



Wilfried Nelles

El mundo en que vivimos

*La conciencia
y el camino del alma*

Desclée De Brouwer

Wilfried Nelles

El mundo en que vivimos

La conciencia y el camino del alma

Desclée De Brouwer

Copyright © 2020 deutsche Ausgabe, Innenwelt Verlag GmbH, Köln
www.innenwelt-verlag.de

Original title:

Die Welt in der wir leben:

Das Bewusstsein und der Weg der Seele

Traducción:

María del Carmen Blanco Moreno

Revisión Técnica:

Anna María Villar Peruga

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2021

C/ Henao, 6 – 48009 BILBAO

www.edesclée.com

info@edesclée.com

Facebook: EditorialDesclee

Tiwtter: @EdDesclee

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) –www.cedro.org– si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Impreso en España – Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-3147-1

Depósito Legal: BI-1250-2021

Impresión: Grafo S.A. - Basauri

Índice

Agradecimientos	15
Prólogo.	17

I

SER HUMANO, MUNDO Y CONCIENCIA

Mi mundo y tu mundo.	23
Conciencia.	29
Ser humano significa ser consciente o: la pregunta por el sentido.	32
El final de los grandes relatos.	34
La pregunta por el sentido y la psicología	35
¿Un nuevo relato? Sobre este libro	37
Las etapas de la vida humana y de la conciencia.	42
Del seno materno a la tumba: el camino del cuerpo	44
De la simbiosis a la unidad: el camino del espíritu.	48
Las etapas de la vida y de la conciencia en una visión de conjunto	52

II

EL CAMINO DE SALIDA HACIA LA VIDA

Etapa 1. La madre como tierra, la tierra como madre.	
La conciencia simbiótica de unidad	57
El mundo del niño aún no nacido.	57
Simbiosis	60
Captar: percibir por medio de los sentidos y el cuerpo	62
El «niño cambiado»	65
El «niño cuco»	66
¿Cómo «siente» un niño aún no nacido?	71
Nuestro origen es la vida misma	76
Los padres no son opcionales.	78
La madre como tierra del ser humano	79
El parto: la primera separación.	81
La «unidad» con la naturaleza: la conciencia simbiótica	86
Mito y realidad	86
La expulsión del paraíso	90
Historia (<i>history</i>) e historias (<i>stories</i>)	92
Resumen	94
Etapa 2. La infancia: la conciencia de grupo	97
El mundo del niño.	97
Un cambio de mundo	97
Libertad y dependencia	100
El padre y la madre: los padres biológicos y su importancia	102
Excurso 1. Constelación familiar	104
Excurso 2. Los tiempos modernos	107
Vinculación	110
Separación y vinculación	113
El amor infantil.	116
Mamá, por ti haría cualquier cosa	120
De captar a sentir.	123
La familia como seno espiritual-emocional.	124

ÍNDICE

El grupo: el hogar de la conciencia infantil	128
El grupo como hogar.	128
La religión	135
Pertenencia	139
Conciencia de grupo y egoísmo	143
Etapa 3. La juventud: la conciencia del yo y la modernidad.	145
¿Qué es la juventud?	145
El joven y su mundo	147
La pubertad	147
La juventud como búsqueda	148
La juventud como proceso de nacimiento	151
Orgullo y soledad	154
Pensar en vez de sentir	156
Idea en vez de realidad	159
Juventud en vez de iniciación	162
La persona moderna y la conciencia moderna.	166
<i>Nowhere man</i> [El hombre de ninguna parte]	166
La mirada hacia arriba: una mirada al vacío	167
La «inversión del ser»: del hombre al «hombre-dios»	171
El arte moderno	175
De fuera hacia dentro	178
El «libre» albedrío.	181
Del sentir infantil a la idea abstracta	185
Universal y abstracto, idea y realidad	187
Excurso: ¿es vinculante nuestro sexo o podemos elegirlo?	190
Dios estuvo muerto solo tres días, pero después resucitó.	197
La muerte viene de dentro	198
El problema del sentido	206
La soledad y el orgullo del joven y de la conciencia moderna: una visión de conjunto personal	209
¿Es posible superar la modernidad?	221

