

Het leven kent geen weg terug

De fundamenten van het
levens-integratie-proces (LIP)

Wilfried Nelles

Colofon

ISBN: 978-90-831836-3-3

NUR 770

2e herziene druk, 2022

© Uitgeverij Het Noorderlicht, Nijmegen

www.hetnoorderlicht.com

contact@hetnoorderlicht.com

Oorspronkelijke titel: Das Leben hat keinen Rückwärtsgang

Vertaling uit het Duits door Edelgard Henke

Redactie: Coen Aalders en Inge Land

Vormgeving: Mirjam Strijbosch | STYL.nu

Alle rechten voorbehouden

Het leven kent geen weg terug

De fundamenteën van het
levens-integratie-proces (LIP)

Wilfried Nelles

Uitgeverij Het Noorderlicht



Stufen

Herman Hesse

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!



Nederlandse vertaling op pagina 32.



Voorwoord

Ik ben nu 60 jaar en het lijkt wel of ik in mijn volwassen leven tenminste drie levens heb geleefd.

Het eerste was het leven van een intellectueel, een student, een assistent, een jonge onderzoeker en docent aan de universiteit. Het duurde tot mijn 33ste levensjaar en toen begon het tweede: het leven van een spiritueel zoekende als volgeling van de Indiase meester Osho. Dit eindigde ongeveer op mijn 48ste, toen ik opeens merkte dat ik geen leerling en geen zoekende meer was, ik wilde simpelweg weer een 'normaal' leven leiden. Dat was nadat ik met familieopstellingen was begonnen en er mijn beroep van had gemaakt.

De zoekende keek lange tijd nogal neer op de intellectueel, hij voelde zich beter. De intellectueel – of wat hij symboliseerde, wat hij aan mijn leven toevoegde – heeft hem dat kwalijk genomen en heeft hem zijn steun geweigerd. Dit uitte zich feitelijk daarin dat amper iemand belangstelling toonde voor wat ik te zeggen had, voor wat ik schreef of op een andere manier wilde meedelen. In ieder geval niet zo dat iemand het voldoende geld waard vond zodat ik ervan had kunnen leven. Ondertussen was ik een aantal jaren helemaal niet meer in staat tot schrijven. En mijn doctorstitel leek volstrekt nutteloos.

De zoekende had daar onverschillig tegenover kunnen staan, hem ging het immers om het 'hogere'. Maar hij was niet onverschillig want op de een of andere manier moest ook hij ergens van leven. Dat is hem weliswaar gelukt, maar hij bleef zitten met het gevoel dat het niet was wat het had moeten zijn, niet omdat hij het per se anders wilde, maar omdat het daadwerkelijk niet goed voelde. Desalniettemin ambieerde de zoekende het hoogste: de verlichting. Hij had tijdens diverse gelegenheden een grenzeloze liefde voor alles en iedereen ervaren, hij had het leven zien bewegen en pulseren in een grasstengel en in een bloem, hij had letterlijk

naar binnen gekeken en het sap zien stromen. Hij had een regendruppel met verwondering bestudeerd en hij had in volkomen stilte gezeten, onberoerd door tijd en intentie. Dit waren geen ervaringen gerelateerd aan drugsgebruik en geen eigen verdiensten, het was er simpelweg opeens, meestal tijdens of na een meditatie. Hij wist dat er meer was dan wat hij tijdens zijn eerste intellectuele leven ooit had kunnen bevroeden. Maar hij kon het niet vasthouden, de verlichte momenten waren slechts momenten en in plaats van vaker leken ze minder vaak voor te komen.

