

Hola, te invito a pasear por este jardín. Con dulzura, con delicadeza. Las semillas ya fueron esparcidas, y aquí florecen las plantas. No anuncio tu visita, porque este espacio es para que leas y descubras. Encuentra los aromas, contempla los colores. Disfruta mirando lo que ves y viendo lo que miras. Puedes probar el néctar de los pétalos; algunos serán dulces, otros amargos. No hay senderos marcados, camina sin pisar las flores. Sentirás su contacto cuando te toquen. Aquí no hay fieras que temer, pero sí seres humanos. Ellos pueden doler.

Los sentimientos no tienen diseño ni recetas. Este editorial tampoco sigue protocolos no escritos. No hay prisa. Que te acaricie tu propia brisa. Eres la primera persona en explorar este espacio. Alégrate si te duele. Asómbtrate de estar viva.

Has abierto la revista, has leído el primer párrafo, y sigues aquí. Te imagino con cara de sorpresa, con preguntas en la cabeza. Es solo un anticipo de las novedades que encontrarás: color, columnas, destacados, códigos QR, artículos gráficos, un relato literario, un magistral texto sobre pintura, casos clínicos, ensayos, atrevimientos y despedidas. El dolor en primera persona, una ventana abierta a la vida. Ojalá que estas novedades no te distraigan de la lectura, que la forma no desdibuje el fondo.

Mientras lees, el mundo sigue tocando su música: alto el fuego, guerras, incendios, inundaciones, bulos, conspiranoias, accidentes. La amenaza de una nueva era, la trágica melodía de las estadísticas. Por las pantallas entran fragmentos del planeta: Valencia, Ucrania, Gaza, Los Ángeles, el Mediterráneo, África. Excesos de información que se convierten en ruido. Silencios sospechosos. Personas enredadas. Puedes hacer una pausa y buscar tu propio silencio.

Este proyecto se sostiene en dos pilares: los audios de seis Encuentros, que puedes escuchar y reflexionar, y un Blog con una maravillosa Bibliografía. Léela, complétala, enriquece. Participar es la mejor forma de pertenecer.

Esta revista es una ventana al mundo. No separa lo externo de lo interno. Mi recomendación es que te asomes, sin perder de vista tu propio paisaje. Sin paliativos. «Mil muertos son una estadística. Un muerto es una tragedia» (Harari).

La propuesta es escuchar el dolor en primera persona. Escuchar el drama de alguien ayuda a comprender. Expresarlo y compartirlo nos devuelve a nuestra condición humana.

Abre el conmovedor testimonio de Nieves, de Susana, colegas de oficio y profesión. Pongo otros nombres para que evoques los propios: Ana, Aurora, Carmen, Pepa. También están las personas que ayudan y acompañan, como nuestros colegas de Valencia o los sanitarios del Hospital de El Hierro. Completa tú la lista. En nombre de todas las personas de esta Asociación Española de Terapia Gestalt, os transmito nuestro apoyo y agradecimiento.



Una ventana abierta a la vida. © Enrique de Diego

El dolor no se mide en kilos ni en cifras. Su medida es personal, única. No hay comparación posible: a cada persona le duele lo propio, a veces también lo ajeno. El dolor duele, pero no daña. Ojalá este proyecto te ayude, te quite el miedo a sentirlo. Estoy seguro de que te hará despertar a otras realidades y desarrollar tu conciencia.

Espero de todo corazón que disfrutes del jardín que aquí se abre. Deseo que te nutra, que te inspire, que te sirva para descubrir universos propios y ajenos. Que te ayude a apreciar esta maravillosa vida y a disfrutar de estar plenamente vivo.

ENRIQUE DE DIEGO GÓMEZ