

Descodificación Bio-Transgeneracional

Secretos y claves del árbol genealógico

Jesús Casla



NATURAL
EDICIONES

ÍNDICE

Prefacio	13
Introducción.....	17

PRIMERA PARTE

EL CLAN FAMILIAR

1. Del árbol genealógico a la biología.....	25
2. La epigenética y la herencia biológica.....	43
3. El inconsciente familiar, memorias y mitos del clan	51
• Inconsciente personal o individual	54
• Inconsciente colectivo	55
• Inconsciente familiar o del clan	56
4. Transmisión transgeneracional, repetición e identificación	61
• Formas de transmisión transgeneracional	65
• Síndrome del aniversario.....	69
• Identificación endocrítica y síndrome del fantasma-yaciente	77
• Conflicto programante y conflicto detonante.....	87
5. Secretos familiares y no-dichos.....	91
6. Proyecciones inconscientes.....	99
• La sombra.....	102
• Heridas emocionales.....	105
7. El clan. Estructura sistémica	109

8. Vínculos y legados transgeneracionales	119
• Concepción, nacimiento y muerte	119
• Sincronía transgeneracional	125
• Vínculos transgeneracionales	128
• Legado transgeneracional	135
• El particular caso de los abortos y las muertes prematuras	140
9. La llegada al clan y el proyecto paterno	143
• Unión de linajes	143
• Proyecto paterno	147
• Conexión emocional madre-hijo	149
• La concepción	154
• El embarazo	164
• El parto	170
10. La unidad familiar. Padres e hijos	177
• Unidad básica familiar: de la díada a la tríada	178
• La familia, nuestro primer ambiente social	180
• Padres sobreprotectores	184
• Padres ausentes	186
• Complejo de Edipo y de Electra	188
• La huella dejada por antiguas parejas	197
• Hijo cónyuge	199
• Hijo prolongación	205
• Parentalización	209
• Incesto simbólico	215
11. Rangos de hermandad	219
• Ventajas e inconvenientes del rango de hermandad	220
• Inversión de rangos	222
• Primogenitura	224
• La confusa posición del rango central	228
• El benjamín	231
• Hijo único	232
• Mellizos y gemelos	233
• El hijo adoptado	234
• Nuevos tiempos, nuevos escenarios	235

SEGUNDA PARTE

ESTUDIO DEL TRANSGENERACIONAL

12. Conceptos básicos	241
• Doble	242
• Línea maestra.....	248
• Heredero universal	249
• Yacente o síndrome del fantasma.....	250
• Hijo de sustitución o yacente horizontal	252
• Fiestamanía.....	253
• Hijo prolongación	254
• Hijo síntoma o sanador	255
• Síndrome del gemelo perdido	255
• Síndrome del aniversario.....	256
• Complejo de Edipo y Complejo de Electra.....	257
• Incesto simbólico.....	258
• Hijo cónyuge.....	259
• Parentalización.....	259
13. Cómo hacer el árbol genealógico	261
• Simbología	263
• Estructura.....	269
• Datos necesarios.....	274
• Datos recomendables.....	276
• Información sobre el Proyecto Paterno o Proyecto Sentido	277
14. Lectura del transgeneracional	279
• Búsqueda del conflicto emocional	280
• Lectura transversal. Tres generaciones	286
• Lectura horizontal. Dinámicas familiares	289
- Díadas y tríadas	291
- Alianzas y coaliciones	294
15. El duelo	303
Epílogo.....	313
Bibliografía.....	319

PREFACIO

Mis primeros recuerdos transcurren en una región española del interior, en un escenario rural y tradicional de pequeñas propiedades familiares; de campos de cereales que mece el viento y granjas cuya quietud sólo era alterada al amanecer por el canto del gallo ante la impasible mirada de antiguos templos románicos, mudos testigos del paso del tiempo. Un mundo volcado hacia sí mismo, como queriendo dar la espalda al exterior. Un ambiente en el que, a pesar de las décadas transcurridas, aún se vivían durante mi niñez las heridas de la guerra civil.

Esa parte primera de mi vida se desarrolla en un ámbito social y cultural dominado desde hace siglos por dos referentes que han permanecido casi inamovibles: el ciclo agrícola y estacional que, como un péndulo, rige lo material y el omnipresente catolicismo que, sobre todo en aquel entonces, dictaba y determinaba lo espiritual. La España que vivía los últimos estertores de la dictadura franquista era un país que se abría receloso a Europa y al mundo después de varias décadas de autarquía y aislamiento.

Contemplándolo ahora, con la amplia perspectiva que proporciona el paso de los años, aquel escenario guardaba cierta similitud con el descrito magistralmente por Juan Rulfo (1917-1986) en su novela *Pedro Páramo*, obra cumbre del realismo mágico literario. Aquella Castilla profunda y rural, diezmada por la despoblación, era también, en muchos sentidos, un lugar inhóspito, atemporal y alejado del mundo, como la aldea *Comala*. Donde la vida y la muerte conviven y se entrecruzan aquí y allá en medio de memorias nunca olvidadas. Un ambiente en el que parece haberse detenido el tiempo, un lugar refractario a lo externo; pero que se recrea en revivir y saborear el pasado. En un entorno tan estrecho se cobra conciencia rápidamente tanto de lo explícito como de lo implícito, de manera que resulta muy difícil no sentirse partícipe de las historias familiares silenciadas, aunque siempre presentes, o de la pertenencia al clan, ese colectivo que sostiene y también condiciona.

Crecer en un ambiente social cerrado y restringido te confronta a diario con el desfile de árboles genealógicos vivientes. Clanes de los que poco a poco vas conociendo cada capítulo de su novela particular: historias, vicisitudes, secretos, lutos y traumas surgidos de vivencias que han dejado una marca emocional profunda. La proximidad, el contacto directo y la observación diaria te aportan un conocimiento profundo del entorno y de las personas y circunstancias que forman parte de él. Llegas a identificar y reconocer, con increíble nitidez, rasgos físicos y de personalidad entre distintas personas de un mismo clan pertenecientes a distintas generaciones. Todo manifiesta a diario la repetición de modelos y sucesos; una suerte de puerta giratoria que aprecias con tus propios ojos como si de una representación teatral se tratara.

Muchos años después, lejana ya en el tiempo aquella infancia, muchas cosas han ido cobrando sentido. El devenir de la vida te lleva a tomar plena conciencia tanto de las circunstancias del entorno como de las funciones asignadas en ese clan que sirvió de canal para tu llegada al mundo. Llegas a comprender que ahora estás donde

otros estuvieron antes y que seguramente las generaciones más jóvenes te observan como tú mismo observaste de niño a tus mayores. Comprendes que tu espíritu y tu vida se han moldeado ante los mismos paisajes y los mismos escenarios que tuvieron tus predecesores. Que tus ojos han visto una y otra vez la sucesión de la misma película que ellos mismos presenciaron. Tu vida se impregna no sólo de lo presente sino también de lo intangible, lo que te trasciende porque formas parte de una cadena de transmisión entre los que estuvieron y los que vendrán. Una cadena sólida e invisible que te aporta identidad y seguridad; pero que también se puede convertir en un pesado lastre.

INTRODUCCIÓN

En las siguientes páginas pretendo exponer las conclusiones, conocimientos y experiencias adquiridas después de largos períodos de estudio, conferencias, cursos y años de práctica terapéutica que han supuesto, día tras día, un reto y un incentivo para investigar y profundizar en la comprensión de los vínculos transgeneracionales en el entorno familiar.

Este libro tiene como propósito integrar, de manera sencilla y comprensible, un buen número de propuestas y experiencias; pero también replantear y ajustar algunas teorías y conceptos, antes consideradas como axiomas inamovibles, que hoy han quedado un tanto obsoletos.

A lo largo de estos años, para mí ha resultado fascinante poder profundizar en el estudio y comprensión de un sinnúmero de casos reales que no sólo me han enriquecido sino que también me han permitido obtener conclusiones propias suficientemente contrasta-

das y respaldadas por la práctica diaria, de las que aquí se exponen algunos ejemplos de forma sintetizada y descriptiva.