III

EL CAMINO DE INMERSIÓN EN LA VIDA

Etapa 4. Ser adulto: la autoconciencia y la iniciación al sí-mismo en el Proceso de Integración de Vida (PIV)	229
Así habló Zaratustra	229
El adulto	232
El punto de inflexión en la vida.	232
La en-ajenación del cuerpo.	234
La re-memoración del espíritu.	235
Entrar en la realidad	237
El nacimiento espiritual: el segundo nacimiento del ser humano	240
Límites	240
Lo posible y lo real.	243
Comprometerse con la vida	244
Responsabilidad	245
Soledad y pertenencia	248
El nacimiento del sí-mismo como caída en la «intemperie»	250
Maestros espirituales como parteras	252
El conocimiento inconsciente: verse en el espejo.	254
El Proceso de Integración de Vida (PIV): una iniciación al crecimiento espiritual	258
El descubrimiento del PIV	258
«Tú ya lo sabes todo»: mi historia.	260
La tarea interior	264
El camino.	267
Una mirada al Proceso de Integración de Vida	270
EL PIV como espejo del alma	271
El trauma	272
La infancia pertenece al niño: el tratamiento del trauma en el PIV.	275
«Retraumatización»	282

ÍNDICE

El pasado es pasado	287
Todas las heridas pueden curarse	291
Integración vital o: la vida acontece	292
Culpa y mérito	294
El Proceso de Integración de Vida como rito de iniciación moderno	297
El yo y el sí-mismo	298
Se trata de vivirlo todo	307
La actitud fenomenológica	309
Percepción espiritual	313
Fenomenología en la vida cotidiana	317
Crear y confiar	320
El amor	326
El primer amor	326
En relación y a solas: el amor adulto	330
El amor en la terapia	332
La confusión entre interior y exterior	338
Etapa 5. La entrada en la vejez: la conciencia espiritual.	341
La menopausia: la entrada en la vejez	341
La conciencia espiritual: creatividad y revelación	345
Etapa 6. Vejez y madurez: la conciencia de la unidad	361
Etapa 7. La muerte: la conciencia universal	367
Epílogo	377
Bibliografía	379

Prólogo

Febrero de 1979

Me encuentro tendido en la cálida arena de una playa de Ko Samui, una isla pequeña y desconocida del sur de Tailandia. Mi esposa y yo hemos llegado esta mañana. Es mi primer viaje realmente largo; antes hemos estado unos días en Bangkok, donde un compañero de estudios, con quien en su día intercambié ocasionalmente algunas palabras en la biblioteca, es desde hace poco tiempo responsable de la Oficina de Asia Sudoriental del Servicio Alemán de Desarrollo. Un amigo común, actual colaborador del proyecto de investigación que dirijo en la Universidad de Bonn, vino a visitarlo no hace mucho. Lo que me contó a su vuelta suscitó mi entusiasmo por Tailandia y despertó de nuevo la misteriosa magia del Oriente asiático, que siempre me ha fascinado desde mi juventud. Yo le he traído salami y pan de centeno, y él nos ha llevado en su primer viaje de negocios a proyectos alemanes de desarrollo en el sur de Tailandia. Ko Samui es la última parada; él va a regresar, nosotros nos quedaremos aquí una semana más.

Aquí me encuentro con mi sueño del mar del Sur. Palmeras y árboles tropicales de copas anchas, arena y mar cálido, unas cuantas cabañas de bambú en la playa, un poco de civilización, lo suficiente para conducir con una de las pocas camionetas sobre pistas de arena desde el puerto hasta aquí y de vuelta, un pequeño mostrador con encimera, agua, cocina de gas y una «nevera» llena de

bloques de hielo que vienen diariamente en *ferry* desde el continente, unas cuantas mesas y sillas de madera bajo un techo de palma como «restaurante», comida sencilla pero buena y, sí, también cerveza, que cuesta más que una cena, un baño con una bañera y un retrete junto al que hay un cubo para echar agua, y una ducha exterior detrás de la cabaña, por la noche algo de luz durante un corto tiempo con electricidad de un generador. Por lo demás, quietud.

