

TERAPIA GESTALT

Teoría y práctica

Fritz Perls

Una interpretación

Patricia Baumgardner



Índice

Libro primero. Una interpretación

Patricia Baumgardner

Introducción	13
<i>Robert S. Spitzer</i>	
Nota de la autora	17
A Fritz	17
Al lector	18
CAPÍTULO 1. Fundamentos de la terapia Gestalt	21
Consciencia	26
Un lugar para la terapia	37
Reconocimiento de la conducta: consecuencias afines de Gestalt	39
CAPÍTULO 2. La labor del terapeuta	49
Percepciones del terapeuta	49
Descubrimiento	50
Aceptación de la responsabilidad	53
La sucesión de evasión, ansiedad y percepción	55
Vacío	58
Hábil frustración	59
Verborrea, sermón, preguntas	61
Puntos de paralización y el atolladero	64
Maneras de seguir adelante	67
Divisiones y polaridades	75
Proyecciones	82
La voz	86

Sueños	88
Autorregulación orgánica	92
Conclusión	95
Bibliografía	97

Libro segundo. Teoría y práctica
Conferencias, memorias y transcripciones
Fritz Perls

Prefacio	103
<i>Richard Bandler</i>	
CAPÍTULO 1. Las enseñanzas	105
La esencia del crecimiento y el potencial	105
Energía y percepción	108
El enfoque del proceso frente al enfoque de cosa	110
Dolor y placer	113
La formación Gestalt	115
Cómo manipulo al mundo. <i>Introducción de Carl Humiston</i>	118
Fantasía y proyección	122
Proyecciones	124
CAPÍTULO 2. La terapia	127
Sueños	127
El mensajero existencial (conferencia sobre los sueños)	127
Aspectos alentadores y negativos de la personalidad	130
Sueño del salón de clases	135
Marta	145
Una sesión de estudiantes universitarios	151
Polaridades en el matrimonio	164
Nacimiento de una compositora	168
Tratamiento con terapia Gestalt	172
Codicia insaciable	172
Tratamiento del tartamudeo	174
Pena por Tova	176
Dolor yseudodolor	181

El minisatori	184
El demonio	187
El callejón sin salida	191
Compromiso de aburrirse	191
Autosabotaje	195
El atolladero de Antonio	200
Resurrección Pedro	203
Resurrección María	206
Explosiones	209
Eva	209
La calle de dos sentidos de Roberto	212
El caso de Mary	216
Acerca de los autores	221

CAPÍTULO 1

Fundamentos de la terapia Gestalt

La terapia Gestalt consiste en atender a otro ser humano en tal forma que le permita ser lo que realmente es, “con fundamento en el poder que lo constituye”, según la frase de Kierkegaard (1954, p. 62).

Al continuar con la tradición de Kierkegaard, la terapia Gestalt es existencialista, se ocupa de los problemas provocados por nuestra aversión a aceptar la responsabilidad de lo que somos y de lo que hacemos.

Fritz ha creado un proceso de terapia que, en su forma ideal, evita conceptos. Separa “hablar acerca de...” y la moral del proceso de la terapia. Lo que nos deja es el estudio de los datos y de la conducta observable que constituye el fenómeno, en lugar de nuestras propias conjeturas o las de otras personas. La terapia Gestalt primero diferencia y, a continuación, se ocupa de lo que experimentamos, más bien que de lo que pensamos. Esto significa que el terapeuta Gestalt debe suministrar una situación especial: se convierte en un catalizador que facilita la percepción del paciente de lo que existe en el momento, y que frustra los diversos intentos de evasión de este.

Fritz introduce como la base de sus propias teorías la idea de Gestalt, que sugiere dos cosas específicas: completo o íntegro, y formación. Se refiere a Gestalt como “la unidad definitiva de experiencias”. La experiencia de nosotros mismos es en gran parte física y, en consecuencia, depende de la percepción de nuestro cuerpo, por eso son fundamentales los conceptos de necesidades corporales y de situaciones inconclusas. Al quedar satisfecha la necesidad del organismo, al dar y tomar del medio ambiente, la Gestalt se completa y la situación termina. La conciencia de una necesidad disminuye y después desaparece, y pueden surgir nuevas necesidades. El organismo queda dispuesto entonces a la aparición de otra situación inconclusa y a recibir la energía procedente de esa nueva demanda.

