EL CAMINO DE LA GESTALT
El triple eje de conocimiento: **Presencia, Consciencia y Responsabilidad.**

El enfoque de la Terapia Gestalt fue creado y desarrollado por Fritz Perls en la década de 1940 (neuropsiquiatra y psicoanalista 1893-1970).

El Triple Eje de desarrollo, que nos muestra uno de sus sucesores, Claudio Naranjo, (psiquiatra y escritor chileno 1932): **Presencia, Consciencia y Responsabilidad**, nos abre un camino de conocimiento por el que poder transitar partiendo del momento presente (el *aquí y el ahora*) para apoderarnos de una manera consciente (en un continuo *darse cuenta*) de nuestra propia experiencia.

En la **Presencia**, se nos descubre al observador como figura que quiere atender a las diferentes realidades que se le presentan. La Presencia la conocemos desde la intención, la intención de estar, la intención de acompañarnos a nosotros mismos durante cada experiencia, desde el interés y la curiosidad de descubrirnos, de habitar nuestra propia vida.

La **Conciencia** aparece como una autoridad que responde a esta intención, una autoridad que acoge *este darse cuenta*, que se apropia de lo observado integrándolo en el fondo de la experiencia, incorporándolo a nuestra totalidad y expandiéndonos.

Por último la **Responsabilidad** se muestra como motor que nos impulsa a la acción. La Responsabilidad es la consecuencia y la suma del *aquí y el ahora* y el *darse cuenta*. Es la amalgama que resulta del tejido entre la información que nos aporta la presencia, y la incorporación de esta información al global de nuestra experiencia formando energía de conciencia. La Responsabilidad nos vuelca al mundo y nos mueve en él.

Esta vía de tres ejes, nos muestra un camino sin vuelta atrás y nos ofrece una guía poderosa, que instante tras instante, nos va llevando hacia una vida vertebrada y construida en la Coherencia.