Clínica e Investigación Relacional
Revista electrónica de Psicoterapia
ISSN 1988-2939
Vol. 20 (2) – Octubre 2026 - http://dx.doi.org/10.21110/19882939.2026.200212

El logro poético.
Cuando hacer "todo bien" no alcanza.

Tahirí Rojas[1]

RESUMEN

Este artículo aborda la noción de *logro poético* como una forma de experiencia subjetiva que organiza la vida desde el sentido personal, más allá de los logros estandarizados definidos por el entorno sociocultural. A partir de un enfoque clínico relacional, se explora cómo ciertos logros, aunque aparentemente menores o invisibles, pueden sostener la continuidad del self y proporcionar un sentido de autoría y vitalidad, aún en medio de la incertidumbre y la imperfección de la vida. El concepto de logro poético se distingue de los logros sociales y profesionales convencionales al ser un marcador subjetivo, mutable y temporal, que puede ser clave para la resolución del sufrimiento existencial. A través de la teoría relacional y los aportes de neurociencias y bienestar, se analiza la importancia de reconocer y legitimar estas experiencias en el trabajo terapéutico, no como metas a alcanzar, sino como elementos que permiten habitar una vida que, aunque incompleta, se siente propia.

Palabras clave: Logro poético, Psicoanálisis relacional, Sentido vital, Autoría del self, Clínica contemporánea

ABSTRACT

This article introduces the notion of *poetic achievement* as a form of subjective experience through which life is organized around personal meaning, beyond standardized achievements defined by sociocultural norms. From a relational clinical perspective, the paper explores how certain experiences—often minor, discreet, or socially invisible—can sustain the continuity of the self and provide a sense of authorship and vitality, even in the midst of uncertainty and imperfection. Poetic achievements are distinguished from conventional social or professional accomplishments insofar as they function as mutable, temporal, and deeply personal markers of meaning rather than as externally validated goals. Drawing on relational psychoanalysis, recognition theory, and selected contributions from neuroscience and well-being studies, the article argues for the clinical importance of identifying and legitimizing these experiences in psychotherapy—not as objectives to be attained, but as conditions that allow individuals to inhabit a life that, while incomplete, is nonetheless experienced as their own.

[1] Psicóloga Clínica. Psicoterapeuta. Doctora en Ciencias Humanas.Cursante de postdoctorado de psicoanálisis contemporáneo en La Universidad Intercontinental (México) Presta servicios para The KonTerra Group. tahirirojas@gmail.com +598 92280397

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Key Words: Poetic achievement, Relational psychoanalysis, Meaning in life, Self-authorship, Contemporary clinical practice
English Title:

Cita bibliográfica / Reference citation:
Rojas, T. (2026). El logro poético. Cuando hacer "todo bien" no alcanza. *Clínica e Investigación Relacional*, 20 (2): 190-208. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2026.200212

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Introducción: Cuando hacer "todo bien" no alcanza

En la práctica clínica contemporánea aparece con frecuencia una forma de malestar que no siempre encuentra un nombre claro. No se presenta como síntoma agudo ni como crisis manifiesta, sino como una sensación persistente de desajuste vital. Personas que han estudiado, trabajado, construido vínculos, sostenido responsabilidades y cumplido —en términos generales— con aquello que se esperaba de ellas, expresan sin embargo una incomodidad difícil de precisar. "Hice todo bien, pero esta no es la vida que quiero", o "No me falta nada, pero no me siento realizada", son frases que emergen con sorprendente regularidad.

Estas afirmaciones suelen generar desconcierto. Desde una mirada externa, la vida parece ordenada y funcional; desde la experiencia interna, algo no termina de alojarse. El sufrimiento no proviene de un error evidente ni de una carencia concreta, sino de una distancia sutil entre la vida que se lleva y la vida que se siente como propia. Más que una falla manifiesta, se trata de una forma de extrañamiento silencioso que deja al sujeto viviendo una vida que, aun siendo correcta, no termina de sentirse habitada.

En muchos de estos casos, el malestar no se explica por la ausencia de logros, sino por el modo en que estos organizan la existencia. A lo largo de nuestras trayectorias, aprendemos a orientar la vida en torno a metas que funcionan como indicadores socialmente reconocibles de valor: títulos, estabilidad laboral, vínculos, pertenencia, reconocimiento. Para algunas personas, alcanzar estos hitos produce satisfacción y sentido. Para otras, incluso cuando han sido alcanzados, no logran generar una vivencia de coherencia subjetiva ni de autoría vital.

Desde una perspectiva relacional, esta experiencia plantea una pregunta clínica fundamental: ¿qué es lo que, más allá del cumplimiento de expectativas externas, permite a una persona sentir que su vida le pertenece?, ¿qué hace que una existencia —aun atravesada por la incertidumbre y la imperfección— pueda ser vivida como valiosa y propia?

En el trabajo psicoterapéutico no es infrecuente acompañar procesos en los que el objetivo explícito no es "lograr más", sino habitar de otro modo lo ya vivido. A veces, el movimiento más transformador no consiste en añadir nuevos éxitos, sino en reconocer experiencias que introducen una sensación íntima de vitalidad, coherencia y descanso del self: experiencias que no organizan la vida desde el deber, sino desde una forma singular de asentimiento interno.

