

# DARSE A LAS

# ANGUSTIAS ;

## Poéticas del Naufragar

Trabajo final de grado

~ modalidad ensayo.

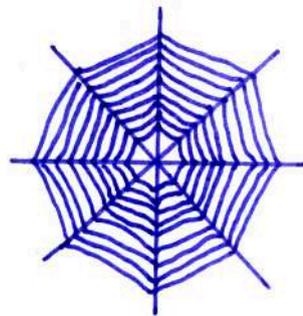
Sol Saldombide Braga

Tutora: Natalia Laino Topham

Revisora: Nat Tommasino Comesaña

... y cursos todavia la razon que yo tenga una razon. Si el discernimiento es lo que  
puedo hablar sobre el alma, pero que es lo que han hecho con nuestro Dios?  
tor diciendo: «Pero que es lo que han hecho con nuestro Dios?»  
El Renacimiento. Las personas no cesaban de hablar de Dios.  
remado a pesar de todo. Es incluso lo que pasaba gen  
Vean ustedes la razon que yo tenga una razon. Si el discernimiento es lo que  
Falta todavia la razon que yo tenga una razon. Si el discernimiento es lo que  
y cursos todavia la razon que yo tenga una razon. Si el discernimiento es lo que

Julio 2025  
Montevideo



EL AMOR es una compañía.  
Ya no sé andar sola por los caminos,  
porque ya no puedo andar sola.

*En memoria de Blanquita,  
quien dió refugio a mis angustias  
y me enseñó a tejer.*

*“No todo lo que escribo da como resultado una realización, resulta más una tentativa.  
Lo que también es un placer. Pues no todo quiero abarcar.  
A veces quiero solo tocar.  
Después lo que toco a veces florece y los otros pueden tomarlo con las dos manos”.*

*-Clarice Lispector, Delicadeza.*

## **Dar las gracias**

A mamá, por sostenerme en los tiempos de esta escritura y todos estos años; por mimar mis angustias y por enseñarme/acompañarme a experimentar la vida con amor, cuidado y sensibilidad.

A papá, por compartirme sus visiones del mundo, por incentivarme a estar cerca de las luchas colectivas, y por estar presente.

A Marce, por acompañarme cuidadosamente, apoyar mis sueños y por quererme como a una hija.

A mi hermano, por su sensibilidad, por acompañarme y cuidarme desde la infancia.

A mis abuelos, y a mi familia, ¡gracias!

A Tama y Noe, por alojarme en toda esta escritura y construir un hogar que da refugio amoroso y cuidadoso a mis angustias, nuestras angustias.

A mis amigas, Tana, Luli, Antho y Cin, por pensar juntas la vida y acompañarnos amorosamente tantas veces desde cualquier aparente distancia.

A Giachi, por su escucha curiosa y atenta, por el modo en el que comparte su sensibilidad con el mundo, por acompañarme, mimarme y por estar en cada detalle.

A Tati y Puli, por sostener la amistad todos estos años viviendo lejos y por regarla en cada encuentro.

A Iari, Mica, Tama y Ara, por trazar huecos, hendidias, pequeños gestos; desde los cuales habitar/estar con la psicología y con la vida.

A Sofi, Eli y Cami, por pensar juntas, escucharnos y acompañarnos en los momentos de inspiración y también en aquellos donde no se sabía cómo seguir.

Al CEUP (Centro de Estudiantes Universitarios de Psicología) por lo que aprendí de la vida allí, en la militancia estudiantil.

A los Servicios autogestionados de Fotocopiadora y Cantina del CEUP por refugiar las angustias de la vida, las del mundo y las que surgen de habitar modos autogestivos de existencia, a veces -muchas veces- a contracorriente. Gracias a quienes habitan y han habitado y construido los servis desde lo amistoso y lo común, quizá sea este el mayor motivo de celebración y agradecimiento.

A Vicky, Emi G, Emi F, Emi P, Alfon, Poti, Xuxu, Chu, Vane, Rodri, Guida, Vale, Belu, Nico, Cami y Sancho, por compartir en/con lo amistoso, por escuchar y acompañar.

A Nati, por su acompañamiento amoroso y cuidado en cada encuentro y por compartir insistencias, inquietudes, texturas, imaginaciones para pensar la psicología y la vida.

A todxs lxs que no he nombrado aquí, con quienes nos hemos cruzado en algún tramo de la vida *y en conversaciones con las angustias y en algún salón y descalzxs y en alguna danza y en escrituras y lecturas y en algún paseo por la ciudad y en talleres y cursos;* sepan que lxs llevo siempre cerquita en los pensamientos.

¡Vayan mis agradecimientos a todxs ustedes!

# Posibles coordenadas para este naufragar

Dar las gracias (4)

1. Insistencias e invitaciones (7)

2. Aperturarse/dar la bienvenida (9)

3. De las angustias (14)

4. Los cuerpos que somos y tenemos (22)

5. ¿Cómo es habitar/producir  
una psicología en los intersticios? (29)

5.1 entre las puertas/de los afectos (29)

5.2 entre las vacas/dar(se) el tiempo (33)

6. Balbucear finales (37)

7. Referencias bibliográficas (39)

## 1. Insistencias e invitaciones

Queridxs lectorxs, esta escritura sucedió *-sucede-* en medio y atravesada por inquietudes, insistencias e inconformidades<sup>1</sup> que ritman de algún modo todo lo que aquí se dice *-no se dice-* y lo que ha sido posible de ser pensado. Este proceso fue lento, compuesto por detenimientos, pequeñas *-grandes-* pausas que fueron *-son-* necesarias para que las palabras leuden. Esto implica también la decisión de tomar algunos caminos y por ende abandonar otros, lo cual no quiere decir que igualmente no formen parte de todo lo dicho y de los pensamientos que se fueron deslizándose en todas estas páginas. En la particularidad que adquieren los ritmos lentos, entre rumias y demoras se vuelve necesario y genuino admitir que hay cosas aquí escritas que quizá ya no resuenan con el pensamiento de quien escribe. Precisamente en ello se encuentra la necesidad de que permanezcan en esta escritura pues permiten visibilizar las grietas, estrías y aparentes contradicciones que habitan esta producción, la vida y el pensar; y que también son parte fundamental de todo este proceso.

El título del trabajo **“Darse a las angustias: poéticas del naufragar”** apareció casi al final de toda la escritura e hizo sentido con todo el proceso y el modo en el que todo fue escrito aquí. La metáfora del naufragio surge de mis encuentros con las lecturas de Marcelo Percia, escritor, ensayista, docente universitario, psicólogo y psicoanalista argentino, con quien resueno en los modos de hacerse preguntas y de pensar las clínicas<sup>2</sup>. En su libro “Sesiones en el naufragio, una clínica de las debilidades” publicado en el año 2023, plantea la idea del naufragio como metáfora de lo que nos da miedo, de lo que nos pone de algún modo en peligro, en donde afloran incertidumbres y rituales de supervivencia.

Percia (2023) dirá:

Darse a un análisis se asemeja a darse a un naufragio.

A desasirse de suelos firmes.

A aventurarse lejos de puertos seguros.

A apartarse de caminos trazados.

A pensar contra la corriente.

A practicar la inmersión en un crudo desamparo.

---

<sup>1</sup> Inconformidad respira un aliento sin fin, un movimiento en el que el deseo se inspira y se disuelve en el aire (Percia, 2011 p. 10).

<sup>2</sup> Clínicas como acogidas, como anamnesis poéticas, como sabidurías de la espera, como temporadas en lo irremediable, como demoras de lo naciente y despidiente de una vida (Percia, 2023 p. 10).

A respirar la inminencia de la muerte.

(...)

Vivir supone, también, darse a un naufragio. (p. 14).

De este modo, *darse a las angustias* es un guiño a lo planteado anteriormente, junto con la idea de naufragio que aquí es propuesto como *poéticas del naufragar*, en tanto nos encontramos continuamente en un naufragar-vivir que encontró un modo poético de enunciación en esta escritura. Por ello, este trabajo fue y es escrito entre inquietudes, insistencias, dolencias, malestares, inconformidades, alegrías, encuentros con amigxs, angustias, violencias, crueldades, escuchas, risas, abrazos e imaginaciones. Todo esto ha ritmado la escritura.

Me gustaria y ¡me urge! tenderles pequeñas invitaciones/pistas de este naufragar:



El uso de [ ] surge como modo de hacer resaltar y dar lugar a las insistencias que me han acompañado y que sobre todo enmarcan preguntas claves para continuar pensando la potencia ética-estética-política de las angustias en la vida. Se encuentran en color azul en el gesto de hacerle un guiño a lo amistoso<sup>3</sup> y a los caprichos compartidos con una amiga y compañera de pensamiento en este proceso de TFG, Sofí.



Lo que aflora entre - los guiones - son pensamientos, palabras, balbuceos, tartamudeos, que llegan por sorpresa y son parte de una escritura que fluye.



El uso de las cursivas en algunos momentos denota un capricho por compartir el ritmo de la escritura en sus estares lentos, rápidos, cansados y verborrágicos.



En algunos momentos aparecen a modo de pausas/respiros algunas imágenes/collages que me guiaron e inspiraron cuando parecía que la escritura se escurría entre mis dedos.

---

<sup>3</sup> La amistad, el amor traen lucidez, nos ayudan a ver donde la soledad tejió su bruma más espesa; nos colectivizan, nos abren a los encuentros (Teles, 2020, p. 138).

## 2. Aperturarse | dar la bienvenida

*“No puedo hablar con mi voz sino con mis voces”*

-Alejandra Pizarnik, *Piedra fundamental*.

