o te mueras, la gente viva de espaldas a esto preocupada por cosas fútiles. Pero recuerdo que su subjetividad es esa, en el sentido de que dan valor a lo que para otros no es vital. No solo por el momento que vivo, sino por mi profesión, estoy a menudo en contacto con el sufrimiento. Y desde aquí llama la

atención que demasiadas personas, lejos de tratar de ser algo felices, emplean el tiempo en amargarse y, sobre todo, en amargar a los demás de diversos modos.

La vida me es ajena. Pese a todo lo sabido, estudiado y experimentado con mis pacientes y conmigo mismo, es complicado, insisto, tener claves para comprender las realidades que dominan la vida y sus adversidades. Y a la vez no me es ajena, porque busco explicaciones emocionales y científicas sobre los problemas de salud mental y el desastre existente en el tejido social. Hablo con maestros y alumnos sobre el tema, estudio a los clásicos y contemporáneos del psicoanálisis, profundizo en la sociología y en la antropología. Pero la tarea es complicada, porque suele dejar más preguntas que respuestas, además de arrojar nuevas cuestiones que antes no estaban planteadas. En cualquier caso, vamos a ello.

La «romantización» del sufrimiento

Hoy se estila en exceso un discurso muy común que afirma que el sufrimiento tiene efectos positivos. Esta es una generalización falsa, por eso no estoy de acuerdo con ello. Les garantizo que yo me estaría ahorrando todo este proceso recién declarado de enfermedad si pudiera. Los efectos positivos pueden darse, sí, pero no son automáticos y mucho menos «gratis»; el coste es alto. En tal caso, los deseados efectos se producirán según el trabajo personal que se haga sobre ello y, por supuesto, desde las condiciones anteriores al evento que produce ese sufrimiento. Si sufrir fuera tan bueno, tendríamos generaciones enteras de sufrientes con cualidades extraordinarias, incluidas las capacidades relacionales. Pasar por una circunstancia traumática no tiene, ni mucho menos, efectos positivos, sino que trastorna a quien los sufre. Diríamos, simplemente, que el sufrimiento «tiene efectos». Para mí, el primero fue que quedaron claramente dos mundos en paralelo: lo prioritario y el resto. Como diría el bueno de «Fito» Cabrales: «Ojalá me hubiera dado cuenta antes. No siempre lo urgente es lo importante».

En cualquier caso, la experiencia no me ha producido una transformación inmediata ni drástica, ni mucho menos, pero sí una experiencia de cambio que ha comenzado ajena a mi voluntad. Seré más específico. En enero de 2022 detecté un problema de visión en el ojo izquierdo. Pasado un mes, después de varias idas y venidas médicas, una oftalmóloga concluyó que tenía un bulto alojado en la cavidad palpebral presionando el ojo ocular desde atrás. A varios médicos les había parecido un problema externo del ojo, pero la visión borrosa, que luego ya era doble, se debía a que literalmente el ojo se estaba saliendo de su órbita, presionado desde atrás por un tumor interno en la zona orbital.

Al día siguiente entré en urgencias del Hospital de la Fe de Valencia, y después de horas de pruebas a las que siguieron semanas de más pruebas, la conclusión del equipo médico fue que tenía un tumor de 3 centímetros de lado a lado del párpado. De este modo, el oncólogo se unió al equipo. La experiencia fue del todo traumática. Podríamos decir que a nivel psicológico se trataba de un trauma puntual que se transformaría en algo mantenido en el tiempo. Dicto estas líneas en mayo de 2022, por tanto, trataré de hacer el desarrollo de lo que suceda todo lo «en directo» que pueda.

Lo realmente importante fue que, entre las pruebas, una perforación de tímpanos producida por la primera resonancia magnética, y la ceguera del ojo izquierdo, me encontré de repente discapacitado. Sufrí una operación, y luego supe que no iba a ser la única. Me hallaba bastante limitado no solo para trabajar, sino también para la vida cotidiana. Recibí la baja médica sin un límite claro de tiempo. Con esta baja visión y el aturdimiento constante, salgo a la calle solo de día y con mi perro, pues por la noche la ceguera era casi total. Mi perro es un dóberman de 45 kilos al que llamamos «Secretario» (el «Secre»), adiestrado y bastante inteligente. Aprendió rápido nuevas órdenes del tipo: «Vamos a la farmacia», «Al parquecito», «Al despacho», etc. Él me llevaba sin problema. Yo iba pegado a las paredes y él únicamente hacía un movimiento más brusco si teníamos que cruzar una calle o esquivar a otro viandante.