Estudiar y diseccionar el transgeneracional resulta siempre una tarea apasionante cualquiera que sea el enfoque y el objetivo. Adentrarse en el análisis de un árbol genealógico, ya sea desde un punto de vista filosófico, científico, sociológico, psicológico o por pura curiosidad, supone en cualquier caso emprender un viaje cautivador del que nunca se regresa siendo la misma persona que partió. Un camino que te conduce, sin duda, a conocerte, comprenderte y amarte plenamente, obteniendo un mayor grado de conciencia sobre todo aquello que te afecta.

El clan vive dentro de uno mismo porque cada uno somos nuestro clan y éste se transforma, se refuerza y se renueva continuamente con los aportes de cada generación. Somos sedimento y, por tanto, expresión de lo que en nuestro clan se ha vivido, experimentado, gozado, reído, llorado, silenciado y ocultado.

Cuando nacemos, todos, sin excepción, recibimos un determinado legado transgeneracional en virtud de los vínculos y lealtades inconscientes que se establecen en ese preciso momento con otros miembros del clan, vivos o muertos. Llevamos la marca del clan desde el principio. Obviamente, en ningún momento se nos ofrece la posibilidad de renunciar o aceptar sólo una parte de esa herencia que condiciona nuestra existencia de forma intangible, pero precisa, para afrontarla de una u otra manera. Ese legado nos lleva a emprender acciones y a experimentar situaciones que a menudo no comprendemos porque ignoramos que obedecen a algo oculto y profundo que nos condiciona.

El ser humano es esencialmente social. Sin la interacción con sus semejantes estaría incompleto, sería muy distinto. Sin comprender sus hábitos y necesidades sociales no podríamos obtener un conocimiento auténtico de sus reacciones y de sus conflictos. Pero, ante todo y por encima de todo, el ser humano es también, no lo olvide-

mos, un organismo primario, biológico, con unas necesidades simples y prioritarias de supervivencia. El hombre moderno está desconectado de su parte primaria y biológica, por lo que frecuentemente no escucha ni comprende los avisos que le envía su inconsciente a través de su cuerpo y de su salud. Tener presente esa dicotomía social y biológica del ser humano es fundamental para considerar y analizar sus actos, sus gestos y sus sensaciones.

Determinados contenidos del inconsciente familiar generan actitudes y comportamientos que se transmiten de generación en generación, impidiendo a las personas afectadas vivir en equilibrio y coherencia emocional. Esta transmisión y repetición de contenidos está en la base de la descodificación bio-transgeneracional, por lo que es preciso que la persona tome conciencia de ello para desvincularse y liberarse. El clan familiar puede ser una trampa que nos ate y condicione por las lealtades inconscientes que conlleva la herencia transgeneracional que recibimos de él. En cambio, cuando comprendemos y cobramos plena conciencia sobre ese legado, el clan, y los lazos de sangre que representa, puede resultar determinante para reforzar nuestra personalidad y disponer de todo nuestro potencial.

El clan asigna mandatos y tareas a sus miembros a través del lenguaje simbólico y metafórico del inconsciente familiar que todos y cada uno de ellos comparten. Mensajes que deben ser descodificados para descubrir qué propósito hay detrás de las repeticiones, proyecciones e identificaciones inconscientes. La descodificación bio-transgeneracional supone un apasionante y quizá sorprendente viaje hacia uno mismo para descubrir y comprender nuestra esencia. Es, por qué no decirlo, un acto heroico de amor hacia uno mismo y también hacia el clan; personas con las que estamos enlazados y cuya existencia determina nuestra evolución vital. Porque el clan familiar es un sistema en el que cualquier acto de uno de sus miembros tendrá efecto en los demás.

Descodificar para poder comprender; comprender para tomar conciencia de cómo nos afectan las circunstancias familiares pasadas

y presentes, los traumas, los secretos familiares, los duelos pendientes y las proyecciones inconscientes con las que filtramos la vida. El transgeneracional contiene y explica todo. En él se encuentran las claves para comprender las circunstancias de nuestra infancia y el efecto que éstas han tenido o están teniendo en nuestra vida adulta. Cómo nos moldeó el ambiente familiar durante la primera etapa de nuestra vida, qué huella dejaron en nosotros las normas intrafamiliares o comprender cómo son nuestras relaciones con parejas, amigos y familiares. Por qué tropezamos una y otra vez con la misma piedra o por qué se repiten en nuestra vida circunstancias que, sin embargo, no se manifiestan en otros miembros de nuestra familia.

La descodificación bio-transgeneracional permite tomar conciencia de todo lo que nos ha condicionado y limitado mientras ha permanecido inconsciente. Hace posible que, probablemente por primera vez, tomemos el control de nuestra propia vida para aplicar en ella los cambios y las decisiones que resulten necesarias. Con ello no sólo nos liberaremos de las ataduras transgeneracionales sino que, además, desvincularemos al clan de esos programas inconscientes transmitidos durante generaciones. Este es precisamente el propósito final de la descodificación bio-transgeneracional: alcanzar un nivel de conciencia superior para obtener el equilibrio y la coherencia emocional que nos permitan mirarnos a nuestro espejo interior para vernos y reconocernos tal como somos, sin ropajes ni maquillajes ajenos que no nos corresponden.

En las próximas páginas hago alusión a términos como “memoria”, “lealtad”, “legado” o “afinidad”; todos ellos referidos a nuestra parte intangible y esencial. Es precisamente nuestra parte inmaterial, siempre presente pero a menudo desapercibida, cuando no desdeñada, la que representa lo más fecundo de nosotros. En ella reside la explicación de nuestras reacciones, relaciones, anhelos, entusiasmos y, obviamente, todo lo que nos perturba.

No espero ni pretendo que lo expuesto en este libro sea aceptado de manera incontestable; pero sí me interesa que pueda incentivar a

los lectores para rastrear su propia historia y la del clan al que pertenecen para conocerse y comprenderse. Me anima la idea de galvanizar al lector para que contemple el transgeneracional desde una perspectiva amplia y profunda que le lleve a movilizar sus emociones. Si es así, el libro habrá logrado su objetivo principal.

NOTA PRELIMINAR

Todos los casos expuestos en este libro son reales y tratados en consulta por el propio autor. Aquí se reflejan únicamente como ejemplos para ayudar a una mejor comprensión de la descodificación bio-transgeneracional.

Para salvaguardar la intimidad de las personas, la exposición está desprovista de toda información que pueda vulnerar su intimidad.

CAPÍTULO 4

TRANSMISIÓN TRANSGENERACIONAL REPETICIÓN E IDENTIFICACIÓN

El trasvase de memorias y conflictos emocionales entre las generaciones de un clan constituye la transmisión transgeneracional. Hace referencia a cómo los valores y circunstancias de individuos de una generación influyen en otros de generaciones posteriores y cómo funcionan los procesos que se ponen en marcha para que dicha transmisión se realice. Para que ese trasvase tenga lugar no sólo es preciso que los descendientes reciban dicha herencia, también deben hacerla suya e imprimir en ella su impronta.

Sigmund Freud introdujo la noción de transmisión hereditaria¹, subrayando el fenómeno de la repetición de prototipos de relación entre distintos miembros del clan familiar y las identificaciones entre generaciones. En la década de 1970, los psicólogos húngaros Nicolas Abraham y Maria Török incorporaron el concepto de transmisión transgeneracional en sus trabajos sobre conceptos transge-

1 Freud, Sigmund, Lo siniestro.

neracionales como el duelo, las identificaciones y el fantasma o yaciente. Además, Abraham y Török precisaron la puntual y determinante diferencia existente entre transmisión intergeneracional y transgeneracional. La transmisión intergeneracional es consciente y se produce entre dos generaciones consecutivas, en contacto directo; comprende aspectos como las costumbres o habilidades. En cambio, la transmisión transgeneracional es inconsciente e implica a generaciones no necesariamente consecutivas. El principal contenido de esta transmisión son los traumas y los secretos familiares.

Los padres depositan en sus hijos diversos aspectos, actitudes y valores de sí mismos. También les asignan –muchas veces inconscientemente– tareas a realizar, entre ellas reparar humillaciones, vengarse de afrentas sufridas por el clan o elaborar duelos pendientes. Estos mandatos pueden llegar a representar una pesada carga emocional para los hijos que, desde la concepción, se identifican con los comportamientos y emociones de los padres, buscando con ello su integración y reconocimiento como miembros del clan. Esta actitud de los hijos constituye la premisa básica de la “teoría de la imitación social” desarrollada en los años sesenta del siglo XX por el psicólogo canadiense Albert Bandura² (1925). Según Bandura, en el proceso de socialización de los hijos resulta trascendental la imitación social de los modelos observados, principalmente en los padres.