Hace algún tiempo volví a tejer. Compré una lana de muchos colores y elegí del último cajón del ropero unas agujas de metal -hay algo del sonido que producen al chocar que me resulta placentero, es como un tic tac pero sin prisa-. Al acontecer artesanal del tejer no le interesa el paso del tiempo sino el ritmo, la textura de la lana elegida, las grietas en los dedos de quien teje a la vez que es tejidx. Tejer, para mí ha sido una caricia suave y por momentos imperceptible. Por eso aquí esta imagen, el inicio de una bufanda lo suficientemente larga para abrigar la garganta de quien precisa inaugurarse - darse la bienvenida- en algunas palabras. Las manos de quien escribe necesitan palpar la textura robusta de aquello que (aún) no sabe con claridad. Me acompañó de las palabras de Masson (2015) cuando enuncia sobre ese “no saber cómo decir pero ir rumiando”(p. 8), ese rumiar que alude a un modo, un proceso que pretende dubitar, tartamudear, digerir, deglutir. Es así que aparece la idea de escribir (me) sobre/con *las angustias*, merodeando en ese acto de saborear un gusto que parece nuevo al paladar. Mordisco por mordisco en una tenue y precisa gestualidad que hamaca lentamente el momento en el que me di cuenta de lo que quiero (necesito) decir. Así, casi como un tropiezo me encontré con las angustias, las mías, las de afectos cercanos, las del mundo y las que me han acompañado en el transitar por la formación en la que se enmarca esta producción: la psicología. Por ello, daré algunas pinceladas a modo de aperturar el encuentro con quienes se sientan invitadxs<sup>4</sup> a esta lectura.

La producción de este trabajo parte de algunas preguntas que me acompañan y que intentaré retomar y re-visitarse de vez en cuando. Estas interrogantes componen conexiones que no acaban en una posible respuesta sino que intentan engranarse con otras inquietudes venideras, con el mínimo gesto de experimentar lo que nos arrebatara entre que un signo de interrogación se abre y se cierra; algo así como el entre-preguntarse.

---

<sup>4</sup> El uso de la -x- en el desarrollo de toda la escritura alude a la necesidad de quien habla de contemplar y afirmar las existencias de las diversas singularidades que nos componen, en una invitación a pensar más allá del binarismo de género.

**[¿Cómo me encuentro con las insistencias de pensar y escribir sobre las angustias en este trabajo final de grado?]**

**[¿Cómo las psicologías acompañan a las angustias?]**

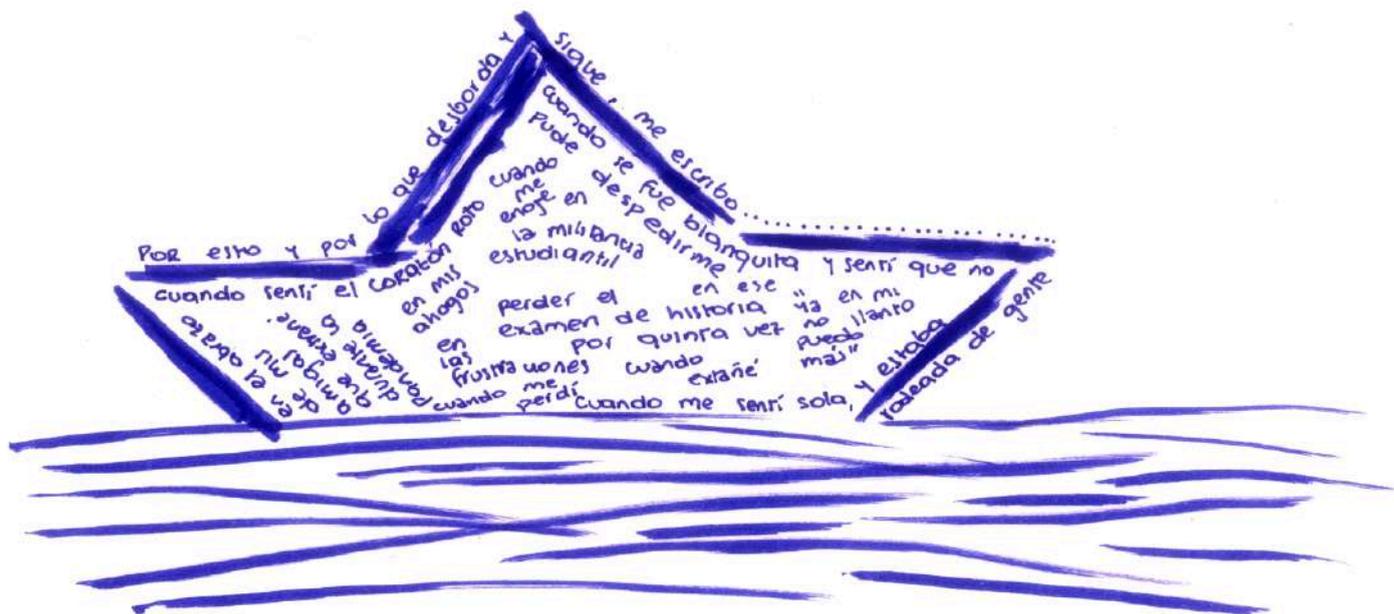
**[¿Desde qué invitaciones?]**

Para ensayar el pensamiento me refugié en mis más cercanos afectos, aquellxs que pasean por mis memorias al momento de entre-ponerme aquí, en los pliegues de esta escritura inquieta, curiosa, juguetona y por momentos dolorosa. También a lxs quienes que acompañan la aventura de inmiscuirme en pensamientos resbaladizos *-y resbalan conmigo-*. A todxs lxs que me invitan a afirmar la invención de otras prácticas posibles en el campo de la psicología, y con otras me refiero a aquellas que ejercitan fugarse de posiciones dogmáticas del mundo y de algunas dicotomías que se nos presentan como rígidas. Poner entonces la interrogación en el centro para des-hablar y des-decir las lenguas de lo que es normal, patológico, privado e individual es fundamental en este ensayo al cual me dispongo. De este modo, intentaré tender y acercar algunas invitaciones para introducirnos en las imágenes y enunciaciones que hemos construido en torno a las angustias. En el gesto de poetizar las mismas desde una mirada política y afectiva<sup>5</sup> que contemple las territorialidades en las que devenimos y nos movemos, nos preguntamos por las condiciones que hoy tenemos para experimentar un común vivir con lo que nos duele.

Al comenzar a escribir este párrafo me arremete la voz de una amiga recordándome que “el primer trazo es el más difícil, y por ello el más necesario”; y de esta manera, emocionada siento la mano de quienes han acompañado a mis angustias posarse sobre mis hombros dándome un respiro, sutil y amistoso. Hablar de lo que duele parece no ser tarea sencilla, mucho menos habitar un espacio en donde decir(se) los dolores. El que encontré (*me encontró*) fue la escritura a modo de poesía, relato, narrativa, cuento; una escritura desde las pequeñas grietas. Esas grietas, angustias, tal vez, angustias, quizás.

---

<sup>5</sup> La política se imbrica con la vida, la de cada quien, como ser relacional y en relación con los demás; no tiene a la institucionalidad como único punto de anclaje. Afianza un pensamiento y una experiencia de nosotros mismos como seres entramados afectivamente unos con otros (Teles, 2020 p. 60).



Para pensar en *un cómo me encuentro con las angustias* necesité arrojarme a una insistencia, como si me dejara arrebatado por un capricho; el de hacerle espacios y bailar con ellas, desde mi piel, mis vísceras, mi miope visión, mi cuerpo todo. Entonces, aquí yo juego, bailo, pruebo, digo y me desdigo, me balanceo en mis palabras, lloro escribiendo, curioseo, me cambio los ojos, los cierro, corro y salto por mi casa, *pienso en las angustias*, me río y lloro, cocino, invito a comer a mis amigas, me hacen preguntas, las devuelvo, y salgo a caminar en busca de palabras, más bien ellas me llegan.

Allí, una posibilidad de nuevo, quizá mínima; la de escribir lo que duele, estruja, aprieta, angosta (lo que pide un ensanchar-se). Si yo supiera lo que son las angustias sobre las que intento escribir, quizá no escribiría este ensayo. Por eso, en esta escritura están mis tristezas, aquello que me ha dolido, y lo que aún me duele, las angustias que llamo angustias aunque no sepa que son, pero sí cómo las saboreo. La imagen de mi cuerpo escribiendo por primera vez, un escribir con lo que engulle en las heridas. Tomo la posición de no saber, de arrojarme a la experimentación que no necesita la descripción exhaustiva de la cosa, precisamente ahí me siento a conversar con la cosa (llámese

angustias), esta cosa que ha tomado mis deseos de escribir-me. Y aquí, están presentes, y estoy yo en ellas. Al decir de Montaigne (1997) “Así, lector, sabe que yo mismo soy el contenido de mi libro” (p. 31).

En el desarrollo de todas las páginas venideras trataré amablemente de ampliar en pequeños gestos las pinceladas diagramadas muy escuetamente en las líneas anteriores. Por ello, aquí he de ser honesta con quien tropiece con mi escritura. Me temo que he de pedirles un mínimo favor; el de regalarse la posibilidad de no entender - no saber cada palabra aquí enunciada. De sentirse invitadxs a experimentar la curiosidad, espero y deseo que emprendan este viaje conmigo.

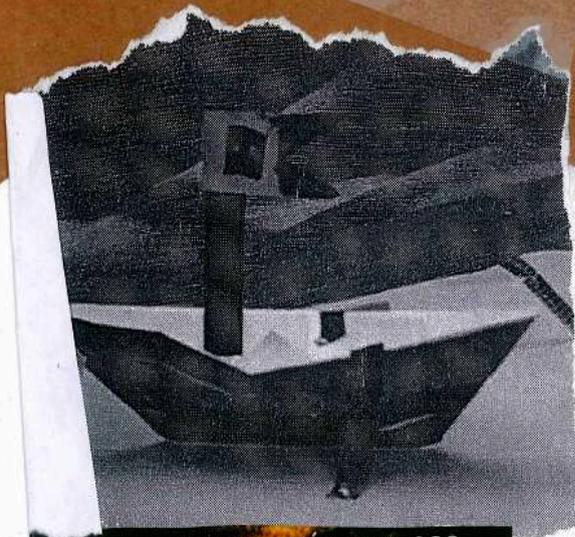
Entre textos hay espacios en blanco.

