

Reseña

Exiliados de sí mismos: una clínica para el malestar contemporáneo

Santiago Andrés Martín^{1,2*}

¹Instituto de Ciencias Humanas, Sociales y Ambientales (INCIHUSA-CONICET), Centro Científico Tecnológico-Mendoza (Argentina)

²Universidad de Mendoza (Argentina)

*Correspondencia: santiagoamartin18@gmail.com

Recibido: 25 jun. 2026 | Aceptado: 29 jul. 2026 | Publicado: 31 jul. 2026

Resumen

Este manuscrito es una reseña de: Benasayag, M. (2025). *Clínica del malestar: la psicoterapia frente a los nuevos sufrimientos psíquicos*. Prometeo [131 pp., Colab.: Angélique del Rey, Trad.: Darío Bursztyn].

Palabras clave: malestar, psicoterapia, posmodernidad, subjetividad.

Exilados de si mesmos: uma clínica para o mal-estar contemporâneo

Resumo: Este manuscrito é uma resenha de: Benasayag, M. (2025). *Clínica del malestar: la psicoterapia frente a los nuevos sufrimientos psíquicos*. Prometeo [131 pp., Colab.: Angélique del Rey, Trad.: Darío Bursztyn].

Palavras-chave: mal-estar, psicoterapia, pós-modernidade, subjetividade.

Exiled from themselves: A clinic for contemporary malaise

Abstract: This manuscript is a review of: Benasayag, M. (2025). *Clínica del malestar: la psicoterapia frente a los nuevos sufrimientos psíquicos*. Prometeo [131 pp., Collab.: Angélique del Rey, Transl.: Darío Bursztyn].

Keywords: suffering, psychotherapy, postmodernity, subjectivity.

El período de tiempo que va de fines de los cincuenta a mediados de los ochenta ha sido designado por algunos científicos sociales como “los largos sesenta”. Se trata de un tiempo de álgidas movilizaciones sociales y de acuciantes transformaciones económicas en cuyo seno cobró fuerza un novedoso espíritu revolucionario, el mismo espíritu, por cierto, que se expresó en la expansión del movimiento antipsiquiátrico y al que Cooper, autor a quien está dedicado el libro de Benasayag, contribuyó significativamente. Benasayag se encolumna, de alguna manera, detrás del carácter intempestivo de aquel movimiento.

Por eso la introducción de *Clínica del malestar: la psicoterapia frente a los nuevos sufrimientos psíquicos* ofrece una peculiar imagen que será clave de lectura transversal para el resto del libro: un grupo de pacientes de un hospital psiquiátrico italiano rompen los muros del establecimiento al sacar a pasear por la ciudad un enorme caballo azul de papel y cartón. El autor franco-argentino se pregunta, entonces, por el caballo azul de nuestro tiempo, aquel que “debe reaparecer para intentar liberar a los normales de la norma” (p. 13). La terapia situacional, propuesta por Benasayag, pretende aportar en esa dirección al ofrecer lineamientos de trabajo contra la normalización de la vida psíquica y la consecuente patologización del sufrimiento. Una de las líneas de trabajo que sigue el libro es, en efecto, deslindar el sufrimiento de la patología y devolverle su carácter existencial.

El libro se divide en ocho capítulos agrupados en tres partes. La primera funciona como diagnóstico y se encarga de situar unas coordenadas de comprensión para los sufrimientos psíquicos de nuestro tiempo. La segunda indaga las terapias disponibles actualmente para el tratamiento de tales sufrimientos, preguntándose por el declive del psicoanálisis y el auge de los abordajes conductistas y alternativos. La tercera avanza en la proposición de una alternativa terapéutica propia a la luz de interpretar la época como expresión de una crisis de la modernidad.

En primer lugar, el libro se hace cargo del título de la obra y se dedica a clarificar cuál es la novedad de los sufrimientos psíquicos de este tiempo. El autor advierte estar en un tiempo de alarmante soledad, efecto de una ruptura con aquello que nos constituye en cuanto singularidad: una experiencia de vida común. Pero advierte que el lazo social es posible en la medida en que permanecemos “en contacto con las capas más profundas que estructuran nuestro ser” (p. 18). La soledad en cuestión es producto, por lo tanto, de una separación con respecto a nosotros mismos, de la cual se deriva una radical “incapacidad para desarrollar y proteger nuestros vínculos” (p. 19).

Benasayag considera que si el individuo moderno puede ser definido a partir de un “pliegue” sobre sí que inauguró en su interior referencias a la consciencia y la inconsciencia o a la racionalidad, dirigiéndose preguntas que anteriormente le estaban reservadas a la divinidad, la posmodernidad se caracteriza por el “despliegue” del individuo moderno. Así, la posmodernidad versa sobre una época que procura “que la persona se desintegre lo suficiente como para fundirse” en las exigencias socioeconómicas de este momento histórico (p. 21). En efecto, el horizonte de sentido epocal exige sujetos flexibles, capaces de adaptarse con rapidez a las cambiantes condiciones laborales de nuestro tiempo. Se trata de una flexibilidad que “implica una permanente destrucción de la interioridad” (p. 20),

puesto que “separa a las personas de su potencia de actuar” (p.20).