Con el fin de nombrar este tipo particular de realización subjetiva, en este artículo propongo la noción de logro poético. No se trata de una categoría normativa ni de un

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

ideal a alcanzar, sino de una herramienta clínica y conceptual para pensar aquellas escenas, actos o formas de estar en el mundo que, sin prometer una vida perfecta, la vuelven habitable y significativa para quien la vive. El término *poético* no alude aquí a lo estético ni a lo extraordinario, sino a su sentido etimológico: *poiesis*, creación. Un logro poético es, en este sentido, una forma singular de creación de sentido; una manera de hacer existir la propia vida como algo que se siente propio.

A lo largo de este trabajo me propongo explorar este concepto desde el psicoanálisis relacional, en diálogo con la teoría del reconocimiento y con algunos aportes contemporáneos sobre bienestar y sentido. El objetivo no es clausurar una definición, sino abrir un campo de pensamiento clínico que permita escuchar —y legitimar— aquello que, para cada sujeto, sostiene la experiencia de una vida que, aun incompleta, puede ser habitada como propia.

Los logros estandarizados y la organización social del deseo

Vidas exitosas, vidas ajenas

A lo largo de la vida, los sujetos organizamos proyectos, decisiones y esfuerzos en torno a metas que funcionan como indicadores socialmente reconocibles de valor. Obtener determinados títulos académicos, acceder a un trabajo estable o prestigioso, construir una familia, adquirir bienes materiales, sostener una pertenencia comunitaria o religiosa, o alcanzar ciertos estándares de productividad y autonomía, son algunos de los hitos que, en distintas culturas y contextos históricos, operan como señales de una vida "bien lograda". Estos logros, que aquí denominaremos *logros estandarizados*, no surgen de manera aislada: se configuran en la intersección entre mandatos socioculturales, expectativas familiares, condiciones materiales y rasgos individuales.

Es importante subrayar que los logros estandarizados no son, en sí mismos, problemáticos. Para muchas personas, alcanzarlos produce una sensación legítima de satisfacción, continuidad y reconocimiento. Constituyen fuentes reales de seguridad, identidad y pertenencia, y pueden organizar la vida de un modo suficientemente bueno. Sin embargo, desde la clínica, resulta igualmente evidente que estos mismos logros no garantizan por sí solos una experiencia de sentido subjetivo. En algunos casos, incluso cuando han sido alcanzados con éxito, dejan tras de sí una sensación de vacío, ajenidad o desconexión interna.

Diversos autores han señalado que una vida aparentemente bien adaptada puede ocultar una distancia significativa entre el deseo vivido y el deseo esperado. Bollas (1987) describe cómo el self puede quedar organizado en torno a identificaciones y elecciones que responden más a exigencias externas que al "idioma propio" del sujeto, dando lugar

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

a trayectorias vitales que, aunque funcionales, resultan internamente empobrecidas. En una línea afín, Phillips (1993) advierte sobre los riesgos de confundir adaptación con vitalidad, señalando que una vida correctamente organizada no siempre es una vida verdaderamente habitada.

Conviene, sin embargo, evitar una oposición rígida entre logros estandarizados y experiencias subjetivamente significativas. Un mismo logro socialmente valorado puede, en determinados momentos de la vida, adquirir también un carácter profundamente poético. Un título académico, una práctica profesional, una relación de pareja o incluso una forma de pertenencia institucional pueden vivirse como expresiones auténticas del deseo y de la identidad personal. En estos casos, el logro estandarizado no solo organiza la vida desde afuera, sino que resuena internamente, produciendo una sensación de coherencia y autoría.

Del mismo modo, no todo logro poético se opone a lo socialmente reconocido, ni todo logro estandarizado resulta necesariamente vacío. Existen experiencias socialmente valoradas que, aun sin adquirir un carácter poético, resultan profundamente satisfactorias para quien las alcanza. La clínica muestra que el sufrimiento no surge de la presencia o ausencia de determinados logros, sino del desacople entre aquello que se vive como significativo y aquello que organiza la vida cotidiana.

Asimismo, tanto los logros estandarizados como los poéticos están sujetos al tiempo. Lo que en un momento vital organiza, sostiene y da sentido, puede perder esa función más adelante. Un logro que fue poético puede dejar de serlo; uno que fue central puede caducar; y aquello que alguna vez fue vivido como ajeno puede, en otro momento, cobrar un valor inesperado. Desde esta perspectiva, el malestar no se vincula a la necesidad de "elegir bien" de una vez y para siempre, sino a la dificultad de revisar y resignificar aquello que organiza la propia vida a lo largo del tiempo.