Toen ik kennis maakte met familieopstellingen wist ik onmiddellijk dat ik hierin iets gevonden had wat ik gemist had en ik wist onmiddellijk dat ik ermee zou gaan werken. Het duurde niet lang of de zoekende vond zijn rust. Ik had gevonden wat ik nodig had: mijn wortels. En ik begon me niet alleen te bekommeren om mijn alledaagse leven maar deed moeite om het ook te waarderen. Ik gaf toe aan mijn wensen, bijvoorbeeld aan iets ordinairs als een echt gave auto; ik stond mezelf toe de prestatie te waarderen die het verwerven van de doctorstitel betekende. Ik verstopte de titel niet langer maar voerde hem met erkenning voor de intellectueel in mij. Dit werd direct beloond, ik kreeg niet alleen de lang verwachte erkenning en de financiële beloning voor mijn werk maar ik voelde ook dat mijn titel me droeg.

En de verlichting? Ik ben haar vergeten. Als ze het wil zal ze me vinden, en als het zo is bedoeld zal ik klaar voor haar zijn. Tot het zover is bekommer ik me echter alleen om dat wat voor mij ligt. Sinds tien jaar mediteer ik niet meer en ik voel me nu meer verbonden met het hier en nu dan toen. Daarmee pleit ik niet tegen meditatie, ze heeft me zeker geholpen om een bepaalde kalmte te ontwikkelen. Alleen, ik wil nergens meer naartoe, ik laat de dingen zijn voor wat ze zijn en ik laat mezelf zijn wie ik ben. Men zegt wel dat de verlichting direct voor je ligt, onder je neus, zij is niet ver weg maar heel dichtbij. Als dat zo is zal ik haar waarschijnlijk vinden zonder te zoeken. Ik heb net een paar regels van Eckhard Tolle

gelezen, mooie ware woorden. Tolle is op het moment helemaal ‘in’ maar zelf interesseert het me niet meer. Er is een gevoel in mij dat zegt: het is allemaal waar en ik weet het allemaal al. Waar het op aankomt is niet om ergens naartoe te gaan en daar een beter bewustzijn te ontwikkelen, maar om te leven met en in de situatie waar ik op dit moment ben. Als dit mijn Ego is, dan zij dat zo, en dan is dit blijkbaar ook zo bedoeld. Als het iets anders is dan is dat ook prima.

Daarmee kom ik bij dit boek. Ik schrijf het omdat het zich bij mij meldde en ik me ertoe geroepen voelde. De bewustzijnsfasen die hier behandeld worden beschrijven een steeds verder gaande ontwikkeling van het bewustzijn tot voorbij de verlichting. Zij lijkt mij het uiteindelijke doel van de evolutie. Ik begrijp de evolutie als evolutie van het bewustzijn waarbij het bewustzijn zichzelf stap voor stap ervaart en begrijpt. Het is mij er echter niet om te doen dit doel zo snel of effectief mogelijk te bereiken. Het is niet eens een doel dat je jezelf zou kunnen stellen, het is een innerlijke intentie, een innerlijk doel, een Telos. Ik merk bij mezelf dat ik ontspannen ben wanneer ik in overeenstemming ben met de beweging die op het moment aanwezig is. In deze zin beschrijf ik de fasen van het bewustzijn als iets wat op dat moment altijd juist is, net zoals ik nu de intellectueel die ik ooit was helemaal in mijn hart gesloten heb en weet dat hij precies goed was voor de levensfase van toen. Zonder hem had ik dit boek nooit kunnen schrijven; als ik bij hem was gebleven evenmin. Hetzelfde geldt voor de zoekende, ook al zoek ik nu niet meer – of misschien alleen op een andere manier, zonder hem had ik de waarheid nooit opgemerkt. Het is niet zo dat ik de waarheid nu gevonden heb en in mijn bezit heb, maar dankzij de zoekende heb ik de vaardigheid ontwikkeld om haar waar te nemen. Als ik niet gestopt was met zoeken (naar de waarheid, naar de verlichting of hoe je het ook wilt noemen) dan was ik nog steeds te druk om ze in het alledaagse leven te kunnen zien.

