

Relatories de les ConversESS

Fira Literal 2026



Fira d'idees i llibres radicals

<https://literalbcn.cat/>

RELATORIA III

“El malestar és polític: comunitats i salut en temps reaccionaris”

Vivim en un sistema que individualitza el patiment, medicalitza el malestar i converteix la responsabilitat emocional en una càrrega. El diagnòstic ja és conegut: explotació, precarització, soledat, ansietat productiva, individualisme. Aquest terreny és fàcilment explotat per discursos autoritaris que prometen seguretats fictícies mentre desmantellen drets i serveis públics. Davant aquest escenari, la cultura, el cooperativisme i les practiques comunitàries són espais clau per reconstruir democràcia emocional, reforçar pertinença i generar condicions de vida que no deixin les persones a mercè de la frustració i la por. El debat proposa pensar la salut mental com un assumpte polític, vinculat a cures, justícia social i projectes de vida digna, i explorar què poden fer plegades institucions, professionals i comunitats per enfortir estructures de benestar comunitari.

Ponents

- **Berta Rocher**, membre de La Capçalera, organització de professionals sanitàries.
- **Santiago López Petit**, autor de *Tiempos de espera*.
- **Eulàlia Castelló**, membre de l'Assemblea d'Afectades pel Masclisme i el Patriarcat de Manresa.
- **Javier Erro**, autor de *El malestar es otra cosa*.

Moderació i Relatoria: **Ariadna Prat Benito**, psicòloga, facilitadora grupal i membre de la cooperativa Quatre Cantonades.

Vídeo del debat: [El malestar és polític: comunitats i salut en temps reaccionaris](#). També disponible al canal de Youtube.

INTRODUCCIÓ

La taula “El malestar és polític: comunitats i salut en temps reaccionaris”, celebrada en el marc de la 12a edició de la Fira Litoral, va partir d’una intuïció compartida: fa temps que el malestar ocupa cada vegada més espai públic. És present als mitjans, a les xarxes socials, a les consultes mèdiques, als espais militants i a les converses quotidianes. Però sovint continua sent interpretat com una qüestió individual, psicològica o privada.

La proposta de la conversa era desplaçar aquesta mirada i preguntar-se què passa quan entenem el malestar com una experiència també política i col·lectiva. Què ens diu sobre el món que habitem? Quines condicions el produeixen? I, sobretot, quines formes comunitàries poden sostenir-lo sense reduir-lo a un diagnòstic, una patologia o un problema personal?

Des de la moderació, Ariadna Prat va proposar una pregunta que va anar travessant tota la sessió: i si el malestar no fos només una cosa que cal eliminar o gestionar, sinó també

una font d'informació? Una experiència que ens parla de necessitats, contradiccions i límits, tant individuals com col·lectius.

QUAN PARLEM DE MALESTAR, DE QUÈ ESTEM PARLANT?

La conversa es va obrir amb una pregunta aparentment senzilla: quan diem “malestar”, de què estem parlant exactament?

La resposta es va resistir des del principi a qualsevol **definició** única.

Berta Rocher va situar el malestar dins les condicions materials de vida. Va recordar que vivim en una convergència de crisis —socials, econòmiques, ecològiques i de cures— que comparteixen una mateixa conseqüència: la **dificultat** de projectar futurs habitables. En aquest context, el malestar deixa d'aparèixer com una excepció i es converteix en una experiència àmpliament compartida. La pregunta ja no és **per què hi ha malestar, sinó com és possible que no n'hi hagi**.

Santiago López Petit va descriure una societat on la vida mateixa ha quedat absorbida per les lògiques de producció. Si abans el conflicte es localitzava principalment a la fàbrica, avui tota l'existència sembla orientada a rendir, produir i respondre a exigències permanents. Aquesta mobilització constant acaba generant una forma de fatiga profunda. Recuperant la metàfora dels materials, va parlar de la fragilitat com allò que apareix quan alguna cosa ha suportat massa tensió durant massa temps. “La vida s'ha convertit en una presó”, afirmava, apuntant a una experiència de fons compartida per moltes persones.

Per a Eulàlia Castelló, el malestar assenyalava també l'esgotament d'un sistema que ja no és capaç de garantir les promeses de seguretat, estabilitat i progrés sobre les quals s'havia legitimat. El concepte resulta útil precisament perquè és ampli, perquè permet reconèixer experiències molt diverses sense reduir-les a categories tancades. El malestar no seria la causa dels problemes, sinó la conseqüència de determinades formes d'organitzar la vida.

Javier Erro va advertir sobre el risc de voler **definir** massa ràpidament què és el malestar. Va defensar la necessitat de preservar-ne la complexitat i la dimensió subjectiva. El malestar és polític, però no existeix fora de les persones que el viuen. Qualsevol intent de comprendre'l ha de tenir en compte aquesta tensió entre experiència individual i realitat col·lectiva.

A mesura que avançava la conversa, emergia una idea compartida: potser el malestar ja no és una ruptura de la normalitat, sinó una de les seves expressions més habituals.

La moderació va recollir aquest **fil** introduint una mirada complementària: el malestar no és necessàriament un problema en si mateix. Pot ser també un **indicador**. Una forma d'informació que emergeix quan alguna cosa necessita ser escoltada. El repte potser no és eliminar-lo immediatament, sinó comprendre què ens està intentant dir.

QUINS SÓN ELS ELEMENTS CLAU? COM S'INTERNALITZA EL MALESTAR?

La segona part de la conversa va explorar les condicions socials, polítiques i materials que alimenten aquest malestar contemporani.