Es decir, el individuo moderno no encuentra en su interioridad la posibilidad de afirmar su propia vida, dejando un camino allanado para el dominio de artefactos tecnológicos. En consideración del autor, nunca antes el ser humano había delegado tanto de sí mismo. Un proceso de desubjetivación está en curso. La pérdida de potencia de actuar es efecto, pues, de que el ser humano está “exiliado de sí mismo” (p. 40). Vaciado de su interioridad, el individuo posmoderno está desprovisto de atributos y se ofrece al artefacto como hardware sobre el que pueden instalarse módulos intercambiables. En ese marco, si hay algo que caracteriza el sufrimiento psíquico de nuestro tiempo es lo que Benasayag denomina una pérdida de la dimensión trágica de la vida, en otras palabras, la pérdida de la capacidad para ser afectados más allá de los límites de la propia experiencia. Los nuevos pacientes, considera el autor, han perdido su capacidad de verse afectados por algo que no sea el yo.

En segundo lugar, el libro explora cuáles son las terapias del universo psi- que aparecen mayormente disponibles para el sufrimiento del individuo posmoderno. El autor identifica simultáneamente un declive del psicoanálisis y un auge de las terapias que denomina modulares, pero también de ese vasto abanico que es el mundo de las terapias alternativas.

El declive del psicoanálisis es explicado, en gran medida, por la pérdida de aquella dimensión trágica de la vida. Sin embargo, Benasayag también se interesa en elucidar aquellos problemas que incumben al propio psicoanálisis en su incapacidad de *aggiornarse*. Identifica, al respecto, un reduccionismo del psicoanálisis en el tratamiento de lo inconsciente, ya anticipado por Deleuze y Guattari, al denunciar el “familiarismo” del deseo. El psicoanálisis habría limitado la dinámica del deseo a un circuito familiar que, lejos de transformar el sufrimiento en potencia para actuar, ha terminado por mantenerlo circunscripto a ciertos límites.

En ese marco, es esperable asistir a la proliferación de prácticas y narrativas terapéuticas que ofrezcan abordajes atractivos para los individuos modulares de la posmodernidad. Si los modos de sufrir son históricos, también lo son los modos de curar. Es decir, cada época produce las condiciones de posibilidad para que emerja una terapéutica específicamente adecuada para el malestar de sus sociedades. Benasayag denomina terapias modulares a los abordajes dirigidos al malestar del individuo posmoderno. El paciente prototípico que describe el autor puede sintetizarse en una persona sobre la que se enganchan o desenganchan módulos identitarios prefabricados, que son consumidos como cualquier otro producto de supermercado. Según el autor, se trata de terapias conductistas e incluso cognitivas radicales, pero también aquellas terapias alternativas que tienen en común la disposición a las respuestas rápidas que demanda el individuo acelerado, ávido de respuestas prontas a preguntas que no ha terminado de hacerse a sí mismo.

En tercer lugar, el autor se adentra en la especificidad de su proyecto terapéutico, la *terapia situacional*. A propósito, esclarece que la categoría central de este abordaje es la de situación. En una declaración que busca provocar tanto al psicoanálisis ortodoxo como a las terapias que podríamos llamar de tercera generación, Benasayag comenta que cuando se trata del abordaje del sufrimiento

psíquico contemporáneo, no alcanza con hacer historia del sujeto ni describir el contexto en el que se inserta. En su lugar, lo central de una terapia de la situación es considerar cómo se articulan esa historia y ese contexto en una situación, es decir en una experiencia situada temporal y espacialmente. El horizonte de una terapia de este tipo es reestablecer la relación de implicancia del sujeto con su situación para “conocer cómo el mundo se manifiesta en uno” (p. 98), pues, a su modo de ver, “no dejarse capturar por la situación actual está en el origen de cualquier proceso patológico” (p. 85).

Esta terapia situacional se enfrenta al desafío de “tratar el sufrimiento en un mundo donde la dispersión de la persona se ha convertido en norma” (p. 89), al punto de que “toda interioridad se torna en molestia” (p. 91). Así es que el punto de partida de una terapia situacional es “acoger una singularidad” (p. 90). Benasayag pareciera apelar a la hospitalidad como un gesto capaz de generar condiciones de subjetivación. Es a partir de allí que puede buscarse con el paciente que sufre el modo de “estar cada vez más presente en las situaciones en las que está implicado” (p. 91). En esa dirección, el autor propone la terapia de situación como una práctica que debiera operar sobre la *potencia de vivir*. ¿Qué quiere decir con esto? Pues, provocar aquello que escapa a la repetición, de modo que un paciente sea “capaz de participar en otra cosa que en su síntoma” (p. 121). De lo que se trata, entonces, es de conducir al paciente hacia aquellas instancias con las que pueda asociarse para amplificar sus posibilidades de acción.

El libro de Benasayag es clave para quienes se preguntan por las articulaciones entre lo personal y lo colectivo. Aunque esté dedicado a pensar los desafíos y las posibilidades actuales de la psicoterapia, sus reflexiones trascienden el horizonte reflexivo de la intervención psicosocial y ofrecen pistas significativas para considerar, en un sentido amplio, el modo de vivir de nuestro tiempo. Ahora bien, allí también radican sus limitaciones o, en todo caso, la posibilidad de abrir otras preguntas. Por caso, cabe considerar cuáles son las condiciones materiales necesarias para restituir la capacidad de actuar.

Restituir la potencia de actuar de un sujeto requiere, además de un horizonte terapéutico, unas condiciones materiales de existencia que no colapsen sistemáticamente esa potencia antes de que la clínica pueda operar sobre ella. ¿Qué posibilidad existe para conectar con la propia situación en medio de la precariedad vital? En la apertura de esa pregunta reside, quizás, la mayor invitación del libro al debate. No obstante, una intuición ofrecida por el autor es segura. Explorar cuáles son los mundos posibles que se juegan en cada situación que nos convoca requiere no solo de la potencia creativa de los sujetos, sino de unas condiciones de acogimiento que hagan de la imaginación en común una efectiva expresión de la singularidad.