En determinados momentos, los logros estandarizados pueden funcionar como modos de asegurar reconocimiento, pertenencia o estabilidad dentro de ciertos contextos vinculares. En la medida en que estas soluciones resultan eficaces, tienden a consolidarse y a adquirir el estatuto de "lo correcto", aun cuando con el paso del tiempo ya no expresen aquello que el sujeto necesita para sentirse vivo. No es infrecuente que, en estos casos, el sufrimiento emerja no como conflicto manifiesto, sino como una sensación difusa de estar viviendo una vida formalmente adecuada, pero internamente deshabitada.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Esta tensión ha sido abordada también desde críticas más amplias a las formas contemporáneas de valorar el éxito y la realización. Fromm (1976) planteó tempranamente la diferencia entre una orientación centrada en el tener —acumulación de logros, bienes o estatus— y una orientación centrada en el ser, vinculada a la experiencia vivida, la creatividad y el sentido. Aunque su formulación no pertenece estrictamente al campo relacional, resulta útil para pensar cómo ciertos modelos culturales de éxito pueden entrar en conflicto con necesidades subjetivas más profundas.

En la clínica relacional, este desajuste suele manifestarse cuando el paciente comienza a cuestionar no tanto sus logros, sino el lugar que estos ocupan en su economía psíquica y vincular. La pregunta ya no es "¿qué me falta conseguir?", sino "¿qué de todo esto me representa?". En ese punto, los logros estandarizados dejan de funcionar como organizadores suficientes del deseo y del sentido, y se abre un espacio de interrogación que no apunta necesariamente a abandonar responsabilidades o compromisos, sino a revisar qué experiencias permiten al sujeto sentirse autor de su propia vida.

Es en este intersticio —entre una vida socialmente exitosa y una vivencia interna de ajenidad— donde comienza a visibilizarse la necesidad de otro tipo de realización. Una realización menos dependiente del reconocimiento externo y más vinculada a experiencias singulares que, aun sin prestigio ni acumulación, producen una sensación de coherencia, vitalidad y pertenencia subjetiva. A estas formas de realización, que no sustituyen a los logros estandarizados pero tampoco se reducen a ellos, es a lo que proponemos denominar *logros poéticos*.

Clínica relacional: cuando el sufrimiento no proviene del "error"

He hecho todo bien, pero no me siento en casa

En la práctica clínica relacional, uno de los desafíos más frecuentes consiste en acompañar formas de sufrimiento que no se originan en un conflicto puntual ni en una falla evidente del desarrollo, sino en una sensación persistente de desajuste entre la vida que se lleva y la vida que se siente como propia. A diferencia de los cuadros clínicos tradicionales centrados en el síntoma, aquí el malestar no aparece como algo que "no funciona", sino como algo que funciona sin resonar, sin responder del todo a la experiencia subjetiva.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Muchos pacientes llegan a consulta sin una demanda claramente formulada. No siempre pueden nombrar qué les duele, y a menudo se sienten culpables o confundidos por su propio malestar. Desde afuera, sus vidas parecen suficientemente organizadas; desde adentro, algo no termina de alojarse. En este contexto, la clínica relacional invita a desplazar la pregunta desde el eje del error o la patología hacia el de la experiencia vivida y su sentido.

Stolorow (2011) ha señalado que el sufrimiento humano no puede comprenderse al margen de los contextos intersubjetivos en los que emerge. Desde esta perspectiva, el dolor psíquico no es solo consecuencia de conflictos intrapsíquicos, sino también expresión de una desorganización del sentido cuando las experiencias del sujeto no encuentran un marco relacional capaz de reconocerlas y alojarlas. En muchos de los casos que aquí nos ocupan, el malestar surge precisamente allí donde la vida ha sido organizada en función de criterios que, aun siendo eficaces y socialmente valorados, ya no encuentran eco en la experiencia emocional y corporal del sujeto.

Donna Orange (2011) propone pensar la clínica como un espacio ético de hospitalidad frente al sufrimiento, especialmente cuando este no se presenta bajo formas fácilmente clasificables. Desde su enfoque, el trabajo analítico no consiste en corregir trayectorias ni en orientar hacia ideales normativos, sino en reconocer la vulnerabilidad inherente a la experiencia humana y la necesidad de sentido que la atraviesa. Esta perspectiva resulta particularmente pertinente cuando el paciente no viene a "arreglar" algo que está mal, sino a comprender por qué una vida aparentemente correcta puede sentirse, sin embargo, deshabitada.

En este tipo de procesos, la pregunta clínica se desplaza progresivamente desde qué debería cambiar hacia qué de esta vida me representa. No se trata necesariamente de abandonar logros, vínculos o compromisos, sino de interrogar el lugar que ocupan en la organización subjetiva actual. A veces, un logro estandarizado que durante años fue vivido como profundamente significativo pierde su carácter poético y comienza a sentirse como una obligación vacía. Otras veces, una experiencia mínima —hasta entonces desestimada por su aparente insignificancia— emerge como un punto de anclaje vital.

Jessica Benjamin (1995, 2018) ha enfatizado la importancia del reconocimiento mutuo en la constitución del self. Desde su perspectiva, el sujeto se siente vivo y real en la medida en que puede experimentarse como autor de su experiencia dentro de un campo

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

relacional que lo reconoce como tal. En este sentido, el trabajo clínico con personas que "han hecho todo bien" pero no se sienten realizadas implica, muchas veces, acompañar la recuperación de una posición de autoría allí donde la vida ha quedado organizada exclusivamente desde la adaptación o el cumplimiento.