Esos blancos son de esta es- critura.  
Tiempos de recepción. Es- pacios de diálogo.

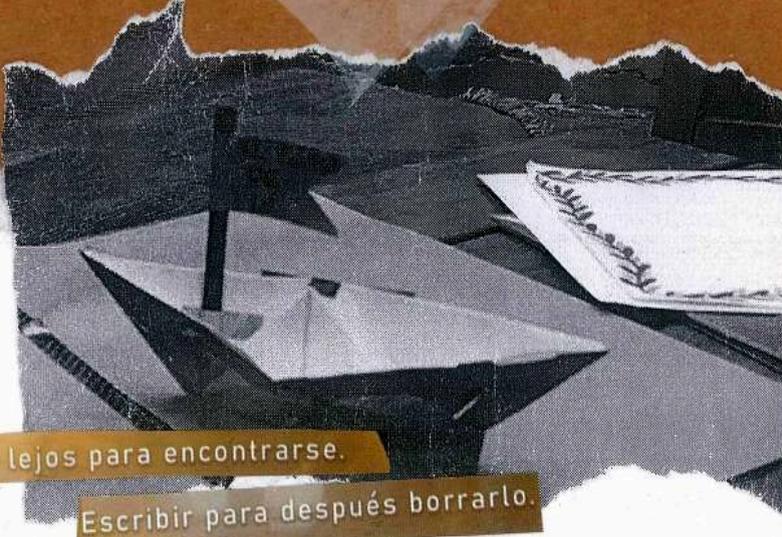
Son silencio. Demoras. Llamados.  
Solo instantes de la nada misma

un ratito sentada  
en la hamaca

retazos de una vida



no esperen más que eso.



Irse lejos para encontrarse.

Escribir para después borrarlo.

### 3. De las angustias

*La angustia ha devenido  
apenas un sabor;  
el dolor ya no cabe,  
la tristeza no alcanza.*

-Idea Vilariño, *Desnudez total*.

[Quizá si traigo aquí, a esta hoja, esas angustias de las que hablé en aquellas páginas puedo fácilmente sentir el aroma de algunas de ellas. El sabor de la molestia, la inquietud, de la incertidumbre, del no saber cómo pero necesitar de un cómo. Quizá, la angustia nos visite con la intención cálida de una invitación a la vida, a lo que necesita posarse en un territorio porque respira. Quizá las angustias sean también una planta a la cual cuidar, en ese gesto sutil entre mimar su vida o aniquilarlas en demasiada agua. Quizá, las angustias tengan que ver con un dolor de espalda que solicita un cambio de postura, un saludo al sol, un estiramiento matutino. Quizá, las angustias necesitan escribirse en algún papel arrugado, en alguna cartulina con marcadores de colores desperdigados por un salón de clases. Quizá, lo que no pueda escribirse se pueda danzar. Quizá, lo que no encuentre cobijo en ningún lado pueda tropezar con una mirada, un abrazo, una vida que anuncie la necesidad de otrxs que le abracen, que acompañen aún sin saber cómo hacerlo. Quizá la angustia advenga angustia cuando se libere de su sepultura, de lo que la esconde. Quizá nos sea bueno experimentar con ella sin saber cómo nombrarla. Quizá una invitación le haga refugio a lo que nos pasa]

[quizá]<sup>6</sup>      [quizá]      [quizá]      [quizá]      [quizá]      [quizá]

---

<sup>6</sup> Enunciar desde un quizá me sostiene en el ejercicio de dubitar, trastabillar, pensar in situ, ensayar, tartamudear, tropezar. Aquí no intento marcar ningún compás ni trazar certezas. Solo escribir lo que pide un escribirse.

En este Trabajo Final de Grado escribo sobre las angustias porque estas necesitan posarse en algún lugar, en la insistencia de pensar(nos) con lo que nos acompaña. Es importante afirmar que aquí las angustias no pretenden estipular un modo de subjetividad, es decir, no son las angustias una manera del ser, sino que son al decir de Percia (2011) “un paisaje que posibilita que, lo que es, sea” (p. 225). Entonces, no somos angustiadx sino que estamos angustiadx, y el estar habilita un pensar en movimiento en tanto lo que nos pasa justamente - *pasa* -, transita, pica de un lugar hacia otro, salta, se esconde y vuelve a aparecer, juega y trastabilla; siempre está en un movimiento que nos permite un pa(i)saje.

Al comenzar a escribir este apartado me han asaltado algunas inquietudes respecto a aquellas enunciaciones que de algún modo han interceptado nuestro modo de percibir las angustias. Estas se encuentran plegadas por imágenes de pensamiento y conceptualizaciones que han surgido en diversos contextos desde la necesidad de problematizar y pensar a las angustias para poder nombrarlas. Así, lo que nos convoca es aperturar estos conceptos e imágenes para multiplicar sus conexiones y que los pensamientos devengan otros con los cuales continuar diciendo de las angustias, y de la vida. De esta manera, acompañándonos por Deleuze y Guattari (1993) podríamos decir que “un concepto no solo exige un problema bajo el cual modifica o sustituye conceptos anteriores, sino una encrucijada de problemas donde se junta con otros conceptos coexistentes” (p. 24). Tomaré estos conceptos y enunciaciones como una caja de herramientas, de la cual adquirir por un rato aquello que podría potenciar la construcción de nuevos territorios.

Por momentos me encuentro con la vaga sensación de que en varias ocasiones decimos de las angustias más de lo que creemos. En algunos sueños que recuerdo lucidamente habito un mundo en donde soy perseguida por militares mientras intento encontrar refugio en medio de una guerra. A veces pienso que este mundo no puede estar peor y escribo en libretas que luego pierdo: “¿qué podemos hacer?, ¿cómo un movimiento minúsculo puede cambiar algo en esta maraña de crueldades?. Camino por la ciudad viendo cada vez menos la luna pues esta comienza a ser eclipsada por edificios inmensos -*cada vez más altos*-. Algunos días sobrevuela en el aire algo especial y creo sentir el aroma del pastel de papa que cocinaba mi abuela para esperarme al llegar del liceo, y creo que allí reposa la angustia también. En este sentido, las sensaciones, aromas,

memorias, musicalidades, danzas, movimientos, poesías, cines e imágenes son quizá pequeñas pistas necesarias para que podamos enunciar lo que nos pasa.

Es desde todas estas conexiones que me encuentro pensando en las angustias. Puedo ver cómo ellas van tejiendo mientras se tejen a sí mismas, como se enhebran en los cuerpos, cómo las habitamos y nos habitan, y en sus polifónicas experimentaciones que nos permiten vislumbrar las singularidades que colectivizan lo que duele y colectividades que alojan lo que singulariza a cada quien por su dolor. No se pretende entonces enunciar ninguna verdad o exactitud sobre lo que las angustias son, o podrían ser o dejar de ser; tal cual nos recuerda Ferrer Garcia "... la angustia remite a aquello que permite que haya cosas; de ahí que la angustia se asiente y se sostenga sobre esa pregunta máxima, extrema, la pregunta acerca de por qué hay algo y no más bien nada" (2013. p. 65).

Intentaré ir hacia la etimología de la palabra angustia, allí donde se esgrime la curiosidad de saber de dónde proviene, de qué imágenes está poblada, cómo se entretrejen esas palabras que han desembocado en las angustias, cómo se conectan con lo más visceral de nuestros cuerpos. Preguntarnos de dónde nos llegan las palabras y de qué otras palabras se componen nos invita a navegar por universos de sentidos, singulares y colectivos, tal vez algo así como "el gesto de enunciar proyectando mundos" (Berardi, 2013, p. 68) por ello es que para mi sorpresa - *o tal vez no* - cuando me encontré con la búsqueda de la etimología de las palabras lo tomé como un ejercicio para la vida, para hacerle espacios a las preguntas que insisten, para invitarnos a crear nuevas lenguas-mundos.

Según la Real Academia Española, la palabra angustia proviene del latín angustia 'angostura', 'dificultad'. La misma también se define como: aflicción, congoja, ansiedad, temor opresivo sin causa precisa, aprieto, situación apurada, sofoco, sensación de opresión en la región torácica o abdominal, dolor o sufrimiento, náuseas, estrechez del lugar o del tiempo. (RAE, s/f). Para el Diccionario Etimológico de Chile la palabra angustia proviene del latín angustus, que "... refiere a un desfiladero o abismo profundo y estrecho (angosto) que había que saltar. La sensación provocada por el hecho de estar junto al vacío pasó a llamarse angustus, es decir, angustia". (Etimologías de Chile, s/f).

Tomo a estas búsquedas etimológicas y curiosos como mapas que guían algunos tránsitos y desvíos que me es necesario tomar aquí. Llevaré entonces la atención al salto, ese salto en algún posible abismo estrecho, ese “estar junto al vacío” como estar en el borde, en alguna frontera quizá, ese límite que nos arrojaría a otro lugar.

**[¿Pero qué nos implica ese salto?**

**La pauta de que “había que saltar” ese espacio angosto y estrecho nos marca una acción –incluso quizá, moral– y deja a nuestros pies enfocados en un progreso, es decir –en el salto hacia lo otro– hacia lo que está allá y no aquí, ese salto que vislumbra en cierto sentido una posible evitación de ese abismo. Entonces,**

**¿cómo pensamos en las angustias?]**

Estar junto a un aparente vacío, al lado, cerquita, casi como estar tocándolo con el dedo meñique del pie y luego... caer. ¿Qué nos queda? ¿De qué cosas está hecho ese vacío? Quizá una búsqueda incesante por saltar y arrojarnos a la experimentación de las angustias, o permanecer allí, junto a esa tenue y vaga amarga sensación de una angustia por sentir.

