

Febrero – Lealtades invisibles: por qué repites lo que juraste evitar

A veces creemos que nuestras decisiones son racionales, que nuestra vida profesional es producto de elecciones libres y conscientes. Pero si miramos más de cerca, muchas de nuestras motivaciones están profundamente influenciadas por vínculos familiares, especialmente aquellos no visibles: las lealtades invisibles.

Las lealtades invisibles son compromisos inconscientes que asumimos con nuestro sistema familiar. Son como hilos que nos atan a historias pasadas, a sufrimientos que no vivimos directamente, pero que cargamos con la ilusión de que, de alguna manera, estamos compensando o protegiendo. Estas lealtades nos empujan a repetir fracasos, postergar el éxito, sabotearnos en momentos clave o elegir caminos que no son verdaderamente nuestros.

Acuario, signo del cambio, de la innovación, de la ruptura con lo establecido, rige este mes. Y su energía nos invita a observar con mayor objetividad y desapego lo que estamos repitiendo sin saberlo. Nos desafía a liberarnos de estructuras que ya no tienen sentido, incluso si esas estructuras están profundamente arraigadas en la historia de nuestra familia.

Una persona que, por ejemplo, creció viendo a su madre sacrificar su carrera por la familia, puede sentir culpa cada vez que recibe una oportunidad de ascenso. Otra, cuyo abuelo fracasó como empresario, puede enfrentarse una y otra vez al fracaso cada vez que intenta lanzar un proyecto propio. ¿Es casual? Desde la mirada sistémica, no.

Estas dinámicas no se resuelven con más esfuerzo ni con más estrategia. Se resuelven con consciencia, con reconocimiento y con permiso. La mentoría sistémica ayuda a visibilizar esas lealtades y a entender desde qué lugar estamos actuando en nuestra vida profesional. Porque repetir no siempre es amor, y evitar no siempre es libertad.

Muchas veces, cuando una persona dice: “yo nunca seré como mi padre”, está encerrada en una polaridad que, lejos de liberarla, la ata aún más. No se trata de hacer lo contrario por oposición, sino de elegir con libertad, reconociendo el origen y tomando lo que sí sirve. La verdadera libertad llega cuando dejamos de reaccionar al pasado y comenzamos a responder desde el presente.

En el entorno laboral, estas lealtades invisibles se manifiestan de formas diversas: dificultad para poner límites, miedo a destacar, necesidad de complacer a todos, autoexigencia extrema, patrones de abandono o repetición de roles de víctima o salvador. Cada uno de estos comportamientos puede estar conectado con una historia que no es nuestra, pero que seguimos honrando sin saberlo.

A través de la mentoría sistémica, trabajamos para identificar esos patrones y darles un nuevo lugar. Esto no significa rechazar a nuestra familia ni desvincularnos emocionalmente. Todo lo contrario: significa reconocer su peso, su historia, su dolor... y devolver lo que no nos corresponde cargar.

Acuario también representa el pensamiento colectivo y la visión de futuro. Este mes es una gran oportunidad para preguntarte: ¿de quién estoy siendo leal cuando freno mi



crecimiento? ¿Qué mandato familiar estoy cumpliendo sin darme cuenta? ¿Qué historias estoy repitiendo para pertenecer?

Liberarte de estas lealtades no es traicionar. Es agradecer el camino recorrido por quienes vinieron antes y reconocer que su experiencia no tiene por qué marcar la tuya. Es decir: “Gracias por lo vivido. Yo ahora elijo algo nuevo”.

Te propongo este ejercicio para febrero:

1. Toma una hoja y escribe tres frases que hayas escuchado frecuentemente en tu familia sobre el trabajo, el dinero o el éxito (por ejemplo: “el que mucho abarca, poco aprieta”, “mejor seguro que arriesgado”, “todos los jefes son corruptos”).
2. Reflexiona: ¿esas frases han influido en tu forma de tomar decisiones profesionales? ¿Has seguido esas ideas o te has rebelado contra ellas?
3. Ahora, escribe una nueva frase para cada una, una que represente tu verdad actual.
4. Léelas en voz alta durante varios días. Observa qué emociones emergen.

Este simple ejercicio puede ayudarte a identificar de forma muy clara las creencias heredadas que aún están actuando en tu vida laboral y a comenzar a reescribir tu propia narrativa.

Recuerda: la verdadera innovación no está solo en lo que haces, sino en desde dónde lo haces. Acuario te invita a reinventarte. La mentoría sistémica te da el mapa para hacerlo sin perder la raíz, pero sin quedarte atado a ella.

Y cuando te liberas de repetir lo que no es tuyo, se abre un espacio de autenticidad desde el cual es posible avanzar con dirección, liviandad y propósito.

Disruptive
Systemic