La clínica relacional ofrece entonces un espacio donde pueden ser nombradas y validadas experiencias que, fuera de la consulta, suelen ser minimizadas o desautorizadas. El terapeuta no introduce nuevos ideales de vida, sino que ayuda a visibilizar aquello que ya está presente, aunque todavía no haya sido reconocido como significativo. En este proceso, los llamados *logros poéticos* comienzan a emerger no como metas a alcanzar, sino como experiencias que necesitan ser escuchadas, legitimadas y sostenidas para poder cumplir su función organizadora.

En este punto, puede resultar útil una metáfora. Un pájaro canta en algún lugar del paisaje. Su canto no cambia: no se vuelve más bello, más claro ni más significativo por el hecho de ser escuchado. Sin embargo, cuando alguien lo oye —cuando ese sonido logra atravesar y ser recibido— algo en la experiencia vital puede transformarse. El mundo, por un instante, cobra sentido.

Desde esta perspectiva, el trabajo clínico no consiste en enseñar al paciente a encontrar el significado del canto, ni en indicarle qué debería conmoverlo. Tampoco en producir un canto nuevo. La tarea es, más bien, acompañar el proceso por el cual el sujeto puede descubrir qué necesitan sus propios oídos —emocionales, corporales, relacionales— para poder escuchar; qué condiciones hacen posible que algo ya presente sea vivido como significativo y no como ruido de fondo.

De modo análogo, los *logros poéticos* no se crean desde la nada en el espacio terapéutico. Con frecuencia ya existen de manera embrionaria, silenciosa o desautorizada. La clínica relacional ofrece un campo donde esas experiencias pueden ser reconocidas y sostenidas, permitiendo que cumplan su función organizadora en la vida del sujeto.
Desde esta perspectiva, el sufrimiento no proviene de haber elegido "mal", sino de haber quedado atrapado en una forma de organización vital que ya no dialoga con el momento actual del self. El trabajo analítico consiste entonces en abrir un espacio donde sea posible revisar, sin culpa ni apresuramiento, qué logros siguen vivos, cuáles han caducado y cuáles —quizás por primera vez— pueden comenzar a ser reconocidos como verdaderamente propios.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Breve viñeta clínica

(Una pregunta sin respuesta)

Recuerdo a una paciente que atendí hace ya muchos años. Tenía veintisiete años y una vida que, desde fuera, parecía ordenada y prometedora. Había trabajado desde muy joven, con constancia y disciplina. Tenía una buena posición económica para su edad, autonomía material y una trayectoria laboral ascendente. Había cumplido, con notable eficacia, aquello que siempre le habían dicho que debía hacer: trabajar, sostenerse, no depender de nadie.

Sin embargo, en el espacio de la consulta aparecía una pregunta que se repetía con una mezcla de desconcierto y cansancio: "Yo pensé que trabajar me iba a hacer feliz". No se trataba de insatisfacción laboral en un sentido clásico ni de un conflicto puntual con su empleo. El trabajo no era vivido como hostil ni frustrante; simplemente no producía aquello que ella —quizá sin haberlo formulado nunca del todo— había esperado de él.
Con el tiempo, la pregunta se volvió más precisa y más difícil de sostener: "Si esto no me hace feliz, ¿para qué trabajo?". No era una pregunta retórica ni rebelde. Tampoco una invitación a renunciar a sus responsabilidades. Era, más bien, la expresión de un vacío inesperado: el descubrimiento de que un logro socialmente valorado, alcanzado con esfuerzo y éxito, no bastaba para organizar su vida desde el sentido.

En el trabajo clínico no se trató de desautorizar el valor de su trayectoria ni de empujarla a buscar una felicidad idealizada en otro lugar. El proceso fue, más bien, un lento desplazamiento de la pregunta: del "qué debería darme esto" al "qué necesito yo para sentir que mi vida tiene sentido".

Solo cuando esa pregunta comenzó a formularse pudieron empezar a aparecer —todavía de manera incipiente— experiencias no ligadas exclusivamente al rendimiento ni al deber, pero capaces de introducir una sensación distinta: momentos en los que la vida, sin volverse perfecta, comenzaba a sentirse un poco más propia.

El logro poético: una forma singular de autoría vital

Crear sentido sin prometer perfección

A partir de lo desarrollado hasta aquí, se hace posible introducir con mayor precisión el concepto de logro poético. Este término no designa un tipo particular de meta ni una categoría específica de experiencia, sino una modalidad de realización subjetiva. Un logro poético no se define por su contenido —qué se logra— sino por la forma en que algo es vivido y el lugar que ocupa en la organización del self.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Llamaremos logro poético a aquella experiencia, acto o escena vital que, independientemente de su valor social o visibilidad externa, produce una sensación de autoría, coherencia y vitalidad, permitiendo al sujeto sentirse habitando su propia vida. El adjetivo *poético* no remite aquí a lo estético ni a lo extraordinario. Se utiliza en su acepción más elemental: *poiesis*, creación. Un logro poético es, en este sentido, una pequeña creación de mundo. No necesariamente algo nuevo, sino algo que, al ser vivido como propio, reorganiza la experiencia y la vuelve significativa. Su valor no reside en la acumulación ni en la comparación, sino en la resonancia subjetiva que produce.