El propósito de la psicoterapia es restaurar las partes perdidas de la personalidad y, por medio de ella, pueden recuperarse nuestra experiencia

y nuestro funcionamiento rechazados. Estos procesos de recuperar, reintegrar y experimentar de nuevo pertenecen a la psicoterapia. El terapeuta se dedica con el cliente al proceso de recuperar sensaciones y conductas que el cliente ha desechado y que ahora considera que no le pertenecen, hasta que empieza y continúa por su propia cuenta a afirmarse y a obrar como lo haría la persona que realmente es.

Nos ocupamos de los límites del ego, del *yo* y del *no yo*. Igualmente, nos ocupamos de cómo otra persona ha transformado desde hace mucho tiempo algunas partes del *yo* y del *no yo*. Vemos a esa persona renuente a abrigar un deseo sádico, y hasta quizá un impulso de ira. Tal vez prefiere no reconocer que él mismo, quien acaba de llegar a su cita, se las arregló para presentarse con media hora de retraso. Dice, y lo cree, que alguien o algo es la causa de esa evasión. El tránsito se apodera de su autonomía y lo obliga a llegar tarde, o alguien lo llamó por teléfono y ha hecho que se demore. O bien, algunas veces, la causa aparente es la necesidad inaplazable de dejar todo en orden antes de salir de su casa, pues su educación existe más allá del dominio del cliente y, por lo tanto, no forma parte de su ser responsable: “No puedo evitarlo”. Con frecuencia, lo que ha quedado prohibido y abandonado es la experiencia del éxito o de la importancia; otras veces es cualquier forma de ser que la persona imagina que parecería inaceptable a alguna otra.

De esta manera, al rechazar y arrojar más allá de los límites de nuestro ego nuestros sentimientos y nuestra manera natural de ser, nos comprimimos, nos volvemos estructurados y artificiales, y mostramos formas de comportamiento que tienen muy poca relación con nuestro verdadero ser. Y habiendo prescindido de algunas partes selectas de nosotros mismos, nos separamos de nuestra energía y nuestro poder. Aquí, Fritz nos lleva al centro mismo de la cuestión: no puede haber ninguna renuncia de alguna parte de nosotros mismos, de maneras de ser y de obrar que son nuestra esencia misma, sin pérdida de vitalidad. Al rechazar un sentimiento o impulso de obrar en determinada forma, interrumpimos el flujo de energía que nutre a nuestro ser orgánico. Fritz ofrece una forma de reapropiarnos de esa energía, que es nuestro poder perdido: encontrar alguna manera de entrar en contacto nuevamente con nuestro ser rechazado. Debemos estar dispuestos a permitir otra vez la consciencia prohibida y a aceptar e integrar aquellos sentimientos y aquella conducta que se han transformado en *no yo*.

La terapia Gestalt nos ofrece una metodología. Esta forma de trabajar depende de que diferenciamos entre “hablar acerca de...” y experimentar. Nos resulta muy conocido el paciente que llega a someterse a la terapia Gestalt

después de unos cinco años de tratamiento previo, que consistió principalmente en “hablar acerca de...”. Puede recitar una disertación del funcionamiento y la patología de su personalidad, pero sigue sufriendo, sigue derrotándose a sí mismo,¹ sigue, pragmáticamente casi donde estaba antes de esos cinco años. Sabe todo, pero comprende muy poco. No basta saber, en el sentido de poder explicar. Si el cliente ha de conocer su propio poder por medio de la terapia es para que llegue a confiar en sí mismo, para que se conduzca de acuerdo con lo que realmente es, para que se enfrente eficazmente al mundo, sin renunciar a lo que le parece valioso, debemos ofrecerle experiencias.

