

RESEÑAS



Reseña de la obra de Luis Raimundo Guerra Cid
“El perro del terapeuta” (Barcelona, Octaedro, 2025)

Mario Castaño Casanova¹

Valencia

Quiero empezar diciendo que mientras leía este libro lo que más me pasaba por la cabeza era, por un lado, lo disfrutable que va a ser para cualquiera con conocimiento en autores y teorías relacionales e intersubjetivas; y por otro lado, cuantísimo puede aprender una persona profana en la materia, por la claridad y el dinamismo con el que se plantean todos los temas.

Dicho esto, el Dr. Guerra es para mí un mentor y un “padre” psicoterapéuticamente hablando, lo cual ha hecho que, como ha pasado en los últimos años, leer la historia sobre su patología, que tan valientemente utiliza como hilo conductor durante todo el libro, me ha sacado más de una lagrима. En este libro transmite con ejemplos sociales y vivencias propias, una gran variedad de problemas de los que estamos rodeados en estos tiempos. Con el humor irónico que tan bien conocemos los que estamos de una forma u otra cerca de él, hace que el lector suelte más de una carcajada, en viñetas, como la de su experiencia (casi traumática) al pasarse por la red social “TikTok”, y lo que esta le mostraba en cada deslizar que realizaba.

¹ Licenciado en Psicología por la Universidad de Salamanca (2012). Máster en Sexualidad Clínica por la Universidad de Valencia (2017). Formación en Psicoanálisis por el Instituto de Psicoterapia de Orientación Psicoanalítica y Antropología (IPSA-Levante).

Su tan querido perro “Secre”, también es un pilar dentro del libro, solo hay que ver la portada, así como un pilar en su proceso médico, un confidente y compañero relacional con mayor percepción y sensibilidad que un elevado porcentaje del conjunto social del que nos rodeamos, como ahora veremos al desgranar un poco esta obra.

Comienza la obra poniendo sobre la mesa la problemática, con la que nos encontramos los terapeutas en el presente, en la que es cada vez más claro, que estamos en uno de los peores momentos en lo que se refiere a desajustes y problemas psicológicos.

Pone a la experiencia subjetiva individual como producto y motor del momento en el que nos encontramos. Una subjetividad que a su vez esta desarrollada a través de unos principios organizadores, que depende de los aprendizajes vitales con el entorno emocional. Todo esto mencionando a autores como Stolorow, Atwood, Brandchaft y Orange. Por tanto, como podemos ver, nos plantea como el problema es la pescadilla que se muerde la cola.

Nos habla de la dificultad de tener asunción total de los procesos traumáticos y como siempre, algo queda en nosotros. Es con esto que comienza el relato de su problema de salud, y como ante el terremoto vital que le supuso, comenzó a observar que lo que antes le resultaba raro, desde este nuevo punto de vista, le es completamente ajeno. El mundo virtual tan surrealista que nos rodea, o la cantidad de desinformación que hay en estas redes sociales tan populares, así como el modo en que el mundo se complica con cosas completamente fútiles.

Tras hablar de la subjetividad, nos habla de sistemas intersubjetivos, conformados por nuestra experiencia interna y las experiencias que vivimos al entrar en interacción con otras subjetividades. De cómo nuestra propia subjetividad, se crea a partir de principios organizadores regido por el aprendizaje emocional y cognitivo del entorno y de quienes nos cuidan, y de la consecuente creación de una memoria procedimental que dirige nuestros futuros “automatismos” (explicado a través de un fragmento de Silvia Jiménez).

Serán los cuidadores y los generadores de esas primeras experiencias emocionales y cognitivas, los que condicionen nuestras interacciones futuras. El autor nos menciona problemas como la “acomodación patológica”, derivados vínculos mal gestionados. Enlaza esto, a través de la historia de “Carlos”, con la importancia que tiene para ser buenos terapeutas, el desarrollar una buena mentalización y escucha activa para entender a quién tenemos enfrente. Menciona como la ausencia de todo esto a nivel social, el exceso de narcisismo y las prótesis narcisistas que lo acompañan, pueden llevar a un punto de secuestro de la subjetividad, en la que uno deja de ser escuchado, siendo bombardeado por una ristra de opiniones no solicitadas.

Continúa hablándonos de la importancia de la construcción de nuestra propia identidad y de cómo esta está en un continuo cambio dinámico. Así como una percepción del self que nos dota de "sensación de ser", con la imagen que tenemos de nosotros mismos y su representación. Como problema enraizado al concepto de self, trae a colación a Orange, Atwood y Storolow, con el concepto de "contextos de no ser", con problemas como la desintegración del self o la pérdida de la sensación de ser de un sujeto, entre otros.

Como problemática social asociada a estos conceptos, en este caso, nos habla de los linchadores del self, colonizadores, que viven a través del otro. Ya sean progenitores o parejas, intentan dominar con sus principios o incluso expectativas no cumplidas, coaccionando a que el otro las viva por él.