Desde esta perspectiva, casi cualquier experiencia puede adquirir un carácter poético: una práctica profesional, un vínculo, una rutina cotidiana, una escena mínima o un gesto repetido. Del mismo modo, un logro socialmente estandarizado puede convertirse en un logro poético cuando logra articularse con los valores, el ritmo y las necesidades del sujeto en un momento determinado de su vida. Cuando esto ocurre, la integración entre reconocimiento externo y sentido interno suele vivirse como profundamente satisfactoria. Por el contrario, cuando ambos registros se disocian —cuando lo que organiza la vida desde afuera ya no dialoga con aquello que la sostiene desde adentro— el malestar tiende a intensificarse.

Es igualmente importante subrayar que los logros poéticos no son estáticos ni definitivos. Aquello que en un momento vital funciona como organizador central de sentido puede perder esa función con el tiempo. Un logro puede agotarse, transformarse o dejar de resonar, sin que ello implique fracaso o error. Desde esta óptica, el sufrimiento no proviene de la transitoriedad del sentido, sino de la dificultad para reconocer y elaborar estos desplazamientos sin quedar atrapados en ideales pasados o mandatos ajenos.

El psicoanálisis relacional ofrece un marco particularmente fértil para pensar este tipo de experiencias. Winnicott (1971) sostuvo que la salud psíquica no se mide por la ausencia de conflicto, sino por la posibilidad de vivir creativamente. Vivir creativamente no equivale a producir algo excepcional, sino a sentir que la vida tiene un tono personal, que es real y no meramente adaptado. En este sentido, los logros poéticos pueden pensarse como expresiones concretas de esa creatividad cotidiana: momentos en los que el self no está exclusivamente organizado en función de la demanda externa, sino que se experimenta como activo, presente y vivo.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Desde esta formulación, el logro poético no se opone al compromiso, al esfuerzo ni a la responsabilidad. Por el contrario, suele ser aquello que vuelve estos compromisos sostenibles. Cuando una persona logra reconocer aquello que le da sentido —aunque sea frágil, parcial o cambiante— se amplía su capacidad para sostener una vida compleja, imperfecta y, aun así, sentida como propia.

En la clínica, trabajar con la noción de logro poético implica desplazar el foco desde la pregunta por lo que falta hacia la exploración de aquello que ya sostiene al sujeto. No se trata de prescribir experiencias ni de orientar al paciente hacia determinados ideales de realización, sino de acompañar el reconocimiento de aquellas formas singulares en las que el sentido ya está siendo producido, aunque todavía no haya sido plenamente legitimado. De este modo, el logro poético no aparece como una meta a alcanzar, sino como una experiencia que necesita ser escuchada, cuidada y sostenida dentro de la trama relacional en la que el self se constituye.

Una escena mínima personal

En ocasiones, aquello que permite sostener una vida no adopta la forma de un gran acontecimiento ni de un cambio estructural visible. Se presenta, más bien, como una escena mínima, fácilmente desestimable desde criterios externos de valor. Sin embargo, es precisamente en esa escala donde algunos sujetos encuentran una experiencia de coherencia y continuidad que vuelve la vida habitable.

Pienso, por ejemplo, en una escena cotidiana: una mañana cualquiera, aún en pijama, ponerse unas sandalias y salir con los perros hasta la orilla del mar para que hagan sus necesidades. No hay allí logro en el sentido habitual del término, ni productividad, ni reconocimiento social. No hay resolución de conflictos ni garantía de futuro. Y, sin embargo, en esa escena se condensan valores fundamentales: un ritmo propio, el contacto con el cuerpo y con el entorno, la presencia del vínculo, una forma de pertenencia silenciosa al mundo.

Nada en esa experiencia "arregla" la vida. No elimina la incertidumbre, no cancela las responsabilidades, no ofrece certezas duraderas. Pero introduce algo decisivo: una sensación de estar en casa dentro de la propia existencia. Por un momento, la vida no se vive como una sucesión de demandas a cumplir, sino como algo que puede ser habitado desde dentro.

Desde la lógica que aquí se propone, esta escena puede ser pensada como un logro poético. No porque sea excepcional, sino precisamente porque no lo es. Su potencia

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

reside en que no responde a un ideal externo, sino a una forma singular de organización del sentido. Es una experiencia que no necesita ser comprendida ni validada por otros para cumplir su función. Basta con que sea vivida como propia.
En la clínica, este tipo de escenas suelen aparecer de manera lateral, casi vergonzante. Los pacientes las mencionan como algo "menor", "insignificante" o "ridículo" frente a las grandes exigencias de la vida adulta. Sin embargo, cuando son escuchadas y sostenidas en el espacio terapéutico, revelan su valor organizador. No se trata de romantizar lo cotidiano ni de reducir el sentido de la vida a momentos aislados, sino de reconocer que, sin estas experiencias de resonancia, incluso los logros más visibles pueden volverse áridos.