Dejaré leudar estos pensamientos por un rato y me zambulliré en otras imágenes que también nos pueblan al acercarnos a las angustias; como nos anuncia Marcelo Percia (2011) la hemos seleccionado como “representante de todas las pesadumbres” (p. 209) y así la castigamos quitándole toda su potencia con el fin de evitar darle nombre a eso que todo lo fagocita: el capitalismo. Quizá nos resulta más simple apañar todos nuestros malestares bajo la tutela de las angustias, ya que para lo que estas despliegan en algunas ocasiones, existen constantemente “soluciones” médicas, farmacéuticas y un largo etc, que nos convocan al silenciamiento de las mismas. Solemos atribuir a las angustias dolores de cabeza, náuseas, fatigas, cansancio, dolores musculares, dificultad para concentrarnos, insomnios, sensaciones de improductividad, de culpabilización y una cuota bastante alta de exigencias para con nosotrxs mismxs. Pareciera que todo esto nos empuja hacia la evitación de nuestros dolores, aquellos que se vuelven visibles y en tanto

visibles surge una necesidad de soterrarlos, sanarlos y repararlos. Es ahí donde quizá nos reconocemos máquinas que deben funcionar a ritmos productivos y eficientes, dejando de lado lo que sienten y necesitan nuestros cuerpos para sobre(vivir).

### **[¿Qué nos queda?]**

Nos encontramos frente a la dificultad de construir espacios en donde enunciar y compartir los malestares que nos convocan, que nos solicitan una demora en nuestras cotidianidades, que piden ser sostenidos y por ello emergen entre nosotrxs como pequeñas hendiduras. Nos urge:

(...) resistir a la tendencia dominante de la subjetividad colonial-capitalística que, reducida al sujeto, interpreta el malestar como amenaza de desagregación y lo transforma en angustia, en síntoma que debe ser diagnosticado por un manual de enfermedades mentales, tratado con el fármaco y finalmente soterrado en beneficio de la reproducción de la norma (Preciado en Rolnik, 2019, p.14).

En este sentido, trazar nuevas y otras coordenadas para reconfigurar los modos que conocemos de habitar nuestras angustias nos implica necesariamente disponernos a sostener los malestares singulares y colectivos que nos encuentran. Y en este punto percibimos que se nos ha hecho difícil pensar a las angustias en términos de relación entre sujetos en tanto seres relacionalmente entramadx unxs con otrxs, y en las maneras en las cuales hoy nos relacionamos con el mundo. Vivenciamos las emociones de una manera tan íntima que las solemos desbordar en espacios privados -entiéndase por lo general, domésticos- siendo un lugar privilegiado en algunas ocasiones (todo esto si se cuenta con las condiciones básicas y necesarias en donde poder sentir lo que nos pasa y enunciarlo).

**Entonces, [¿cómo andamos con lo que nos pasa?]**

**¿Cómo aloja la ciudad a nuestros cuerpos  
afectados por las angustias?**

La imagen de espacios privados también produce una cauterización de nuestros estares, quema y destruye la posibilidad de fluidez de los mismos, los encierra y parece que allí emerge la necesidad inminente de fugarnos por cualquier pequeño hueco - quizá esta sea una buena pista-. Fugarnos no como escapar, sino como celebrar la oportunidad de que advenga otra cosa, otros espacios en donde nuestros tejidos puedan sangrar, un rato.

Colectivizar nuestras angustias quizá tendría que ver con arriesgarnos a pensarlas en relación con las angustias de otrxs quienes (aunque pensemos que esos quienes no tienen que ver con nosotrxs). Así, me es pertinente atreverme a diferenciar lo privado de lo íntimo, entendiendo a este último como aquellos espacios pequeños, vacuolas de resonancia creados conjuntamente con algunxs quienes con lxs que elegimos compartir lo más recóndito de nuestras angustias. Acompañándome por Sara Ahmed (2015) diremos que “aunque la experiencia del dolor puede ser solitaria, nunca es privada” (p. 61).

### **[¿Cuáles son los espacios que alojan nuestros dolores y lo que emanan de ellos?]**

La separación entre lo público y lo privado no ha hecho más que producir sistemáticamente modos de vivir que están estrechamente conectados con lo que es moralmente correcto. Compartir-nos con lo que nos duele siempre nos resulta un ejercicio más complejo que compartir las alegrías, sobre todo si los espacios que tenemos para hacerlo no pueden darnos un refugio cuidadoso.

La necesidad de quien escribe, la mía, la de los conflictos que me habitan, es la de tomar ciertas distancias de estas imágenes -rígidas- que encauzan un cautiverio de mis estares, de nuestros estares, singulares y colectivos; y este cautiverio del que hablo no despliega su velo sobre todos nuestros estares, sino que se cuelga sobre todo en aquellos afectos que disminuyen nuestra potencia de actuar, aquellos que al decir de Deleuze (2017) siguiendo el pensamiento de Spinoza, percibimos como pasiones tristes. Así entonces las angustias son tratadas como un mal castigable al retrasar e incluso impedir el corriente flujo del capital, como anuncia De Los Santos (2013) “la gente angustiada no produce, desea, y por ello esa angustia es intencionalmente adormecida por el propio sistema que la activa” (p. 127).

Estos adormecimientos de las angustias pujan por enterrarlas y esconderlas, volverlas cautivas y carcelarias, en los sentidos más estrictos de estas palabras (atraparlas, tomarlas como prisioneras, retenerlas). Aquí pienso en lo carcelario desbordando los imaginarios que tenemos sobre el encarcelamiento/prisión de lxs sujetos, trato de ir más allá/acá, en los afectos y pensarnos en términos de las relaciones que tenemos con lo carcelario como modo de encierro, con las cosas que hacen a lo carcelario, con aquello que nos hace sentir en lo carcelario, con lo que nos encauza a un encierro de lo que nos pasa. Se trata del ejercicio de percibirse en los pliegues de lo carcelario, como pliegues de un cómo habitar(nos).

*“Despertar, llorar, bucear en esos hilos que me perciben en lejanía con las imágenes.*

*Allí, estaba presa.*

*Acá, entre las sombras de lo que mi boca no enunciara”.<sup>7</sup>*

Este pequeño fragmento se enmarca en la producción de texto y audiovisual para el trabajo final grupal de la optativa “Cartografía afectiva en el campo de lo carcelario” cursada en el año 2023 en la Licenciatura en Psicología, UDELAR. En él intentamos pensar las imágenes que componen nuestro devenir-mujer transitando por la ciudad mundo, reconociéndonos justo allí en nuestros cuerpos siendo afectadas por diversas fuerzas que para nosotras se relacionan con lo carcelario (los fríos, las miradas que nos acosan, las pobreza que se cuelan hondo, las locuras, las violencias, cuando nos subestiman, cuando no nos escuchan, cuando no nos creen...) Y así, con las palabras en la garganta o la garganta en nuestras palabras, dejamos entrever algunas de las angustias que nos habitan y a modo de enuncia-denuncia escribimos y hablamos nuestras rabias y enojos que han sido silenciados en varias ocasiones de nuestras vidas. Por ello, esta producción no cesa de percibirse entre estas conexiones.

**[¿Cómo se relaciona lo carcelario con los modos en los que transitamos nuestras angustias?]**

---

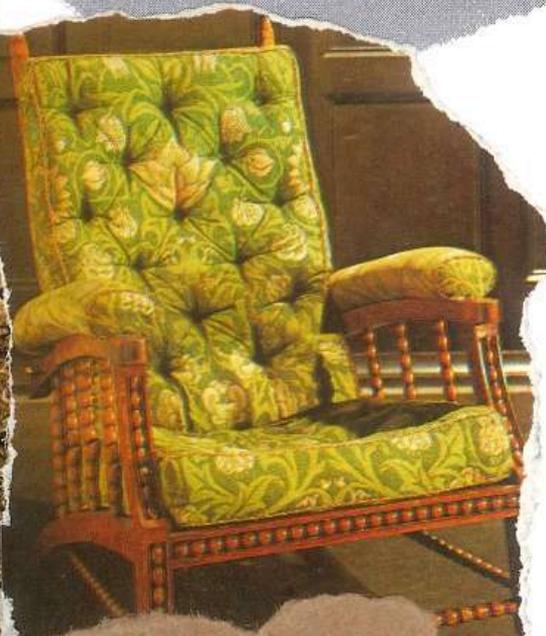
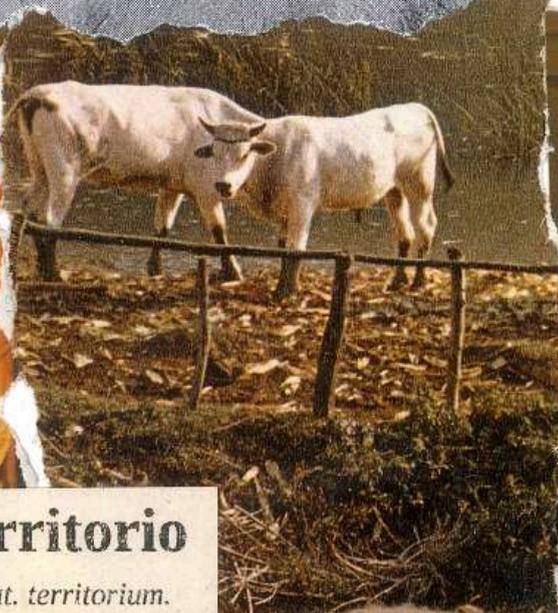
<sup>7</sup> Fragmento del trabajo final grupal de la optativa “Cartografía afectiva en el campo de lo carcelario”, realizado por Sofía Bertolotti, Tamara González, María José Toribio y Sol Saldombide en el año 2023, Facultad de Psicología, UDELAR.

# Territorialización de los medios y los Rirmos

Un pensamiento perezoso me hace andar más lento.

me agrada ir viéndolo todo,

incluso su ausencia es algo que está conmigo.



**Territorio**

*Del lat. territorium.*

LUGAR DONDE LO VIVIENTE SE EXPRESA

En cada

una de las vibraciones de mi lengua vuelvo a hacer todos los caminos del pensamiento en mi carne.



teje una invitación al curioso y la experimentación de algunos dolores; pero sobre todo al encuentro que permite compartir esos dolores con otros dolores enhebrados en otros cuerpos.

