

Wilfried Nelles:

## VER LO QUE ES O APRENDER DE LA VIDA

En las constelaciones familiares se trata de contemplar, de ver la realidad. Hellinger sintetiza a menudo esta realidad en unas pocas frases. Expresan la sustancia de una relación o actitud, de una identidad o sentimiento. “Eres mi padre”, “Eres mi primera mujer”, “Eres mi hijo” (relaciones); “Soy alemán”, “Soy un hombre” (identidad); “He asesinado”, “Me has violado” (actitud); “Te quiero”, “Te odio” (sentimiento), etc. Uno también puede “jugar” con esas frases, hacer de ellas un uso paradójico, destinado a hacer ver a un individuo lo que se ajusta a la realidad. Por ejemplo: un alemán puede hacer decir a un inglés: “Soy un internacionalista (o un cosmopolita o europeo)”. Uno puede así comprobar rápidamente lo ridículo que suena o lo inconsistente que es. Incluso una afirmación del tipo: “Soy alemán, pero me siento europeo” resulta mucho menos insatisfactoria que aquella en uno se congratula de ser alemán. Solo entonces me tomará en serio el inglés, sobre todo, solo entonces confiará en mí. En todas estas frases lo importante es que uno entre en contacto con la realidad correspondiente, que la contemple. Con los ojos cerrados es posible seguir viviendo en un mundo ilusorio, cuando uno los abre y mira se hace imposible.

Las constelaciones familiares fomentan la contemplación. Gracias al principio de la representación es posible hacer visible cualquier aspecto de la realidad psíquica, mostrarla en sus representantes. La realidad entre así en nuestro campo de visión y conseguimos ver lo que es verdad y lo que no, también lo que es posible y lo que no. Cuando colocamos por ejemplo a un representante

del cáncer y el médico o el enfermo le dicen: “Te combato” o “Te venzo”, se hace visible la fuerza de esta afirmación y qué posibilidades reales se tienen. En estos casos -con arreglo a mi experiencia- la respuesta suele ser negativa. El cáncer se encoge de hombros y dice: “Lucha si quieres.” Cabe entonces considerar la posibilidad de adoptar una actitud con más perspectivas de éxito.

La contemplación nos lleva del mundo de los deseos al mundo real. Este es el modo en que las constelaciones familiares fomentan el crecimiento personal. El mundo del niño es un mundo hecho de deseos. Los niños creen que cerrando los ojos y deseando intensamente algo pueden conseguir que sus sueños se hagan realidad. Esta fe infantil, por cierto, se manifiesta hoy en día, fusionada con una pizca de técnica mental, en el pensamiento positivo y diversas tendencias esotéricas. La hallamos también en la fe religiosa tradicional, en la creencia en Dios, en cuyo seno no es raro escuchar que tenemos que creer porque de lo contrario el mundo no se rompa, con lo que se viene a decir que Dios existe si creemos firmemente en él. Esto no es completamente falso, desde luego: cuando estoy profundamente convencido de algo se hace real, porque actúo con arreglo a esa realidad interior. Solo que entonces no hace falta tener fe. En la fe y aún más en el “querer creer firmemente en algo” anida la duda. Sin no existe la duda, una duda silenciosa, al menos, la fe es superflua. El niño que cierra los ojos y desea que su madre sea feliz aún no duda. Su fe está enraizada en la inocencia y no constituye un esfuerzo por vencer la realidad a la que se accede por otros cauces.

El joven se ríe de eso: ¡Niños! ¿Cómo puede alguien ser tan tonto? Ha evolucionado lo suficiente para comprender que el mundo no se pliega así sin más a nuestros deseos. Con todo, no lo suficiente para comprender que tiene que someterse a la realidad. Lucha contra ella. Quiere imponer sus deseos, igual que el niño, solo toma otro camino. Se rebela, protesta e intenta cambiar el mundo. Ha comprendido que el mundo antiguo no es realista, que es un mundo procedente del deseo y de la fe que no se corresponde con la realidad, por eso dice no a ese mundo y lo rechaza, a él y a todo lo que representa. Hasta aquí, de acuerdo. No rechaza en cambio en modo alguno el deseo

mismo, solo el modo de imponer los propios deseos. La conciencia ocupa el lugar de la realidad e intenta dominarla.

Lo hace, con todo, indirectamente. Explica todo lo que es falso. Nada resiste el ataque de un pensamiento ilustrado consecuentemente aplicado. Solo que su última consecuencia es que lo único que queda es nada *-la nada-*, esto es, que debe verse y reconocerse en la nada la realidad última o, dicho con una imagen: que uno tendría que arrodillarse ante la nada como realidad última. Pero con ello se reconocería, al final, una realidad superior, y esto precisamente es lo que la conciencia juvenil (moderna) no quiere ver. Ilustración negativa, crítica: ahí es fuerte la conciencia moderna, pero no extraigamos la última consecuencia, porque eso significaría que también el "yo" dejaría de existir.