Además del aspecto individual, el hombre es, al mismo tiempo, integrante de un sistema social y grupal que le precede y le trasciende. Dos caras complementarias y necesarias de la misma moneda; dos dimensiones indispensables. Inconscientemente, el ser humano tiene una necesidad biológica prioritaria de conservación y supervivencia, así como una necesidad de transmisión genética y cultural a sus descendientes. Es el inconsciente familiar. Desde que es conce-

2 Bandura, Albert & Walters, Richard, Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad

bido, recibe ideales, referencias identificatorias, valores, creencias, mitos, ritos, ideologías, representaciones y mecanismos de defensa. Cada uno lleva en su inconsciente individual la huella del clan; memorias e informaciones de los padres y de los ancestros. La transmisión transgeneracional se produce porque en el inconsciente de uno se enquistan formaciones inconscientes de otro o de otros con los que existe una identificación. La no comprensión de las reglas y del sentido del inconsciente nos priva de la claridad necesaria para poder actuar libremente, dejándonos a disposición de los mandatos del clan, receptivos a las lealtades invisibles que nos impone.

Los mitos, creencias y fantasías inconscientes del clan son compartidos por todos los integrantes y se van transmitiendo de generación en generación. Aportan cohesión y, de ese modo, refuerzan la identidad personal y grupal. Permiten, además, que los miembros de la familia sientan esa pertenencia al grupo y no sólo que acepten sino que también asuman tanto el sistema de reglas internas como la asignación de roles.

La transmisión incluye equipajes dispares, como por ejemplo talentos y recursos individuales y familiares; pero también secretos y dificultades que no quedaron resueltas en su momento. En circunstancias favorables, la transmisión lega aquello que asegura la continuidad y la conservación de los vínculos dentro del clan. En cambio, en circunstancias desfavorables, la transmisión transgeneracional puede ser causa de perturbaciones, especialmente en alguno de sus miembros. La transmisión se articula, sobre todo, a través de lo negativo, lo traumático, ya sea en forma de secretos, no-dichos o silencios. Si una experiencia con fuerte carga emocional no es metabolizada (comprendida, sentida y expresada) puede convertirse en un elemento inconsciente enquistado que se transmite entre distintas generaciones de un clan. Es así como surgen las alianzas inconscientes, o lealtades invisibles. Toda memoria traumática tiene su origen en una experiencia no asimilada, un suceso que la persona o personas afectadas no han sido capaces de comprender o expresar con

palabras. Cuando un acontecimiento doloroso no ha sido procesado psíquicamente, o no se ha podido realizar el duelo correspondiente, se transmitirá inconscientemente a las generaciones siguientes, dando lugar a cargas emocionales que perturbarán la vida dentro del grupo familiar.

Formas de transmisión transgeneracional

La repetición de reacciones emocionales, actitudes y sucesos es el más claro y frecuente indicio de que existe un duelo no elaborado, pendiente. Freud afirmó³ que la repetición es una forma de recordar que ocupa el lugar del recuerdo. No se puede entender la transmisión transgeneracional sin las repeticiones.

El clan es un sistema jerarquizado de solidaridad y de pertenencia que rechaza lo novedoso. En el clan impera el mandato de preservar el *statu quo* y ser uno más, sin divergencias ni disidencias. En un sentido biológico, arcaico, la pertenencia al clan es una condición esencial para poder sobrevivir. Ser excluido implica la posibilidad de morir de hambre o ser atacado, devorado. Esta condición sigue grabada profundamente en nuestro inconsciente y se traduce en un terror ante la perspectiva de ser expulsados, abandonados. El miedo a la exclusión va parejo al miedo al futuro: no hay porvenir si no es en el seno de un clan que, sin embargo, no nos permite evolucionar más que en la dirección que nos impone. Nos impide actuar a favor de la mutación y nos empuja a repetir patrones y situaciones que ya han ocurrido previamente. Si un individuo pretende romper con la cultura del clan y proyectar su propio destino, el clan renegará de él. Ese miedo a lo desconocido y al peligro es el que nos empuja a permanecer siendo siempre los mismos, haciendo lo mismo. Así se establecen relaciones no voluntarias que se sostienen no por los

atractivos de la propia vinculación sino, como establecieron los psicólogos estadounidenses John W. Thibaut (1917-1986) y Harold H. Kelley (1921-2003), por lo precaria e incierta que resulta cualquier otra la alternativa⁴.

El estudio transgeneracional y, por ende, también el análisis de la transmisión transgeneracional se basan en la comprensión sutil de las repeticiones, ya sea de nombres, sucesos, profesiones o fechas y edades en las que ocurren determinados acontecimientos. Las repeticiones pueden limitarse al simple reflejo de los valores impuestos por el clan o admitir ligeras interpretaciones de los códigos familiares heredados. En ocasiones, expresamos nuestras diferencias a través de una manifiesta oposición, sin darnos cuenta de que esa polarización nos mantiene igualmente atados y vinculados al legado de ese clan intimidatorio. En cambio, otras veces asumimos posturas de compensación al clan y nos entregamos inconscientemente al logro o superación de algo que nuestros antepasados no pudieron alcanzar.

Otra forma de transmisión transgeneracional es la identificación, proceso por el que se establecen lazos afectivos y vínculos entre individuos de un mismo clan. Aunque Freud afirmó que la identificación de una persona con otra conlleva la pérdida del dominio sobre su propio Yo, situando al Yo ajeno en lugar del propio, la identificación puede ser positiva en algunos casos porque, como hemos visto, aporta seguridad y sentido de pertenencia. No obstante, un exceso de identificación empobrece y debilita la evolución y desarrollo autónomos.

En situaciones traumáticas, las identificaciones giran en torno a sucesos familiares que quedaron sepultados bajo una losa de silencio. Cuanto más arcaica es una identificación más deja notar sus efectos en la identidad del afectado porque se halla rodeada de un vacío histórico que dificulta sobremanera su comprensión. Cuando

4 Thibaut, J. W. & Kelley, H. H., *The social psychology of groups*

las identificaciones inconscientes implican a tres generaciones nos encontramos ante el denominado telescopaje entre generaciones, concepto que pone en evidencia la naturaleza cíclica y repetitiva que frecuentemente entraña la transmisión transgeneracional de fuerzas y memorias de una historia familiar precedente⁵.

Abraham y Török aportaron las nociones de identificación endocríptica y de fantasma que centraron en el traumatismo producido por una pérdida dolorosa que imprime en el psiquismo una modificación oculta. Se niega la pérdida; pero la identificación con la misma se instala en el inconsciente como una verdadera cripta. A veces, los secretos y silencios de los antepasados se instalan en el niño como un muerto sin sepultura, un fantasma desconocido que retorna desde el inconsciente induciendo obsesiones y temores obsesivos. Una identificación imaginaria que se oculta, se silencia. Lo que más daña a los descendientes es la ausencia de palabras. El silencio cargado de emociones puede tener consecuencias letales. Además, cuanto más se intenta olvidar un no-dicho, un secreto, más insistente es el recuerdo, más profundamente se instala en la memoria y más se expresa a través de *lapsus*, lenguaje no verbal y comportamientos forzados.

Otro modo de la transmisión transgeneracional es la delegación, demanda inconsciente vinculada al narcisismo parental y a las aspiraciones no realizadas por los padres. A través de la delegación, el hijo se ve impulsado inconscientemente a cumplir el “encargo” de algo que sus padres no han podido transformar en herencia propia. Este tipo de demanda paterna, normalmente con una fuerte carga emocional, puede generar en el hijo un efecto contrario, como por ejemplo el deseo de anular la filiación, renunciar a los orígenes e incluso adoptar la decisión de no tener hijos como única forma de interrumpir la transmisión.

