

Oryginalny tekst "Modlitwy Gestalt" , której autorem jest Fritz Perls powstał w 1969 roku.
Modlitwa Gestalt to zaproszenie do autentycznej relacji - takiej bez rezygnowania z siebie na rzecz innych,
i takiej w której nie oczekujemy od innych, by stali się tacy, jakich my chcemy.

"MODLITWA GESTALT":

Ja to Ja, Ty to Ty.

Ja jestem odpowiedzialny za moje życie, Ty za Twoje.

Nie jestem na tym świecie, by spełniać Twoje oczekiwania, ani Ty, by spełniać moje.

Jeśli nasze drogi się skrzyżują to wspianie,

ale jeśli tak się nie stanie, to każdy z nas będzie kroczył swoją własną ścieżką.

Bo nie będę kochał mnie samego, jeśli zdradzę mnie samego dla ciebie,

ani nie pokocham cię, jeśli będziesz taki, jak ja chcę, a nie taki jaki naprawdę jesteś.

Ja to Ja, Ty to Ty.

Fritz Perls