

**Relaciones entre el Counseling y el tango como manifestaciones del
Enfoque Centrado en la Persona**

por Luciana Siguelboim

Para dar inicio al diálogo, y antes de ir juntos en cualquier dirección, es necesario entrar en contacto. Esto vale para el Counseling, para el tango, para toda circunstancia vital enfocada en el respeto y la celebración de la unicidad de las personas involucradas. Entrar en contacto implica experimentar y comunicar nuestra apertura y disponibilidad ante el otro, apoyadas sobre el reconocimiento y la aceptación de nuestro estado personal, nuestro propio nivel de equilibrio vigente, nuestros secretos movimientos internos que se verán inevitablemente sacudidos por la danza externa que está comenzando. La danza con el mundo externo es siempre una proyección de nuestra pista interna; bailamos para saber quiénes somos, cómo estamos. Cada instante de interacción nos informa sobre nuestros aspectos libres y nuestras limitaciones. Permitir que los movimientos internos se manifiesten, en la conciencia y en el vínculo—como expresión posible en un marco de confianza con el otro, incluso en el caso del counselor cuando el compartirlos favorece el proceso del consultante—, es el gesto de congruencia que nos enriquece. A partir de la aceptación de mi propia experiencia y de la fidelidad integral a ella, fluye la empatía: la relación no interventiva con la experiencia ajena, la percepción limpia del otro que sucede cuando nos hacemos responsables de nuestros propios condicionamientos. Neutralizamos la proyección introyectando su mensaje acerca de aquello que nos afecta. Entonces dejamos de sentirnos amenazados y damos al otro permiso para *ser* en presencia nuestra. Habilitamos el verdadero encuentro, la experiencia transpersonal, la comunión entre seres que se acompañan con genuino gusto por el florecimiento

de ambos. Sin esta disposición afectiva y actitudinal, nos imponemos, nos tironeamos, nos pisamos, nos herimos... No nos escuchamos, no hay vínculo sanador, no hay danza plena.

La atmósfera que nos envuelve y brinda la posibilidad de un vínculo constructivo está dada por la voluntad de encontrarnos uno frente al otro a partir de dicha disposición (que Carl Rogers sintetizó en las tres famosas actitudes). Cuando nos encontramos para el tango, nos enfrentamos y llevamos nuestro peso hacia los metatarsos, provocando que el pecho se adelante y se empalme con el del compañero; así es como, luego de la mirada y del cabeceo de asentimiento mutuo, los rostros dan paso a los corazones. La intimidad se presenta de entrada como desafío que puede ser atenuado eligiendo un abrazo no tan cerrado. Nos ofrecemos mutuamente los brazos, y su empleo espejado (mano con mano y brazo al torso del compañero) opera como encuadre que apoya y conserva el contacto. En el Counseling centrado en la persona, el consultor opera como espejo del consultante para facilitar a éste su autopercepción. Sin embargo, aunque sabemos que en ambos ámbitos el vínculo dado por los roles es asimétrico, tanto en el tango como en la consulta los dos involucrados atraviesan procesos de autoconocimiento y aprendizaje vincular. El descentramiento de un eje respecto del otro en el enfrentamiento postural tanguero es una elocuente representación de lo que ocurre en consulta: una parte de nuestro ser está en contacto con el otro, construyendo y sosteniendo el vínculo, mientras que la otra parte se ubica un poco 'al costado', símbolo del aspecto intrapersonal que resuena con la situación. Para una experiencia óptima de tango, el abrazo debe ser suave pero activo, manteniéndose una leve tensión en la postura que nos permite percibir las intenciones y el grado de comprensión de la otra persona, y reaccionar de manera instantánea. La presencia estable del brazo que toma la mano del compañero posibilita que nuestro mensaje llegue desde nuestra palma hasta su pierna libre; en el tango, como en el proceso de Counseling, como en el

cuerpo de nuestro planeta, una agitación aquí repercute en todo el sistema y provoca un gran movimiento allá donde las partes están más sueltas. Es natural que, tanto en consulta como en el tango, se requiera flexibilidad para dar lugar a que el abrazo se estreche o se amplíe de cada lado según el paso que se está dando a cada instante. En el tango, las intenciones acerca de las cualidades de cada desplazamiento surgen del pecho, y los torsos se buscan constantemente mientras las caderas se disocian para que las piernas (con la energía puesta en su lado interno) ejecuten aquello que ocurre arriba. Al igual que en la danza, durante el proceso de Counseling no es inusual que los efectos de un estrecho y exitoso abrazo sobre los miembros ejecutores exijan una mengua temporaria de la intensidad de la cercanía, pidiendo aire para que la persona desplace todo aquello que ha sido removido.

Cada uno ofrece su presencia desde el rol que habita durante los minutos que dura el encuentro: en ambos ámbitos, quien guiará el viaje (el consultante) elige a su acompañante; si éste (el counselor) acepta su pedido, el primero va a buscarlo y el segundo se dispone a dejarse llevar. El counselor, como el *follower* en tango, percibe la dirección, la velocidad, la distancia, el sentimiento, emitidos por el otro; recibe sus propuestas, la 'puesta delante' que el otro hace de sí, y responde de acuerdo con su sensibilidad, sus conocimientos y su voluntad, pudiendo hacer algunas contrapropuestas. Dado que en el ámbito del Counseling el vínculo se establece específicamente a favor de uno de sus miembros, lo cual no ocurre en tango, el chequeo de percepción (mutuo) es fundamental para aclarar malentendidos e impedir que el counselor 'adorne' el mensaje del consultante con elementos que no corresponden a su marco de referencia. Por su parte, el consultante, como el *leader* en tango, naturalmente selecciona sus propuestas de acuerdo con la comprensión y el seguimiento que percibe por parte de su acompañante. La diferencia estriba en que, mientras que en tango el que guía es quien se encarga de cuidar al otro durante el proceso, en Counseling es el