Del mar sale una luna enorme, es luna llena. Las coronas de las palmeras forman un techo abierto sobre mí, mi cuerpo se fusiona con la tierra. Después de cenar le di unas cuantas caladas a un porro –todos, tanto los turistas mochileros, que no llegan ni a diez, como los locales fuman hierba aquí–. No soy fumador y las dos veces que había probado un porro en casa cuando tenía unos veinte años no me habían impresionado mucho, así que no sentí necesidad de más, pero aquí parecía que se ajustaba al ambiente y no quería quedarme al margen. Mientras mi cuerpo se hunde en la tierra, de modo que me siento totalmente uno con ella, oigo el suave, lento y regular chapoteo del mar, que aquí es muy tranquilo y cuya suave incursión en la arena imprime un ritmo a la quietud: chap... chap... chap. Muy suavemente, muy lentamente. De repente veo: esto es, esto es todo, esto es el mundo, esto es la vida: chap... chap... chap. Durante millones y millones de años, día tras día: chap... chap... chap.

Por momentos soy uno con él, solo mi mente, que percibe esto, sigue ahí, pero también está muy tranquila. Paz, la paz más profunda. Entonces el pensamiento regresa lentamente: «... y bajo este eterno movimiento, en medio de este eterno y uniforme chapoteo, un pez se come a otro, nace, lucha y muere». Veo que esto es parte de ello, que no es una contradicción, que la sensación de profunda paz permanece. Vuelvo a captar mi cuerpo, pero no sé dónde termina este y dónde comienza el suelo o el aire, y de repente una fuerte risa brota de la profundidad de mi vientre. Me veo a mí mismo en Alemania en mi proyecto de investigación, veo cómo debatimos y nos enfrentamos en los debates internos y en los congresos, veo con qué seriedad nos tomamos todo esto, cómo creemos que tenemos

que cambiar el mundo o al menos darle forma, y no puedo dejar de reír: «Doctor Wilfried Nelles, politólogo», grito. Mi esposa, que está sentada veinte metros detrás de mí delante de nuestra cabaña, viene y pregunta qué está pasando. «Todo está bien», le respondo. «Solo he visto la realidad».

Todo está bien y, sin embargo, nada es lo mismo que antes. Muchas décadas después conocí la canción *Anthem* [Himno] de Leonard Cohen y a menudo la cito (y de vez en cuando la canto) en mis cursos: «Hay una grieta en todo / así es como entra la luz». Esa noche una grieta atravesó mi vida y en ella entró una pequeña luz que no se ha apagado. Me parece que la grieta fue causada por el hecho de que tanto externamente (en una playa tropical) como internamente (como resultado de la marihuana) estaba en un lugar completamente distinto del habitual, de modo que de repente, después de haber estado inmerso en estos extraños mundos durante un breve tiempo, pude ver mi mundo familiar y la vida en él desde el exterior. Tres años más tarde, el proyecto de investigación y, con él, mi profundo deseo de cambiar y mejorar el mundo habían terminado, y sospechaba que mi trabajo en la ciencia tampoco duraría mucho. En los años siguientes la grieta se hizo cada vez más grande y la luz más brillante. La búsqueda espiritual, el giro hacia el lado interior de la vida, comenzó, primero muy personalmente, luego también profesionalmente.

* * *

40 años después, octubre de 2019

De nuevo estoy sentado junto al agua en Tailandia, esta vez en un embarcadero de madera en el río Kwai, no lejos de la frontera con Myanmar. Estoy alojado en un precioso complejo hotelero de cuatro estrellas en la jungla, cuyos bungalós desaparecen entre los árboles. Aquí no hay nada más que el río y la selva, grandes cuevas con murciélagos, una aldea mon (los mon son hoy una pequeña minoría étnica; pero, junto con los jemer, son los pobladores más

antiguos de Tailandia) y el Paso del Fuego del Infierno, donde los ingleses lucharon contra los japoneses en la Segunda Guerra Mundial y que se hizo famoso con la película *El puente sobre el río Kwai*, con Alec Guinness de protagonista. Cada día van y vienen turistas de todo el mundo, son llevados al hotel con largas lanchas, se quedan una o dos noches, hacen alguna ruta y desaparecen de nuevo. Aparte de eso, reina la quietud.

