

**CURSO DE AUTOCUIDADOS PARA PADRES Y MADRES QUE HAN ADOPTADO  
Periodo 2006-2007 (Segunda fase)**

**DOCUMENTACIÓN DE APOYO NÚMERO 2**

**NECESIDAD BÁSICA DE PERTENENCIA:  
INCLUIR EN LUGAR DE EXCLUIR**

## **1. PERTENECER NOS DA FUERZA**

Hace miles y miles de años, cuando los seres humanos sobrevivían a las duras condiciones climáticas de la tierra gracias a la pertenencia al clan familiar, ser apartado de éste significaba la muerte. El psicoanalista norteamericano Carl Jung<sup>1</sup>, estudió a fondo algunas culturas tradicionales africanas y llegó a la conclusión de que, durante mucho tiempo, los seres humanos no se percibían al margen de la colectividad en la que habían nacido: el "yo" no existía en la conciencia, solo el "nosotros". En muchas tribus primitivas, el castigo más temido era dejar de ser mirado o hablado por la familia. Ser rechazado por el clan era tan insoportable que las personas morían, se marchaban o se quitaban la vida. Por lo tanto: durante muchos miles de años desvinculación y muerte eran la misma cosa. Por otro lado, la lealtad del individuo en relación con la tribu era absoluta: no importaba si uno tenía que sacrificarse si eso aseguraba la supervivencia de la colectividad. El individuo no importaba, lo importante era el grupo.

Según Jung, las vivencias de la especie humana en sus comienzos aun siguen vigentes en los seres humanos actuales, de ahí nuestra necesidad de ser aceptados y de ahí también nuestro temor al rechazo. Aun hoy, la sensación de pertenencia nos da fuerza para vivir. Sin embargo, con el desarrollo de la conciencia individual (el "yo"), la lealtad absoluta al clan familiar se ha desplazado al inconsciente y la mayor parte de las veces no notamos cuántas de nuestras reacciones son lealtades inconscientes (sacrificios) para seguir perteneciendo, cueste lo que cueste, al clan familiar.

El pedagogo alemán Bert Hellinger<sup>2</sup> explica cómo esta lealtad arcaica e inconsciente al sistema familiar de origen, lleva a las personas a sacrificarse (involuntaria e innecesariamente la mayor parte de las veces) de esta manera: Si alguien fue ignorado en su dolor, excluido por vergüenza o injustamente desgraciado... la lealtad inconsciente lleva al individuo a sacrificarse corriendo suertes parecidas o a sentirse culpable y en deuda por ser feliz. En cierto modo es como si se dijera: "Puesto que tu destino fue trágico, también yo he de sufrir para seguir formando parte de nuestro grupo".

<sup>1</sup> En su libro "Los complejos y el inconsciente"

<sup>2</sup> En su libro "Los órdenes de la ayuda"

En relación con lo dicho, el psicoanalista de origen Húngaro, Ivan Bozsormenyi-Nagy, dio tanta importancia a las lealtades inconscientes a la hora de entender muchos trastornos de la salud psíquica y física de las personas, que consideró que el tratamiento terapéutico debía basarse en encontrar formas mejores de seguir siendo leal al sistema familiar (sobre todo a los que tuvieron destinos trágicos) sin tener que "pagarlo" sacrificando la felicidad, la cordura o la salud.

En resumen, nos guste o no, lo sepamos o no, tengamos relaciones con ella o no, nuestro inconsciente es ciegamente leal a nuestra familia de origen, y esta lealtad inconsciente nos lleva a estar dispuestos incluso a morir si con eso garantizamos nuestra pertenencia a dicho sistema familiar. Esta lealtad ciega es tanto más fuerte mientras más olvidamos a nuestros ancestros y mientras más fríos y distantes nos sentimos en relación con la familia que nos vio nacer. Dicho de forma poética: Sin raíces no hay alas.

## **2. ADOPCIÓN Y PERTENENCIA**

Muchas criaturas adoptadas van a tener que realizar un largo camino hasta sentir que pueden pertenecer a su familia adoptiva sin traicionar su pertenencia (inconsciente) al sistema familiar que les dio la vida. Mientras más activamente ignora el niño o la niña a su familia de origen, mientras más la excluye de su corazón, más dificultades tiene para tomar a su familia adoptiva con agradecimiento y ternura.

Por otro lado, los hijos adoptados perciben a sus padres adoptivos como verdaderos padres, lo cual les hace también participes de las tensiones, dramas y conflictos de la familia, especialmente de los secretos a medias y de lo no dicho. Cuando hay dolor o desorden en el sistema familiar, los niños son como "detectores de mentiras" que perciben las disfunciones y las explicitan mediante comportamientos conflictivos. Como dice la psicóloga francesa Anne Ancelin Scützenberger<sup>3</sup>: "los niños y los perros se enteran de todo"...

## **3. CÓMO PODEMOS AYUDAR A NUESTROS HIJOS E HIJAS:**

- a) En relación con su familia de origen: haciéndoles un lugar en nuestro corazón y deseando sinceramente que nuestro hijo/a les quiera y les de un lugar digno en su conciencia; hicieran lo que hicieran o aunque no les conozca (es decir, incluyéndoles en lugar de excluyéndoles)
- b) En relación con nuestra familia de origen: ocupando nuestro lugar en ella, honrando a los excluidos de nuestro corazón y agradeciendo a nuestros padres la vida (Porque eso nos da fuerza para sostener el dolor del abandono en nuestros hijos e hijas, y nos hace "grandes" para que ellos puedan sentirse "pequeños". Este orden es fundamental para que se dejen amar y educar).
- c) En relación con nuestra familia actual: mirando nuestro dolor, reconociendo lo que no queremos reconocer y resolviendo nuestros conflictos dejando al margen a los pequeños. Cuando los "mayores" afrontamos adultamente nuestros asuntos, los pequeños se relajan y disponen de más energía para amar, aprender y convivir.

---

<sup>3</sup> En su libro "¡Ay mis ancestros!"