Desde niña, sus abuelos paternos y su padre habían fijado para ella una meta: estudiar ciencias económicas y trabajar en un banco,

5 Faimberg, H., El telescopaje de generaciones.

paradigma familiar de estabilidad material. Puso todo su empeño y sacó adelante sus estudios con brillantez y, efectivamente, acabó trabajando en un banco. La delegación familiar se había cumplido y ella gozaba de un puesto de trabajo reconocido, estable y bien remunerado. Sin embargo, paulatinamente se fue sincerando con ella misma hasta reconocer que aquel no era, ni mucho menos, un proyecto de vida elegido por ella misma. Desde niña había aceptado el designio familiar que había marcado su camino; pero ahora se encontraba frustrada, haciendo algo que no le gustaba.

Tras un largo período de depresión y miedos, por fin un día se armó de valor y expuso al padre su desorientación y su deseo de comenzar a hacer algo que de verdad creía que le daría sentido a su vida: poner en marcha una academia de baile. La noticia cayó en el padre como un jarro de agua fría. Al mismo tiempo, indagó en la historia familiar y ató cabos sobre hechos inconexos, aparentemente carentes de sentido, que había escuchado desde la niñez. Llegó a compilar la historia familiar y pudo comprender las razones auténticas del proyecto de vida que se había diseñado para ella desde la infancia. Sus abuelos paternos se habían arruinado en varias ocasiones, lo que condicionó de forma rotunda sus vidas, con trauma y vergüenza. También tomó conciencia de cómo su padre vivió y sufrió aquello desde niño; cómo la precariedad y la vergüenza le marcaron. Tanto para los abuelos como para el padre, el dinero se había convertido en una obsesión porque su carencia había causado traumas profundos en la familia y un retroceso en la escala social, vivido con vergüenza. Para resolver aquel trauma familiar, desde que nació diseñaron para ella la hoja de ruta de su vida. Sus abuelos y su padre habían ideado para ella un proyecto de vida estable en lo económico, rodeada literalmente de dinero.

Desde niña, ella se identificó con aquellos planes y aceptó la delegación familiar; pero se acabó dando cuenta de que no estaba viviendo su vida. Aquel no era su proyecto y estaba siendo incoherente consigo misma. Sólo cuando tomó conciencia y comprendió las

razones profundas de aquel proyecto pudo liberarse para emprender su propia andadura sin sentirse culpable ni traidora.

Lo más importante para lograr liberarse de los aspectos negativos y peligrosos de la transmisión transgeneracional es comprender cómo el sufrimiento, la negación o la represión de los procesos traumáticos se alojaron en el inconsciente de nuestros antepasados y después en el nuestro. De este modo, otorgaremos a nuestros ancestros su auténtico lugar en la historia familiar y estaremos en disposición de enfocarnos en nuestro propio presente sin lastres, sin silencios ni vacíos. Es necesario observarse tanto individualmente como en familia, dentro del sistema al que pertenecemos.

Cuando no verbalizamos los conflictos emocionales, nuestro inconsciente los expresa en el cuerpo como síntomas o enfermedades para avisarnos de que algo sigue pendiente de resolución. Es nuestra responsabilidad tomar conciencia de que podemos liberarnos de lo que está en nuestro inconsciente si lo sentimos, lo elaboramos y lo expresamos.

Síndrome del aniversario

El síndrome del aniversario es un concepto que aparece habitualmente en el análisis transgeneracional. Nuestro inconsciente memoriza todo lo que nos sucede a lo largo de la vida, especialmente aquello que reprimimos porque nos resulta traumático o vergonzoso. Como afirma la psicoterapeuta francesa de origen ruso Anne Ancelin Schützenberger, “el inconsciente tiene buena memoria y marca los acontecimientos importantes del ciclo de vida por repetición de fechas o edad⁶”.

Cuando enfrentamos situaciones emocionalmente similares a aquellas que alguna vez nos impactaron, el inconsciente, como me-

6 Schützenberger, Anna Ancelin, *Ay mis ancestros!*

didada de protección, nos avisa y nos advierte haciendo presente de nuevo en nosotros aquellas mismas sensaciones para que identifiquemos el peligro y adoptemos las medidas oportunas.

Como el inconsciente es atemporal, puede ocurrir que, incluso durante años o mucho tiempo después de un hecho traumático, cada vez que vivamos situaciones similares, se activen en nosotros el recuerdo y las mismas sensaciones experimentadas la primera vez. El síndrome del aniversario hace referencia a las memorias e informaciones presentes en el inconsciente familiar que se manifiestan cíclicamente coincidiendo con fechas, eventos significativos o situaciones concretas. Se trata de una carga transgeneracional inconsciente correspondiente a sucesos traumáticos no asimilados o no resueltos. Esa memoria se transmite de una a otra generación buscando nuevas oportunidades para ser comprendida y resuelta. Pero cuando nos referimos al síndrome del aniversario es porque dicha memoria está vinculada no sólo a situaciones emocionales concretas sino a fechas, edades o eventos asociados a episodios de dolor o vergüenza. No hay que olvidar que toda previsión funciona como un mandato en el inconsciente familiar.

Frecuentemente, el síndrome del aniversario está vinculado a los cumpleaños o a la edad. Personas de una misma familia a las que cuando alcanzan una edad determinada les suceden cosas similares, como divorcios, accidentes, enfermedades, cambios de lugar de residencia e incluso la muerte. Indudablemente, esas personas están activando un mismo síndrome del aniversario vinculado a hechos traumáticos del pasado que seguramente para ellos están pasando del todo inadvertidos. Por este motivo, es importante conocer los acontecimientos familiares asociados a la vida y a la muerte; a qué edad o en qué momento nuestros antepasados enfrentaron situaciones concretas o padecieron enfermedades y accidentes que podríamos llegar a repetir.

El concepto del síndrome del aniversario (*anniversary syndrome*) fue desarrollado por la psicóloga estadounidense Josephine Hilgard.

Con sus estudios clínicos, Hilgard fue pionera en el estudio de la enfermedad no sólo como activación de conflictos emocionales sino también como un fenómeno de repetición cíclica transgeneracional que desvela lealtades e identificaciones entre miembros de un clan pertenecientes a distintas generaciones. Los trabajos de Hilgard han sido continuados y profundizados después por otros, como Anne Ancelin Schützenberger, persona clave en el desarrollo de la psicogenealogía y del transgeneracional.

Todos formamos parte de un sistema familiar cuyas reglas y mandatos inconscientes rigen nuestras reacciones y, por ende, nuestras vidas. Cuando nacemos, recibimos un legado transgeneracional que, por supuesto, nadie nos ofrece la posibilidad de rechazar. Esa herencia nos conecta con el clan familiar y nos ata a sus designios y sus normas; pero especialmente a las cargas transgeneracionales y a las circunstancias de ciertos antepasados con los que, por fecha de concepción, nacimiento o muerte, quedamos vinculados de manera intangible a través de una lealtad invisible. En ese legado transgeneracional están incluidos los acontecimientos traumáticos padecidos por las generaciones anteriores, sucesos que quedaron sin saldarse.

El análisis de las características del legado transgeneracional nos ofrece la posibilidad de conocer y comprender el sentido y las razones de la existencia de un síndrome del aniversario. Sin ese estudio, el síndrome del aniversario no pasaría de ser una rueda confusa de repeticiones aparentemente inconexas y carentes de significado. El estudio transgeneracional permite comprender a qué se debe y qué está buscando el inconsciente familiar con este síndrome en cada caso particular. A través de esta interpretación sistémica del clan que es el estudio transgeneracional, se detectan situaciones repetitivas, identificaciones, proyecciones, dramas familiares, fechas, accidentes y muertes que tienen lugar en circunstancias y situaciones similares. El trabajo con el genosociograma y las circunstancias biográficas que conforman la novela familiar del clan permite precisamente esa especie de catarsis que consiste en hacer conscientes

los vínculos con el pasado para evitar su repetición tanto en la generación presente como en las futuras. El objetivo es liberar al clan de ataduras negativas que toman cuerpo en forma de enfermedades, accidentes o muertes.