Dit boek gaat niet alleen over een persoonlijke spirituele zoektocht. Die lijkt mij niet meer dan een weerspiegeling van een beweging die het algemene bewustzijn tot ontwikkeling stimuleert. In werkelijkheid bestaat bewustzijn alleen als geheel, de splitsing in persoonlijk, maatschappelijk of collectief bewustzijn (en nog meer aspecten) is weliswaar nuttig, maar uiteindelijk slechts kunstmatig. Met ons persoonlijke bewustzijn bewegen we ons niet alleen voortdurend in een bovenpersoonlijk veld van bewustzijn, maar ons bewustzijn is in feite niets anders dan een heel kleine uitdrukking van het pure bewustzijn. Ook is de beweging van ons eigen bewustzijn slechts te begrijpen in de context van de hele beweging.

Ik bied hier geen theoretisch boek aan, mij interesseert bewustzijn alleen in praktisch opzicht. Het is immers ons bewustzijn dat bepaalt hoe we ons voelen, hoe we naar ons leven kijken en of we gelukkig of ongelukkig zijn. Volgens mij lijden we in die mate waarin ons 'zijn' gesplitst is van ons bewustzijn. Het is dan zaak om therapie in het spel te brengen, als een middel om 'zijn' en bewustzijn met elkaar te verbinden. Verzoening bereiken met het verleden, instemmen met wat er is en laten ontstaan wat er wil ontstaan op dat moment – om deze processen gaat het mijns inziens in therapie. Een goede therapeut is in staat om zijn cliënt te helpen deze afstemming te bereiken. In dit proces kan de landkaart van het bewustzijn die ik hier schets hopelijk behulpzaam zijn. Niet doordat hij weergeeft wat fout en wat goed is maar doordat hij misschien het innerlijk inzicht stimuleert in wat op het moment gepast en nodig is. En doordat hij aanzet tot waardering van elk van de beschreven fases.

Hiervoor lijkt mij het werken met opstellingen buitengewoon geschikt, mits men zich tegelijkertijd bewust is van de ontwikkeling van het bewustzijn. Opstellingen laten op een nieuwe en andere manier de werkelijkheid zien, ze brengen ons onmiddellijk in contact met onszelf en met de mensen en gebeurtenissen die onze ziel het meest beïnvloed hebben, ze laten ons de waarheid van onze ziel zien. Ze helpen ons in het

bijzonder met het waarderen van onze afkomst en met het zichtbaar maken van een perspectief op de toekomst. Omdat opstellingen gelijktijdig met lichaam, ziel en geest ervaren kunnen worden ondersteunen ze deze processen op een praktische en holistische manier. Het opstellingenwerk heeft zelf tot op heden nog geen helder inzicht in waar het (of welke variant van ervan) bij hoort in het proces van spirituele ontwikkeling. Ook op dit punt wil ik met dit boek graag een bijdrage tot verheldering leveren.

Wilfried Nelles

Dankwoord

Op deze plaats wil ik ten eerste al mijn leraren bedanken, goede en minder goede, vriendelijke en minder vriendelijke. Ik had hen allemaal nodig en ze hebben me allemaal op hun manier geholpen. Bedankt.

Bijzonder belangrijk waren 2 mensen voor me die zichzelf niet als leraar zagen wat misschien wel de reden was dat ik van hen het meeste geleerd heb: Osho, van wie ik 15 jaar lang een spirituele leerling was en Bert Hellinger die voor mij 10 jaar lang een levende bron van inspiratie en een vriendschappelijke reisgenoot was. Van beiden heb ik afstand genomen omdat ik verder moest gaan maar beiden ben ik dankbaar en ik blijf in liefde met hen verbonden.

Ik wil ook mijn oude vriend Deva Basir (Roland Werner) noemen met wie ik 20 jaar geleden over veel gediscussieerd heb en van wie ik veel geleerd heb, wat nu in mijn groeimodel terug te vinden is.

Heinrich Breuer en Joachim Vogel hebben de eerste versie van het manuscript gelezen, me behoed voor een aantal fouten en belangrijke adviezen gegeven.