Diremos que cuando hablamos de cuerpo lo hacemos desde la posibilidad de imaginarnos en una ética ambiental corporizada (Giraldo y Toro, 2020) que pone en el centro las relaciones entre los contactos de las pieles, reconociéndonos afectadxs por el encuentro con otros seres para sostener la vida desde las sensibilidades y afectaciones que nos convocan. Este imaginarnos no se sustrae a un acontecer futuro ni fantaseado de un porvenir, sino que tiene que ver con producir nuevas imágenes-imaginaciones y modos de pensarnos en los devenires de la vida. Imaginar-nos aquí es la invitación para reconocernos en-tramadxs. Pensamos entonces al cuerpo como “el territorio desde el cual el universo es sentido y habitado” (p. 24). Acompañándonos por Deleuze (1986), también diremos que el cuerpo es un campo de fuerzas, es decir “cualquier relación de fuerzas constituye un cuerpo: químico, biológico, social, político” (p. 60). A partir del momento en que dos fuerzas se encuentran en relación hay cuerpo y este siempre está en un constante devenir, ya que como nos dice Spinoza nadie sabe lo que un cuerpo puede, es decir, de lo que es capaz un cuerpo (Deleuze, 2017).

“En esta línea insiste también Deleuze: un cuerpo no cesa de ser sometido a los encuentros, con la luz, el oxígeno, los alimentos, los sonidos y las palabras cortantes; un cuerpo es primeramente encuentro con otros cuerpos” (Pál Pelbart, 2016, p. 56-57).

El encuentro de este cuerpo que habito, con los auriculares que pongo alrededor de mis orejas cada vez que coloco un pie fuera de mi casa es una composición que permite la escucha de algunas musicalidades y deja por un rato suspendidas en el aire algunas otras. Aquellas que dicen sobre velocidades ajetredeadas del mundo, tiempos apurados de un caminar, violencias inusitadas hacia los cuerpos que reposan en las veredas -que parecen devenir imperceptibles-, ruidos metálicos de una frenada en un momento preciso, el de la excavadora que se sumerge en la tierra y la destruye en lo profundo para construir un nuevo edificio de once pisos donde antes *había un vivero*. Todo lo que brota alrededor de mis auriculares que reproducen por quinta vez la misma canción es también todo aquello que está aconteciendo en mí. Algunos dolores que puedo ver encarnándose en mi piel

mientras reconozco que no aparecen solamente en mí sino que se pliegan continuamente en estares singulares y colectivos. Siguiendo una de las pistas de Pál Pelbart (2016) al pensar sobre el dolor que brota en el encuentro con la exterioridad diremos que los cuerpos están constantemente siendo “afectados por las fuerzas del mundo” (p. 56).

**[pero, ¿cómo son esas fuerzas del mundo por las cuales nos reconocemos afectadxs?]**

**[¿de que están pobladas nuestras angustias?]**

El 13 de marzo del presente año (2025) fue llevada a cabo en Uruguay una manifestación en apoyo a la lucha de lxs jubiladxs Argentinos, quienes fueron reprimidxs violentamente por medio de gases lacrimógenos, golpes, balas de goma y varios insultos al encontrarse proclamando por un aumento del dinero que les corresponde a sus jubilaciones, pues estas no alcanzan para vivir dignamente. En concordancia con esta situación, en México se encontraron restos humanos en un rancho ubicado en el estado de Jalisco, los cuales están intrínsecamente relacionados a las miles de desapariciones forzadas y vinculadas al narcotráfico que vienen denunciando desde hace varios años diversos colectivos que se organizan fervientemente para visibilizar y denunciar estos crímenes que atentan contra los derechos humanos. Uno de ellos es el Colectivo Fuentes Rojas, el cual comenzó con intervenciones en las fuentes públicas al teñir sus aguas con colorantes rojos, en denuncia de los asesinatos y desapariciones ocurridas en México. Actualmente las personas que habitan el colectivo, bajo la consigna “Bordando por la memoria: una víctima, un pañuelo”<sup>8</sup> han encontrado en el arte del bordado un modo de “generar una comunidad sensible al fenómeno de las desapariciones y la violencia en el país” (Amparo, 2024, párr. 7).

A su vez el estado de Israel continúa con sus ataques de guerra en la Franja de Gaza, dejando miles de personas heridas y muertas, sobre todo mujeres y niñxs. En paralelo, en nuestro país cada vez son más las infancias que crecen, se desarrollan y mueren en contextos de narcotráfico y crimen organizado. Percibimos también que son las niñas, adolescentes y adultas quienes llevan adelante roles de cuidado en toda esta madeja de violencias que no cesan. Estas no son aisladas ni situacionales, sino que coexisten y

---

<sup>8</sup> Con esta consigna las personas que habitan el colectivo acuden a diversas plazas e invitan a lxs transeúntes a bordar pañuelos con los nombres de las víctimas. Luego, al unirlos estos se transforman en pancartas que utilizan para intervenir los espacios públicos y también en concentraciones y manifestaciones para exigir justicia.

están continuamente produciendo nuevas y otras relaciones que configuran los modos en los que habitamos el mundo, de manera tal que nos permiten pensar y preguntarnos  
*¿cómo estamos viviendo?* *¿qué podemos hacer?*

Enunciamos las violencias, lo injusto, las crueldades que nos habitan. Lo hacemos desde la creación y configuración de espacios en donde pensar en compañía, pensar juntxs modos de resistir -un resistir que no implica un oponerse y defenderse de algo sino que permite poner en el centro nuevas/otras narrativas de la existencia-.

El capitalismo se cuela en nuestros cuerpos y produce modos de habitarlos utilizando agresiones, manipulaciones y culpabilizaciones con un fin concreto; el de silenciar, controlar y reprimir las prácticas que se disponen a construir un mundo mejor para todxs. Como nos dice Guattari (1973) estas fuerzas capitalistas se empeñan en “excluir y neutralizar todas las prácticas deseantes que no tengan por efecto reproducir las formas de dominación” (párr. 4). Urge un grito ¡Huyamos<sup>9</sup> de las formas de dominación!

**[¿Que nos permiten pensar todos estos actos de violencia?]**

**[¿Qué nos sucede con los cuerpos que desaparecen?]**

**[¿Y con los que no?]**

**[¿Cómo nos encontramos con lo que les pasa a otrxs?]**

**[¿Qué le pasa a los cuerpos en el encuentro con las crueldades del mundo?]**

Esta maraña de violencias y atrocidades parecieran no cesar, y nuestros cuerpos se encuentran allí. Pareciera que *estar* en los cuerpos, sabernos animales, diferenciarnos de otros animales y otros seres, morar en lo que le duele a nuestras carnes y nuestras vísceras, habitarlos cuando estos se vuelven un torbellino alborotado de aparentes contradicciones deviene acto ético político y revolucionario en los tiempos que arrasan. Nos preguntamos, *¿cuáles cuerpos?*

Desde reconocernos en la mirada lluviosa de la gente con la que nos encontramos en las calles para luchar; pasando por nuestros pelos erizándose al escuchar las voces que dicen

---

<sup>9</sup> “Huir es trazar una línea, líneas, toda una cartografía. Solo hay una manera de descubrir mundos: a través de una larga fuga quebrada” (Deleuze y Parnet, 1980 p. 45).

sobre la crueldad , hasta el dolor de espalda que nos deja arqueadxs luego de producir sonidos aturdidores con alguna cacerola. Nuestros cuerpos no cesan de encontrarse y estos encuentros nos permiten entre-ver cómo las angustias se pliegan una y otra vez con los modos en los cuales estamos viviendo.

Andamos con la mirada puesta en un feroz progreso, [¿hacia dónde? no sabemos]. El capitalismo nos acelera, nos urge volvernos productivxs y así obtener más y mejores beneficios para nuestro aparente bienestar. Mientras nuestros cuerpos incrementan esa búsqueda de beneficios las tecnologías avanzan a velocidades catastróficas, consumiendo millones de litros de agua del planeta, entre otros tantos recursos. Quizá todo esto nos resulta evidente, por eso justamente aquí se esgrime con la necesidad de desmenuzar los supuestos de obviedad y volver lo aparentemente visible aun más visible. Hemos utilizado nuestro mayor potencial creativo para inventar e imaginar máquinas tecnológicas y de inteligencias artificiales que cada vez más suprimen nuestros deseos de experimentar, de jugar, de danzar con nuestra potencia emancipadora, de revisar nuestros modos de alimentarnos y de volver hacia el contacto con lo ancestral, con sus experiencias y enseñanzas. Nos olvidamos de escuchar los saberes del cuerpo, que como nos dice Rolnik (2019) podrían ser nuestra “brújula básica” para pensar las maneras en las cuales vivimos en nuestros afectos/emociones, y también los tiempos en los cuales nos encontramos con otrxs y pensamos sobre lo que nos sucede.

En tanto los flujos del capitalismo avanzan a amplias velocidades llevándonos a un aparente y posible progreso, los actos de violencias encarnadas en femicidios, opresiones de racialización y guerras por la ganancia-ocupación de territorios siguen sucediendo continuamente. Y entre los huecos de todos estos acontecimientos se sumergen diversos colectivos mediante acciones y enunciaciones que resisten desde movimientos micro políticos para que estas crueldades puedan transformarse y producir nuevas/otras maneras de estar en común.

*“Queremos abrir nuestro cuerpo al cuerpo del otro y de los otros, dejar pasar las vibraciones, circular las energías y combinarse los deseos para que todos y cada uno puedan dar libre curso a todas sus fantasías y a todos sus éxtasis, para que puedan vivirse al fin sin culpabilidad, sin inhibición, todas las prácticas voluptuosas individuales, duales o plurales que tenemos imperiosamente*

*necesidad de vivir para que nuestra realidad cotidiana no sea esta lenta agonía que la civilización capitalista y burocrática impone como modelo de existencia a aquellos que ella enrola. Queremos extirpar de nuestro ser el tumor maligno de la culpabilidad, raíz milenaria de todas las opresiones.”* (Guattari, 1973, párr. 29).

