7 GERMAN 08/06/13 17:24 Página 1

CUERPO + MENTE + ESPÍRITU

Y cuál es el cómo de la re-conciliación?

En primer lugar, sanar la fractura en el ser comienza por aceptar y reconocer al otro, como alguien tan legítimo como yo. Aceptar al otro como legitimo es la base del respeto. La tolerancia no basta, porque en definitiva es la negación pospuesta, porque tolerar en el fondo no es más que aceptar que tengo que "calarme" el convivir contigo, pero sigo pensando que yo tengo la razón.

Cuando comenzamos a reconocer la mirada del otro como una mirada diferente a la mía, no mejor o peor, simplemente diferente, que probablemente está viendo cosas que yo aún no he logrado ver y que aproximarme a esa otra mirada no implica negar la mía sino por el contrario, ampliarla y enriquecerla, es cuando comenzamos a construir los primeros espacios de encuentro y por lo tanto, los primeros pasos hacia la re-conciliación.

En segundo lugar:

• Desapegarse de la conciencia egocéntrica, es decir aquella conciencia que identifica la realidad con mi interés personal. Dicho con palabras sencillas lo importante es que gane mi grupo, partido o facción. Una manera de entender si estoy en una conciencia de este tipo es identificar que me duele en las situaciones que afronto: si me duele solo mi interés o mi derecho (y eso es lo que defiendo), entonces mi conciencia es egocéntrica. Eso no está mal, pero hay que reconocer que es una conciencia pobre, limitada a las fronteras de mi "yo". Yo soy responsable de mí mismo, el otro no entra en mi mapa de responsabilidad.

• El emerger de una conciencia comunitaria, es decir centrada en el valor de nuestra cultura y la de la gente, es decir en la comunidad concreta a la que pertenezco. En este caso mi interés y mis derechos están alineados con los de quienes tengo un vínculo de colaboración e interdependencia desde mi nacimiento. De alguna forma me siento responsable por el otro.

• Por último, reconocer que la re-conciliación es un proceso en el que no bastará aceptar al otro, sino que requerirá reconocer que hay heridas que sanar. Será la hora de reconocer que esta fractura en el ser nos ha causado heridas, que se irán transformando en la medida en la nos sumerjamos en la sombra que hemos producido y la abracemos para que comience a transformarse.

• La re-conciliación:

Posibilidades del ser que se des-conoce en su fracturas

Desde hace tiempo vengo escuchando que tenemos una tarea pendiente, de la que a veces siento estar huyendo, como quien trata de separase de su sombra. Tal vez porque sumergirse en la sombra puede traer nuevos compromisos y la ruptura de algunas convicciones

OSCAR GIMENEZ
Coach Ontológico
www.alasvenezuela.com
info@alasvenezuela.com

Lo primero que hay que decir es que el lenguaje no es inocente y cuando decimos re-conciliación significamos al menos tres cosas...

1. En algún momento estuvimos conciliados! Conciliar es una experiencia de unidad, integración y acuerdo entre varias personas relacionadas con la convivencia cotidiana que los habilita para construir, crear bienestar, luchar por lo que une y negociar lo que separa.

2. Decir RE implica señalar que algo que se quebró, se fracturó, se rompió en lo profundo, tocando el ser de las personas... el ser que se des-conoce en las partes que están fracturadas ... a esto a veces se le llama polarización, otros lo viven como "no te soporto", "no perteneces...", "estás demás"

3. La tristeza y la rabia por haber perdido el reconocerme en el otro (cualquier otro) y la nostalgia de querer volver a ser lo que une vez fue. Volver a reconocerme en el ser-construyendo-con-otros.

Sumergiéndonos en la sombra del ser-fracturado

• En el lenguaje creamos mundos paralelos, nos referimos a ellos y a nosotros... y si las palabras crean mundos y posibilidades, algunas de ellas descalifacantes de lado y lado, agrandan la fractura y ahondan en el quiebre: "al que no le gusta que se vaya" versus "pídele ayuda a otro". Dos mundos posibles que surgen distintos y excluyentes el uno del otro.

• Esta sombra dispara emociones negativas y hasta tóxicas que se expresan en conductas depresivas y agresivas. Lo cotidiano ofrece un menú en el que abunda el miedo y la desconfianza en el otro, en quien está cerca o lejos, la agresividad o en el mejor de los casos la indiferencia.

• En fin, la separación física aparecen inexorablemente de estos mundos generados en la palabra y movidos por la energía de la emoción.

Es posible hacerse cargo de esta fractura pero mirando la reconciliación como un proceso de acciones y resultados, un proceso de reconocernos en nuestra sombra.

3 PREGUNTAS

❶ **¿En qué momento** comenzaste a desconocer la legitimidad del otro?

❷ **¿Qué me digo y digo a mis allegados** cuando hablo de mi país? ¿Qué emociones y acciones estás construyendo con tus palabras?

❸ **¿Cómo es el sueño que tienes** con tu país y que estás entregando hoy para que sea posible?