Así entendidos, los logros poéticos no sustituyen a los compromisos ni a los proyectos de largo plazo. Son, más bien, aquello que los hace posibles. Funcionan como puntos de anclaje desde los cuales el sujeto puede seguir comprometiéndose con una vida compleja, incompleta y cambiante, sin perder del todo la sensación de estar viviendo una vida que le pertenece.

Diálogo con la teoría relacional

Creatividad, reconocimiento y vida vivida

Proponer el concepto de logro poético no implica inaugurar una nueva aspiración ni sumar un ideal más a la lista de exigencias contemporáneas. Por el contrario, busca nombrar —con un lenguaje clínicamente útil— un fenómeno que la tradición relacional ha descrito desde distintos ángulos: la diferencia entre una vida organizada por la adaptación y una vida experimentada como vivida desde dentro. En este sentido, el logro poético puede pensarse como una forma concreta, situada y cambiante de esa experiencia de "vida real" que el psicoanálisis relacional ha situado en el centro de su comprensión del sufrimiento y del cambio psíquico.

Desde Winnicott (1971), la noción de salud psíquica se desplaza del cumplimiento de normas hacia la posibilidad de vivir creativamente. Vivir creativamente no equivale a una vida exitosa ni a una vida libre de conflicto, sino a una vida en la que el sujeto puede sentirse real, con un gesto propio, sin quedar reducido a una adaptación defensiva al entorno. Esta distinción —entre lo que se hace para sobrevivir psíquicamente y lo que se hace desde un sentir de autoría— ayuda a comprender por qué ciertos logros estandarizados, aun siendo valiosos, pueden volverse áridos cuando dejan de dialogar con el self que hoy los habita. En esta clave, los logros poéticos pueden pensarse como

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

expresiones cotidianas de creatividad: no necesariamente excepcionales, pero sí reveladoras de una vida sentida como propia.

El énfasis relacional en el reconocimiento ofrece otro soporte central para este concepto. Benjamin (1995, 2018) plantea que el sujeto se constituye y reconstituye en un campo intersubjetivo donde ser reconocido como sujeto —y no solo como objeto de demandas, expectativas o proyecciones— resulta decisivo para la vitalidad psíquica. El reconocimiento mutuo no es un estado ideal permanente, sino un proceso frágil que se construye, se pierde y se recupera. En este movimiento, Benjamin introduce la noción de terceridad: una dimensión compartida que permite salir de posiciones rígidas de complementariedad y sostener una experiencia en la que dos subjetividades pueden coexistir sin anularse. Los logros poéticos, entendidos clínicamente, suelen emerger cuando se abre este espacio de terceridad; es decir, cuando el sujeto puede autorizar una forma singular de estar en el mundo sin quedar capturado exclusivamente por la mirada evaluadora del otro.

Este énfasis en la co-construcción del sentido encuentra una resonancia clara en el trabajo de Orange (2011), para quien la clínica no es un dispositivo destinado a producir interpretaciones correctas, sino una práctica ética de hospitalidad frente a la vulnerabilidad humana. Desde esta perspectiva, el sufrimiento no se transforma mediante la imposición de significados, sino a través de la posibilidad de que la experiencia encuentre un lugar donde ser recibida y sostenida. En este marco, el logro poético no necesita ser explicado ni justificado para existir: necesita ser escuchado y legitimado como significativo para quien lo vive, incluso cuando su valor no resulte fácilmente traducible a criterios sociales de éxito.
Stolorow (2011), desde una perspectiva fenomenológica-contextual, ha mostrado cómo el dolor psíquico puede comprenderse como una alteración del mundo de sentido, especialmente cuando la experiencia no encuentra un contexto intersubjetivo capaz de acogerla. El afecto y el significado no son añadidos a la existencia, sino el modo mismo en que el mundo se revela al sujeto. Cuando alguien afirma "hice todo bien, pero no me siento en casa en mi vida", no está señalando simplemente una falta de gratificación, sino una grieta en su modo de estar-en-el-mundo. En este horizonte, los logros poéticos pueden pensarse como micro-reorganizaciones de sentido: experiencias que restituyen, aunque sea de manera parcial y transitoria, una vivencia de continuidad, pertenencia y posibilidad.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Consideradas en conjunto, estas perspectivas permiten ubicar el logro poético no como una idea inspiracional ni como un ideal normativo, sino como un fenómeno clínicamente reconocible. Se trata de experiencias que sostienen al self en la medida en que habilitan creatividad, reconocimiento y sentido vivido. Al mismo tiempo, este marco teórico permite sostener uno de los ejes centrales de este trabajo: no existe una oposición necesaria entre logros estandarizados y logros poéticos. Un logro socialmente valorado puede volverse poético cuando expresa el idioma del sujeto y se integra a su forma singular de vivir; puede también permanecer como satisfactorio sin adquirir ese carácter. Del mismo modo, lo poético puede transformarse, desplazarse o perder resonancia con el tiempo. Lo decisivo no es el contenido del logro, sino su capacidad actual para organizar una vida desde la experiencia de autoría y habitabilidad.