Detrás de cualquier síndrome del aniversario se esconde un duelo pendiente, un trauma o un secreto familiar. Silencios que surgen del anhelo de los padres de proteger a sus hijos y nietos de sucesos traumáticos relacionados con enfermedades, adulterios, herencias, abortos, suicidios, robos, etc. Debemos comprender que el inconsciente familiar es un complejo sistema de conexiones en el que entran en escena todas las vicisitudes vividas, sentidas y reprimidas por cada miembro del clan del presente y del pasado. Asimismo, se debe tener en cuenta que en cualquier clan familiar se repiten muchas circunstancias y vivencias, además de nombres y profesiones. Se generan, de este modo, escenarios similares en los que actúan personas que portan inconscientemente legados transgeneracionales que les conectan a las generaciones precedentes. La comprensión de estas circunstancias hace posible interpretar el síndrome del aniversario no como casualidad o coincidencia sino como el resultado preciso de conexiones que se activan en el inconsciente familiar para revivir y solucionar traumas del pasado.

Conocer y, sobre todo, comprender cómo funciona, a qué responde y qué representa el síndrome del aniversario hace posible adquirir un nivel de conciencia superior sobre las dinámicas activas en el clan familiar para poder eludir futuros sufrimientos, síntomas e incluso muertes. Desde los estudios pioneros que en su día realizó Hilgard quedó demostrado que el mero hecho de tomar conciencia sobre el origen y las circunstancias de las que surge un síndrome del aniversario ofrece la posibilidad de desactivar o mitigar sustancialmente sus efectos. No obstante, la desactivación definitiva requiere adentrarse en el inconsciente familiar, a través de uno de los integrantes del clan, para realizar los cambios precisos; consistentes básicamente en el cambio de creencias e informaciones asociadas al trauma o la

elaboración del duelo o duelos pendientes mediante actos y rituales simbólicos que el inconsciente, que reacciona igual ante estímulos reales o simbólicos, aceptará y asumirá como verdaderos.

Aunque el síndrome del aniversario responde a legados transgeneracionales que contienen duelos y traumas pendientes que asumimos de manera inconsciente, ¿a qué dinámica responde este síndrome?. Cuando nacemos, los vínculos transgeneracionales que se establecen deparan afinidades y lealtades inconscientes que suponen para el receptor una suerte de contratos o códigos que influirán en su vida bajo la forma de creencias y tendencias. Esas creencias se convertirán en una especie de filtro que condicionará su evolución en la vida. Todo contrato implica el desempeño de una función o un mandato. También supone un compromiso respecto a algo o hacia alguien. Puede tratarse de compromisos horizontales, cuando están referidos a colaterales (pareja y hermanos) o verticales, si vincula a familiares de distintas generaciones.

Cualquier contrato inconsciente asignado por el clan supone para el receptor la asunción de una lealtad invisible. Aunque somos organismos evolucionados, los seres humanos, como organismos biológicos primarios, tenemos muy presente en nuestra memoria biológica que el clan nos aporta identidad, seguridad y mayores posibilidades de supervivencia. Sin ese vínculo con el clan, los peligros se incrementan y la supervivencia puede correr un serio peligro. Es precisamente ese miedo profundo (biológico) que implica la posible desconexión con nuestro clan el que nos lleva a asumir como propias esas lealtades asignadas, incluso aunque éstas nos condicionen y lastimen. El individuo no llega a sacralizar al clan; pero siente que su inclusión y admisión intramuros le otorga protección.

El clan ejerce su autoridad inconsciente sobre nosotros para preservar la supervivencia del sistema. Aceptamos sus mandatos por nuestra necesidad de ser reconocidos como miembros del mismo. Toda iniciativa de una persona hacia su individuación representa para el clan familiar una posible deslealtad y una amenaza implí-

cita que pone en peligro la supervivencia colectiva. El clan familiar amenaza al disidente y éste, aun a pesar de sus intenciones iniciales, probablemente acabará plegándose a seguir viviendo la vida que le han asignado dentro de unos cauces preestablecidos que limitan y frenan su evolución.

Mujer de 35 años que desde hace dos intenta, sin éxito, quedarse embarazada. Presenta un cuadro médico con disnea y asma desde la niñez. Además, entre los 21 y los 29 años se le retiró por completo la menstruación.

Al elaborar el estudio de su transgeneracional, cuenta cómo su madre quedó embarazada a los 21 años fruto de un encuentro con un joven al que había conocido poco tiempo antes; pero con el que por entonces ni siquiera tenía una relación de noviazgo. Pertenecientes a familias tradicionales de un ámbito rural, ambos fueron obligados por sus respectivos padres a contraer matrimonio para evitar la vergüenza y el deshonor.

Aquel embarazo imprevisto impidió a la joven terminar su carrera universitaria de farmacia. Como cabía esperar, la relación no funcionó bien desde el primer momento. Pocos meses después, dio a luz a una niña; pero el joven marido seguía saliendo por la noche con sus amigos, mientras la esposa permanecía en casa cuidando de la hija. Aun así, en los años siguientes tuvieron cuatro hijas más. De modo que a los 29 años aquella mujer ya era madre de cinco niñas, ninguna de ellas deseada o planificada, dicho sea de paso.

La menor de las hijas es la que asiste a consulta. El ambiente familiar que recuerda desde su niñez es de discusiones continuas, rivalidad constante entre sus padres y sospechas en la madre de numerosas infidelidades por parte del padre. Aparte del maltrato psicológico y verbal que todas las hijas habían presenciado desde su niñez, cuenta cómo su madre nunca les ocultó a ella y a sus hermanas sus frustraciones como esposa, recordándoles una y mil veces que ser mujer significaba “venir al mundo a padecer”.

Al hacer la descodificación biológica de sus síntomas, se le explica que la disnea y el asma que sufre desde la niñez responden precisamente a ese ambiente familiar tóxico en el que creció; a situaciones potenciales de amenaza, disputas, broncas y peleas. Todo ello encaja plenamente con su historia familiar. En cambio, la desaparición de su menstruación desde los 21 hasta los 29 años merece una consideración diferente. Precisamente, con 21 años quedó embarazada su madre, hecho que no sólo truncó su carrera universitaria sino que cambió para siempre su vida, iniciando una relación matrimonial forzada en la que se sucedieron las discusiones, los maltratos y las continuas sospechas de infidelidad por parte de su esposo.

Hasta los 29 años, su madre quedó embarazada cuatro veces más sin que cesaran ni los maltratos ni las sospechas de adulterio. La mujer que asiste a consulta pierde su menstruación entre los 21 y los 29 años, coincidiendo con la etapa en que su madre experimentó cómo el hecho de ser madre –engendrar vida– profundizaba, con cada embarazo, sus frustraciones y su amargura por los maltratos y falta de apoyo por parte del marido. Lo que se manifiesta en la hija es un claro síndrome del aniversario. Al llegar a los 21 años y hasta los 29, su inconsciente activa en ella la memoria procedente de la experiencia materna de rechazo a su feminidad porque, según le había quedado grabado a través del insistente testimonio de la madre, la maternidad suponía frustración, sufrimiento y amargura. A esa memoria era a la que estaba siendo fiel inconscientemente la hija. Por ese motivo, cuando cumple 29 años, misma edad en que la madre se liberó de su función procreadora, su menstruación apareció de nuevo.

Con la interrupción de su menstruación entre los 21 y los 29 años se había puesto en marcha en la hija un programa biológico de rechazo a la maternidad y a su feminidad, impidiendo la posibilidad de embarazo precisamente para protegerla de llegar a repetir el modelo de vida experimentado por la madre. Además, cuando a los 29 años su menstruación retornó, comenzó a presentar episodios de amenorrea, es decir, reglas muy escasas y ciclos menstruales excesivamente largos que

biológicamente muestran, asimismo, un claro rechazo inconsciente a la maternidad y a la feminidad. Una vez dejado atrás el síndrome del aniversario, en la hija seguía presente un temor inconsciente a repetir el modelo de frustración que para ella había representado su propia madre como esposa y como mujer.

La hija pudo advertir cómo, efectivamente, había estado luchando, sin saberlo, contra sus propios bloqueos inconscientes. Conscientemente deseaba ser madre; pero inconscientemente estaba obstaculizando su propia realización materna por las memorias y creencias que había incorporado a lo largo de su niñez y de su juventud. Cuando cobró conciencia de todo lo que había estado expresando su biología durante tantos años no sólo alcanzó una comprensión de la que antes había carecido sino que se liberó de las memorias de su juventud y, por primera vez en su vida, su menstruación se regularizó en periodicidad y cantidad.