Estas situaciones, entre otras, nos las relaciona el autor con circunstancias traumáticas que nos llevan a una sensación de tristeza y frustración, con un discurso de "qué hubiese sido de mí si no hubiese pasado esto", denominado por Sandra Buechler como "self ileso". Quedando atrapados en la rabia que proviene del trauma, nos habla el autor, que esta puede desembocar en lo que en los 50 llama G. Guex "neurosis abandonica", con los sentimientos de invisibilidad, tristeza y desgracia que se desarrollan consecuentemente hacia los demás.

Nos habla de la multiplicidad del Self, a través de la metáfora de la "matrioska" como ya hizo en otras obras como "Palos en las ruedas" (2018) o "El clavo ardiendo" (2013). Concepto que, en términos similares, nos trae desde Mitchell y Bromberg. Este self múltiple, con percepción de integración, tiene en algunos momentos procesos disociativos, algunos necesarios y otros bloqueadores o anticipadores, con sus consecuentes síntomas (ansiedad o angustia). Estos estados disociados del self, nos podrían llevar a un conflicto con respecto al estado del self que "lleva el volante".

Con respecto a esto, nos menciona como el neurocientífico, Bessel van der Kolk, afirmaba que antes situaciones contextuales semejantes a las que provocaron el trauma, no solo se recuerda, sino que hay una percepción por parte del cerebro, en paralelo, del trauma y de la vivencia que acontece.

Nos trae el autor a través de Bromberg, qué hemos de tener en cuenta ante los estados del self y su disociación. Y transmitiéndonos que, si tenemos la capacidad de asimilar e integrar los estados disociados, obtendremos una sensación de mayor solidez.

Continua, "abriéndose emocionalmente", a través de la historia y evolución de su patología y la situación anímica que sentía. Tomándose como ejemplo para explicar el proceso de conexión, con una situación de la infancia a la que, sin duda, estaba acudiendo su estado del self actual. Para posteriormente poder asumirse e integrarse, y así poder cambiar, al menos,

la vivencia y percepción de esta, en el ahora. A través de esto nos plantea como él mismo, entendió que el estado del self al que acudía, se trataba de una “experiencia no formulada”. Explica que este concepto de Donnel Stern, habla de los sucesos o percepciones, que no llegamos a organizar a nivel de recuerdos, emociones y cogniciones en una narrativa coherente. Y que, para dar sentido a estas experiencias, y atenuar los síntomas que sobrevienen a la consecuente disociación, se necesita un sostén y una ayuda que proporcione validación, escucha y acompañamiento.

El Dr. Guerra, dedica un capítulo a la relación perro-humano, capítulo con el que empatizo especialmente. Poniendo sobre la mesa desde los primeros hallazgos de Michael Tomasello, en los que se empezaron a dilucidar las capacidades de los perros para con el humano, así como el estudio del apego por Minsky, los estudios del zoólogo Jules Howard sobre la oxitocina en estos animales y su capacidad de “amar” o las investigaciones de G. Burns con resonancia magnética, sobre la activación cerebral de nuestros compañeros peludos. Los resultados y la reflexión que plantea, no nos pilla por sorpresa a todos los que tenemos a un perro en nuestra familia, pero es un capítulo que aporta muchísima información a este respecto, y genera una felicidad y conexión especial, a cualquiera que tenga una conexión relacional con su perro. Y en este capítulo, tan especial, también podremos entender por qué “el perro del terapeuta”, y que sentido tiene esta metáfora.

Nos presentará el miedo como un concepto sufrido por una mayoría y aprovechado por otros tantos. Una sociedad en la que nos exponen a no ser vistos si no eres suficientemente popular, utilizando el “postureo” como medio para recibir el feedback social, el miedo a no llegar a nada si no estás todo el rato haciendo cosas, la productividad excesiva, a través del concepto de Gilles Lipovetsky, del “hiperindividuo”, intentando ser “el más” en todo lo que hace. Producir nuevas versiones de uno mismo, para así no quedarse fuera, movilizadas por el miedo, y con esto, perdiéndose como individuo, y llevándonos a una “virtualización de la realidad”.

Nos habla de cómo procesamos el miedo y la ansiedad, y su reacción directa a nivel cerebral. Miedos provenientes de situaciones del pasado anticipadas, de no ser lo que otros esperan de uno, o miedo a no ser parte de algo y por tanto, miedo al abandono o a la exclusión.

Exponiéndonos la situación en la que se encuentran los millenials y la generación Z, de frustración constante, falta de paciencia y en la que todo es efímero, nos lleva a su procedencia, que serían unos padres colonizadores e hipervigilantes, con la expectativa constantemente puesta sobre los resultados del hijo, los denominados por Annette Lareau “padres helicóptero”. Si a estos adolescentes le sumamos la influencia y abuso de redes, ya tenemos el cocktail servido. La creación de lo que el autor denomina un “self virtual” basado

en los estereotipos y aspectos que la red social de turno considera importantes, haciendo que la capacidad de contacto con la realidad o de mentalización y comunicación, sean nulas.