La conciencia moderna no solo niega la forma en la que la realidad se presenta a la conciencia infantil o adquiriría en caso de ser moldeada por ella, sino que niega la realidad a secas. Se conduce de la misma forma en relación a los padres y a la familia. Como el mundo antiguo se caracteriza por la inviolabilidad y la cuasi divina autoridad de los padres, por la obligación que se impone a los hijos de obedecerlos, la conciencia moderna, claro está, los rechaza. Pero la conciencia moderna va más allá y piensa que puede abolir a los padres de modo similar a como se ha abolido a Dios; se puede crear a sí misma, no necesita padres, o puede elegir a los padres que quiere. Los padres, sin embargo, a diferencia de Dios, no son una invención humana, existen incluso cuando dejamos de creer en ellos, y seguirían existiendo incluso si los seres humanos fueran criados en probetas. Y no solo existen como algo distinto y externo a nosotros, sino en nuestro interior, de donde no podemos eliminarlos sin eliminarnos a nosotros mismos.

Una conciencia adulta, en cambio, es capaz de distinguir entre deber y ser y de reconocer lo que es. Ve de dónde venimos, cómo ese origen nos ha moldeado, y lo acepta. Comprende también que nuestros deseos no pueden anular el pasado, convertirlo en algo que no ha sucedido, que las terapias no pueden

borrarlo o sustituirlo por otro. Cuando comprende que el deseo de tener otros padres, otra familia u otro pasado es engañoso comprende también, a la par, que el pasado es correcto, comoquiera que haya sido. Siguiendo este camino se acompasa y entra en armonía con su pasado y, con ello, con su vida. Y entonces experimenta alegría, alegría y gratitud por estar ahí. Y esta alegría y gratitud alcanza a todo lo que ha contribuido a que estemos ahí.

Se trata de un proceso completamente natural que ocurre por sí solo cuando nos ponemos a mirar. Paralelamente, uno comprende también que el sufrimiento es el resultado de apartar la mirada de la realidad, de la negativa a entregarse a lo que la vida nos depara. Lo que la vida nos depara es a veces terrible y doloroso, claro está. Soy la última persona que le reprocharía a alguien decir o haber dicho, a la vista de un destino cruel: “Es demasiado para mí”, y haberle vuelto la espalda. Solo afirmo que con ello no conseguimos borrar lo sucedido, sigue formando parte del mundo, queramos mirarlo o no. Es decir: permanece en el mundo tanto tiempo cuanto nos negamos a mirarlo y su fuerza destructiva se perpetúa. Solo cuando lo contemplamos tal y como ha sido conseguimos ponerle punto y final. En el preciso momento en el que contemplo y acepto lo que ha sido, en el momento en que apruebo que haya sido así, entra a formar parte del pasado. Y solo cuando me apruebo a mí mismo, cuando apruebo que soy como soy (lo que incluye también mi origen) estoy enteramente ahí.

Las constelaciones familiares fomentan el proceso de hacerse adulto, porque ponen en el centro el mirar y contemplar. Y al hacerlo se ponen al servicio del crecimiento personal. No atiborrándonos de ideas sobre la espiritualidad, sino conduciéndonos en la vida y haciendo que tomemos parte en su movimiento interior. Para la conciencia moderna, detenida en la rebelión y autosuperación juvenil, alcanzar la edad adulta es el siguiente paso. Y si nos retrotrae a la familia de la que procedemos, no lo hace para retenernos allí, sino porque hemos olvidado algo: decir “sí” y “gracias”.

Para ello se ofrecen dos posibilidades: uno puede coger al cliente de la mano y llevarlo como a un niño hacia su infancia –este es la vía a seguir con la conciencia infantil. A veces este trabajo es indispensable, por ejemplo en el caso de graves traumas o enfermedades psíquicas. Pero también puede animar al niño o al joven a pronunciar claramente el insoslayable no que ha reprimido, para abrir paso con ello al sí a uno mismo y a la vida. La tarea propia de una terapia espiritual consiste en restablecer y fortalecer el contacto con el movimiento interior de la vida y la conciencia. Podemos confiar en que una conciencia adulta aceptará la vida tal y como ella es. De cara a la terapia esto significa: uno ayuda al cliente a ver lo que es. También significa que dejó que su familia y los acontecimientos que han tenido lugar en ella sean como son. En lo referente al trabajo de constelaciones esto supone despedirse del antiguo modo de proceder (el de los años noventa), en el que se sometía a la familia a un nuevo orden.

Un trabajo adulto y espiritual con constelaciones renuncia a cualquier modificación de lo que ha sido. La conciencia adulta, a diferencia de la infantil o joven, de entregarse a la vida tal y como ella es. En eso radica, precisamente, su madurez. Aprueba la procedencia tal y como fue, la infancia y la juventud tal y como fueron, y las deja, con plena aprobación, en el lugar al que pertenecen: el pasado. Con ello quedan dignificados en lo que fueron. El niño que uno vez fuimos, los padres, los muertos, las personas gravemente afectadas por el destino se sienten así percibidas y reconocidas tal y como son. Puede entregarse a su propia vida o descansar al fin en paz, y danos su bendición, la cual nos protege y nos ayuda a vivir.

Wilfried Nelles

Citado de su libro “La Vida no tiene marcha atrás”, p. 273-278.

Publicado en la editorial Desclée de Brouwer, 2011.



# LA VIDA NO TIENE MARCHA ATRÁS

Wilfried Nelles

Evolución de la conciencia,  
crecimiento espiritual y  
**constelación familiar**

DESCLÉE DE BROUWER