Las lealtades y los contratos inconscientes tienen el objetivo de minimizar o anular cualquier posible alteración o disidencia individual que desestabilice al grupo. Porque la dinámica interna del clan familiar, como sistema conservador, se rige por los contratos asignados a sus miembros y por las obligaciones que éstos asumen. Las expectativas individuales no son prioritarias frente a las necesidades colectivas. El individuo interactúa constantemente con los otros miembros del clan; pero siempre en una relación de dependencia respecto a los mandatos que recibe del sistema y respecto a los contratos, también inconscientes, que, a su vez, han asumido y desarrollan otros miembros del clan.

Cada clan cuenta con su propio sistema de lealtades que estructura las relaciones intrafamiliares, regula la pertenencia al grupo y penaliza los intentos de emancipación o disidencia. Debe observarse cómo esta dinámica de las relaciones en el clan familiar se alimenta constantemente. El clan se nutre de las lealtades inconscien-

tes que sucesivamente van adquiriendo las distintas generaciones. Así como en un momento dado los padres asumieron los contratos y códigos que les fueron impuestos, los hijos asumen sus propias lealtades inconscientes para preservar su identidad y su espacio en el clan. Es de esta manera como se mantiene vigente y se transmite el síndrome del aniversario

Identificación endocríptica y síndrome del fantasma-yaciente

Si el inconsciente familiar hace referencia al sustrato de memorias y experiencias que comparten todos los integrantes de un clan, la transmisión transgeneracional es precisamente el trasvase de esas memorias, experiencias y conflictos emocionales entre distintas generaciones, vertebrando y consolidando la estructura sistémica del clan y repitiendo patrones de conducta y de identidad. Las circunstancias que han conformado la vida de individuos de una generación, especialmente cuando han sido traumáticas, se legan e influyen en sus descendientes.

Como ha quedado dicho, los psicólogos Nicolas Abraham y Maria Török incorporaron el concepto de transmisión transgeneracional en sus trabajos sobre el duelo, las identificaciones y el fantasma-yaciente⁷. A través de los padres, el inconsciente familiar deposita en los individuos más jóvenes valores y actitudes preexistentes en el clan. Junto con esa transmisión inconsciente se asignan tareas a realizar.

Los mandatos del clan representan una pesada carga que se transmite de generación en generación, normalmente con una vigencia de hasta cuatro generaciones, a la espera de que algún miembro del clan tome conciencia o repare y desactive el trauma. Estos conflic-

7

Abraham, Nicholas & Török, Maria, La corteza y el núcleo

tos emocionales enquistados en el inconsciente familiar suponen también un pesado lastre para los descendientes del clan que, desde su nacimiento, se identifican inconscientemente con los comportamientos y emociones de padres y abuelos, buscando de este modo su reconocimiento y aceptación. Se trata de reacciones biológicas porque la pertenencia al clan es un requisito esencial para subsistir.

Abraham y Török desarrollaron los conceptos de identificación endocríptica y de fantasma-yaciente referidos a los traumatismos que producen en el clan las pérdidas dolorosas e inesperadas. El trauma de la pérdida se instala en el inconsciente familiar como si de una verdadera cripta se tratara. A menudo, los traumas, los secretos y los silencios de los padres se instalan en los hijos como un muerto sin sepultura, como un fantasma que retorna. Se trata de una identificación oculta, silenciada.

La ausencia de palabras es precisamente lo que más daña a los descendientes porque los silencios cargados de emociones pueden tener consecuencias letales, sin olvidar que cuanto más se intenta ocultar, olvidar o silenciar un secreto más persistente es su recuerdo, más profundamente queda registrado en la memoria y más insistentemente brota a través de *lapsus*, gestos y comportamientos forzados.

El término síndrome del fantasma o yaciente se emplea para indicar que alguien porta en su inconsciente una memoria o una información pesada que lastra su vida. Memorias traumáticas referidas a muertes inesperadas e injustificables para la generación del clan que lo vivió; pérdidas que no fueron admitidas y tampoco gestionadas cuando ocurrieron, duelos que quedaron pendientes. Habitualmente se trata de muertes especialmente traumáticas, como suicidios o decesos prematuros de niños. Acontecimientos especialmente dolorosos que desbordan la capacidad de comprensión y de gestión emocional por parte de las personas que los experimentan.

El impacto emocional provoca la negación de esos sucesos y la adopción del silencio como solución de protección “aparente”. Sin

pretenderlo, las personas inmersas en el dolor e incapaces de asimilarlo generan con su silencio un no-dicho que hunde sus profundas raíces en el inconsciente familiar. La memoria de esos eventos permanece viva en el inconsciente del clan y, precisamente porque se esconde tras una cortina de silencio, se transmite a las generaciones venideras como identificación endocríptica o fantasma, convirtiéndose en yaciente al receptor más identificado, por vínculo transgeneracional, con dichas memorias de dolor. Duelos no realizados, rescoldos vivos de lo reprimido y no asimilado que quedan como asuntos pendientes y que finalmente acaban incorporándose al inconsciente de un descendiente que ha sido concebido después de ocurrida la pérdida traumática.

La identificación endocríptica, o síndrome del fantasma, consiste precisamente en el trasvase de toda la herencia emocional referida al suceso traumático o a las circunstancias del antepasado desaparecido de forma repentina y traumática a un descendiente como mandato inconsciente del clan para que éste comprenda, repare y cicatrice la herida emocional. El clan busca, en definitiva, la redención a través del receptor y éste, depositario inconsciente de tan pesada carga, vive con el deseo de expresar algo que probablemente ni siquiera intuya, lo que, sin duda, puede llegar a limitarle y condicionarle anímica y emocionalmente.

Mujer de mediana edad, casada y madre de dos hijos adoptados. Siente un miedo profundo a que le suceda algo y no pueda cuidar y ver crecer a sus dos hijos (de 5 y 7 años). Desconoce la causa y el origen de sus miedos; pero la angustia y la desesperación no le dejan vivir. Además, siente que apenas puede disimular su estado en presencia de ellos.

Antes de realizar el estudio transgeneracional, la mujer manifiesta que su abuelo paterno fue ejecutado al finalizar la Guerra Civil española como represalia por su participación en el bando perdedor de dicha contienda. El abuelo había tenido un cargo de responsabilidad

política durante la guerra y esa implicación es la que le acabó costando la vida. Las circunstancias de la muerte del abuelo constituyeron un secreto familiar que, por doloroso, fue silenciado durante décadas. En casa, todos sabían que ese era un tema tabú del que no se debía hablar. No obstante, la nieta había averiguado recientemente, por su cuenta, que durante el enfrentamiento armado su abuelo había desarrollado y puesto en marcha algunos programas humanitarios en favor de los niños que habían quedado huérfanos en la capital -Madrid-; programas de acogida y adopción. Entre aquellos niños, muchos presentaban, además, problemas de sordera y audición a causa de los intensos bombardeos que sufrió la capital española durante más de tres años de enfrentamiento armado.

A través del estudio transgeneracional, esta mujer descubre que es yaciente de aquel abuelo muerto en circunstancias especialmente traumáticas. En ese preciso momento todas las piezas encajan y comprende el origen de sus miedos. Todo cobra sentido para ella. Entiende que está viviendo su vida; pero también la del abuelo. Si la labor política de su abuelo durante la guerra estuvo orientada, sobre todo, a ayudar a niños huérfanos de entre 5 y 7 años (la edad de los hijos de ella, es decir, además nos encontramos ante un síndrome del aniversario), setenta años después ella había seguido inconscientemente sus pasos adoptando dos niños huérfanos. Es más, uno de los niños adoptados era sordo, como muchos de aquellos niños de los que se ocupó en su día el abuelo.

La paciente estaba viviendo, siete décadas después, la misma angustia que debió sentir su abuelo al saber que iba a ser fusilado dejando a su suerte a tres hijos a los que no podría proteger ni ver crecer. La historia se repite a veces con una sutileza que apenas podría imaginar el mejor guionista de cine.

