

El maldito hilo de Ariadna

¿Por qué una simple ruptura amorosa se ha convertido en algo de vida o muerte?, ¿por qué nuestro ex se ha transformado en algo tan necesario para nosotros? Déjame hablarte del maldito hilo de Ariadna. El hilo que une a Teseo con la salida del laberinto, ese hilo que te une inexorablemente a tu ex.

Cuando estamos en el vientre de nuestras madres, se nos ofrece todo sin esfuerzo, comida, oxígeno, todas nuestras necesidades básicas están cubiertas, mientras nosotros experimentamos el milagro de la vida, flotando en nuestro líquido amniótico. Mamá provee. El universo provee. Pero después de nueve meses llega el momento de nacer, se nos obliga a pasar por un canal más estrecho que nuestro propio cuerpo y lo peor de todo, nada más ver la luz del sol, sentir el aire del exterior en la cara, alguien nos corta el cordón umbilical, nuestra conexión directa con mamá, con el universo, con el suministro básico. De repente no podemos respirar, no sabemos hacerlo, nuestros pulmones se colapsan, nos invade el miedo, se nos pone boca abajo, se nos azota, rompemos a llorar y... respiramos... Así contado no parece una situación muy agradable. Pero agradable o no, lo que es seguro es que es una situación traumática para nosotros. Y las situaciones traumáticas tienen una tendencia natural a grabarse a fuego en nuestro subconsciente. ¿Sabías que existe una psicología pre y perinatal que estudia todo esto?

Vale, pero ¿qué narices tiene que ver esto con mi ruptura? Déjame explicártelo.

Nada más nacer ocurre algo que probablemente nos va a marcar para toda la vida. Es el momento de las grandes conclusiones, porque puede ser el día en que pasamos de ser dependientes a personas libres, o el momento en que dejamos

de estar conectados. El cordón umbilical es una metáfora que el subconsciente aprende rápido. ¡Es una metáfora para toda la vida! El cordón umbilical es nuestra conexión con el universo. Es nuestro hilo proveedor. Y nos lo han quitado. Estamos desconectados. ¡Nuestras necesidades básicas ya no están cubiertas! ¡Que salten todas las alarmas!, es más, ¡que esas alarmas no se apaguen nunca en lo que nos resta de vida! A partir de hoy, el concepto de escasez ha nacido para nosotros y promete quedarse para siempre. ¿Quién nos va a nutrir ahora?

Los conceptos de “conexión” y de “seguridad” pasan a ser cosas externas a nosotros, sensaciones que alguien nos tiene que ofrecer, surtir. Y cuanto más anclado en nosotros esté esta metáfora, más dura nos parecerá nuestra ruptura.

Ahora que nos han separado tan bruscamente de nuestra madre, estamos obligados a buscar soluciones. Tenemos que generar nuevos cordones umbilicales. Y como ya no son físicos ni tangibles, tendremos que hacer un trabajo duro para que parezcan reales. Recrearemos cordones. Para ello intentaremos crear relaciones aparentemente muy sólidas que nos nutran, que satisfagan nuestras necesidades básicas. Nuestro proveedor oficial. Nuestro paraíso perdido. Nuestros surtidores de amor y VIDA.

Primero lo haremos con nuestros padres. Al fin y al cabo ellos tienen el deber de proveernos, de que no nos falte de nada, de mantenernos a salvo, luego tiraremos hilos a profesores, familia, amigos, cosas y por último, a nuestras parejas. Según nos vamos alejando del núcleo familiar, los esfuerzos por hacer esos hilos consistentes son cada vez mayores. Estoy convencido de que gran parte de nuestra energía vital la gastamos en mantener esos hilos vivos, en convertir esos hilos en algo sólido. Son hilos energéticos, conexiones invisibles que por la fuerza de su intención casi se convierten en hilos reales. Siempre me ha sorprendido que mi madre sepa, aunque esté a kilómetros de distancia, cuándo estoy pasando un mal momento, por ejemplo.

Mucha gente cuando le dejan te lo cuenta como: “ha cortado conmigo”, “hemos cortado”. ¿Cortado?, ¿una relación se puede cortar?, ¿cortan contigo cuando te

echan del trabajo?, ¿por qué cortar?, ¿estamos hablando del hilo sin darnos cuenta?, ¿el hilo de Ariadna sigue hecho un nudo en nuestro subconsciente?

Nuestro ex se ha ido, nuestro cordón inventado se ha roto, ya no tenemos proveedor, nuestras necesidades básicas están en peligro. ¿Moriré?

Tienes que entender que sin darte cuenta, habías lanzado un hilo a tu ex, habías recreado un cordón umbilical con él, una conexión de dependencia unidireccional. Has usado a tu ex como sustituto, como proveedor, al igual que antes habías usado a tus padres, familiares, etc... ¿Te extraña sentirte ahora tan dependiente?, ¿tan solo?, ¿tan abandonado? Te han cortado el hilo. Te han cortado el suministro, te han “desconectado”. Sentir ansiedad es algo normal y coherente. Tus necesidades básicas ya no están cubiertas. Para un ser dependiente, quitarle aquello de lo que depende se convertirá en una cuestión de vida o muerte.

¡Estás confundiendo tu dependencia, tu hilo inventado, con el amor! Hablas de desamor pero tu ansiedad habla de temas más profundos.

Además el mundo ha apoyado esa conclusión demente, el mundo ha fomentado tu confusión. Las canciones que escuchas hablan de “*te necesito*”, los poetas de “*eres el aire que respiro*”, los enamorados se mandan cartas donde se llaman “*mi vida*”... ¿Cómo no vas a estar sufriendo?, ¿cómo no te lo ibas a creer?

Todo es una mala interpretación, estamos viendo fantasmas, estamos mirando nuestra situación desde el sitio equivocado, por eso nuestros espejismos y nuestro dolor exagerado.

No hemos nacido para ser seres dependientes, **hemos nacido para ser libres**, y no querer ser libre es elegir dejarse morir en manos de la pereza o en este caso, de una ruptura no superada.

Con todo esto quiero que entiendas que no se te va la vida junto a tu ex. No llegó la carencia ni la hambruna. Sencillamente tienes de nuevo la oportunidad de aprender a ser y sentirte libre e independiente. En realidad, ¡es como volver a nacer! Una nueva oportunidad de entender tu concepto del amor, de lanzar un

hilo que te ate a ti mismo. Que te conecte a ti. Que te necesite a ti. Un hilo que cree seguridad desde ti hacia ti.

Los antiguos hilos, aparte de no ser amor (por mucho que se hayan disfrazado y tú te empeñes en creerlo), son una forma sibilina de hacerte perder todo tu poder vital. No te has dado cuenta pero el precio que has pagado por esos cordones umbilicales ha sido muy alto. Has perdido tu poder, tu libertad, tu capacidad de elección, y lo peor de todo, llevas tanto tiempo así que probablemente se te haya olvidado o no hayas aprendido nunca a ejercer tu poder, a decidir, a elegir.

¿Cómo no va a doler? ¿Cómo no vas a estar sufriendo? Alguien ha entrado a tu casa y ha cortado tu precioso hilo de Ariadna. Quizás hasta te cueste respirar por la ansiedad. Quizás sientas que han dado la vuelta a tu vida. ¿Unos azotes?, ¿lloramos?, ¿respiramos?,... ¿al fin?, ¿por fin? Pues acabemos con las teorías y empecemos con los hechos. Será como morir un poco y nacer de nuevo. ¿No te hace ilusión? Déjame ayudarte.