Santiago López Petit va recuperar una expressió que considera especialment **significativa**: “**No puc més**”. Una frase aparentment simple però que condensa l'experiència de moltes persones davant unes exigències que semblen no tenir límits. Va proposar pensar aquest esgotament en termes de **fragilitat** més que de vulnerabilitat: no com una característica individual sinó com el resultat d'una tensió sostinguda.

Javier Erro va assenyalar que el malestar té una **dimensió restrictiva**. Limita possibilitats, redueix horitzons i condiciona les accions. **Però la lluita no és contra el malestar mateix, sinó contra les realitats que el produeixen.**

Berta Rocher va aportar una mirada centrada en els determinants socials de la salut. Va recordar que factors com l'habitatge, les condicions laborals, la situació administrativa o les desigualtats econòmiques tenen un impacte molt superior sobre la salut que l'atenció sanitària en si mateixa. Quan aquestes causes es desplacen cap a l'àmbit individual, el resultat acostuma a ser la medicalització de problemes que tenen una arrel profundament social.

Eulàlia Castelló va assenyalar que bona part del malestar que arriba als serveis sanitaris és, en realitat, un malestar produït per les condicions de vida. També va descriure una sensació àmpliament compartida de desesperança, impotència i paràlisi davant la **dificultat** d'imaginar alternatives.

Va ser en aquest punt que la moderació va introduir una **reflexió** especialment **significativa**. Si el sistema individualitza el malestar, aquesta individualització acaba sent interioritzada **fins** al punt que som nosaltres mateixes qui ens aïllem dels vincles quan més els necessitem. Les estructures socials es reproduïxen també en les nostres formes de relacionar-nos, de demanar ajuda i d'explicar el que ens passa.

Apareixia així una paradoxa central: **vivim experiències profundament compartides que sovint es viuen en solitud.**

QUÈ POT SOSTENIR EL MALESTAR COL·LECTIVAMENT?

La tercera pregunta va desplaçar la conversa cap a les possibles respostes. Si el malestar té una dimensió col·lectiva, què pot sostenir-lo col·lectivament?

Javier Erro va defensar la necessitat de construir **estructures** diverses capaces d'acollir experiències que encara no sabem nomenar o comprendre del tot. Des **d'espais informals** de trobada fins **a institucions públiques robustes**, el repte consisteix a generar llocs on el malestar pugui ser compartit sense ser immediatament reduït o classificat.

Eulàlia Castelló va insistir en la importància de **l'organització popular i dels espais comunitaris**. També va plantejar una pregunta provocadora: el malestar és sempre mobilitzador? O necessita trobar altres emocions, com la ràbia o la indignació, per transformar-se en acció col·lectiva?

Berta Rocher va reivindicar la sanitat pública, universal i comunitària com una de les infraestructures imprescindibles per sostenir la vida. Però també va apuntar que qualsevol espai d'organització col·lectiva pot esdevenir una forma de polititzar el malestar.

Santiago López Petit va formular una de les tensions més profundes de la sessió recuperant una pintada que havia vist anys enrere: "No parlo amb ningú perquè no es vegi com pateixo". La frase va ressonar a la sala perquè assenyalava una dificultat compartida. Si el dolor és una de les experiències més íntimes que existeixen, com es converteix en **experiència política**? Com es comparteix sense quedar reduït a una qüestió privada?

A partir d'aquí, la moderació va posar paraules a una intuïció que havia anat apareixent durant tota la conversa. **Polititzar el malestar no consisteix únicament a entendre que té causes socials. També implica trobar formes de compartir-lo i sostenir-lo.** Portar allò que ens passa al grup no és un acte egoïsta ni una retirada de la lluita; pot ser una contribució al coneixement col·lectiu.

DEL DIAGNÒSTIC A LA POSSIBILITAT

A mesura que la sessió s'acostava al final, va emergir una paradoxa difícil d'ignorar.

Durant més d'una hora s'havia parlat intensament sobre el malestar: les seves causes, les seves formes, les seves conseqüències i les seves dimensions polítiques. I, tanmateix, apareixia la sensació que el malestar continuava ocupant un lloc estrany. Es podia explicar, analitzar i teoritzar. Però costava més expressar-lo, mostrar-ne l'impacte o habitar-lo col·lectivament.

Aquesta observació, recollida per la moderació, va obrir una pregunta que va acabar travessant tota la sessió: **és possible que polititzar el malestar no sigui només entendre'l millor, sinó aprendre una altra vegada a sostenir-lo?**

En la ronda final, les persones participants van compartir allò que els permet continuar imaginant formes de vida més habitables. **La defensa d'una sanitat pública, universal i comunitària; la reconstrucció de vincles i comunitats fortes; la recuperació de la capacitat de lluita; la necessitat de generar espais on el sofriment no sigui invisibilitzat ni mercantilitzat.**

La conversa no va acabar amb una resposta única. Va acabar, més aviat, amb una invitació.

Potser la qüestió no és tant com eliminar el malestar sinó què fem quan apareix. Si el convertim en una experiència privada que cal gestionar en solitud o si som capaces de reconèixer-hi una informació valuosa sobre les nostres vides i les nostres comunitats.

En aquest sentit, una de les idees que va quedar oberta és que el repte polític no consisteix només a entendre el malestar, sinó a **construir espais on pugui ser sentit, expressat, escoltat i sostingut.** No perquè sigui desitjable patir, sinó perquè només allò que troba un lloc des d'on ser compartit pot començar a transformar-se.

Les ConversESS van comptar amb el suport i participació de la Direcció General d'Economia Social i Solidària i el Cooperativisme.