Por experiencia quiero decir estar en contacto. En contacto o en relación con uno mismo y con el mundo de uno, en contraposición a “hablar acerca de...”. Recuerdo que Fritz nos decía: “Si permito al paciente que permanezca dentro de sí mismo, debo saber que nada lo cambiará”. La metodología de la terapia Gestalt consiste en volver una y otra vez a una manera de ser relacional. Nos ocupamos de descubrir y de utilizar los papeles sociales fingidos del paciente, y de llenar los huecos que existen en su personalidad. Nos interesan aquellos papeles sociales que dejan al paciente sintiéndose exhausto y perdido, porque están en conflicto con sus necesidades biológicas. El vacío que el paciente experimenta, sus evasiones, las situaciones en que no sale adelante y en que busca las presuntas excelencias de otros son indicios de los huecos en su personalidad.

Lo que vi mientras observaba cómo trabajaba Fritz me confirmó su convicción acerca de cuál es el objetivo de la terapia. Su propósito es indudablemente ocuparse de estos dos problemas: los papeles fingidos y los huecos en la personalidad. Fritz prosigue entonces a señalar el método, que es fijarse continuamente en la consciencia y en los principales instrumentos que tiene el paciente, como su voz y sus demandas de la terapia. De esa manera, Fritz suministra y desarrolla todo lo que necesitamos: propósito, método, instrumentos. Hace una gigantesca aportación al exponer las relaciones recíprocas entre estos fenómenos: los papeles sociales y los huecos en la personalidad, la percepción, la voz, las demandas. Quizá ningún don de Fritz ha sido más importante para mí que esta frase suya que repetía con frecuencia: “Maya, Maya, todo es juego. Todo es juego y solo unos cuantos sabios lo saben”. Estas palabras que Fritz decía cuando trabajamos y vivimos juntos las comprendo

¹ No quiero insinuar que las personas que entran en la terapia Gestalt no pueden correr la misma suerte. Si no se termina el curso completo de la terapia y se interrumpe, el retorno a los viejos moldes de frustración es lo que puede ocurrir.

CAPÍTULO 1

Las enseñanzas

La esencia del crecimiento y el potencial

Quiero hablar ahora acerca de la esencia del crecimiento y el potencial. Mi definición de madurez creciente es la transformación del apoyo obtenido del medio ambiente, en apoyo propio. Un niño recién nacido necesita recibir todo el apoyo del medio ambiente. Después, aprendemos a desarrollar algún potencial para gatear, comunicarnos, producir algunos sonidos. Más tarde, aprendemos a caminar, a tener amigos y otras cosas, hasta que somos relativamente capaces de sostenernos sobre nuestros dos pies y de emplear nuestros propios recursos, en lugar de recurrir a los recursos del medio ambiente. Ahora bien, cada vez que demandamos (ya sea directa o indirectamente) algún apoyo del medio ambiente, creamos una dependencia. Cada vez que nos negamos a hacer uso de lo que esté en nosotros, perdemos un poco de nuestra libertad.

¿Qué ocurre si en el proceso de maduración, como niños o como adultos que crecen, nos sentimos frustrados y no podemos, o no queremos, desarrollar nuestros propios recursos? Entonces nos encontramos en un atolladero o callejón sin salida. No logramos lo que nos hace falta para enfrentarnos al mundo y así, en ese momento, desarrollamos el carácter. Empezamos a representar papeles, empezamos a manipular al mundo. Y, de acuerdo con la situación, comenzamos a manipular el mundo desempeñando el papel de indefenso, el de matón o el de estúpido. O bien, quizá hagamos el papel de paciente y nos enfermemos para atraer la atención que necesitamos. Pero en todos los casos, no estamos dispuestos a recurrir a nosotros mismos y no estamos dispuestos a creer que somos capaces. Esto es parte de lo que hacemos en la terapia Gestalt. Cuando nuestros pacientes acuden a nosotros, vienen a manipularnos para que les demos el apoyo ambiental que no han podido obtener en el mundo. Los colocamos en-

tonces en una situación de frustración. Y así como consideramos que toda interpretación es un error del terapeuta, de la misma manera creemos que cualquier otra clase de ayuda que va ya más allá de un mínimo absoluto equivale a suministrar el apoyo ambiental que evita que nuestros pacientes desarrollen su propio apoyo, el apoyo procedente de ellos mismos.