Quizá nos es urgente insistir una y otra vez en pensar-nos en el entramado complejo de las relaciones que habitamos y que nos habitan, en lo que afectamos y nos afecta, en la capacidad de pensarnos siempre en relación con otrxs, y en todo aquello que aflora y acontece en esas relaciones/encuentros. Quizá estamos perdiendo la posibilidad de practicar la empatía, entendida esta como una “comprensión erótica del otro” (Berardi, 2008, párr. 4) es decir, como la percepción del cuerpo del otrx como una continuación sensible de mi cuerpo.

Necesitamos del contacto con la piel de ese otrx/otrxs para emanciparnos de los malestares que nos agobian, no para desasirse de ellos sino para construir y desplegar otras posibilidades de existencia en donde convivir con lo que nos angustia no nos arroje a la patologización y medicalización de nuestras vidas. Preguntarnos e insistir en las preguntas que resbalan inquietas por nuestras curiosidades es una cuestión quizá vital. Encontrarnos en el roce sutil de aquello que no necesita de respuestas sino de la construcción incesante de cosquilleos intrépidos por experimentar lo que nos duele, lo que nos descompone ferozmente y sin dudas también lo que nos inunda de alegrías.

En uno de sus textos, Percia (2024) se pregunta por las crueldades, las desigualdades y las angustias que se entranan en la vida en toda su cotidianidad, pero no lo hace insertándose en ellas con el afán de que permanezcan quietas allí, sino que se balancea en la inquietud de pensar en que le hacen a nuestros cuerpos todas estas tramas. Se pregunta qué le hace al trabajo, al amor, al sexo, a la vida en común, a la tierra, al agua y al aire. Agregamos,

¿Qué le hace a los estómagos con hambre?

¿Qué le hace al llanto ahogado?

¿Qué le hace al frío sin abrigo?

¿Qué le hace a la individualidad?

Así también me pregunto por las temporalidades en las que nuestras angustias son posibles de aparecer. ¿Cómo son estas temporalidades? ¿Qué condiciones necesitan los cuerpos para angustiarse? *¿Cuáles cuerpos pueden morar en lo que angustia?*

[angustias

como aquello posible

de alojarse—posarse en

algún cuerpo]

¿donde las angustias en un río?

¿donde las angustias en los escombros de una casa des—habitada?

¿donde las angustias en la caracola revolcada por las olas y  
escupida hacia las orillas?

¿donde las angustias en el cantar del pájaro que posa sobre una  
pequeña rama en invierno?

¿donde las angustias en la tierra seca y resquebrajada?

Hemos hablado del impacto y la fuerza que ejerce el capitalismo una y otra vez sobre los cuerpos y como esto desemboca en emociones/afectos que reposan en los cimientos de la culpabilización, el castigo y la improductividad. ¿En qué momento de nuestras vidas comenzamos a sentir culpa por todo aquello que no implique rendimiento y productividad? ¿Cuándo llorar, descansar, dormir, comer, “tener tiempo para” se volvió culpa encarnada? ¿Cuándo comenzamos a medicalizar las emociones? ¿Cuándo los medicamentos empezaron a llevarse nuestras lágrimas y llantos?

En todas estas preguntas pareciera que las angustias necesitan plegarse en un tiempo-otro, un tiempo lento, quizá uno rumiante y sigiloso, tiempos para transitar entre nuestras angustias y las angustias de otrxs cuerpos.

## 5. ¿Cómo es habitar/producir una psicología en los intersticios?

### 5.1 entre las puertas | de los afectos

*“Él frota sus manos con suavidad, como si allí  
en ese huequito que se forma  
entre las líneas de cada palma naciera un mundo nuevo.  
Uno que aloja las voces que van rumiando en lo bajito,  
que des-hilachan pensamientos,  
que dicen sobre la locura.  
Mundos que hacen de otros mundos  
una nave para viajar”*

-Sol Saldombide.

Esta escritura me encuentra recordando mis comienzos en la facultad. Ese primer contacto con la formación universitaria y *con una mudanza a la capital del país y con la vergüenza y con otros sonidos y aromas y otras calles, y otros cuerpos y otras amistades y otros amores, y distanciarse de los viejos y de los viejos amores y volver y enamorarse de la formación y querer dejar y volver a amarla y volver a querer seguir y seguir y esperanzarse y pensar y siempre allí entre los afectos*. En el año 2017 los deseos de acercarme a la psicología tenían que ver con hacerme de y aprehender herramientas para escuchar y ayudar a las personas, pues esas “cualidades” son principalmente las que me han sido adjudicadas cada vez que me dispuse con sensibilidad -sin saber cómo, sin aparentes herramientas, sin estudiar durante ocho años- a escuchar lo que otrxs necesitaban y deseaban decir en algún lado. No me refiero únicamente a una escucha que pone el oído y asiente con la mirada perdida, sino una que se produce en todo el cuerpo y habilita un acompañar -aunque no se sepa cómo- más que un ayudar. Quisiera hoy en esta escritura volver hacia esa sensación de comienzo, algo así como un recomienzo que se pliega aquí en estas palabras, como la oleada del perfume de un jazmín mientras se abre en su pimpollo. He de ser sincera y decirles que no encontraba modo alguno de empezar a escribir este apartado, hasta que mis memorias podría decirse, han devenido desierto y como dicen Deleuze y Parnet (1980) “el desierto crecía, pero crecía poblándose cada vez más” (p. 21).

Quizá para hablar de una psicología en los intersticios-huecos-espacios-huidas necesite volver, recomenzar y morar en ese punto de desas(irme) de lo conocido y volver hacia la sutil sensibilidad de un no saber, al pensar con otrxs, a los lugares donde pensamos con otrxs, que quizá no sean solo aulas, bancos, pizarrones, sino que también advienen y afloran en otros espacios y tienen que ver con un hacerse de nuevas y otras maneras de pensar. ¿De qué maneras vamos configurando nuestras prácticas? ¿Cuáles son los espacios dónde estamos pensando? ¿Qué nos permiten pensar esos espacios? ¿Con quienes estamos pensando? ¿Estamos privilegiando algunos espacios por sobre otros para producir conocimiento?

De-morada en las preguntas y albergando una inconformidad que me moviliza a continuar insistiendo en curiosear me pregunto ¿cuáles son los espacios en donde habitar-producir psicologías? Pienso en cómo desenmarañar una psicología dogmática que se mueve entre lo que “es normal” y lo que puede tildarse como patológico, es decir una que adquiere la fuerza para diagnosticar las emociones/afectos. Me siento acompañada por Piterbarg (2016) cuando nos invita a pensar en la dificultad que hoy tenemos de rasguñar las brújulas conceptuales más tradicionales, esas que ya no son suficientes para orientarnos en el andar y que necesitan de la emergencia de nuevas coordenadas para pensar los afectos/emociones, ya que estas se encuentran continuamente transformándose y transformándonos. Cabe preguntarnos de qué espacios nos hacemos desde la formación para reconfigurar esas brújulas y trazar nuevas coordenadas. ¿Cómo estamos habitando la psicología?

Pienso en la puerta de la facultad como un espacio que se vuelve más que solo la entrada y la salida, no como antesala a otros espacios donde disponernos al aprender, sino que es un espacio polifónico en donde se suceden una multiplicidad de acontecimientos. Podríamos pensarla como un intersticio enmarañado, donde escuchas, voces y pensamientos sobrevuelan produciendo nuevas insistencias cada vez. Pienso que en mis primeras llegadas a la facultad la puerta sólo era un pasaje, [como podríamos visualizar todas las puertas ¿no?] Como un pasaje hacia un lugar otro, a veces una entrada y a veces una salida. Con el paso de estos años, entre encuentros de militancia estudiantil y *de luchas presupuestales y ocupaciones y encuentros con amigxs en la puerta y en el patio, pintando pancartas y en marchas y haciendo un guiso en la cantina y viendo una película y comiendo mandarinas y en el callejón y....* he podido preguntarme una y otra vez por

los modos en los que habitamos la facultad, y en los que esta nos habita. Cada año somos más estudiantes poblando esta institución y cabe la pregunta donde brota la inquietud. ¿Cómo hacemos para que la formación sea posible para todxs? ¿Cómo es habitar la psicología en las calles, en la veredas, en las puertas? ¿Qué puede alojar la puerta además de las voces que dicen sobre lo que las psicologías deben hacer?

Pensando amistosamente con Barceló (2024) para este punto es necesario situar que no podemos desconocer aquellos afectos que también se mueven con la psicología, es decir sus “texturas colonialistas, patriarcales, relacionadas a la gestión y al control de la vida” (p. 28). De esta manera podemos pensar que nuestras prácticas se establecen en torno a cómo nos movemos y devenimos en/con el mundo, todo lo que nos va sucediendo en lo cotidiano, en el consumo constante de “tips para vivir mejor”. Continuamente se están creando y legitimando prácticas desde la psicología que tienen que ver con la gestión y el control de la existencia, mediante promesas de progresos y bienestar individual. Estas prácticas que se trazan en torno a lo que la psicología puede y con lo que la psicología debe trabajar -es decir, una tradición que normaliza, doméstica y homogeniza a la psicología- convive y se mueve con otras prácticas que transitan subterráneamente resistiendo a las fuerzas dominantes. Y estas, como dice Barceló (2024) se cruzan en algún punto con la psicología, en ese sentido “hay mundos de saberes y prácticas relacionadas con el acompañar, la experimentación y el sostén de la vida que no necesitan ni necesitarán nunca de nuestra intervención” (p. 28).

