

Cuerpo y Alma, Vida y Muerte

Tomado de un trabajo de Bert Helinger y las Constelaciones Familiares

Hay una interacción entre el cuerpo y el alma, teniendo en cuenta que las causas de las enfermedades, al menos en parte, se hallan en el ámbito del alma o de la historia familiar. Esto quiere decir, que junto al tratamiento médico, también hay que reconocer y poner en orden algo en el alma. Muchas veces cuando pensamos en el cuerpo y en el alma, pensamos que el cuerpo es material y el alma se añade como una fuerza vivificante. Pero nuestro cuerpo, desde un principio, se encuentra animado, y es parte de un eslabón de una larga cadena que une a todos, antes y después, y también a todos los que nos rodean, como si entre todos tuviéramos parte en una vida y en un alma comunes. El alma, por lo tanto, va más allá de nosotros, abarcando también a nuestro entorno. A pesar de esto, la experimentamos como referida a nuestro cuerpo.

También hay una parte nuestra, que llamamos el yo, y que podemos experimentar como observándonos. Este centro, el yo, es como si hablara con el cuerpo y su alma, asiente o resistiéndose a sus movimientos, estando en consonancia con ellos o haciendo su propia voluntad. Así esta interacción favorece o amenaza al cuerpo, y la observación y la experiencia nos permiten saber cuando le sirve ya cuando le perjudica.

Generalmente asociamos el yo al estado consciente, al libre albedrío, a la razón, al control. Sin embargo, si bien en parte esto es cierto, no todo lo que el yo pretende es razonable y libre, porque muchas veces el yo es impulsivo, ciego y hasta autodestructivo, que pone en riesgo la salud. El cuerpo se resiste, por ejemplo, cayendo enfermo, perdiendo fuerzas, hiriéndose o doliendo. De esta manera hace reaccionar y entrar en razón al yo. A través de ellos, el yo encuentra sus límites, y asimismo se hace más sabio y conocedor de sí mismo, haciéndose más consciente tanto de sus posibilidades como de sus límites.

Tanto la Psicología como la Psicoterapia conocen el trasfondo inconsciente del yo y cuentan con muchos métodos para esclarecer al yo sobre sus conductas enfermizas.

Familia y Alma

El alma no sólo actúa en el cuerpo, ni esta presa en él como algunos dicen. El alma se encuen-

tra en interacción con su entorno, y este entorno comprende, sobre todo la familia, la red familiar, en la que recibimos vida, y transmitimos vida, si podemos.

Obviamente, la familia y la red familiar tienen un alma y una conciencia comunes que los vinculan y que muchas veces los miembros están dirigidos con un orden mayormente inconsciente, de la misma manera que el alma determina la interacción entre los diferentes miembros y órganos del cuerpo.

Familia y enfermedad

El hecho que esta red familiar haga que estemos interconectados y que influya entre los miembros entre sí, hace, que muchas veces, como decía al principio, la enfermedad este relacionada con algo que hay que poner en orden en la familia.

Cuando muere uno de los miembros de la familia tempranamente, muertes de hermanos, cuando han habido situaciones trágicas que se han negado, u otras parecidas, frecuentemente otro miembro de la familia, muchas veces uno de los hijos, interiormente y de forma inconsciente, le dice al muerto, “yo te sigo”. Siente una atracción hacia la muerte, poniendo su vida en peligro, descuidándose y no pudiendo entrar en sintonía con la vida, como en las depresiones u otras enfermedades. La persona cree que a través de su propia muerte, o sus síntomas, podrá superar la separación y el dolor por la muerte. Pero este es un amor ciego y poderoso, que no puede redimir lo sucedido.

Una constelación familiar nos brinda la oportunidad la inutilidad y la ceguera de esta amor. Permite poner el desorden en el alma familiar. Y de esta manera la persona puede sentirse realmente viva. Vivir para vivir ahora, porque sólo ahora nos podemos experimentar como vivos. Sólo ahora es cuando nuestra vida obtiene su plenitud y su profundidad.

Sólo ahora es cuando logramos establecer una relación con lo que la mantiene viva, con aquello que indica que su devenir está más allá de ella y que la lleva más allá.

