

Red Transpersonal

“Sanar el vínculo con los progenitores”

CLAVES 17



Durante la infancia se construyen los cimientos de la personalidad, así como los “códigos” con los que *salimos a la vida*.

El carácter instintivo de la necesidad de perteneciente hace que, durante la infancia, nos adaptemos a cualquier tipo de entorno, sin la posibilidad de cuestionarnos si “nos hace bien o no”.

La dificultad de amarnos y de mantener un vínculo de intimidad para con nosotr@s refuerza el mantenimiento del *ideal de los “padres buenos”*.

Dejar atrás el *ideal de los padres buenos* es el precio de la maduración por el que una persona puede reconocer a sus progenitores desde una perspectiva más realista. Tal reconocimiento libera del a veces doloroso pasado, así como de la necesidad de repetirlo. En esto consiste el proceso de *sanar el vínculo con los padres*.

Despedirse de la personalidad que fue gestada en la infancia exige reconocer las cosas tal y como son, y también reconocer el pasado tal y como fue. Esto no es otra cosa que *tomar el lugar de adulto*; en esta comprensión profunda es donde radica la posibilidad del cambio.

Cuando, en los más profundo, asentimos a nuestra propia madurez, también estamos dejando ir el ideal que hemos construido en torno a nuestra propia persona: nos abrimos a mirarnos con honestidad, y a asumir nuestra propia responsabilidad de vida.



Una importante llave de acceso la fuente de la sanación es *el asentimiento al pasado y a los progenitores tal y como fueron*, comprendiendo que estos nos dieron lo que sabían y podían, ni más ni menos. *Aceptar a nuestros padres* significa reconocer el innegable hecho de que ellos nos dieron la vida, y que con eso es suficiente.

Mirar al propio dolor nos completa, es decir, nos permite reconocer nuestra vida y nuestra persona de una manera íntegra, sin fragmentación.

Apelar al *nivel transpersonal de consciencia* para, desde una mayor amplitud y profundidad, dejar ir lo doloroso, de tal forma que retorne al pasado.

Podemos optar por abrirnos a algo más amplio y convocar, consciente y voluntariamente, una opción de vida más liviana en la que el amor y el perdón i sean posibles.