La puerta de la facultad entonces es aquí tomada como imagen de pensamiento (Deleuze, 1996) desde la cual nos hacemos preguntas con la intención de invitarnos a trazar nuevas conexiones y habitar/producir una psicología en/entre los intersticios. Este habitar se relaciona con la posibilidad de “residir junto a las cosas” (Heidegger, 1951, p. 4) y en ese sentido podríamos decir que esta idea tiene que ver con la posibilidad de trazar conexiones entre lo uno y lo otro, entre entradas y salidas, entre un posible afuera y un aparente adentro. Es decir no sería lo que queda y permanece en el medio sino que sería más bien lo que se desliza mezclandose entre las cosas, y ese residir junto a las cosas nos permite concebirnos en-tramadxs.

Y aunque solo haya dos términos, hay un Y entre los dos, que no es ni uno ni otro, ni uno que deviene el otro, sino que constituye precisamente la multiplicidad. Por

eso siempre es posible deshacer los dualismos desde dentro, trazando la línea de fuga que pasa entre los dos términos o los dos conjuntos (Deleuze y Parnet, 1980, p. 41).

Me pregunto, sigo preguntándome por la potencia ético-política de habitar y producir conocimiento en/entre/con los espacios donde la vida se desarrolla y transcurre. Es decir, *la calle y las puertas y las veredas y las plazas y los jardines y las plantas y los bosques y los campos y los barrios y el cine y el teatro y la música y la poesía y las conversaciones...*

*Nos encontrábamos casi siempre en la puerta de la Facultad; las conversaciones que hilvanamos me han dejado habitando cierta extrañeza, como una mezcla entre inconformidad y esperanza. Con las palabras y las miradas nos dijimos dolencias, angustias, historias familiares, deseos de habitar otros mundos. También imaginamos alienígenas y naves que al llegar a esta tierra nos transformen en locxs a todxs.*

[Fragmento de archivo personal]

En estas conversaciones que surgen como inesperadas mientras me quedo un ratito entre las puertas, he podido pensar y afirmar que escuchar y acompañar distan mucho de interpretar, deducir y creer que portamos de una verdad que otrxs no poseen o que aún no ha sido desmantelada. Algunas psicologías siguen instrucciones sobre cómo escuchar a alguien que está sufriendo, practican recetas y procedimientos para diagnosticar un dolor que no sabe cómo hacer para vivir. Escuchas insumisas sobrevuelan las ciudades y cobijan las angustias con gestos pequeños, conversaciones que se vuelven refugios donde doler, aunque sea por lo que dure un rato.

Retomo aquí las insistencias y preguntas de Barceló (2024) “¿Cómo nos armamos de una sensibilidad? ¿Cómo nos armamos de una sensibilidad para desplegar nuestras prácticas psicológicas y universitarias?” (p. 19). Estas preguntas se enmarcan en la posibilidad de concebir nuestras prácticas psicológicas y universitarias en relación con todas las cosas que aparentemente de antemano no tendrían nada que ver con la psicología pero que se encuentran allí, en nuestra vida, en lo cotidiano e incluso en lo que adviene en nuestras prácticas sociocomunitarias.

## 5.2 Entre las vacas / dar(se) el tiempo

No sé mucho de las vacas *-es lo que siempre digo en conversaciones-* siendo honesta no he estado mucho tiempo junto a ellas. Podría tal vez decir que mis acercamientos han sido sutiles y con demasiada cautela. En mi familia siempre se habló principalmente de dos cosas: vacas y campo, campo y vacas en cualquier lugar y contexto, desde la sobremesa hasta el encuentro inusitado en la calle con vecinxs. Recuerdo que cuando era niña hacía cuadernos para jugar en casa *-así los nombraba-*. En ellos había sumas, restas, multiplicaciones, cuentos, recetas que me compartía mi abuela, dibujos de vacas *-muchas vacas-* y fragmentos de revistas que hablaban sobre pastoreos y alimentación de los suelos y de lo que las vacas comen en cada época del año según el clima.

Ellas suelen moverse lentamente en manadas y si las condiciones lo permiten lo hacen a un ritmo tranquilo y con suavidad. En variadas ocasiones las percibí desplazarse con una perspicaz atención. Algunas veces intenté acercarme a ellas *-muy pocas-* y ellas en pequeños saltos y trotes se alejaban *-pero no mucho-*. Luego, simplemente dejé de intentarlo y mudarme a la capital del país reconfiguro mis estares en el pueblo donde crecí, las visitas se volvieron esporádicas y mis idas al establecimiento muy escasas. Por eso siempre digo que nunca supe bien cómo estar con-entre las vacas, más bien lo que sé de ellas es a través de las voces y acercamientos de otrxs.



[Una visita, Imagen de archivo personal]

Hace un tiempo me encontré -o me encontró- la escritura de Lucrecia Masson, su experiencia y su vida en el campo, sus historias y recuerdos, sus investigaciones curiosas y creativas para producir otras imágenes con las que pensar y conocer-con las vacas. En el encuentro con su fanzine “epistemología rumiante” (2015) volví a contactar con mi historia familiar, con la presencia de las vacas en mi vida y con los modos en los cuales me dispongo a estar en el campo. Entonces me pregunté ¿qué es estar cerca o no estarlo? ¿Qué sé yo de las vacas? ¿Cómo he estado estos años con ellas? No puedo empezar a escribir sin antes situar(me) en estas memorias porque precisamente por ellas y desde ellas escribo y he escrito todo este trabajo.

Las vacas, al ser ruminantes digieren los alimentos en dos etapas. Primero consumen los alimentos y posteriormente realizan la rumia, la cual consiste en regurgitar el alimento semidigerido y volver a masticarlo para integrar sus nutrientes. Su sistema digestivo se compone por cuatro estómagos, lo cual implica que para adquirir estos nutrientes realizan un proceso lento. Decimos que la vaca es un rumiante porque “no es segura, ni rápida, ni eficaz” (Masson, 2022 p. 26).

Siguiendo a Masson (2022) detallamos brevemente el proceso:

La vaca arranca el pasto con su lengua y este transita desde la boca pasando por el esofago hasta llegar al primer estómago (rumen) donde lo ingerido se estaciona unos minutos para posteriormente ser regurgitado hacia la boca, siendo remasticado para transformarlo en partículas más pequeñas y luego tragarlo nuevamente. Así, este pasa al segundo estómago (retículo o redcilla), el cual está formado por pequeños pliegues que van filtrando los líquidos de lo ingerido, mediante movimientos pequeños y contracciones. Luego se encuentra el tercer estómago (omaso o librillo) el cual consiste en pliegues más alargados que se encargan de que el bolo alimenticio llegue más concentrado al último estómago, denominado como abomaso o cuajar. En este último se produce una mucosa glandular y su función es la segregación de ácidos y absorción de bacterias para que el alimento sea finalmente digerido.

En este sentido, la rumiación aparece como imagen que nos invita a pensar en el tiempo, en los tiempos en los que pareciera que nos vemos invocados a “procesar” lo que nos pasa. Pensar con la vaca y con sus modos de estar el mundo quizá nos convoca a volver al cuerpo, volver a pasar por el cuerpo las angustias y dolores - y no solo-. La rumiación aquí como proceso integrador de las texturas que deambulan, de lo que nuestros cuerpos solicitan en el sentido más ancestral quizá, para construir herramientas con las que sobrevivir. Rumiación como modo de existencia que permite y posibilita una demora, un masticar que pende de un andar en lentitud, que no es permanecer en quietud sino que implica quizá de-morar(se). Una rumiación que no transita linealidades y que inserta un masticar que rompe un principio y un final, nos convoca a de(volver), regurgitar, para volver a masticar, volver a volver, una y otra vez, y así.

¿Qué podemos aprender con otros seres no-humanos? ¿A qué existencias les prestamos atención? ¿Qué condiciones necesitamos para inquietar al mundo con nuevas interrogantes? Para rescatar las preguntas que nos hacíamos anteriormente sobre los momentos en los cuales comenzamos a no tener tiempo, a volvernos una máquina que produce continuamente, a sentirnos culpables, a vernos envueltos por autoexigencias; nos preguntamos ¿qué pasa cuando le damos atención a nuestras angustias, nuestros dolores? ¿qué pasa cuando nos quedamos por un rato allí?

Hay algo de ese tiempo y de ese estar en el mundo que es lo que me gustaría traer a esta escritura para seguir pensando en las angustias, en cómo pensar a las angustias desmenuzando un tiempo rígido, homogéneo, cronológico y lineal. ¿Podemos hacernos de una temporalidad lenta rumiante, cíclica y colectiva de vivir lo que nos angustia? Tomo estas imágenes porque como dice Barceló (2024) “ante lo inconcebible, pensar con imágenes y armarse de un hacer compositivo es una propuesta ante todo ético-política: ética y política” (p. 23).

Para que se dé la rumiación, el rumiante necesita de determinadas condiciones de posibilidad, ese “lugar cómodo y seguro, entre afines que lo sostengan” (Masson, 2015 p. 9). Me pregunto ¿qué hilos podemos tejer entre el rumiar y las angustias? ¿Qué condiciones de posibilidad necesitamos para vivir las angustias? ¿cómo estamos con lo que nos duele y que necesitamos para estar en-con lo que duele? ¿cómo nos dolemos y cómo nos acompañamos de otros dolores?

Creo que el pensar con el cuerpo-vaca y con los tiempos que adquiere la rumia es una invitación que transversaliza toda esta escritura, es trazar un pequeño hueco desde el cual mirar el mundo, otra vez. Nos urge volver a cuestionar el tiempo tal cual lo conocemos, ese que regula y controla nuestras vidas situándonos en un presente que es posible en tanto existió un pasado y habrá un futuro. Estamos aún ante un tiempo que es pensado en cuanto proceso que vislumbra un fin, y ese fin aparentemente determina el proceso. Como dice Teles (2020) “hemos perdido de vista la importancia del proceso mismo” (p. 97). Así también con las angustias y los dolores que son inherentes a la existencia toda. ¿Cómo nos disponemos a transitar estos afectos/emociones?