El agua fluye tranquilamente río abajo. Miro cómo fluye y pienso: Todo ha estado bajando por la corriente durante millones de años. Todo cambia y todo permanece igual. Igual todos los días. Me viene a la mente el Siddhartha de Hermann Hesse: lo imagino sentado junto al río con Vasudeva, el viejo barquero y amigo, y de repente ve en el fluir del río su propia vida y todas las formas de vida, dando a luz, amando, odiando, esforzándose, buscando y muriendo, y en el suave sonido del fluir reconoce que «todas las voces, todas las metas, todos los anhelos, todos los sufrimientos, toda la lujuria, todo el bien y el mal, todo junto era el mundo. Todo junto era el flujo de los eventos, la música de la vida». Veo el flujo constante y pienso: en la naturaleza todo es igualmente válido, y también todo es indiferente a cuanto sucede.

En la orilla opuesta, en la pared del karst vertical, de casi doscientos metros de altura, que está perforada por grandes cuevas y en la que árboles de cien metros de altura hunden sus raíces en pequeños afloramientos rocosos, una horda de monos empieza a avanzar a través de las copas de los árboles. Hacen esto todos los días cuando el sol desaparece detrás de las montañas, al igual que a las seis en punto, al anochecer, los grillos comienzan su concierto ensordecedor y lo concluyen una hora más tarde, cuando ya está completamente oscuro, desde hace millones de años, día tras día. Todo y todos están en movimiento, pero nadie «hace» nada, todo se mueve y es movido de acuerdo con las leyes de la naturaleza. Y mientras tanto, los seres humanos corren pensando que ellos y su vida (e incluso su pensamiento) son importantes y que deben entenderlo todo y luego tenerlo todo bajo control.

I

Ser humano, mundo
y conciencia

Mi mundo y tu mundo

Todos vivimos en un mundo diferente, cada uno en el suyo, y ninguno de estos mundos es la realidad. Discutimos sobre lo que es correcto, lo que uno debe hacer o no hacer en absoluto, o cuál es la «verdad», porque cada uno ve el mundo y la vida de manera distinta y piensa que su punto de vista es el correcto. Cuando cuatro personas se sientan en una habitación, cada una frente a una de las cuatro paredes, y ven la habitación, cada una ve algo distinto. Su experiencia de la habitación es diferente, la pared que una persona ve enfrente es vista por otras dos de lado, y ni siquiera es vista por la persona restante; y toda la habitación es percibida de manera diferente dependiendo del lugar en que cada persona se sienta. Ninguna perspectiva es incorrecta, pero todas son incompletas.

Cada uno mira desde una perspectiva diferente, desde un lugar distinto, y cada uno ve solo lo que se puede ver desde ese lugar, es decir, desde su «punto de vista» –expresión que, por cierto, es muy precisa–. Pero en la mayoría de los casos, especialmente cuando se trata de cosas que son importantes para nosotros, pensamos que este punto de vista es más que un punto de vista, creemos que es lo correcto, e incluso que es la realidad o la verdad. Siempre que uno sea modesto y sepa o admita que su punto de vista depende de su ubicación y de la perspectiva dependiente de ella, no pondrá su propio punto de vista por encima de los de los demás, sino que tomará los

puntos de vista de los otros y los añadirá a los suyos, ampliando así su imagen del mundo y de sí mismo.

Para ver lo que esto significa para tu imagen del mundo y de las personas que te rodean, puedes hacer la siguiente prueba: Si tienes hermanos o hermanas, haz que cada uno de ellos describa a vuestros padres: cómo era (es) vuestra madre, cómo era vuestro padre, cuáles eran sus fortalezas y debilidades, cómo era la relación entre ellos, cómo os trataban a los hijos, etc. Descubrirás que cada uno de vosotros tiene padres diferentes. Cada uno tiene una familia distinta, aunque en realidad es siempre la misma familia. Sin embargo, en la mayoría de los casos todos insisten en que su imagen es la correcta, en que su valoración de los padres es acertada y en que su infancia fue efectivamente como la sienten.