De samenwerking in onderling vertrouwen met Heinrich Breuer op diverse congressen en in ons gemeenschappelijk instituut Eurasis heeft mij in veel opzichten gesteund en aangemoedigd.

Mijn uitgever Jivana Wärter, reisgenote en vriendin sinds meer dan 20 jaar (mijn God, nu merk ik hoe oud ik ben!) had alle vertrouwen in dit boek, gaf me de tijd die ik nodig had en was zodoende een grote steun voor me. Bedankt, Jivana.

En last but not least heeft mijn vrouw wederom de ups en downs van mijn boekzwangerschap begeleid, was ze mijn sparring partner en een geduldige luisteraar die me met haar opmerkingen op belangrijke dingen wees. Ook voor jou, Birgid, een groot dankjewel.

Compacte inhoudsopgave

Op pagina 243 is een gedetailleerde inhoudsopgave opgenomen

Voorwoord	7
Dankwoord	12
Deel 1 De evolutie van het menselijk bewustzijn	17
Hoe het bewustzijn zich ont-wikkelt	18
Oude en nieuwe Goden	18
Wat is spirituele groei?	26
De ontwikkelingsniveaus van het menselijk bewustzijn	32
Overzicht van de bewustzijnsniveaus	38
Zijn bewustzijnsniveaus hiërarchisch?	40
De individuele levensfasen en de collectieve bewustzijnsniveaus	50
Niveau 1: De ontwikkeling in de baarmoeder en het symbiotische eenheidsbewustzijn	50
Niveau 2: De kindertijd en het groepsbewustzijn	55
Niveau 3: De jeugd en het ik-bewustzijn	79
Niveau 4 - De volwassenheid en het verbondenheidsbewustzijn	102
Niveau 5: De rijpe volwassene en het zedingsbewustzijn	129
Niveau 6: De ouderdom en het heelheidsbewustzijn	144
Niveau 7: De dood en het al-bewustzijn	151
Deel 2 Familieopstellingen als spirituele therapie	153
Bewustzijn en therapie	154
De opstellingsmethode: een sprong in het diepe	165
Inzichten van de familieopstellingen	190
De oplossingen die familieopstellingen bieden	201
Basisordeningen in menselijke relaties	223
Zien wat er is	237

Noten	247
Meer over Wilfried Nelles	261
Workshops, trainingen en opleidingen met Wilfried Nelles	263
Over de vertaler en redacteur: Coen Aalders	265
Over de vertaler en redacteur: Inge Land	266
Over Uitgeverij Het Noorderlicht	267



Deel 1
De evolutie van het menselijk
bewustzijn



Hoe het bewustzijn zich ont-wikkelt

Oude en nieuwe Goden

De wereld draait steeds sneller en menigeen wordt er duizelig van. Geld, geld, geld lijkt het enige wat ertoe doet. Of het nu gaat om de bonussen van managers, de transfergelden en salarissen van profvoetballers of om opbrengsten van aandelen of andere beleggingsvormen: meer en nog meer is het enige wat telt. En ook dat is niet voldoende: dagelijks komen fraude en bedrog van welgestelden aan het licht. Een paar jaar geleden zag ik op de Frankfurter Buchmesse een affiche voor de Grossen Brockhaus (eh: een encyclopedie vergelijkbaar met de Van Dale) met erop Marcel Reich-Ranicki (eh: gerenommeerd Duits literatuurcriticus) en zijn uitspraak: 'Wie veel weet wil nog meer te weten komen.' Deze uitspraak karakteriseert niet alleen de houding ten opzichte van kennis maar ook de huidige tijdsgeest in het algemeen: wie veel bezit wil nog meer hebben. In menige boekenkast staat Erich Fromms werk 'Haben oder Sein' ('Een kwestie van hebben of zijn: grondslagen voor een nieuwe levensoriëntatie in de consumptiemaatschappij') en misschien wordt er ook nog uit geciteerd in zondagse toespraken – in de praktijk is het allang duidelijk: Hebben is waar het om gaat. Niemand gelooft nog (in) de brave vermaningen en veroordelingen. Wie vandaag met de vinger wijst naar de anderen en de hebzucht van de financiële jongleurs aan de kaak stelt, kan morgen zelf aan de schandpaal genageld worden. Als de jackpot van de loterij tientallen miljoenen bedraagt worden er dubbel zoveel loten verkocht als anders. Jan en alleman zijn net zo hebzuchtig als de mannen van Wallstreet.