Los yacientes, es decir, las personas portadoras de una identificación endocríptica o de un síndrome del fantasma, manifiestan una marcada tendencia a la tristeza ya que viven permanentemente bajo

el peso de ese duelo pendiente cuya realización les ha sido asignada por el inconsciente familiar. Se trata de personas con claras tendencias depresivas desde la infancia, que no se autorizan a sentir o experimentar placer. Son muy habituales los casos de bruxismo o mandíbula tensa y bloqueada, que no es otra cosa que la manifestación física de esa negación del placer; represión nocturna de los anhelos y palabras que no se dicen durante el día. Rabia y agresividad reprimidas que la persona –receptora inconsciente de la identificación endocríptica– ni siquiera sabe por qué surgen o contra qué y contra quién van dirigidas.

Suelen ser personas que se expresan en un tono de voz muy bajo, como si pretendieran pasar desapercibidas. Tienen la extraña sensación de estar viviendo la vida de otro. Sienten que, a veces, toman decisiones aparentemente absurdas como si alguien o algo guiara sus pasos al margen de su propia voluntad. Observan, impotentes, que su vida transcurre entre episodios de melancolía crónica y ausencias inexplicables. En ocasiones pueden tener la sensación de que en su interior anidan dos presencias, dos voluntades contradictorias que dificultan la toma de decisiones y, cuando éstas son adoptadas, surge el reproche interno porque “la otra” parte se rebela y manifiesta su disconformidad.

Personas que prefieren la ropa oscura y los ambientes oscuros, especialmente para dormir. Cuando descansan suelen hacerlo con los brazos al costado o sobre el pecho. Entre los yacientes son frecuentes los casos de sonambulismo. Asimismo, hay yacientes que durante las horas de sueño no paran de moverse como si esa dualidad interna no conociera el descanso. Esa extraña dualidad puede abocar a la persona a sentirse lastrada, paralizada en sus proyectos. Otras veces, en lugar de un freno, la identificación endocríptica conduce al yaciente a desarrollar un estado de agitación e inquietud insufribles, sobre todo cuando aún son niños.

Aparte del bruxismo y la hiperactividad previamente referidos, existen otros síntomas o patologías que frecuentemente indican la

posible existencia de un síndrome del fantasma o identificación endocríptica. Es muy común entre los yacientes la esclerosis en placas, que en más del 75% de los casos es de origen transgeneracional. Asimismo, y como manifestación de esa misma dualidad y debate internos, son frecuentes las patologías que condicionan o limitan la movilidad del yaciente, como por ejemplo la rigidez, parálisis, parkinson o poliartritis reumatoide. El sobrepeso y la retención de gases son otros síntomas frecuentemente vinculados a la existencia del síndrome del fantasma, así como las enfermedades pulmonares, por ejemplo bronquitis, asma o insuficiencias respiratorias. También las apneas, la existencia de parásitos intestinales y algunas diabetes. Las enfermedades mentales merecen una mención aparte porque algunas de ellas, sobre todo el autismo y la esquizofrenia, aparecen vinculadas a menudo a síndromes del fantasma y normalmente ponen de manifiesto que el origen de la identificación endocríptica se encuentra en la tercera o cuarta generación anterior al afectado, es decir, en los abuelos o bisabuelos.

Obviamente, todas las características y patologías referidas son generalidades y tendencias, y como tales deben entenderse. Cualquier análisis serio y riguroso de un posible síndrome del fantasma, o de una identificación endocríptica, debe consolidar la posible sospecha de su existencia con la presencia de al menos dos de las características o síntomas mencionados, así como con un profundo y detallado estudio transgeneracional.

En ocasiones es el propio síntoma que sufre la persona y su sentido biológico el que delata la naturaleza de las conexiones y repeticiones transgeneracionales.

Como en el caso de una mujer joven que acude a consulta porque se siente bloqueada. Desde hace tiempo tiene la sensación de que todo en su vida se ha paralizado y asiste impotente sin comprender qué le ocurre ni cómo ha llegado a esa situación.

Desde hace meses afronta una difícil situación profesional a la espera de que la empresa para la que trabaja le pague varios salarios atrasados. Mientras no cobre ese dinero no puede poner en marcha su propio emprendimiento. No ve la manera de escapar de ese bloqueo. Inmersa en esa situación, le diagnostican hipotiroidismo Ashimoto. Desde el punto de vista biológico, todas las patologías relacionadas con la tiroides guardan relación con el tiempo y su gestión. El hipotiroidismo Ashimoto es una enfermedad que se presenta precisamente en circunstancias en las que, como esta persona, se afronta una tensa y dilatada espera; situaciones prolongadas de bloqueo vividas con impotencia, sin vislumbrar una salida ni una solución en el horizonte.

El estudio transgeneracional desvela que la mujer lleva el fantasma de su abuelo paterno que luchó en la Segunda Guerra Mundial, en el bando alemán. Sobrevivió a la contienda; pero, como tantos otros soldados del bando perdedor, al finalizar la guerra fue apresado y mantenido durante dos años en un campo de prisioneros. Resulta fácil imaginar la impotencia que debió sentir el abuelo durante aquellos dos largos años de cautiverio, alejado de los suyos, sin poder ayudar a su familia frente a las dificultades de la posguerra. Casi setenta años después, el inconsciente de la nieta, que como yaciente del abuelo está viviendo la vida y la memoria de aquél, al enfrentar una situación emocional similar de espera e impotencia, activa en ella aquella misma memoria, además de un modo sumamente preciso en forma de hipotiroidismo Ashimoto.

El antepasado desaparecido en circunstancias traumáticas que da lugar a la identificación endocríptica o síndrome del fantasma debe haber fallecido antes de ser concebido el receptor, el yaciente. Los efectos y consecuencias del síndrome del fantasma son más intensos y graves cuando el yaciente es concebido dentro de los tres meses siguientes al deceso del antepasado o cuando nace un año después de la muerte. Cuando son varios descendientes del mismo clan los concebidos en los meses posteriores a la muerte, el síndrome del fantas-

ma se dejará notar con mayor intensidad en el primero de ellos. El inconsciente familiar dispone sus mandatos y establece sus reglas entre los nuevos miembros del clan buscando la identificación, la reparación del trauma y la realización del duelo pendiente.

El concepto de fiestamanía está muy relacionado con el síndrome del fantasma. La ley sagrada del clan familiar es garantizar su propia supervivencia y nada debe poner en riesgo esa máxima. Cuando el clan pierde a uno de sus integrantes es muy habitual que se despierte entre los supervivientes un anhelo inconsciente de reemplazarlo, un deseo compulsivo de hacer el amor para conseguir la sustitución. Se trata de un impulso inconsciente.

Si se dan circunstancias traumáticas de muerte como las expuestas, nace la identificación endocríptica porque el clan, además de la supervivencia, busca también sanar y cerrar los capítulos que han quedado pendientes en la historia familiar. No hay cadáver; pero llega un niño que toma su sitio. El muerto desaparece en el niño. Asociada a la vergüenza y el sentido de culpa, la llamarada de sexualidad que representa la fiestamanía contribuirá a acentuar más aún el trauma y el silencio por el posible juicio social.

El yacente es vertical cuando hay relación entre las fechas de concepción o nacimiento del receptor y la fecha de muerte del fallecido; pero siempre y cuando éste último pertenezca a una generación anterior y, obviamente, el yacente haya sido concebido después del deceso desencadenante de la identificación endocríptica. También se trata de yacente vertical cuando el receptor del síndrome ha sido concebido dentro de los tres meses posteriores al fallecimiento del antepasado.

En cambio, el yacente es horizontal cuando recibe la identificación endocríptica de un hermano fallecido o abortado (intencionada o espontáneamente). En este caso también debe cumplirse el requisito de que el yacente haya sido concebido después del fallecimiento. Realmente, el yacente horizontal es un hijo de sustitución que

llega para suplir al hermano muerto⁸. Se trata, en consecuencia, de un proyecto paterno para cortar o aliviar el sufrimiento ocasionado por la pérdida. Si, además, el hijo de sustitución recibe el mismo nombre del fallecido, o el nombre que los padres deseaban ponerle al bebé abortado o nacido muerto, las consecuencias del síndrome del fantasma serán más graves y acusadas.

También debe considerarse como yaciente horizontal el caso de los hijos de sustitución que no son resultado de la fiestamanía, porque, habiendo sido concebidos incluso años después de la desaparición de un hermano, reciben inconscientemente el mandato de los padres –proyecto paterno– de reemplazar al hermano desaparecido. Este mandato inconsciente también da lugar a la identificación endocríptica en el receptor. El hijo de sustitución recibe de la madre, a través de la conexión emocional que une a ambos, el cometido de ocupar el lugar del hermano muerto, de ser como él y de proyectar su figura en este tiempo⁹.