Puedes hacer lo mismo con tu pareja, con compañeros de trabajo o con amigos: Cada uno ve al otro de manera diferente. Esto se aplica no solo a la imagen general que se tiene de él, sino también a la descripción de los hechos, es decir, a las cosas y procesos que son aparentemente objetivos. Todos tienen dos caras: la realidad fáctica y la que aparece en la mirada del observador.

Conozco a mi esposa desde hace casi medio siglo, y llevamos cuarenta y cinco años conviviendo; incluso cuando hablamos de acontecimientos que hemos vivido juntos, nuestros recuerdos e historias a menudo divergen considerablemente, a veces hasta el punto de contradecirse. Esto es aún más cierto en lo relativo a la descripción y valoración de otras personas. Con todo, actualmente casi siempre somos capaces de no entablar discusiones sobre esto; al contrario, tomamos la perspectiva del otro como su manera de ver las cosas y la aceptamos¹. Esto es muy beneficioso y enriquecedor, pero durante muchos años solo fue posible después de haber discutido antes, a veces muy violentamente, sobre todo si estaba presente una tercera persona. A menudo cada uno se replegaba a su propio mundo y ambos nos

1. Sin embargo, el hecho de que uno acepte la opinión del otro no impide que uno se aferre interiormente a la suya como la correcta. La tolerancia puede ser compatible con la ignorancia y la arrogancia. La comprensión real solo se puede lograr cuando reconoces que la verdad del otro es tan verdadera como la tuya.

sentíamos incomprendidos. Solo el amor era capaz de tender un puente, aunque seguíamos sin entendernos. Nuestros mundos no son coincidentes ni lo serán nunca. Sobre todo a mí, que tenía profundamente arraigado el sueño de que debía ser posible ponerse de acuerdo sobre la verdad², me resultó muy doloroso reconocerlo.

Pero esto no solo sucede entre personas diferentes, sino también en una y la misma persona. Nuestro mundo (nuestra visión del mundo y de nosotros mismos) cambia de continuo, en general de manera gradual y de forma casi imperceptible, pero a veces lo hace repentina y bruscamente. De niño tenía una imagen de mis padres completamente distinta de la que tenía con veinte años, que a su vez difiere mucho de como los veía a los sesenta. También cambia la imagen del mundo, por lo que hace tanto a lo fáctico como a las ideas sobre lo que es bueno, importante y correcto. De igual modo ha cambiado la imagen que tenía de mí mismo, de quién soy, qué puedo y qué quiero. Si pudiéramos pintar o fotografiar estas imágenes o hacer una película con ellas, llegaríamos a ver mundos totalmente distintos. He creído otras cosas, he pensado que otras cosas son correctas o buenas o incorrectas o malvadas o hermosas o feas o importantes o indispensables o indiferentes o posibles o imposibles o verdaderas. La imagen que tengo de las personas que me rodean, o del tiempo y sus acontecimientos, cambia sin cesar, no solo porque el mundo cambia permanentemente, sino también porque yo cambio permanentemente. Lo mismo se puede decir sobre la imagen que tengo de mí.

2. Desde la perspectiva teórica ha sido Jürgen Habermas quien ha formulado este sueño en su teoría del «discurso libre de dominación». Según Habermas, cuando las personas están dispuestas a hablarse y escucharse racionalmente y sin deseo de dominar a las demás, surge al final una comprensión que todos los participantes en el discurso sienten como la verdad. Cuando, a los treinta y tantos años, me di cuenta de que en el proyecto de investigación que dirigía en ese momento, en el que esta teoría determinaba nuestro trabajo, prácticamente no había logrado llevar los diferentes puntos de vista de nuestro equipo a un verdadero consenso, sufrí un grave colapso físico, a consecuencia del cual me di cuenta de que mi visión del mundo, con su fe en la razón, se había hecho añicos. Sin embargo, bajo tierra y de manera muy sutil, esta creencia persistió durante mucho tiempo. Aunque por lo general estallan de repente, parece que nuestros sueños más profundos mueren muy lentamente.