Normen en waarden moeten weer doorgegeven worden, is het wijdverbreide devies. Oude deugden moeten uit de kast gehaald worden, de kinderen moeten weer met normen en waarden opgevoed worden. Dat dit niets

uithaalt zie je bijvoorbeeld bij de kandidate voor het Amerikaanse vice-presidentschap, Sarah Palin. Terwijl zij bezig is met een campagne voor de herinvoering van conservatieve waarden in het algemeen en voor de onthouding van seks voor het huwelijk in het bijzonder, heeft haar minderjarige dochter seks met een jonge man wiens moeder aangehouden werd voor drugsdelicten. Natuurlijk is dit niet de schuld van Palin, maar dit voorbeeld zou iedereen aan het denken moeten zetten die van mening is dat je de klok terug kunt draaien. Ervan uitgaande dat Sarah Palin getracht heeft haar dochter op te voeden in de geest van haar eigen politieke overtuigingen, laat haar voorbeeld zien dat dit niet eens in het eigen gezin werkt. Palin zelf illustreert haar deugdzaamheid en haar gevoel voor waardes door de duurste designkleren te dragen, betaald van politieke donaties en door haar functie te gebruiken voor een persoonlijke vendetta. Je kunt daar – afhankelijk van je levensovertuiging – verbijsterd over zijn of je er kostelijk over amuseren. Beide reacties kunnen niet om het principiële feit heen dat de oude ordeningen niet meer werken, de zogenaamde waardes werken niet langer als handelingsrichtlijn en bovenal: er is geen weg terug. Want dit is niet slechts het verhaal van een Amerikaanse huisvrouw die de top van de wereldmacht wilde bereiken – maar het is net als de jacht op de jackpot - het verhaal van ons allemaal.

De rol van de ‘oude waarden’ is uitgespeeld. Ze vinden hun oorsprong in een bewustzijn dat vandaag de dag nog amper bestaat. We teren nog op de resten ervan terwijl we ze tegelijkertijd vernietigen. Misschien is ‘vernietigen’ niet goed uitgedrukt. Ze worden uitgehold, verdwijnen vanzelf, vergaan gewoon. Het is de natuurlijke gang van zaken, het lot van de wereld. Een lot dat niet teruggedraaid en niet eens tegengehouden kan worden. Een paar jaar geleden, vlak na de millenniumwissel, was ik in Boedapest en daar heb ik vanuit de burchtheuvel naar de andere oever van de Donau gekeken waar de prachtige oude gebouwen uit de 19de en de vroege 20ste eeuw staan. Sommige ervan werden net opgeknapt, andere straalden alweer in hun oude pracht. Het was alsof de stad die in

Over de vertaler en redacteur:

Coen Aalders



Coen Aalders is student van Wilfried Nelles sinds 2010. Hij werkt als opsteller en opleider in Nederland, verschillende Europese landen en China. Generalist, met een achtergrond als organisatie-psycholoog en jurist. Naast het werk voor het Nelles Instituut in een breed veld werkzaam, zoals bij gemeenten, universiteiten, ziekenhuizen, grote internationale bedrijven, regio's, economic boards, als leiderschapsconsultant, (team) coach en verandermanager.

Mensen die met hem werken noemen hem authentiek, visionair, empathisch en glashelder.