La sustitución representa, en efecto, una segunda oportunidad. Tiene como propósito conservar a la persona fallecida trasladando su recuerdo y su identidad al recién nacido. Esta segunda oportunidad neutraliza o alivia el sufrimiento porque bloquea o reduce el proceso de luto; pero, a la larga, una vez superado el dolor de aquella muerte, el sustituto afrontará probablemente serios problemas en su vida al carecer de identidad y espacio propios en el seno familiar.

Mujer de 32 años. Segunda de tres hermanas vivas; pero nacida después de un hermano varón que llegó muerto. Ella es un caso claro de hija de sustitución como resultado de un acto de fiestamanía ya que fue concebida apenas dos meses después del fallecimiento prematuro del hermano.

8 Sellam, Salomon, El síndrome del yaciente, un sutil hijo de reemplazo

9 Porot, Maurice, L'enfant du remplacement

En primer lugar, llega a una familia en la que la primogenitura está ocupada por su hermana mayor. Como ya tenían una hija, a ella sus padres la esperaron como varón no sólo para completar la pareja sino, sobre todo, para reemplazar al bebé varón que nació muerto. En segundo lugar, como hija de sustitución, es concebida para aliviar el dolor de la pérdida anterior.

Confiesa que toda su vida se ha sentido desubicada en el seno familiar, distinta, desconectada. El hecho de no sentirse reconocida en su auténtica identidad por parte de sus padres y la sensación de carecer de espacio propio le han llevado a sucesivos episodios de depresión.

La lealtad inconsciente hacia aquel proyecto de sus padres que la esperaron como niño le ha hecho padecer desde su juventud amenorrea e incluso largos temporadas sin menstruar, lo que evidencia que inconscientemente ha tratado de no defraudar aquel deseo de sus padres “camuflando” su feminidad.

Superados sus problemas menstruales, con 30 años se plantea la maternidad; pero no lo consigue. Físicamente no se detecta ningún impedimento, hasta que descubre, al hacer la descodificación bio-transgeneracional, que los obstáculos son transgeneracionales y emocionales; que todo pasa por liberarse de las ataduras inconscientes para comenzar a vivir, de una vez, su propia vida.

El yaciente se ve desprovisto de vivir en plenitud su propia vida. Carga con la pesada losa del trauma generado por la muerte del antepasado y, además, recibe el mandato inconsciente de cerrar o aliviar la herida familiar. Todo ello le lleva a vivir una vida ajena, extraña, a merced de circunstancias que desconoce y no controla. De hecho, es como si no existiera, como si no valiera por sí mismo. Esto explica por qué entre los yacientes son tan habituales los problemas de identidad y las tendencias depresivas y solitarias.

Tomar conciencia del síndrome del fantasma y hacer el duelo pendiente es la única forma de cerrar el capítulo traumático y cortar

la transmisión transgeneracional. El duelo, como se verá posteriormente, es un proceso a través del cual la persona o el clan elaboran las emociones que fueron reprimidas cuando tuvo lugar el trauma. Aunque hayan pasado años o décadas, es preciso poner palabras a lo ocurrido y expresar los sentimientos. Es necesario devolverle al muerto su lugar, su protagonismo y su identidad; restablecer la memoria del muerto manteniendo vivo su recuerdo. El duelo es un proceso imprescindible para poder seguir adelante en la vida.

En ocasiones, el obstáculo para llevar a cabo el duelo no está en el propio yaciente sino en otros miembros del clan familiar que, como supuesta medida de protección, rechazan la iniciativa y las palabras y emociones del que pretende hacer el duelo. Cuando no se puede hacer el duelo, éste queda congelado, pendiente. Las generaciones posteriores, más desconectadas emocional y cronológicamente del trauma y las circunstancias en que tuvo lugar, se verán invadidas por una gran confusión y desorientación, quedando más expuestas a sufrir sus efectos y a somatizar el trauma con enfermedades de mayor gravedad.

Hacer el duelo es un requisito ineluctable para despedirse de la persona, cerrar el capítulo abierto y liberar al clan familiar del trauma emocional que supuso su pérdida. Lo primordial para liberarse de la identificación endocríptica es comprender que, paradójicamente, la negación y la represión de los procesos traumáticos fortalecen y alimentan su vigencia.

Conflicto programante y conflicto detonante

Hemos visto qué contenidos y qué circunstancias traumáticas dan lugar a la transmisión transgeneracional. Las memorias de sucesos dolorosos y los secretos familiares se transmiten y se activan entre los integrantes de distintas generaciones de un mismo clan. De modo que los traumas no resueltos provocan, a su vez, nuevos episodios de

dolor, a veces de forma recurrente, cuando uno o varios miembros del clan arrostran en sus vidas situaciones emocionalmente similares a las que provocó el suceso traumático vivido por sus ancestros.

El inconsciente, que es atemporal, reacciona del mismo modo cuando una o varias personas del mismo grupo familiar padecen conflictos emocionales similares a aquel que un día resultó doloroso, sin importarles ni el tiempo ni si el evento actual es sólo una réplica del original. En consecuencia, para llevar a cabo la descodificación bio-transgeneracional es importante distinguir entre los conflictos programantes y los conflictos detonantes o desencadenantes; que es tanto como establecer la diferencia entre la causa y el efecto.

De entrada, podemos afirmar que un conflicto programante acaba generando, tarde o temprano, uno o varios conflictos detonantes posteriores. Del mismo modo, podemos concluir que sin conflicto programante nunca surgirán conflictos detonantes o desencadenantes

El conflicto programante representa, literalmente, el primer golpe; el impacto inesperado y traumático que desborda la capacidad de comprensión y de gestión por parte de la persona o personas afectadas, así como del propio clan. Es el suceso que, por traumático, da lugar al silencio, a la vergüenza, al secreto y al duelo pendiente. Se inserta en el inconsciente familiar como una pesada carga emocional. Cuando esto ocurre, se pone en marcha la transmisión transgeneracional de esa memoria de dolor, buscando sucesivas oportunidades de comprensión y resolución.

Cuando uno o varios descendientes sufren, somatizan o expresan en sus vidas y en su salud la carga emocional de aquel suceso traumático que no quedó resuelto en su momento, se trata de un conflicto detonante o desencadenante. En virtud de los vínculos transgeneracionales y las lealtades inconscientes, cada vez que un descendiente del clan enfrente en su vida, de forma intensa y dolorosa, situaciones emocionalmente semejantes a las del conflicto

programante, manifestará la memoria de aquel trauma inconcluso y ésta se somatizará según sea la emoción con la que lo viva. Este, el conflicto detonante, es el que habitualmente enfrenta la persona cuando acude a consulta.

La activación del conflicto detonante o desencadenante puede responder a distintas circunstancias, como el síndrome del aniversario o la identificación endocríptica-síndrome del fantasma. Por este motivo, para la descodificación bio-transgeneracional es fundamental analizar en detalle las circunstancias y los conflictos emocionales que conforman la novela familiar. Si no se toma conciencia del conflicto programante y de las particularidades emocionales en que surgió, difícilmente se podrá realizar un verdadero y completo trabajo terapéutico a partir del conflicto detonante que sufre hoy la persona.

Por último, cabe prestar atención a cómo irrumpe el conflicto detonante. Puede hacer acto de presencia de forma contundente y abrupta. Ocurre así cuando se trata de sucesos inesperados y, por tanto, de efectos fulminantes, sobre todo si se afrontan en soledad y sin aparente posibilidad de solución, como por ejemplo suicidios o accidentes de automóvil. Pero también puede manifestarse de forma progresiva, incluso a lo largo de amplios plazos de tiempo, como por ejemplo en el caso de una mujer que se sienta desvalorizada por su pareja a lo largo de años y que, durante todo ese tiempo, se aferra a mantener esa relación sólo por sus hijos o por razones de índole social, de estabilidad económica, etc. En este caso, los efectos del conflicto detonante no resultarán tan repentinos o inesperados; pero su potencial traumático será igualmente contundente.