Aportes desde neurociencias y teorías del bienestar

Sentido, cuerpo y regulación del self

Si bien el concepto de logro poético emerge del campo clínico-relacional, resulta pertinente ponerlo en diálogo con algunas contribuciones contemporáneas de las neurociencias afectivas y de las teorías del bienestar. Más que contradecir la mirada clínica, estos aportes permiten subrayar la dimensión corporal, temporal y regulatoria del sentido vivido, alejándose de concepciones reduccionistas de la felicidad entendida únicamente como placer, éxito o satisfacción inmediata.

Diversos autores han diferenciado entre formas de bienestar centradas en el placer inmediato y otras vinculadas a experiencias de sentido, coherencia vital y realización subjetiva (Ryan y Deci, 2001; Ryff, 1989). Desde esta perspectiva, una vida puede resultar funcional o incluso satisfactoria en ciertos términos y, sin embargo, vivirse como vacía o ajena cuando carece de experiencias capaces de generar continuidad interna y resonancia subjetiva. Los *logros poéticos* se inscriben precisamente en esta dimensión: no producen necesariamente bienestar constante, pero sí una sensación de orientación, pertenencia y coherencia vital.

Las neurociencias afectivas han aportado, además, una comprensión más compleja de la relación entre emoción, cuerpo y organización del self. Damasio (1999) ha mostrado que la conciencia y la identidad personal no se construyen al margen del cuerpo, sino a partir de procesos que integran emoción, memoria y experiencia vivida. Desde esta perspectiva, el sentido no constituye únicamente una elaboración cognitiva, sino también una experiencia encarnada. En este punto, los logros poéticos pueden comprenderse como experiencias que favorecen formas de integración corporal y

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

afectiva del self: momentos en los que algo se siente internamente coherente aun cuando no pueda ser completamente explicado.

Esta dimensión corporal resulta especialmente relevante si se considera el papel de la regulación emocional en la experiencia subjetiva. Más que la intensidad de las emociones positivas, aquello que suele sostener una vida vivida como significativa es la posibilidad de transitar, con cierta flexibilidad, entre estados de activación y reposo. En este sentido, muchos logros poéticos se vinculan a experiencias de pausa, contacto y seguridad relacional que permiten al organismo salir —aunque sea momentáneamente— de estados persistentes de exigencia o desconexión.
Desde esta articulación, puede pensarse que los logros poéticos no solo organizan el sentido narrativo de la vida, sino también ciertas formas de regulación del self. No se trata únicamente de sentir que la vida "vale la pena", sino de poder experimentarla corporalmente como más habitable. Esta convergencia entre sentido, cuerpo y regulación refuerza la idea de que el sufrimiento abordado en este trabajo no se reduce a una insatisfacción cognitiva ni a la ausencia de motivación, sino que compromete la experiencia subjetiva en su totalidad.

Finalmente, estos aportes permiten sostener una idea central de este trabajo: el sentido no se alcanza de una vez y para siempre, ni se garantiza mediante la acumulación de logros. Se construye, se pierde y se reencuentra en experiencias concretas que articulan vínculos, cuerpo y formas singulares de habitar la vida. En este proceso, los *logros poéticos* funcionan como organizadores transitorios pero significativos, capaces de sostener la continuidad del self incluso en contextos de incertidumbre, cambio o pérdida.

Implicancias clínicas

Acompañar la identificación de los logros poéticos

Pensar el sufrimiento desde la noción de logro poético introduce un desplazamiento clínico relevante. El foco del trabajo terapéutico no se sitúa exclusivamente en la resolución de síntomas ni en la reorganización de metas externas, sino en la exploración de aquellas experiencias que, aun siendo parciales, frágiles o transitorias, sostienen al self en la vivencia de una vida habitable. Esta orientación no redefine los objetivos de la clínica relacional, pero sí afina su escucha.

Una de las primeras tareas clínicas consiste en aprender a escuchar aquello que el paciente tiende a minimizar. Los logros poéticos suelen aparecer en sesión de manera

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

lateral, casi accidental, envueltos en frases como "esto no es importante", "es una tontería" o "no tiene nada que ver con lo que vine a trabajar". Desde criterios estandarizados de valor, estas experiencias pueden parecer irrelevantes; desde una perspectiva relacional, a veces constituyen núcleos organizadores de sentido. El trabajo del terapeuta no consiste en magnificar ni romantizar estas escenas, sino en no dejarlas caer bajo el peso de la descalificación automática.

Otro aspecto clínico relevante se relaciona con la vergüenza. Muchas personas experimentan pudor al reconocer que aquello que les da sentido no coincide con los ideales de éxito, productividad o madurez que han internalizado. Identificar un logro poético puede vivirse, paradójicamente, como una regresión, una falta de ambición o una renuncia injustificable. En estos casos, la clínica relacional ofrece un espacio donde esa vergüenza puede ser nombrada y sostenida, permitiendo que el sujeto explore su experiencia sin verse obligado a defenderla ni justificarla frente a un ideal externo.