La visión monocular es farragosa, pierdes la capacidad dimensional y es complicado manejar las distancias. Pero el problema era que el ojo derecho no daba mucho juego, entre otras cuestiones, por la cantidad de veces que me habían dilatado la pupila, los productos farmacológicos sobre los ojos, las pruebas y, por supuesto, la enorme tensión mantenida de la situación. El «Secre» se adaptó rápidamente a complementar su función natural de guardia con la de guía. Algo bastante extraño, entre otras cuestiones porque es un tipo de perro muy activo. Sin embargo, en todo este tiempo de acompañamiento aún no me ha tirado al suelo.

Como veremos posteriormente, la inteligencia de un perro está absolutamente infravalorada hoy en día, los estudios en zoología y zooantropología son excelentes. El «Secre» es un perro muy conectado conmigo y mis estados de ánimo, y yo con él. Ha desarrollado también un interés, desde la primera operación, por todo lo que tiene que ver con los medicamentos que tomo, y sobre todo cuando en casa me hacen las curas del ojo. Se pone a mi lado oliendo y escudriñando todos los elementos necesarios para el proceso, lo que le ha llevado a que le pongamos el sobre-nombre familiar de el «enfermero Secre». Su papel está siendo crucial en el proceso.

Para finalizar este capítulo voy a apuntar las dos cuestiones esenciales que conocía como terapeuta y que volví a experimentar en mis carnes desde el plano personal:

La primera que, en periodos de alto nivel de sufrimiento, sobre todo cuando tu integridad y tu vida están en juego, la vida te puede resultar ajena. Me refiero a que hay cierto halo de «surrealismo» en todo aquello que no es importante, sobre todo porque lo importante es estar vivo para contarlo. Y esta vivencia es sumamente peligrosa, porque puede variar de una sensación de observar el mundo con una perspectiva de calma, a que lo observado parezca fútil, y ser una experiencia insostenible. Esta variabilidad dependerá, por supuesto, de las condiciones psicológicas y, sobre todo, del entorno o contexto (con protagonistas y condiciones determinadas) y de la calidad de las estructuras de acogida.

La segunda cuestión tiene que ver con este *surrounding*, y es que cuando las cosas vienen mal dadas, más te vale tener un contexto salubre de apoyo. Este *surrounding* de sostén es esencial, porque si el entorno no tiene capacidad de contener y de permitir que se exprese nuestra subjetividad en forma de pensamientos, quejas, miedos o incertidumbres, estamos arrojados a la incomprensión y a un mayor sufrimiento. El pronóstico de una enfermedad grave normalmente es devastador a nivel psicológico; la diferencia entre superarlo o rendirse a ello a menudo está en la fuerza individual de cada uno alimentada o reducida en función de quien nos acompaña en el envite. Y todo esto suele ser extensible a otro tipo de situaciones traumáticas. Por mi parte, salvo las excepciones de siempre, mi experiencia es de sostén y escucha.

Como puede observar el lector, la subjetividad es un tema clave en la psicología y el psicoanálisis contemporáneos. Es difícil definirlo, pero es más comprensible si lo hacemos a través de sus diversas dimensiones, que implican muchos modos de estar y de ser. Continuemos hacia el siguiente capítulo y nos centraremos en su dinámica.

PLAY LIST



1. *Some might say*. Oasis.
2. *A la luna se le ve el ombligo*. Fito y Fitipaldis.
3. *Mi realidad*. Lory Meyers
4. *Under preasure*. Queen, David Bowie.
5. *Valiente*. Vetusta Morla.
6. *Nada que perder*. Robe.
7. *Boy*. The killers.
8. *Nómadas*. La M.O.D.A.
9. *Los perros*. Arde Bogotá.
10. *Famoso en tres calles*. Carolina Durante.
11. *Como si fueras a morir mañana*. Leiva.
12. *Ola de calor*. Supersubmarina.
13. *La vida sigue igual*. Julio Iglesias.
14. *Algunos tenemos fe*. Viva Suecia.
15. *A la sombra de mi sombra*. Extrechinato y Tu.

