

INTRODUCCION Y POEMA A PERLS

(Por: KARLA CESA, alumna del curso formativo)

Por años... Noches con mal dormir... despertando con mil sueños por recordar... Queriendo no recordarlos... Algo en mi interior preguntándome una y otra vez que significado tienen... que me quieren decir, que hay dentro de mí que no sé buscar, que no sé escuchar, que no quiero encontrar....

De pronto.... un mail... Anacé... “taller de sueños”... una voz dentro de mí volteó a gritarme... Eso es!... una voz dentro de mí aquietaba a la primera... lo dejé pasar... Una vez... Quizá dos... quizá tres...llegó un buen día... literalmente “buen día”, lo tenía decidido, no sé como ni cuando... lo importante es que lo había decidido... ..llamaría a Anacé... los cambios aun me asustan... En ese entonces ,me aterraban... así fue..... la primera sesión, luego la segunda, luego vino la tercera... descubrirme ya no era un juego, un albur, un dormir quizá mejor...descubrirme se había vuelto una necesidad para conmigo... Necesidad de darme cuenta, necesidad de sentirme bien, necesidad de conocerme, necesidad de ayudarme, necesidad al fin y al cabo de quererme... Si, de verdaderamente aprender a quererme....

Luego conocí a Giancarlo en un primer taller de grupo... Aquella vez... intimidante el taller, intimidante Giancarlo... Me pregunté en ese entonces ...son ellos los intimidantes o soy yo quien sola me oprimo con miedos infundados, con fantasías catastróficas y expectativas mal cumplidas sobre mí misma..? Con mi famoso y autodestructivo que dirán...? Trabajé en más de una oportunidad más de un tema mal cerrado, más de un tema bien escondido, más de un tema abierto, herido y que dolía como tan solo Dios y mi almohada sabían cuanto podía entonces doler... Decir que Anacé y Giancarlo son fantásticos en este proceso de auto redescubrirse... Me sabe a poco...muy poco... “iluminados” si, esa es la palabra! ILUMIDAMENTE HUMANOS Y SENSIBLES. ¡... y así fue....se abrió esta puerta... Esta maravillosa puerta hacia el camino de la Gestalt...! La ayuda de Anacé y Giancarlo fue esencial, fue vital, y comprendí entonces que para escuchar no solo se requiere de oídos, que para mirar no solo se necesita de buen vista, que para sentir no solo bastan las manos...hace falta Todo Nuestro Ser ¡ ...debemos escuchar los silencios, debemos escuchar los suspiros , las no palabras, debemos escuchar al cuerpo... debemos mirar más allá de lo que nuestros ojos pueden ver y debemos sentir no solo con las manos, con la piel... Debemos sentir con el corazón, con el “corazón de la mente”, con nuestra intuición....

Este invaluable crecer... este “ darse cuenta” sin marcha atrás, este explorarme yendo más allá de lo evidente... este faro de luz al final del túnel ,este sentir qué Siento... este sentirme valiente... este arriesgarme a pesar de mis miedos más profundos... este camino largo y bueno me ha llevado a querer con todas las fuerzas de mi corazón a en algún momento de mi vida intentar ayudar a otra personas... intentar quizá a que se atrevan a “ mirarse” , a “escucharse” a “ sentirse”... y así llegar al fondo del fondo de ellas mismas para luego reinventarse...y en algún momento de sus vidas, con el corazón y el alma ya sobre puestas...tras alguna cálida ventisca, verlos extender sus largas alas ya curadas y Volar!

Este es el camino que hoy he decidido seguir... el camino de la Gestalt... no pude haber escogido mejores maestros... empezando: Fritz Perls... Maestro de cabecera... En mi vida: Anacé y Giancarlo!... Gracias por tanto!

Y así fue.... Un domingo de taller ... Sentada frente a Perls.. Mirándonos el uno al otro con los ojos del alma....

EL CAMINO

Sentada aquí frente a ti
Sentado tu frente a mi
Ni muchas ni pocas palabras
Las justas y necesarias....

Te miro fijo a los ojos
Con mis parpados cerrados,
Mi corazón cayó de hinojos
Al verte cerca, a mi lado...

Ya viejo y de pelo cano
Tú larga barba que aun me intimida,
Y Si te extiengo la mano....?
No, aun no...! me siento cohibida...

Y dices sin decir nada...
...hablan tus ojos con la mirada...
Caminos... Cientos... son muchos...
Tus palabras me calan... te escucho....

“Recorre largo tu orilla,
Tu rio te lleva a un mar....
Si en el cielo el sol no brilla
La Luna toma su lugar....”

“Siente en el rostro la brisa
Y al viento cuando te atrapa,
Al caminar no lleves prisa
Cada paso es una etapa....”

“Sigue esa estrella, es tu norte,
Tu fortaleza es tu soporte...
Llegarás a buen puerto... Tu destino
Se encuentra al andar el camino....”

Noviembre 21, 2008