Utilizando la trayectoria vital y académica de Luis Cencillo, con temas que este ya hace años abordó en sus obras, el autor nos propone también una crítica directa y necesaria sobre los objetivos superficiales y banales que esta sociedad propone. El ser el ganador del programa de turno, el "streamer" de referencia o en definitiva un "influencer" que no influencia en nada que tenga que ver con el conocimiento y el crecimiento, sino más bien con la superficialidad y lo que es más peligroso, con lo que es difícilmente llevable a la vida real. Nos enlaza de una manera brillante los conceptos de Cencillo, "perdidizos", "perdedores" y "perdidos", para hablarnos del entorno social.

Hablando del narcisismo, como parte de los problemas expuestos a través de la obra de este gran autor, hace un paralelismo con el mito griego de "narciso" y el hiperindividualismo, del que ha hablado en otros momentos del libro. Este "hiper", como pandemia en la que el narcisismo y el egoísmo, con la necesidad de autoafirmación constante, tiende a llevarse por delante al resto piezas de este juego.

Remata este fragmento en el que la obra de Cencillo es el hilo conceptual, hablándonos de los problemas actuales de toma de decisión en la que se quieren conseguir cosas sin prescindir de nada, como puede ser, tener pareja, pero no comprometerse. Una crítica más que da a reflexión y que sin duda es útil a nivel reflexivo y conceptual para cualquier terapeuta.

Continúa su obra con como la aniquilación de la subjetividad, tiene un impacto en vínculos como los de pareja. A través de ejemplos que todos hemos vivido en sesiones de terapia de pareja de una forma u otra, nos habla de distintos tipos de aniquilación como son el gaslighting, el ghosting y otros tantos modos de anulación, que pueden parecer poco importantes, pero que no dejan de ser microprocesos que imitan o replican lo que es el macroproceso de la relación. Y es que la expansividad de uno mismo y el querer ser el centro de todas las cosas, como diría el Dr. Guerra "ser el hijo en el bautizo, el novio en la boda y el muerto en el funeral", generan un paradigma de pareja en el que lo central no es el compartir o vivir para con el otro, sino a costa del otro.

Esto no solo es vivido en pareja, como describe el autor, también los propios sistemas familiares, sociales y culturales, se encargan de esa anulación de la subjetividad. Nos expone casos preocupantes como el hecho de que los filtros de redes como Instagram, están llevándose a los quirófanos de cada vez más cirujanos, porque son incapaces de aceptarse o identificarse con lo que hay fuera de la pantalla del móvil.

Nos habla de diferentes tipos de aniquilación de la subjetividad, como son el “atrincheramiento crónico”, planteado por Margaret Crastnopol en 2015, la “subyugación relacional del narcisista traumatizante” de Daniel Shaw, el “gaslighting”, la “aniquilación de la subjetividad de género (con conceptos como el “mansplanning”, de Rebeca Solnit) o la “aniquilación virtual de la subjetividad” (con conceptos como el “ghosting”). Como cierre nos habla de la esperanza en el individuo, a pesar de todo, y nos da una explicación del ser humano en los grupos, a través de las teorías del antropólogo Robin Dunbar. E intenta responder a la pregunta que nos persigue durante toda la historia “¿Cuál es el sentido de la vida?”. Me quedo con un pequeño párrafo de este aparente final de la obra, sin haceros un *spoiler* muy grande:

“Encuentro esperanza en ver la vida como una tragicomedia, en rebelarme ante lo que me hace daño, en, por fin, hacer las cosas como quería hacerlas. Y la esperanza se contagia de solidaridad cuando la experimentas sin tratar de romper los límites del otro, y de valentía cuando por fin te opones a que rompan los tuyos. Esto está al alcance de cualquiera; lo sabemos, pero no queremos afrontar el coste.”

Decía aparente final porque, el autor aún tiene una última crítica hacia los buenistas, en su epílogo, muy oportuna y acertada. Y un recordatorio de cómo en momentos como los vividos en LA DANA, este 2024, nos demuestran que queda esperanza en esta sociedad.

Por tanto, esta es una obra en la que podréis encontraros multitud de temas sociales, abordados desde una perspectiva teórica exquisita, que no va a dejar absolutamente a nadie indiferente. Aparte de que todo este libro va acompañado de una selección musical, con canciones muy oportunas referidas a cada uno de sus capítulos (ambas listas tanto en Spotify como en YouTube, con el nombre “el perro del terapeuta”)

REFERENCIAS

- Crastnopol, M. (2019) [2015]. *Microtrauma. Una comprensión psicoanalítica del daño psíquico acumulativo*. Madrid: Ágora Relacional.
- Guerra Cid, R. (2013). *El clavo ardiendo. Claves de las adicciones amorosas y los conflictos en las relaciones de pareja sanas y patológicas*. Octaedro.
- (2018). *Palos en las ruedas. Una perspectiva relacional y social sobre por qué el trauma nos impide avanzar*. Octaedro.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Castaño, M. (2025). Reseña de la obra de Luis Raimundo Guerra Cid “El perro del terapeuta”. *Clínica e Investigación Relacional*, 19 (1): 240-245. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2025.190122