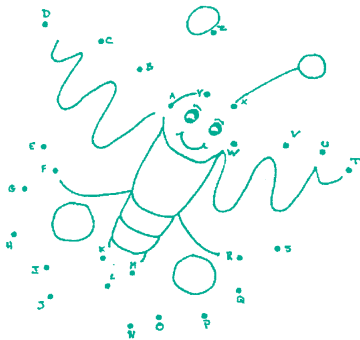


Todos estamos familiarizados con libros infantiles en que uno integra una imagen conectando puntos numerados. Siguiendo la secuencia, la imagen mezclada pronto toma la forma de un objeto identificable. Lo que parecía incomprendible toma familiaridad y a la confusión la suple la comprensión, dejándolo a uno libre para darle vida usando color y después comenzar con la siguiente imagen.

En la búsqueda por sanar de un aborto pasado, cada persona tiene su libro propio en el que "conectar los puntos". Una mujer puede tener una reacción desproporcionada a personas, lugares, cosas y olores en el aquí y ahora porque son recordatorios subconscientes de su aborto pasado. Si esos conectores no son identificados, la vida puede volverse una montaña rusa, con enojos, miedo, resentimiento, ansiedad y otras emociones provocadas por ese pasado, y así dirigiendo el presente y el futuro.

Cada persona tiene sus propios conectores personales, dependiendo de su experiencia del aborto, pero hay algunos comunes.



Algunos conectores comunes incluyen:

El aniversario del aborto

Mujeres embarazadas

Fecha prevista del nacimiento

Bebés

Controlar a los demás

Estar fuera de control

Miedo al abandono

Aspiradoras

Doctores y enfermeras

Indecisión

Intimidad

Muchas mujeres están concientes de tener reacciones desproporcionadas pero no pueden explicar la causa, a veces llevándoles a concluir que deben estar locas. No saben que lo que les pasa es resultado directo del aborto. Una vez que identifican sus conectores personales, pueden desprenderse de ellos y examinar sus sentimientos antes de reaccionar ante una situación. Los puntos conectados pueden formar la imagen perdida y revestir de poder a las emociones entendiéndolas en su contexto correcto dentro de la experiencia del aborto, en vez de que impacten las situaciones del momento.

Perdiendo el camino

Sally era una joven universitaria que recibí en terapia psicoterapéutica después de que tuvo un aborto. Me visitaba semanalmente desde el campus universitario. Cuando llegó el verano, regresó a casa con planes de resumir con nuestras consultas en el otoño.

En algún momento durante el verano sintió la necesidad de venir y decidió viajar a la ciudad de Nueva York para verme. Para cuando llegó a la oficina estaba con los nervios crispados de

miedo y en gran ansiedad, con emociones cerca de la histeria, lloraba y se encontraba en un estado de pánico, ciertamente no correspondiendo a la situación presente.

Sally se había perdido en camino a mi oficina y reaccionó desproporcionadamente a situaciones que la mayor parte de la gente rectifica de manera fácil. Con discusiones más a fondo encontré que Sally se había perdido en el camino a la clínica el día de su aborto.

Perdese era un conector grande para ella.

Mantenga ese cochecito lejos de mí

Maria se enfurecía cada vez que veía un cochecito de bebé o un bebé. Me dijo que se ponía tan enojada que frecuentemente temía lo que pudiera hacer.

Cuando su hermano y su esposa estaban esperando su primer hijo, ella hizo todo lo posible para evitar pasar tiempo con ellos. Por supuesto, su hermano y su esposa no podían comprender porqué y esto dañó su relación.

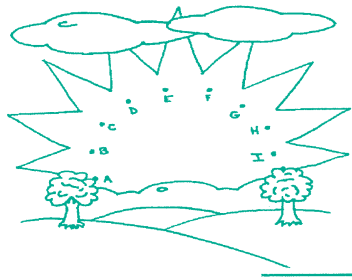
Hasta una caminata en la ciudad se había convertido en un evento doloroso. **Bebés y cochecitos** eran conectores para Maria. Una vez que estuvo en terapia psicológica pudo trabajar a través de la rabia que sintió por su aborto. Estuvo entonces libre de disfrutar a su familia de nuevo, incluyendo a su nueva sobrina.

Sin mayonesa por favor

Como adolescente fui presionada a tener un aborto que no deseaba tener. Después de esconder mi embarazo más de cuatro meses me encontré pasando por un aborto salino. En este procedimiento el abdomen de la madre es inyectado con una solución salina. Esto causa

que el niño no nato muera quemado y la madre entra en labores de parto, eventualmente dando a luz a un bebé muerto. Mi hijo fue tirado en un frasco de cristal marcado "3A". El frasco asemejaba un frasco de mayonesa, aunque mucho más grande.

Mientras trabajaba como mesera años más tarde, sentía gran ansiedad cada vez que tenía que ir al refrigerador industrial, pero no tenía idea alguna del porqué. No fue sino varios años después, durante mi propia sanación, que llegué a comprender. Los frascos de aderezo de ensalada almacenados en ese refrigerador eran un conector grande de mi aborto porque asemejaban el frasco en que pusieron a mi hijo. Una vez identificado, el conector del frasco perdió su poder sobre mí.



Formando la imagen

Los conectores del aborto pueden tomar muchas formas: cierta ropa, olores, la semejanza física de alguien a una de las personas involucradas, sentimientos de abandono y rechazo, cierta música o hasta esperar en fila.

Identificar conectores personales hace que nuestras reacciones después del aborto sean comprensibles.

Informar acerca de nuestros conectores a personas en nuestra familia y a amistades que saben de nuestro aborto les permite a ellos ayudarnos cuando reaccionamos al presente de manera que no corresponde a la situación actual, dándonos la oportunidad de considerar los asuntos reales.

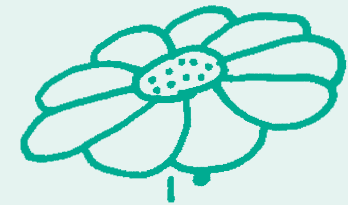
Un programa de sanación después del aborto o un profesional de salud mental puede trabajar contigo para identificar tus conectores personales y darte herramientas efectivas para sanar.

Lo más importante es que el traer a conciencia estos conectores hará que su poder disminuya, trayendo mayor libertad y esperanza, así como una habilidad renovada para disfrutar la vida.

Theresa Bonopartis.

Para obtener copias adicionales o referencias profesionales:
Lumina: Esperanza y Sanación Después del Aborto.
Nuestra Señora de Nueva York
1955 Needham Avenue
Bronx, New York 10466
Teléfono: 1-877-586-4621
www.postabortionhelp.org
lumina@postabortionhelp.org
Un programa de Good Counsel, Inc.

CONECTANDO LOS PUNTOS



Comprender e Identificar
Conectores Después del Aborto