Het levensintegratieproces LIP is een manier om alles wat er in je leven nog niet geïntegreerd is, in bewuste of onbewuste zin, te bekijken en te integreren. In al zijn schijnbare eenvoud biedt LIP een veelheid van perspectieven op jezelf, op families, op organisaties en op de maatschappij. De LIP-basisopleiding is een proces van innerlijke ontplooiing. Het is een groei naar de eigen grootheid die er altijd al is geweest, maar nog ontdekt moest worden. Als je je afstemt op dat wat zich door jou probeert te ontvouwen ontwikkel je je hoogste potentieel.

In 2020 heeft hij het Nelles Instituut Nederland opgericht en werkt daarin samen met Viviënne Lodder.

www.nellesinstituut.de/nl/

Over de vertaler en redacteur:

Inge Land



Als psychotherapeut en familieopsteller van het eerste uur maakte ik al vroeg kennis met het werk van Wilfried Nelles. Samen met Coen Aalders introduceerde ik hem in 2017 in Nederland. Sindsdien begeleid ik, in mijn praktijk en binnen opleidingen, LIP-opstellingen die ik geboeid verder ontwikkel.

Mijn werk- en levensmotto ‘De verbinding maakt het verschil’ verdiepte zich, toen ik eind vorige eeuw kennismaakte met het systemisch werk van Bert Hellinger. Ik volgde verschillende seminars bij hem en veel andere opstellers, waaronder Wilfried Nelles.

Bert Hellinger liet mij zien hoe belangrijk de verbinding is met je oorsprong, je (voor)ouders, je volk, je land en al wat jou gevoed en in leven gehouden heeft. Nelles liet me met de Levens Integratie Proces Opstelling (LIP) het belang zien van een aanvaardende, liefdevolle relatie met jezelf. Die ligt immers ten grondslag aan en is dus blauwdruk voor je relaties met anderen.

Zijn paradigma: ‘Als alles stroomt, alles groeit, dan groeit misschien ook het bewustzijn’ biedt een boeiend en hoopvol perspectief op wat de toekomst ons zal brengen. Het boek is inspirerend en vernieuwend, zowel voor mensen die zich met bewustzijn, spiritualiteit en maatschappelijke ontwikkeling bezighouden als voor opstellers die openstaan voor vernieuwing.

Welkom in het veld van Het Noorderlicht

Uitgeverij Het Noorderlicht heeft een bijzondere plek in de wereld van systemisch werk, persoonlijke ontwikkeling en coaching. Ontstaan uit het werkveld hebben we de afgelopen twintig jaar tientallen prachtige boeken uitgebracht in co-creatie met diverse specialisten. We organiseren geregeld succesvolle workshops waarin we de kennis uit onze boeken verdiepen en in de praktijk brengen. Dat doen we met auteurs en een keur aan professionals uit diverse vakgebieden. Het Noorderlicht blijft diepgeworteld in de passie om met jou als lezer kennis te delen, je te inspireren en je aan te zetten om 'meters maken' op het gebied van systemisch werk, persoonlijke groei en bewustwording.

Een deel van de boeken en workshops in onze webshop zijn door ons zelf ontwikkeld. Daarnaast hebben we een brede selectie gemaakt van boeken die vaak gebruikt worden bij diverse opleidingen en favoriet zijn bij de auteurs, professionals en opleiders die verbonden zijn met Het Noorderlicht.

Onze webshop is dé plek om je boeken te kopen en interessante workshops te volgen. Door onze unieke plek kunnen we te prachtige combinaties maken van auteurs, opleiders en professionals met een ruime selectie aan boeken en workshops. Verdiep je en laat je inspireren door interviews, podcasts en meer. Kijk verder op www.hetnoorderlicht.com.

Er zijn ook een groot aantal boeken in co-creatie met de auteurs vertaald naar het Engels & Spaans. Deze titels zijn wereldwijd verkrijgbaar via Amazon.

Meer informatie en contact:
contact@hetnoorderlicht.com
www.hetnoorderlicht.com