Todos nosotros somos autores de nuestros argumentos, representamos una clase de papel para obtener algún apoyo y otra clase de papel para lograr alguna otra clase de apoyo. De esa manera, constantemente esperamos ser capaces de enfrentarnos a la vida, pero en cada ocasión, como dije antes, nos negamos a hacer uso de lo que está en nosotros, buscamos el apoyo ambiental, perdemos un poco de libertad y perdemos también un poco de nosotros mismos. A veces somos orgullosos y no queremos demandar apoyo del ambiente, por lo que representamos el papel de independientes. La independencia no significa que uno sea libre. Significa, en el mejor de los casos, una serie de juegos autofrustradores y autotorturadores. Tuvimos aquí un hermoso caso, el de Ana. Quiere cierto consuelo y descanso, pero no desea pedirlo ni suministrarlo ella misma. Esa es la diferencia entre poder ser autoapoyador, en contraste con ser independiente.

¿Qué clase de apoyo demandamos de afuera, o nos negamos a demandar, pero seguimos creyendo que no lo tenemos nosotros mismos?, ¿qué proyectamos como nuestras necesidades, a semejanza de los parroquianos de un supermercado, cuando acudimos a la terapia? En la terapia Gestalt, a este respecto la mejor pantalla de proyección es el terapeuta.

Si el paciente quiere ser omnipotente, verá al terapeuta como omnipotente. Si el paciente necesita dar amor, verá al terapeuta como capaz de dar amor. Esto es también lo que nosotros, los terapeuta Gestalt, buscamos en el sueño. ¿Qué clase de apoyo se demanda de afuera? Al aprender a identificarse con las diferentes partes de un sueño y con las diferentes partes que se encuentran en otra persona llega uno a comprender que todo eso está también en uno mismo.

¡Todo lo que se necesita está ahí, lo tiene uno dentro! Pero uno no lo sabe.

Hace algunos años escribí el siguiente poema acerca de este asunto (Perls, 1969b).

Ven a predicar a otros lo que quieres.
Te refieres a ti mismo; no al mundo.
Porque hay espejos en donde supones

que ves por la ventana la luz y las tinieblas.
 Te ves a ti mismo, pero no nos ves a nosotros.
 Proyéctate a ti mismo, deshazte de ti.
 ¡Ser empobrecido, recupera lo que es tuyo!
 Conviértete en la proyección, profundamente.
 El papel de otros es el de ti mismo.
 Ven, recupéralo y crece algo más.
 Asimila lo que rechazaste.

Si sientes odio hacia algo que está allí,
 ese algo eres tú mismo, aunque te sea difícil soportarlo.
 Porque tú eres yo y yo soy tú.
 Odias en mí lo que desprecias.
 Te odias a ti mismo y crees que soy yo.
 Las proyecciones son de lo más endemoniado.
 Te hacen trizas y te vuelven ciego.
 Conviertes en montañas las pequeñas colinas,
 para justificar tu perjuicio.
 Vuelve a tus sentidos. Velo con claridad.
 Observa lo real, no tus pensamientos.

Ahora bien, hay otro punto más que debe considerarse. Con el fin de obtener el apoyo ambiental que quieres, debes estar en control. Tienes que controlar a las personas que te dan ese apoyo. Así, el resultado es que te vuelves loco por el control. Te controlas a ti mismo. Controlas a otras personas. Crees que únicamente controlando puedes lograr el apoyo que quieres. Te controlas a ti mismo para crear una imagen que no se ajusta a la realidad, lo que significa tu potencial innato. El resultado es que crecemos completamente deformados, se eliminan, se reprimen o se proyectan partes valiosas de nosotros mismos. Se representan otras partes que no tienen el apoyo de nuestra personalidad auténtica.