Trabajar con logros poéticos implica también tolerar la falta de linealidad del proceso terapéutico. A diferencia de los objetivos instrumentales, los logros poéticos no se alcanzan de manera progresiva ni acumulativa. Pueden aparecer y desaparecer, cambiar de forma, perder fuerza o adquirir nuevos significados según el momento vital. Desde esta perspectiva, el avance clínico no se mide por la estabilidad permanente del sentido, sino por la creciente capacidad del sujeto para reconocer cuándo algo ha dejado de organizar su vida y autorizarse a buscar nuevas formas de resonancia.

Resulta igualmente importante cuidar que el logro poético no se transforme en un nuevo ideal normativo. Existe el riesgo de que aquello que surge como una experiencia singular y liberadora se convierta, inadvertidamente, en una exigencia más: "deberías tener algo que te haga sentir vivo", "tienes que encontrar tu sentido". La clínica relacional se diferencia precisamente por resistir este movimiento. El terapeuta no prescribe experiencias significativas ni define qué debería ser poético para el otro; acompaña, más bien, el proceso por el cual el paciente descubre qué experiencias cumplen esa función para él o ella en un momento particular de su vida.

Finalmente, esta perspectiva invita a reconsiderar el lugar del terapeuta en el proceso de cambio. Acompañar la emergencia de logros poéticos no supone orientar la vida del paciente ni sugerirle decisiones concretas, sino cuidar las condiciones relacionales que hacen posible la escucha de aquello que ya está presente. Como se señaló anteriormente, el trabajo clínico no consiste en producir el canto ni en interpretar su significado, sino en ayudar a que el sujeto descubra qué necesitan sus propios oídos para

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

escuchar. En ese gesto —a veces discreto y silencioso— se juega una parte esencial del trabajo terapéutico.

Cierre

No una vida perfecta, sino una vida que se siente propia

A lo largo de este trabajo he intentado poner palabras a una experiencia clínica frecuente y, al mismo tiempo, difícil de nombrar: la sensación de haber organizado la vida de acuerdo con criterios correctos y socialmente valorados sin que ello se traduzca necesariamente en una vivencia de sentido. Esta forma de malestar no remite a la falta de logros ni al fracaso, sino a una distancia más sutil entre la vida que se vive y la vida que se siente como propia.

La noción de logro poético surge como una tentativa de nombrar aquellas experiencias que, sin prometer plenitud ni eliminar la incertidumbre, permiten al sujeto habitar su vida con mayor coherencia y autoría. No se trata de un ideal alternativo al éxito ni de una invitación a renunciar a los compromisos, responsabilidades o proyectos que estructuran la existencia adulta. Con frecuencia, los logros poéticos son precisamente aquello que vuelve estos compromisos sostenibles. Cuando una vida cuenta con experiencias que la organizan desde el sentido, el esfuerzo deja de vivirse únicamente como exigencia y puede inscribirse en una trama vital más amplia.

Desde esta perspectiva, el trabajo clínico no apunta a orientar al paciente hacia una vida distinta ni a prescribir aquello que debería darle sentido. Tampoco a desestimar los logros estandarizados ni a idealizar lo cotidiano. Se trata, más bien, de acompañar un proceso de escucha: reconocer qué experiencias —a veces mínimas, a veces silenciosas— sostienen la continuidad del self en un momento determinado de la vida, y cuáles han dejado de hacerlo. En ese movimiento, el sentido no aparece como una meta a conquistar, sino como algo que se construye, se pierde y se reencuentra en relación.

El logro poético no reemplaza la complejidad de la vida ni la vuelve simple. No garantiza felicidad ni estabilidad permanente. Pero puede ofrecer algo esencial: una experiencia de habitabilidad. Un punto desde el cual seguir viviendo, trabajando, amando y comprometiéndose sin sentir que todo ocurre a costa de uno mismo.

Tal vez, al final, no se trate de alcanzar la vida correcta, sino de poder reconocer —en medio de lo imperfecto— aquellos momentos en los que la vida se deja habitar. No una vida perfecta, sino una vida que, aun con dudas y fisuras, puede sentirse verdaderamente propia.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

REFERENCIAS

Benjamin, J. (1995). *Like subjects, love objects: Essays on recognition and sexual difference*. Yale University Press.

Benjamin, J. (2018). *Beyond doer and done to: Recognition theory, intersubjectivity and the third*. Routledge.

Bollas, C. (1987). *The shadow of the object: Psychoanalysis of the unthought known*. Free Association Books.

Damasio, A. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. Harcourt Brace.

Fromm, E. (1976). *To have or to be?* Harper & Row.

Orange, D. M. (2011). *The suffering stranger: Hermeneutics for everyday clinical practice*. Routledge.

Phillips, A. (1993). *On kissing, tickling, and being bored*. Harvard University Press.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology, 52*, 141–166. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1069–1081.

Stolorow, R. D. (2011). *World, affectivity, trauma: Heidegger and post-Cartesian psychoanalysis*. Routledge.

Winnicott, D. W. (1971). Playing and reality. Tavistock.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Original recibido con fecha: 2/02/2025 Revisado: 12/05/2026 Aceptado: 10/06/2026

NOTAS:

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es