consultor, en su rol de seguidor, quien debe proteger al otro. Y es que, en este caso, el riesgo de la herida no proviene del exterior porque no es físico, sino que es netamente psicológico y proviene, por lo tanto, del movimiento interno del consultante. Como counselors, no podemos cerrar los ojos como lo hace un *follower* en tango; nuestro 'dejarse llevar' es particularmente activo, porque es contra sí mismo—sus miedos, sus mecanismos de defensa—que el otro puede chocarse en boca nuestra. Nuestras contrapropuestas, en la forma de reflejos y otras intervenciones, deben ser hechas con delicadeza, amorosa claridad y excelente modo (como llevaríamos a cabo, por ejemplo, una barrida). Además de cuidar al otro, nos toca otra tarea propia de *leader*: estar atentos a dónde tiene el consultante puesto el peso; no podemos esperar que el otro desplace el pie sobre el cual descansa todo su peso, porque lo derribaríamos, convirtiendo una propuesta en un *tackle*... Naturalmente, lo que se mueve primero es aquello que tenemos más liviano y, una vez cambiado la base y liberado el peso de ese pie, podemos explorar con él nuevas posibilidades. A veces, incluso si el pie que invitamos a que el otro mueva se encuentra libre, nuestro compañero de ruta no está listo para recibir la invitación, ya sea porque no la comprende o porque la rechaza. Cuando esto sucede, nos toca esperar su siguiente movimiento y percibir hacia dónde desea ser acompañado y hasta dónde puede llegar; quizás haga falta incluso retomar la postura de inicio con el leve balanceo que vuelve a ubicar nuestros pesos del mismo lado. Si el vínculo está cimentado sobre las tres actitudes, el desplazamiento juntos es armónico y sin pisotones: cada participante da su siguiente paso al frente exactamente en el espacio que el otro ha liberado para ello. Esto es así en el tango, en el Counseling y en los demás ámbitos de la vida.

Ciertas convenciones constituyen la base para una exploración compartida, en un espacio común, del estilo, las potencialidades, las dificultades y las ganas de cada uno. Aún si la técnica y el lenguaje son los mismos para todos, las

individualidades invisten a cada diálogo de estilos personales que requieren una adaptación al nuevo *partenaire*—lo que para uno significa una cosa, para otro indica otra—e incluso a cada uno de los momentos de uno ya conocido. Se trata de la aproximación fenomenológica que habilita todo el espectro de experiencias posibles. Cada participante se va acomodando a las características únicas del diálogo en cuestión. En el tango, co-creamos un cálido microcosmos de cuatro minutos en que el cuerpo es la puerta de entrada al proceso interno. Tanto en la danza como en consulta, y en cualquier relación interpersonal, el círculo compartido de los dos va creciendo a medida que ambos miembros continuamos buscándonos y recibiéndonos mutuamente. Y es un círculo que está inserto dentro de otros y sobre ellos repercute: en la milonga bailamos la misma canción que las demás parejas con las que compartimos un círculo dinámico en que respetamos el mismo sentido de circulación e intentamos que cada uno tenga su espacio; en consulta, generamos nuestra propia música según el ritmo de nuestro vínculo y trasladamos lo desplazado y lo aprehendido al resto de nuestros ámbitos vitales. Cada sociedad, cada pareja, cada persona, está compuesta por su propio ritmo, que la unifica. El único criterio de salud que encuentro en todos los casos es que cada uno de los involucrados disfrute del vínculo que elige a cada momento—y, en los momentos más arduos, que lo aproveche conscientemente como terreno de autoconocimiento.

Como profesionales, como bailarines, como seres sociales y sexuales, gozamos de mayor desarrollo cuando nos mantenemos disponibles para acompañar el movimiento del otro, sea una simple caminata, un giro interesante, una tímida hamaquita, un inesperado *sanguchito* o incluso una inquietante colgada... El límite de la aceptación es nuestra propia congruencia. Avanzamos, retrocedemos, probamos el lateral, damos vueltas, jugamos con el grado de compromiso e involucramiento con que juega un niño. Cuando nos tropezamos tenemos la opción de reír. A veces nos entretenemos trazando las grandes figuras que

enseña el libreto, mientras que otras veces un sutil paseo abrazados nos catapulta hacia una experiencia de éxtasis meditativo. Y es que no se trata de incrementar el nivel de estimulación, sino de afinar la sensibilidad para que el menor estímulo haga su efecto y revele nuestra verdad. Aprehendemos la delicia de expandir nuestros campos perceptuales y disfrutar de un viaje que tiene mucho más que ver con *estar* y *habitar* que con *ir*. Cada viaje es único porque cada persona lo es a cada momento, y enfocarnos en ello nos regala la fiesta de sintonizar el *ahora*. Desde mi perspectiva, de eso se trata saber bailar, saber vivir. El lugar, el momento, el abrazo, el baile, la canción, el diálogo, son uno para los dos... Sin embargo, cada persona experimenta lo que le corresponde. Y, sin embargo... cuando logramos una apertura total a la propia experiencia y abrazamos así la del otro, descubrimos que, aquí y ahora, vos y yo también somos uno.