Eso se llama falsedad. Nos volvemos falsos cuando representamos una parte de un papel o un personaje sin el apoyo de nuestro verdadero ser, para lograr que otros nos apoyen. Así pues, puede uno imaginarse la clase de vida trastocada que lleva la mayoría de la gente. Se representa una parte inútil y se reprime otra parte valiosa. ¿Qué nos queda? Los hombres vacíos de nuestro tiempo.

CAPÍTULO 2

La terapia

Creo que el sueño es realmente
el camino real hacia la integración.
Fritz Perls

Sueños

El mensajero existencial (conferencia sobre los sueños)

Como en el psicoanálisis, el fundamento de la terapia Gestalt se encuentra en el sueño. Trabajamos en torno al sueño, aun en los casos en que la persona afirma que no tiene sueños. Esto, en mi opinión, significa que la persona no está dispuesta a enfrentarse a sus problemas existenciales. Así pues, hacemos que esas personas consideren los sueños algo que se encuentra en alguna parte en torno a ellas, y hacemos que le hablen al sueño, para descubrir nosotros qué objeciones tiene para recordar ese sueño. Todos soñamos y todos podemos aprender a crecer, gracias a nuestros sueños.

En mi opinión, el sueño es muchísimo más que el deseo de que se realice una situación inconclusa. Para mí, un sueño es un mensaje existencial. Puede contener la comprensión del argumento de nuestra vida, de nuestro karma, de nuestro destino. Y lo bello de todo esto es que cuando asumimos la responsabilidad del argumento de nuestra vida, de nuestros sueños, somos capaces de cambiar nuestra vida.

Como ocurre en la neurosis, el argumento de nuestra vida está situado en nuestra vida de fantasía. No podré hacer demasiado hincapié en esto. Una y otra vez nos olvidamos de que estamos fantaseando, y que estamos imaginándonos imágenes, de que estamos haciendo cuadros y voces. Lo difícil es comprender que “la-fantasía-es-una-fantasía-es-fantasía”. Y la fe que tenemos en esa fantasía, la creencia de que es la realidad, presenta la única dificultad. *Maya* es la palabra hindú que significa “ilusión” o “engaño”, “todo es engaño” y creo que los hinduístas incluyeron en esa definición la percepción sensorial. El Eclesiastés dice: “Vanidad de vanidades, todo es vanidad”. Por el momento, quedemos del lado seguro y digamos que todo es engaño.

Sabemos muy bien que cuando soñamos tomamos la fantasía por realidad. Tomamos la situación más absurda como si fuese realidad. No nos sentimos atónitos si nos convertimos repentinamente en otro animal o si nos transformamos en otra persona. Cuando soñamos, tomamos la fantasía por realidad y cuando despertamos empezamos a ver lo absurdo, lo irracional que es todo, por lo que entonces olvidamos que la realidad en el sueño es una realidad, una realidad con un significado mucho más profundo que el que pueda reconocer toda la lógica.

Para poder aprovechar hasta su máximo el sueño, debemos proceder sistemáticamente y ver lo que ocurre cuando un paciente nos cuenta un sueño. Generalmente, nos hace una historia verbal de lo que ocurrió la noche anterior, o muchas noches antes. No se conserva nada de lo vivido y animado de los procesos del sueño.

