



LA FAMILIA: LA GRAN ESCUELA DE VIDA

La familia es donde aprendemos todo: lo que es importante y lo que no, la forma de pensar, de sentir, de enfrentarse a las situaciones que la vida va creando, la manera de amar, de expresar, de manejar o eludir los conflictos... Podemos afirmar que la referencia básica sobre la que creas tu forma de vivir la aprendes en esta primera escuela, la familia que te ha tocado.

La forma en que se maneja la familia va a dejar marcas profundas en el psiquismo de todos sus miembros. Otra cosa es que te guste o no te guste el funcionamiento que has tenido que aprender. Puedes seguir las directrices al pie de la letra o estar continuamente queriendo actuar al contrario de cómo lo hace tu familia, pero el punto de partida sigue siendo lo aprendido en la infancia. Mientras tengas un vínculo emocional represor con el clan, sea de dependencia o de rechazo, tu conducta va a estar basada en lo que has aprendido de tu “escuela familiar”.

Solamente cuando esta atadura emocional se suelta, cuando tú maduras y te emancipas emocionalmente, es cuando dejas de usar lo aprendido en casa como punto de referencia. Es cuando puedes sentirte libre y capaz de actuar acorde con tu propia naturaleza esencial, sin dejarte influenciar por toda la carga del clan familiar. En este momento, es cuando puedes responsabilizarte libre y gustosamente de tu forma de vivir la vida, de una manera coherente con tu Yo profundo.

Mientras esto no ocurre, sigues proyectando la forma negativa en que te trataron tus padres, tus hermanos, tus tíos o tus abuelos, en la actitud de tu pareja, de tu jefe, de tu socio, de tus amigos... No consigues separar las cosas, siempre

volviendo a sentir lo de antes, sea rechazo, sea agresión, sea exigencia, sea miedo, decepción o injusticia.

No eres capaz de percibir que ya no eres una personita sin recursos, te olvidas de que el mundo ahora es otro, el escenario es otro, las personas son otras, porque emocionalmente sigues re-viviendo lo mismo. Desde esa posición no podrás evitar seguir reaccionando ante las personas de tu entorno adulto tal y como reaccionabas ante los miembros de tu familia o las personas importantes de tu infancia y adolescencia. Porque todavía no has purificado y neutralizado las experiencias que se han quedado grabadas en tu inconsciente. Éste es el filtro por el que pasan todas las informaciones que llegan a tu cerebro, y este filtro todavía no está limpio.

No es posible conseguir esta libertad sin un contacto y una mirada al profundo pozo incrustado en tu inconsciente, donde está guardada toda la información de antaño. Cuando eras pequeño/a, no tenías recursos ni podías revertir las situaciones. La familia en la que cae un niño es simplemente la que le toca. No tiene posibilidad de ir a formarse en otro lugar. Queriéndolo o no, va a absorber todo lo que ha creado este grupo, sea constructivo y amoroso, o destructivo y doloroso. El niño es como una esponja, y absorbe aquello que vibra en el seno del grupo. No puede escoger ni evitar esta comunión con el tipo de emocionalidad que genere el clan. Es algo automático, ocurre solo.

Y una parte de ti se queda parada ahí, en esta emoción que ha interiorizado y se ha hecho casi crónica. Como si un pedazo tuyo se hubiese quedado parado en aquellas experiencias, como un grito suspendido en el aire... es una parte que necesita ser rescatada, sanada, integrada, para que te sientas completo y vital.

El niño no es responsable de lo que absorbe, ya que no lo puede

evitar. Pero cuando crece, si no toma conciencia de todo este contenido inconsciente, va a seguir repitiendo interminable y automáticamente las mismas reacciones y conductas. No va a evolucionar. Se va a llevar siempre los mismos disgustos, los mismos enfados, las mismas decepciones, tendrá el mismo miedo... La evolución va a ser difícil porque habrá un obstáculo interno a cualquier movimiento en dirección a la libertad, pues esta parte está enganchada a las viejas sensaciones.

Tampoco podrás liberar tu forma de pensar, pues las ideas también estarán enganchadas y atascadas en los valores aprendidos o en la negación de ellos. Tanto en un caso como en el otro, no te consigues desvincular de lo aprendido en la infancia. La prisión es la misma: no tienes libertad ni puedes explorar todo el abanico de posibilidades. Teniendo en cuenta que el sistema de creencias es el raíl por el que circula todo el sistema energético y vital, no habrá forma de crear algo nuevo y genuinamente tuyo. Vuelves a estar encerrado, encogido en un espacio mucho menor que aquel al que estás destinado/a.

Todos estos patrones familiares van a estar pesando en tu vida y limitando tu capacidad y tu poder personal. En algunas ocasiones vas a actuar como un niño, cargando con las consecuencias de tu inmadurez. Buscando atención de una forma inconsciente y repitiendo así las emociones que has detestado sentir en la infancia. Todo ello acompañado de un resentimiento que envenena tu corazón y te ata a todo lo viejo, caído e inapropiado del pasado. El resentimiento, tal como su nombre indica, te hace volver a sentir siempre lo mismo y es una vinculación profunda con aquello de lo que te resientes, sea una situación o una persona. Una prisión sin salida.

Sólo cuando eres capaz de comprender con profundidad por qué tu padre, tu madre o tus ancestros fueron como fueron, las razones ocultas que han pesado y a veces siguen pesando

en su conducta, sólo cuando comprendes cuántas influencias afectan a una persona, direccionando su comportamiento, es cuando puedes acceder al perdón y a la compasión. Y cuando consigues perdonar y tener compasión con los demás, es cuando abres la puerta a perdonarte a ti mismo, a comprenderte, amarte y quedar en paz contigo.

Exactamente éste es el propósito del trabajo terapéutico denominado **'Purificar la infancia y la adolescencia'**, primer paso del método llamado "El Juego de la Atención", encuadrado en la Psicología Transpersonal e impartido por Marly Kuenerz. La purificación de los patrones y creencias inculcadas en la escuela familiar de origen, así como alcanzar la armonía con cada una de la figuras importantes de la infancia, es la meta primordial de este primer módulo, que se dará en Sevilla.

Este curso se imparte en tres días, en los cuáles se hace un repaso profundo y consciente de todo lo que ha quedado grabado en el inconsciente y cuál es su repercusión en la vida de hoy. Se hace un trabajo de purificación, de comprensión y perdón de la historia personal y de todas las influencias importantes de la vida de la persona. Son tres días en que ocurre una gran renovación emocional y una profunda conexión con uno mismo, en un aprendizaje muy rico, donde se hace un trabajo terapéutico equivalente a muchos meses de terapia individual. ■

(Más información: Entrevista a Marly Kuenerz en *El Despertador* nº 27, págs. 20-23)

Marly Kuenerz. Psicóloga clínica transpersonal
 Creadora de *El Juego de la Atención*. www.eljuegodelatencion.com
 Contacto en Sevilla: eljuegodelatencionsevilla@gmail.com
 Almudena Aparicio 647 467 878

El juego de la atención

www.eljuegodelatencion.com



Módulo I en SEVILLA 'Purificar la infancia y la adolescencia'

21, 22 y 23 noviembre 2014



Marly Kuenerz en Sevilla

Conferencia gratuita:
viernes 10 de octubre 2014
 19:30 h en BIOTIENDA



Reserva tu plaza

+INFO:

647 467 878

eljuegodelatencionsevilla@gmail.com