

El enfermar

Este taller está destinado a la toma de conciencia de las características del enfermar y la posibilidad de considerarlo, desde la gestalt, como una muestra de la capacidad de autorregulación del organismo.

El modo de abordarlo será de acuerdo a los aportes de la Dra. Adriana Schnake en este campo.

Este enfoque está basado en los logros que se obtienen cuando exploramos nuestra personalidad y conducta con la guía del órgano que aparece a través de la enfermedad y sus síntomas, atendiendo al mensaje que nos está enviando.

Hasta la más mínima molécula de sustancia viva tiene la avidez de conformarse según la estructura que le es propia en el permanente intercambio organismo-ambiente que caracteriza la vida.

El organismo vivo es una totalidad, pero vivimos la situación de enfermedad divididos entre nosotros, y la enfermedad que me "ataca".

La enfermedad es algo de lo que la persona quisiera verse libre y que no reconoce como propia.

Entonces, la primera tarea es mostrar que la enfermedad no es nuestro enemigo, sino que ha aparecido para darnos un mensaje, conectados con lo que significa *ser* humano.

Cuando la persona está dividida entre ella y lo que le duele, trabajamos para restituir la mirada hacia ese cuerpo, como totalidad en la persona.

Nuestros pensamientos y deseos son parte del organismo que somos, tanto como nosotros somos parte del mundo en que vivimos.

Portamos la tendencia de la materia viva a configurarnos, a ser lo que somos; la tendencia de todos los procesos vivos a completarse. Somos un proceso que se da cuenta de sí mismo.

El trabajo de la enfermedad desde la perspectiva holística es un trabajo que permite que las personas mejoren su calidad de vida, contactándose con aspectos de sí mismos que nunca habían advertido o habían olvidado.

Asumimos que hay una lucha entre la persona y el órgano que en sus características, muestra aspectos que en la persona enferma están rechazados.

Por ej. una enfermedad del pulmón -órgano cuya característica esencial es la pasividad- en una persona que no admite ninguna pasividad en sí mismo.

A partir de la conversación de la persona y su órgano afectado, el proceso de cambio se inicia en una toma de conciencia, que llevará a un mejor "darse cuenta" de sí mismo, de las propias exigencias y rigideces del carácter.

Si la persona rechaza el órgano, el diálogo debe mantenerse hasta parar la guerra

En este encuentro entre la persona y el órgano, facilitamos el encuentro con lo que limita y estrecha.

Importa subrayar el hecho de que cada uno puede colaborar en el proceso de la autocuración, donde la última palabra la tiene siempre el organismo

Explorando la relación entre la persona y su enfermedad nos conectamos con la totalidad que forman esa persona y su enfermedad.

Alentamos a la persona que se dé cuenta de lo que tiene que ver con esta parte de sí mismo que ha dejado de trabajar en silencio y avisa que está ahí.

Corregimos los errores de información que la persona tiene sobre su órgano o enfermedad, de manera que no siga distorsionando la relación.

Es necesario que la persona comprenda que el órgano enfermo nos muestra un aspecto de nosotros mismos negado y rechazado, y que es la enfermedad la que nos abre el camino hacia una mayor aceptación y crecimiento.

No buscamos las causas y porqué de todo, sino más bien cómo y para qué.

Utilizaremos formas y métodos que incluyen el cuerpo, los movimientos, la sensación.

No solo nos ocupamos del material mental, sino de la configuración total de la conducta, y que de que la persona se dé cuenta de ello.

Ayudamos a la persona a darse cuenta de las características fundamentales del órgano lo que aumenta el conocimiento de la propia estructura, aceptando los límites y posibilidades del propio organismo.

Mostramos las posibilidades y límites del organismo; eso nos conecta con los propios límites, y nos damos cuenta del profundo sentido de ser partes de un todo.

Conocer el organismo, y confiar en él, es el aspecto fundamental a tener en cuenta.

Un taller para conocernos, profundizar, y si hace falta, amigarnos con nosotros mismos.

Kuki Vanina
Mendiolaza 2008