El siguiente paso es volver el sueño a la vida. En la terapia Gestalt logramos esto por medio de un sencillo giro gramatical. Pedimos a nuestro paciente que nos relate el sueño en tiempo presente, que describa la experiencia de su sueño como si ocurriera en el momento mismo en que la relata, como si su sueño fuese la realidad presente. Y si deseamos reforzar este proceso aún más, para que el paciente pueda conectar el argumento de su vida con la experiencia de su sueño, hacemos que el paciente intercale la declaración “y esta es mi existencia”, después de cada oración. De esta manera, nuestros clientes pueden conectar los mensajes de sus sueños con el argumento de su propia vida, percibiéndolo. Uno dirá: “Nado en el océano. Esta es mi existencia”, o bien: “No puedo encontrar un lugar en el que descansar. Esta es mi existencia”. “Siento como si me hundiera. Esta es mi existencia”. Como se ve, en el psicoanálisis nos hemos adaptado tanto a interpretar el sueño, a buscar asociaciones con sucesos que quizá puedan repetirse, que la idea de que este sueño sea un pequeño episodio que contiene la esencia del argumento de una vida resulta un tanto difícil de aceptar.

Así, mientras nuestro paciente emplea el sueño en tiempo presente, nosotros damos el tercer paso. Hacemos del sueño una historia, o una pieza teatral. Nuestro paciente se convierte en el director, en el elenco y en toda la utilería. Va de un lado a otro y monta la escena describiendo dónde se encuentran todas las cosas y todas las personas. Inicia a continuación el drama de la reidentificación. Hacemos que los pacientes representen todas las partes del sueño, actuando recíprocamente con todos los demás papeles y hablando siempre con el Yo, para identificación, y en tiempo presente, para dar vida al drama. En este proceso, podemos observar cómo los pacientes

se vuelven más reales. Se descongelan al reintegrar todas las partes de ellos mismos que se han fracturado en el proceso de socializarse.

Lo hermoso de todo esto es que, por muy muerto que el cliente parezca, aunque parezca ser un cadáver doble, queda todavía algo de vida verdadera, y eso es el sueño. Para mí, el argumento de la vida significa que todavía hay esperanza; que todavía hay vida en los sueños hasta en la persona que parezca más muerta. Quizá sea temor, un intento desesperado de obtener algo, una lucha, pero algo en el sueño tendrá vida. Y cuando hacemos que el paciente se identifique con esa vida, se transformará; algo empezará a ocurrir, algo empezará a salir bien. El paciente se conectará con el estado presente. Empezará por su propia cuenta a reidentificarse con los trocitos y pedazos dispersos de su personalidad que habían permanecido juntos, solo superficialmente, por medio de la expresión *Yó*. Entonces, cuando todo empieza a marchar, lo dinámico, el *impulso vital*, la fuerza de la vida que ha sido rechazada y proyectada hacia otros comenzará a fluir de nuevo hacia su propio centro, y el paciente empezará a ser nuevamente él mismo. El paciente, y cualquiera de ustedes que trabaje con sus sueños en esta forma, descubrirá que cada vez que recupera unos cuantos fragmentos y los asimila, para volverse menos dividido y disperso, no solamente le parecerán más vivos, sino que se sentirá con más vida.

Quisiera hacer una pequeña digresión, para mencionar las pesadillas recurrentes. Me parece que son sumamente importantes. No sé si ya mencioné esto, pero opino que el error de Freud acerca del instinto de la muerte en estos sueños que se repiten consiste en que no vio que un sueño repetitivo es el resultado de una Gestalt incompleta. El sueño es un intento, que se hace una y otra vez, de resolver un problema. Si no estamos dispuestos a salir de ese atolladero, el sueño se repite. Esos sueños mostrarán la forma de ayudar a los pacientes a poner fin a la situación. Hay un aspecto de esto que quisiera mencionar. En los sueños encontramos los huecos en la personalidad. Encontramos que la persona no tiene ojos, o no tiene alma; una no tiene órganos; otra no tiene piernas en las que apoyarse. Cualquier cosa que falte en el sueño, falta en la existencia de la persona. El sueño señala directamente lo que se evita para estar completo.