El mundo en su expresión capitalista y neoliberal nos exige una velocidad vertiginosa que arrasa con todo aquello que nos invita a detenernos y pensar. Por eso, con Lucrecia nos metemos, como dice ella, en los estómagos de la vaca, en la lentitud, en dar y darse el tiempo de estar en/con lo que nos duele. Y como dice Barceló (2024) el dolor es un problema del mundo que la psicología, en su arte, en su hacer compositivo, tiene la posibilidad de visibilizar; de hacer aparecer en lugares recónditos” (p. 29).



[Linograbado. Maria Noel Perandones, Agosto 2022].

Una de las preguntas que me acompañó en toda esta escritura fue **¿cómo escribir un trabajo final de grado rumiando las angustias?** Sin ánimos ni intenciones de responder, pero si acentuando la necesidad de situar el dolor que habita el mundo en estos momentos donde las violencias nos arrasan, nos urge una pista. Como dice Masson (2022) “El rumiante es también un herrero. Forja herramientas, éstas se forjan a fuego y machacando. Con esta técnica nuestro rumiante busca hacerse de una serie de artefactos/utensilios/ herramientas políticas y colectivas con las que sobrevivir.” (p. 29).

## 6. Balbupear finales

*“Un común naufragio necesita imaginaciones insumisas ante las crueldades derivadas de todos los pánicos.  
Necesita debilidades amorosas que agiten dulzuras animosas”*

-Marcelo Percia, *Sesiones en el naufragio*.

Para este momento se preguntarán tal vez *-o quizá no-* por la intención de toda esta escritura. Me temo que si aquí pretendían alguna conclusión exhaustiva de todo lo que hemos podido pensar en relación con las angustias, tomaré el riesgo de desilusionarles si así fuera y decir que mi propósito no fue tenderles recetas ni tips de cómo vivir. Cada quien, si así lo desea, establecerá las conexiones y relaciones necesarias para habitar sus angustias y preguntarse por las condiciones de posibilidades para experimentarlas.

El deseo de quien escribe ha sido *-y es-* poner las angustias entre preguntas para de algún modo estar en ellas y con ellas lo que dure un rato. Por lo pronto, podemos insistir en afirmar una cosa: la potencia de los encuentros que tejen pequeñas hendiduras por las cuales respirar cuando la fuerza vital parece desvanecerse. Hacernos de redes de sostén y refugios donde guarecer las angustias, donde habitar las angustias del mundo de manera colectiva pues como enunciamos por alguna de estas páginas, el dolor nunca es privado.

La psicología, en sus quehaceres polifónicos, artesanales y compositivos puede acompañar las sensibilidades angustiadas desbordando los diagnósticos que encarcelan y cautivan nuestros cuerpos. Es decir, urge insistir en trazar fugas de aquellas prácticas que hermetizan *-aún más-* la vida, llevándola al extremo de sus fuerzas y derribando los deseos de hacer, incluso con lo que nos duele. No se trata de evitar ni sucumbir, sino de la posibilidad para entrar en relación también con aquello que nos angustia y nos duele.

Cuando pienso en el para qué escribí este ensayo, me encuentro en la tranquilidad de saberme compartiendo con ustedes la insistencia de construimos espacios en donde doler y angustiarnos. Parece que en estos momentos se trata de una cuestión vital encontrarse con otrxs y hacerse compositivamente de nuevas narrativas que nos sostengan, con el arte, la experimentación, las cosas que residen junto a nosotrxs, la danza, la poesía... Por ello, entiendo que la psicología tiene mucho por hacer en relación a los modos en los que se han establecido los tratamientos de las angustias en la actualidad, creo que estas (entre

otros afectos que son considerados negativos para algunas teorías) muchas veces son manoseadas por hablas del capital, entiéndase medicalización, violencias, crueldades, estigmatizaciones, pobrezas, y una gran cuota de “no se sabe que hacer con todo esto” y ese todo esto, es el mundo.

Como dice Tama, amiga y tejedora de los mimos que tantas veces acariciaron mis angustias, les extiendo una invitación:

*“A crear las conexiones singulares que arriban a su encuentro y que estas materias de expresión de los afectos que los entraman a la vida puedan producir al menos una pregunta, aunque la misma sea en dirección a refutar lo que aquí está dicho, lo que aquí falta, lo que aquí sobra... Todo movimiento es bienvenido”* (González, 2023 p. 31).

Con ánimos de desped(irme) de esta escritura, con la agradable sensación de que la misma no termina aquí y que continuará produciendo y *danzando y cantando y riendo y llorando y balbuceando y rumiando y naufragando y también hilvanando...* entre los encuentros que la han sostenido y que la sostienen. Con las barcas de papel, con el campo y las vacas, con mi infancia y la de mis amigas, con el cantar de los pájaros, con los caprichos, la danza, el canto de mis amigas en el living de casa, los mimos de mi madre, el repiqueteo de los tambores algún domingo, las conversaciones que dicen de las angustias y *de las alegrías y de los modos en los cuales estamos viviendo*. Todo eso que me ha movilizado y que ha sido fundamental para que esta escritura exista y se extienda como regalo a todxs ustedes.

*“Explicar con palabras de este mundo que partió de mí un barco llevándome”*

-Alejandra Pizarnik, *Árbol de Diana*.

## Referencias bibliográficas

Amparo, K. (2024, enero 12). *Las Fuentes Rojas, bordadoras de la memoria: una víctima, un pañuelo*. Corriente Alterna. <https://corrientealterna.unam.mx/radio/las-fuentes-rojas-bordadoras-de-la-memoria-una-victima-un-panuelo/>

Ahmed, S., & Mansuy, C. O. (2014). *La política cultural de las emociones*. Universidad Nacional Autónoma de México.

Barceló, C. (2024). *Cuidar un jardín, crear un pueblo. Aportes de la psicología para cultivar una atención hacia la vida* (Trabajo final de grado de Licenciatura en Psicología, Universidad de la República). Repositorio Institucional de la Universidad de la República. [https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/trabajos\\_finales/archivos/trabajo\\_final\\_de\\_grado\\_1\\_2\\_0.pdf](https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/trabajos_finales/archivos/trabajo_final_de_grado_1_2_0.pdf)

Berardi, F. (2013). *Félix: narración del encuentro con el pensamiento de Guattari, cartografía visionaria del tiempo que viene*. Cactus.

De Montaigne, M. (1997). *Ensayos escogidos* (Vol. 9). Unam.

Deleuze, G. y Guattari, F. (1993). *¿Qué es la filosofía?*. Anagrama.

Deleuze, G. (2017) *En medio de Spinoza*. Buenos Aires: Cactus

De los Santos, C. (2013) *Composición entre Paisajes y Cuerpos*. En *Salud Mental en debate. Pasado, presente y futuro de las políticas en salud mental*. Nelson de León: compilador. Montevideo: Publicación CSIC. Psicolibros Waslala.

Deleuze, G., & Artal, C. (1986). *Nietzsche y la filosofía*. Barcelona: Anagrama.

Deleuze, G., & Parnet, C. (1980). *Diálogos*. Valencia: Pretextos

Deleuze, G. (1996) *Conversaciones 1972-1990*. Valencia: Pre-textos

Etimologías de Chile. (s.f). *Angustia*. En Diccionario Etimológico. Recuperado de <https://etimologias.dechile.net/?angustia>

Gago, V. (2008, febrero 26). *¿Quién es y cómo piensa Bifo?*. [Entrevista a Franco Berardi] Lavaca. <https://lavaca.org/notas/quien-es-y-como-piensa-bifo/>

García, A. F. (2013). *Temblor sin temor: miedo y angustia en la filosofía de Martin Heidegger*. Factótum, 10, 55-67.

Giraldo, O. F., & Toro, I. (2020). *Afectividad ambiental: sensibilidad, empatía, estéticas del habitar*. Ecosur-Universidad Veracruzana.

González, T. (2023). *Ensayo de una memoria polifónica* (Trabajo final de grado de Licenciatura en Psicología, Universidad de la República). Repositorio Institucional de la Universidad de la República. [sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/trabajos\\_finales/archivos/tfg-ensayo\\_de\\_una\\_memoria\\_polifonica-tamara\\_gonzalez\\_fourcade\\_compressed.pdf](sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/trabajos_finales/archivos/tfg-ensayo_de_una_memoria_polifonica-tamara_gonzalez_fourcade_compressed.pdf)

Guattari, F. (1973). *Para acabar con la masacre del cuerpo*. Revista Fractal, 69, 59-68.

Heidegger, M. (1951). *Construir, habitar, pensar. Teoría*, (5-6), ág-150.

Lispector, C. (2010). *Descubrimientos*. Buenos Aires: Adriana Hidalgo. Delicadeza

Masson, L. (2015). *Epistemología rumiante*. Feminismo Estrías Autogestión.

Masson, L. (2024). *De comadres y pastoreos. Carta intensa a les que nunca escribirán solas*. Microutopías. <https://tr.ee/h2odBnAfjM>

Masson, L. (2022). *Escrituras ruminantes: cuerpo, exceso, animalidad*. Pajarera Libertaria.

Percia, M. (2023). *Sesiones en el naufragio: una clínica de las debilidades*. Adrogué: Ediciones La Cebra.

Percia, M. (2011). *Inconformidad: arte política psicoanálisis*. Buenos Aires. Ediciones La Cebra.

Percia, M. (2024). *No entregarse a la crueldad*. Revista Adynata.

Pelbart, P. (2016). *Filosofía de la deserción. Nihilismo, locura y comunidad*. Buenos Aires. Tinta Limón.

Piterbarg, A. (2016). *Repensar lo corporal*. Argentina. Ricardo Vergara, Ediciones.

Pizarnik, A. (2016). *Poesía completa*. Lumen.

Real Academia Española. (s.f). *Angustia*. Diccionario de la lengua española. Recuperado de <https://dle.rae.es/angustia>

Rolnik, S. (2019). *Esferas de la insurrección. Apuntes para descolonizar el inconsciente*. Buenos Aires: Tinta limón.

Teles, A. (2020). *Política afectiva. Apuntes para pensar la vida comunitaria*. Fundación La Hendija.

Vilariño, I. (2016). *Poesía completa*. Lumen.