

El terapeuta gestáltico: un jardinero de personas

Patricia Aliu

Hace tiempo leí un libro (“Desde el jardín”) donde el protagonista, aunque cueste creerlo, nunca había tenido contacto con la sociedad (excepto a través de la T.V.) y sólo se había dedicado a ser jardinero.

Cuando el dueño de la casa a la cual pertenecía dicho jardín fallece, el protagonista comienza, recién entonces, a conectarse con el afuera.

Así la historia, cada vez que alguien le preguntaba algo, él le daba la respuesta según su conocimiento de jardinero. Sus comentarios tan simples y tan claros, eran tan certeros y contundentes que comenzó a tener fama y a ser consultado hasta por grandes estadistas...

¿Qué cómo terminó la historia? Pues será cuestión de que leas el libro. Lo cierto es que para mí fue impactante darme cuenta como, hasta las cosas más complicadas, tienen una respuesta simple sólo con observar a la naturaleza y funcionar al ritmo de ella.

Por eso, cuando alguien me pregunta qué hace un terapeuta gestáltico, mi respuesta es: - Se dedica a ser jardinero de personas-

Confieso que esta respuesta ha sido, por lo menos desconcertante para muchos, cuando no “poco científica” para otros. Sin embargo, es lo que creo. Paso a explicarte:

Un jardinero hace un reconocimiento de la tierra en donde está la planta: revisa si le falta abono, si le sobra agua, si hace mucho que no es removida y oxigenada...

De igual manera, un terapeuta gestáltico tiene en cuenta el medio en donde vive el cliente, sabiendo que la persona y el ambiente se influyen mutuamente y por lo tanto no mira sólo al individuo sino que lo considera dentro de “una dinámica grupal”.

Un jardinero revisa la plantita: si esta en un mal sitio, cambia la maceta de lugar o bien la replanta. Para ello tiene en cuenta como funciona y, fundamentalmente, cuando es el momento adecuado para realizar ese cambio.

Así mismo el terapeuta gestáltico acompaña al cliente en su proceso, esperando el mejor momento para facilitar ese cambio (siempre el mejor momento es el que elige la persona al igual que el bebe elige cuando nacer en un parto natural).

Un jardinero poda las ramas que le quitan fuerza a la planta y le restan potencia a los nuevos brotes.

Con el mismo objetivo, un terapeuta gestáltico frustra los intentos del cliente de seguir con viejas estructuras, sabiendo que esto le resta espacio a nuevas y más sanas conductas.

Un jardinero crea microclimas, si esto fuera necesario para el mejor desarrollo de la planta y un terapeuta gestáltico también recrea situaciones para que el cliente pueda probar nuevas formas de comportarse.

Pero por encima de todo, un jardinero trata a sus plantas con amor.

¿Esto significa que el terapeuta gestáltico tiene que querer a sus pacientes?

Pues te diré lo que creo: nadie tiene obligación de querer a nadie pero sí de tratarlo amorosamente. Tratar amorosamente es, principalmente, crear un espacio de encuentro.

Y un espacio de encuentro es un lugar donde, de verdad, se conectan dos personas. ¡Bastante enfermo está el mundo de distancias y recelos para que los que nos creemos terapeutas contribuyamos con una postura distante y desatenta!

Ahora entenderás porque (y creo que mis colegas lo compartirán) es un orgullo pensarme como jardinera de personas.

Patricia Aliu Navarro
Licenciada en Psicología Col. N° B-1769
Psicoterapeuta Gestalt
Miembro Titular de la A.E.T.G.
Directora de Gestalt Mediteráneo

