

Peter Bourquin:

Sobre la Vida y la Muerte

- una breve reflexión sobre las Constelaciones Familiares a la luz de un pasaje del Tao Te King

Hace más de dos milenios el filósofo chino Lao Tse legó su sabiduría a la posteridad en forma del Tao Te King, una obra en 81 breves pasajes de aforismos sucesivos. Este libro fundamental para el Taoismo fue dado a conocer al occidente en más de 130 traducciones a lo largo de los años, y hoy en día es el libro más popular de la literatura china filosófica. También para mi es una fuente de inspiración y de vez en cuando me gusta abrirlo al azar. Un día me encontré con el siguiente pasaje que me conmovió, y que quiero tomar como objeto para una reflexión. El cincuentavo pasaje del Tao Te King dice:

"La vida es una salida y la muerte una entrada.

Tres de cada diez son amigos de la vida.

Tres de cada diez son amigos de la muerte.

*Tres también de cada diez son los que,
mientras viven, se acercan a la muerte.*

¿A qué se debe esto?

A que se aferran a la vida."

Obviamente la relación del hombre con la vida y la muerte está en el centro de este pasaje. Somos seres finitos y en última instancia nos desvanecemos. *"La vida es una salida..."* La desaparición de nuestra existencia y la de todo lo demás, este conocimiento que nada permanece ni resiste al tiempo, se nos hace muy difícil a los hombres. El conflicto con la muerte nos acompaña desde pequeños y dura toda la vida.

"...y la muerte una entrada." No sabemos nada de lo que viene después de la vida. Es justo este no-saber lo que da espacio a todo tipo de conjeturas y creencias. Lo

desconocido nos inquieta, nos causa miedo, y nosotros intentamos desterrarlo llenando esto desconocimiento con certezas, cuyo abanico va desde el nihilismo pasando por la reencarnación hasta la vida eterna. Curiosamente tampoco sabemos nada de lo que había antes de que nuestros padres nos concibieran, pero esta consideración no nos provoca miedo pues esta otra incógnita ya queda detrás. Entre estos dos polos de lo desconocido cada uno de nosotros intenta en todo momento consciente e inconscientemente encontrar una actitud adecuada respecto a su vida, cuestionada por la muerte.

Lao Tse observó entre su prójimo tres grupos aproximadamente del mismo tamaño, presentando cada uno de ellos una actitud propia. *"Tres de cada diez son amigos de la vida."* Según mi comprensión son aquellos de entre nosotros, que en cuerpo y alma están enraizados en la vida. Su mirada se dirige hacia la vida, a lo que esta por llegar, y su actitud es presente. La vida late por sus venas, y cuando se encuentran con la muerte, por ejemplo al sufrir la pérdida de un ser querido, lo toman como una parte dolorosa de la experiencia humana. Están en sintonía con ella.

"Tres de cada diez son amigos de la muerte." Me sorprendió en el primer momento la expresión "tres de cada diez", por ser un número elevado. Naturalmente no son todos suicidas en potencia, aunque estos también pertenecen a este grupo. Son aquellos de nosotros, cuya mirada se aparta de la vida y se dirige hacia lo lejano. Su atención interior no está enfocada en el ahora, sino en un punto indefinido situado en el pasado. Allí están presentes interiormente, y aunque corporalmente estén presentes entre nosotros, les distingue una cierta ausencia emocional y del alma.

"Tres también de cada diez son los que, mientras viven, se acercan a la muerte.", percibió Lao Tse y dio como explicación: *"¿A qué se debe esto? A que se aferran a la vida."* Hay muchas personas cuya vida es una negación vivida de la muerte. Su mirada se dirige hacia el futuro, y allí ven el "terror de la vida", que hay que evitar de cualquier manera. Tienen un gran miedo a morir y en consecuencia expulsan la muerte de su vida. O, por el contrario, la desafían para mostrarle que son más fuertes que ella. Pero de las dos maneras se acercan a la muerte, porque esta se transforma en el eje de su vida.

Hasta aquí el aforismo de Lao Tse. Me fascinó comparar sus observaciones existenciales con mis experiencias y verles confirmadas. También los participantes en los talleres de Constelaciones Familiares se distinguen por estas actitudes diferentes hacia la vida. Ahora bien, cualquier trabajo terapéutico tiene como objetivo capacitar al otro para vivir cada vez más en el presente, porque este es el único lugar donde uno

experimenta la vida en su plenitud. La mayoría de los participantes viven la vida con la mirada puesta en el retrovisor, porque están ligados interiormente al pasado, sea por sucesos en su sistema familiar de origen, sea por propias experiencias de la infancia. La pregunta: "¿Para qué quieres constelar esto?", nos aleja del drama de lo vivido, que finalmente no es importante, y nos conduce al presente. A menudo el primer paso y el más decisivo es tomar la vida, tal como nos llegó a través de nuestros padres, simplemente tal como es. Solamente este acto fundamental de asentir a lo vivido hace posible posteriormente otros pasos concretos encaminados hacia soluciones en la vida de la persona, las cuales la conducen cada vez más hacia el presente. En este sentido uno podría decir, que las Constelaciones Familiares son una escuela donde uno aprende a ser amigo de la vida.

Recuerdo que Bert Hellinger dijo una vez en Barcelona que, para ser un buen terapeuta, uno debería estar en sintonía con su propia muerte y con la de los demás. Solo entonces puede uno asentir a todo lo que conforma la vida en su totalidad. Y solo entonces también puede uno estar presente para alguien - ya sea en un taller o en la vida cotidiana - que se agarra a la vida por miedo a la muerte y que aún tiene por delante el paso de asentir a su destino. Porque esto es lo que nos pone en sintonía con nuestro destino: el decir "Si" tanto a nuestro pasado, al de nuestra familia y al de nuestro pueblo, como también decir "Si" a la única certeza que tenemos respecto al futuro, y es la de que un día moriremos y desapareceremos. Con este "Si" alcanzamos nuestra fuerza plena en la vida.

Según mi experiencia los movimientos internos a menudo son lentos. Seguramente he vivido durante muchos años como amigo de la muerte, porque no quería dejar a mi melliza muerta atrás, lo que en consecuencia me impidió llegar a la vida. Este movimiento interno de entregarme cada vez más a la vida duró años. ¿Y puede uno conseguir llegar del todo, al cien por cien? La vida es una paleta llena de colores intermedios y se escapa a la pintura en blanco y negro. En el trabajo con las Constelaciones Familiares es necesaria una sensibilidad afinada para el paso del tiempo y el ritmo de la persona, en caso contrario el acto terapéutico se vuelve violento. Solamente con la percepción del punto actual en el que se encuentra el movimiento interior del cliente, se hace visible cual es el paso posible para él en este momento. O, para decirlo de nuevo en palabras de Lao Tse: *"El momento adecuado determina la calidad del movimiento."*

www.ecosweb.net

Publicado en el ECOS-boletín No 14, noviembre 2007.

* Lao Tse: "Tao Te Ching"; 2002; RBA libros, S.A.; España.