Para resumir todo esto, pregunto: ¿Si hemos enajenado ciertas partes de nosotros mismos, ¿qué podemos hacer para recuperar lo que hemos enajenado? Se recupera lo enajenado por medio de la reidentificación. Y aquí se presenta otro aspecto que es muy difícil comprender al principio: el hecho de que la palabra *Yó* no corresponde a la persona. *Yó* es un proceso

de identificación. Ciertas tribus no tienen la palabra *Yo*. Dicen: “Aquí está un niño”. El niño no tiene todavía un *Yo*. Un niño dirá: “Fritz quiere chocolate”, o bien, “Fritz es grande”. El *Yo* es identificación, no identificación simbólica, sino identificación. Esto soy yo. Si nos negamos a identificarnos con nuestras partes, por ejemplo, ser regañón, y yo digo: “ese no soy yo”, nos fragmentamos y utilizamos lentamente todas las energías dinámicas, hasta que parecemos un caparazón habitado por un duende. Llamamos a ese proceso alienación. “Lo rechazo”. Y al reidentificarnos, al desempeñar un papel y convertirnos en la parte proyectada, al poder transformarnos en esa cosa, en ese estado de ánimo, nos conectamos de nuevo, las cosas empiezan a salir bien y, de repente, surge la experiencia de “¡Ah, vaya!”, lo cual es una penetración. Cuando empezamos a asimilarnos, empezamos a crecer, a integrar de nuevo las partes rechazadas. El sueño es la mejor manera de proceder. Si aprendemos un poco acerca de “cómo” recuperar nuestras proyecciones, obtendremos penetración, felicidad, gozo y, sobre todo, fuerza vital. Entonces la energía empieza a fluir en nuevas direcciones y el proceso de la neurosis, de la creciente alienación, se detiene y se invierte.

El resto del libro consiste en transcripciones, tomadas de las películas de Fritz Perls. A veces trabaja en un grupo, con diferentes personas en el “asiento incómodo”. Otras veces trabaja con una sola persona.

Aspectos alentadores y negativos de la personalidad¹

BÁRBARA: Conservo un sueño que tuve, y se me ha pegado. Es un (se abre).

FRITZ: Háblale al sueño.

BÁRBARA: ¿Que le hable a mi sueño?

FRITZ: Como lo oíste.

BÁRBARA: Sueño, pareces ridículo. Y no tienes sentido.

FRITZ: Ya ves cómo encaja. Eres ridícula con esa sonrisa. Es lo que vimos el otro día, esa ridiculez. Así pues, en el sueño, yo soy ridículo. Yo soy ridículo. Yo soy ridículo. Ya lo sé. Sé que soy ridículo. ¿Qué estás bloqueando ahora?

BÁRBARA: Mi corazón se sale de mi boca. Así, puedo hablar.

FRITZ: Muy bien. Enciértrate. Retírate en ti misma. Ponte en contacto contigo misma. Apártate de nosotros. ¿Qué es lo que experimentas?

¹ Media Psych Corporation.

BÁRBARA: Experimento que mi cuerpo se estremece y veo el océano que salpica en mis ojos. Siento como si me estuviese haciendo más grande y pequeña.

FRITZ: ¿Qué ves ahora? Volviste a nosotros o, al menos, a la silla.

BÁRBARA: (Oliscando). Veo cosas chispeantes.

FRITZ: Muy bien. Tal vez tienes ahora un sueño diferente. Dinos el cuento en tiempo presente. Recuerda las cuatro etapas. Primero, la historia que nos podemos saltar. A continuación, cuenta el sueño en tiempo presente. Tercer paso: conviértete en la directora de escena. Monta la escena. El siguiente paso es convertirte y transformarte en cada una de las pequeñas partes del sueño.

BÁRBARA: Soy una fresa. No. Estoy en una fábrica de leche malteada y hay una máquina muy grande que hace leches malteadas, y mi madre aparece a mi lado y dice: “Te compraré una leche malteada”. Y yo digo: “Muy bien”. Así pues, ella me compra una leche malteada y la gran máquina las hace, y a ella le dan una de chocolate y a mí una de fresa. Y ella sale del lugar, porque obtuvo la suya primero. Yo espero, y me dan la mía. Yo también me voy. Supongo que es un hospital; es este lugar (Risa).