SOBRE EL AUTOR

Luis Raimundo Guerra Cid es doctor *cum laude* en Psicología y Premio Extraordinario de Investigación por la Universidad de Salamanca (2002) gracias a su tesis doctoral realizada sobre el malestar docente y el estudio de los estados de desajuste en el self de los profesores.

Asimismo, es licenciado en Psicología por la Universidad de Salamanca (bajo la antigua denominación de Filosofía y Ciencias de la Educación –sección Psicología–); licenciado en Antropología Cultural y Social (UNED); especialista en Medicina Psicosomática y Psicología de la Salud (Universidad de Alcalá y Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicología Médica); especialista en Pedagogía, Medicina Preventiva y Dirección Familiar (Universidad de Valencia), y psicólogo especialista en Psicoterapia por la EFPA y psicoterapeuta reconocido por la FEAP. Se formó como psicoanalista en los años noventa en diversas entidades de prestigio, como la Fundación Cencillo de Pineda.

Actualmente ejerce como docente en el máster de Psicoterapia Integrativa (Universidad de Salamanca) y como psicoterapeuta y docente en Valencia en el Instituto de Psicoterapia de Orientación Psicoanalítica y Antropología (IPSA-Levante), del cual es director.

Discípulo directo del Dr. Luis Cencillo, con quien trabajó varios años, es un destacado docente y divulgador de su método de psicoterapia psicoanalítica (psicodialysis). En los últimos años, su investigación y práctica clínica giran en torno a los modelos de psicoterapia relacional, la neurociencia y el estudio de sistemas dinámicos no lineales, así como a su aplicación a las relaciones humanas.

Es miembro del Instituto de Psicoterapia Relacional y del Comité de Niños y Adolescentes de la International Association for Relational Psychoanalysis and Psychotherapy (IARPP). Asiduo ponente en congresos nacionales e internacionales, ha publicado diversos artículos científicos y 16 libros sobre psicoterapia, psicopatología y divulgación, entre los que destacan: *Transferir, contratransferir, regredir* (Amarú, 2000), *Tratado de la insoportabilidad, la envidia y otras «virtudes» humanas* (DDB, 2004), *Este no es un libro de autoayuda* (DDB, 2006) o *El clavo ardiendo* (Octaedro, 2013), además de su trilogía sobre el trauma *Palos en las ruedas* (Octaedro, 2018), *Temas actuales en psicoanálisis contemporáneo* (Octaedro, 2021) y *El perro del terapeuta* (Octaedro, 2025).

Más información en www.ipsalearn.com y en www.ipsalevante.com

ÍNDICE

Prólogo	11
Introducción. Disculpen las molestias	15
1. Cuando la vida te es ajena (para bien o para mal)	19
El valor de ser diferente	19
¡Resistencia!	22
La «romantización» del sufrimiento	29
2. Cada uno tenemos nuestro relato (adentrándonos en la subjetividad)	33
¿Qué es lo real?	33
Cuando nuestro relato no es escuchado	36
Algunos factores de la negligencia social (ignorantes que se creen expertos)	39
La elección entre transformarse o ser artificial	42
3. ¿Quién soy? La importancia de conocer mi identidad (para que así la respeten)	47
La reivindicación, la historia que todos nos narramos, «Quiero ser yo (quién me gustaría ser)»	47
Cuando no te reconoces	50
«Linchadores» del self	56
Ponerse en el lugar del otro	59
Yo podría haber sido. El relato del self ileso	61

4. Las diferentes caras de quienes somos	67
Una persona, muchas versiones	67
Relatos de la disociación. ¿Es normal que vivamos en diferentes matrioskas?	72
Lo que pasa en el cerebro	78
El relato de la angustia	81
Una historia de desamor	84
5. La historia de cómo conocí a una matrioska (quebrarse e integrarse)	91
El relato de una matrioska del pasado	91
El mito dulcificado del «niño interior»	95
Cuando no registras lo que ha ocurrido. (Las experiencias no formuladas)	99
6. «Sí, es el mejor amigo del humano». (Historias de perros)	103
«Mi perro hace eso». La historia de Tomasello, Hare y «Oreo»	103
Un caso extraordinario. La relación del perro con el humano	105
El perro del terapeuta	109
7. Muertos de miedo. Cómo la cultura también influye en nuestras versiones del self	115
¡El miedo al poder!	115
Ganar en protagonismo, perderme a mí mismo	120
Una cara para cada ocasión (retomando lo múltiple, pero desde lo social)	123
Historias de <i>millennials</i> (y zetas)	126
El relato del «self virtual»	134
8. Perdedores, perdidizos y perdidos en la sociedad del éxito (una pequeña guía sobre cómo conseguir fracasar)	141
Un chaval de Chamberí	141
Un <i>tip</i> para el fracaso: busca el éxito	145

La historia de Narciso (bienvenidos a nuestra era)	148
Historias de la paralización	152
9. «Tendría que haberlo grabado». (La aniquilación de la subjetividad)	157
Historias de parejas	157
El relato de nuestra etapa social: la aniquilación de la subjetividad	159
Formas de aniquilación de la subjetividad	162
«Encapsularse en lo propio». (El atrincheramiento crónico)	162
«Si estás conmigo, solo con mis condiciones». (La subyugación relacional)	165
«Cuando te niegan la experiencia» (<i>gaslighting</i>)	167
«¡Cállate, mujer!». (La aniquilación de la subjetividad de género)	168
«Nuevas formas de deslegitimar la subjetividad». (La aniquilación virtual de la subjetividad)	169
Por favor, dejen en paz a los de «Supersubmarina»	171
10. Mientras sigamos por aquí	175
Y después de todo, ¿qué?	175
¿Qué número le pones, Dunbar?	178
El relato del sapiens desde que es sapiens: el sentido de la vida	181
Relato final: ¿el de la esperanza o el de la desilusión?	184
Epílogo. El «buenismo» acabará con todo	191
Referencias bibliográficas	195
<i>Play list</i>	201
Sobre el autor	203

**Si desea más información
o adquirir el libro
diríjase a:**

www.octaedro.com

con > vivencias

- El clavo ardiendo. Claves de las adicciones amorosas y los conflictos en las relaciones de pareja sanas y patológicas
Luis Raimundo Guerra Cid
- Palos en las ruedas. Una perspectiva relacional y social sobre por qué el trauma nos impide avanzar
Luis Raimundo Guerra Cid
- El filósofo desnudo
Alexandre Jollien
- Fragilidades
Jose M. Asensio Aguilera
- La humanización del duelo
Carme Serret Vidal, Jose M. Asensio Aguilera
- Soy adulto, soy adoptado
Cristina Negre, Montserrat Freixa, Anna Cruañas
- Derechos frágiles. Autobiografía de una generación de mujeres
Gemma Lienas
- La sabiduría del corazón. Pensar las emociones, sentir los pensamientos
Luigina Mortari
- Si cada vez sabemos más, ¿por qué no somos más felices?
Amalia Marugán Guijo, Silvia Bautista Meruelo

El perro del terapeuta

Relatos sobre nuestra identidad, la angustia y la superación

La propuesta de este libro es clara, desde el principio el lector no solo es invitado a acompañar y compartir con el autor sus reflexiones, sino lo que le va ocurriendo al hilo de una enfermedad recién declarada. Esta primera historia narrada en primera persona y en tiempo real es el hilo conductor de todo el libro; sin embargo, dará lugar a nuevos relatos con otros protagonistas sobre la compleja época social que vivimos acerca del malestar, la incertidumbre del oficio de vivir, nuestros miedos y nuestra compleja naturaleza. Es un libro de pequeños relatos sobre lo cotidiano: historias de dolor, de rechazo, de incompreensión, sufrimiento, enfermedad y superación. Historias que al fin y al cabo son comunes en todos nosotros. Son narraciones de varios protagonistas, entre los cuales también están científicos de distintas orientaciones que han estudiado profundamente al ser humano, así como otros científicos que han investigado animales como los perros y su relación con el humano.

En una época en la que la exageración de lo individual y la reivindicación de uno mismo se compra, vende y expone, un terapeuta de tantos, en un mundo frenético, se atreve a relatar desde teorías y desde su vivencia situaciones sociales y relacionales nocivas que aniquilan el sentir de cada uno. A su lado, un perro que va a tener un papel crucial en la comprensión de lo que es el apego más genuino. El resultado es un libro que habla del sufrimiento y lo traumático, pero también de la esperanza en nuestros procesos vitales y la gran influencia de las relaciones y el contexto en su empeoramiento o mejora. Como apunta Sandra Toribio en el prólogo, la lectura de *El perro del terapeuta* no dejará indiferente a nadie.