FRITZ: ¿Qué tiene esto de chistoso?

BÁRBARA: No es chistoso (Olfatea).

FRITZ: Bueno. Tenías una sonrisa afectada.

BÁRBARA: Es... es chistoso, pero no es chistoso. Es ridículo.

BÁRBARA: Se lo diré. No me estaba riendo del hospital. Me estaba riendo de lo que sigue. Lo cual era que iba yo al hospital a... a recoger a mi bebido, lo cual era ridículo. No era tiempo todavía. Así pues, tuve que esperar y paseaba por todo el hospital, y había allí toda clase de gente. Y yo estaba.

FRITZ: ¿Te das cuenta de que estás volviendo al tiempo pretérito?

BÁRBARA: (Oliscando). Sí.

FRITZ: Vuelve a donde empezaste a caer en el pasado.

BÁRBARA: Mm... Quisiera una leche malteada. La quiero de fresa. Ahora es mi madre la que me habla. No me dice nada, pero me habla (Pausa). Te veré después. Y ahora me dan mi leche malteada.

FRITZ: ¿A tu madre le dan la leche malteada de fresa?

Bárbara: No. A ella le dan la de chocolate.

FRITZ: La de chocolate. Y a ti te dan la de...

BÁRBARA: Fresa.

FRITZ: Muy bien. Deja que la leche malteada de chocolate y la de fresa hablen entre sí.

BÁRBARA: Yo soy de fresa y tú eres de chocolate. Yo soy rosada. Tengo sabor dulce. Pero yo tengo una clase distinta de dulzura que la tuya. Mi dulzura es, bueno, es verdadera. Es, bueno, no es, bueno, veamos. Bueno, quiero decir, sabe a fruta. Tiene un sabor de algo que tú podrías tener, además.

FRITZ: Favor de sustituir “tiene” por “tengo”.

BÁRBARA: ¡Oh! Yo, yo tengo un sabor como de fruta que se pudiera sacar de la tierra. Y tú, bueno, no sé de dónde vienes tú. Soy una leche malteada de chocolate. Soy, bueno, soy parda, no soy parda, soy, bueno, como parda. Como de un pardo lechoso. Tengo un sabor pronunciado. Tengo una dulzura pronunciada.

FRITZ: ¿Qué ocurre ahora?

BÁRBARA: Creo que la leche malteada de fresa es ridícula.

FRITZ: Díselo a ella.

BÁRBARA: Creo que la leche malteada de fresa es ridícula.

FRITZ: Díselo a ella.

BÁRBARA: Creo que eres ridícula.

FRITZ: Dilo de nuevo.

BÁRBARA: Creo que la leche malteada de fresa es ridícula.

FRITZ: Cambia de asiento. Dile eso a él.

BÁRBARA: Yo soy ridícula para ti, pero, para mí, no soy realmente ridícula. Porque tengo buen sabor.

FRITZ: Di eso a cada miembro del grupo. Tengo buen sabor.

BÁRBARA: Tengo buen sabor. Tengo buen sabor. Tengo buen sabor.

FRITZ: ¿Qué experimentas cuando dices eso?

BÁRBARA: Siento que... siento que tengo buen sabor.

FRITZ: Muy bien. Escojamos otra escena. Que la fábrica de leches malteadas y el hospital hablen entre sí.

BÁRBARA: Soy una fábrica de leches malteadas. Y yo, yo hago leches malteadas para que la gente las tome (Ríe).

FRITZ: ¿A quién le estás hablando?

BÁRBARA: Al hospital.

FRITZ: Dile eso al hospital. Lo dijiste ya. Dilo realmente; envía el mensaje al hospital.

BÁRBARA: Yo, bueno, yo, bueno, hago leches malteadas, para que la gente las tome, y son buenas, son buenas leches malteadas y... pero a veces hacen que la gente se sienta enferma y esa es parte de la razón por la cual tú estás allí y ayudas a que la gente se ponga bien.

FRITZ: Bueno. Ahora, sé el hospital.