

EL ACONTECIMIENTO DE SER PADRES: EL PASO DEL “YO-TÚ” AL “NOSOTROS”

ANA MARÍA GONZÁLEZ ESTEBAN

PROLONGAR LA ESPECIE: EL HOMBRE COMO SER SOCIAL

Muchas de las especies animales que han sobrevivido a lo largo de la historia lo han hecho gracias a la socialización, es decir, al contacto entre unos y otros, a la ayuda mutua y, por supuesto, a la procreación. El hecho de procrear asegura la supervivencia del grupo. Y es que la evolución es un paso de lo simple a lo complejo, de lo singular a lo plural y esta suma, este “no estar solos”, incrementa el poder de adaptación que, a su vez, aumenta las posibilidades de supervivencia.

Así pues, somos seres sociales que necesitamos del otro para cumplir nuestras funciones más básicas como seres vivos: nacer, crecer, reproducirnos y morir. Pero el hombre ha llevado todas estas fases mucho más allá del propio concepto en sí mismo: nacer es todo un acontecimiento; crecer implica no sólo desarrollar nuestro cuerpo sino también nuestra mente y espíritu; reproducirnos es mucho más que perpetuar nuestra especie: es vernos reflejados en otro ser y llenarnos de esperanzas de futuro, dar un paso a la inmortalidad; y, finalmente, morir es alcanzar el techo, la fase final ilusionados con la eternidad.

En definitiva, gracias a la socialización logramos el aprendizaje de todas las destrezas, de todos los comportamientos, de todo el saber, de todas las costumbres y relaciones que llevan al hombre a la vida que entendemos como humana. Nuestra vida.

EL YO Y EL TÚ: NOSOTROS DOS

Para formar el núcleo familiar debemos realizar un recorrido espontáneo y del todo natural en nuestra sociedad de hoy que consta de tres fases básicas: Un hombre y una mujer nos encontramos y nos conocemos –fase uno –, nos enamoramos –fase dos – y decidimos unirnos para formar una familia en comunión, es decir, con un proyecto de vida común –fase tres –.

El encuentro puede ocurrir en circunstancias muy diversas y debe repetirse para que se produzca el verdadero conocimiento entre el hombre y la mujer. Cada uno de los miembros de esta pareja que se está conociendo llegamos de núcleos familiares distintos, cada uno se presenta con un bagaje cultural, unas costumbres, experiencias y vivencias de la familia de origen. Es necesario que ese hombre y esa mujer reconozcamos y aceptemos al otro con toda su biografía anterior y estemos dispuestos a ceder, no a favor del otro, sino en bien de la pareja. Durante ese conocimiento descubrimos facetas de la otra persona que nos deslumbran, que nos enamoran.

Tras una fase de galanteo, llegamos al enamoramiento, al noviazgo: etapa fundamental para sentar las bases de plan común que empezamos a fijarnos presentando cada uno nuestros proyectos y nuestras ideas. En definitiva, forjamos ese proyecto vital que habrá de irse adecuando, a lo largo de la vida compartida, a una realidad necesariamente cambiante de la pareja. Si esto se descuida o sólo se hace una suma de experiencias sin objetivos finales, las bases de la familia futura se tambalearán ante la más mínima dificultad que nos presente la vida.

Finalmente, hombre y mujer decidimos vivir juntos formando una familia. Hasta ahora, se trata únicamente de dos personas que convivimos en una misma casa con planes de futuro comunes a ambos. Ese proyecto vital del que hablábamos antes, ya se ha puesto en marcha: fijamos horarios, presupuestamos gastos, hacemos planes... Y entre esos planes aparece el más importante de todos, el que dará un verdadero “revolcón” a la pareja: ¡vamos a ser padres!

NOSOTROS: UNO MÁS UNO, TRES

Se trata de la tercera fase del proceso vital del ser humano. Hasta ahora, la pareja había sido sólo hombre y mujer, viviendo cada cual en sus hogares paternos respectivos, y luego, cónyuges o una pareja compartiendo vida en común en un hogar propio con un proyecto de futuro. A partir de este momento puede ocurrir un acontecimiento en el seno familiar que va a cambiar muchas de las rutinas de nuestra vida en pareja: el nacimiento de un hijo. Y es precisamente este nuevo ser el que iniciará la suma, el que hará que uno más uno sean tres. Desde ese instante, el varón-cónyuge se convertirá, además, en padre, y la mujer-cónyuge, en madre.

NOS PREPARAMOS PARA LA SUMA

La procreación es una consecuencia importantísima de la conyugalidad porque le damos vida a un nuevo ser del que somos responsables en todos los sentidos y al que debemos coger y acoger con ilusión. Por esta razón, el padre y la madre debemos prepararnos para esta misión: *el gran acontecimiento de ser padres.*

Hoy día, nos evalúan para todo: para pasar de curso, para entrar a la universidad, para conducir un vehículo, para acceder a un trabajo... y sólo si apruebas podrás dedicarte a la tarea. Curiosamente, no hay evaluaciones para ser padres y son muy recientes los cursillos de preparación, voluntarios, por supuesto. No es que piense que “alguien” debería decidir si una persona está preparada para ser padre o madre, ¡claro que no!, pero sí quiero resaltar el hecho de que nos enfrentamos al acontecimiento probablemente más importante de nuestras vidas sin preparación ninguna. Nuestra mochila de “padres” está cargada sólo con la propia experiencia de haber visto lo que hacían nuestros padres y, por supuesto, con las mejores intenciones.

Tanto el sentido común como la mayoría de las investigaciones psicológicas sobre este tema, destacan el papel importantísimo que desempeñamos los padres como primeros y principales responsables en el desarrollo físico, psicológico y emocional de nuestros hijos. La tarea de la paternidad no es sencilla por eso, a esa gran cantidad de cariño y de buena voluntad que tenemos los padres, deberíamos agregar un buen puñado de destrezas específicas que nos ayuden a realizar bien nuestra tarea. Así, la preparación antes y durante el embarazo, y luego en las etapas más críticas del crecimiento de nuestros hijos por parte de ambos cónyuges, se hace imprescindible.

Pero, de alguna manera, todos nos vamos preparando para ser padres desde nuestro más temprano comienzo: el juego mismo de los niños es, de hecho, la primera práctica. A esto le podemos sumar posibles “cursillos” con hermanitos pequeños. En resumen, las experiencias y las aspiraciones personales, las expectativas de los demás, los valores y el propio proyecto personal condicionan el rol de ser padre o madre.

Sin embargo, no podemos negar que la llegada del hijo provoca una crisis en la estructura que habíamos formado como pareja. Se produce, necesariamente, una ruptura del equilibrio bipersonal que habíamos estado manteniendo hasta ahora y todos los acuerdos a los que habíamos llegado como pareja han de reorganizarse en pro de la estabilidad familiar.

El acontecimiento puede no ser tan abrupto como parece si sabemos aprovechar los casi nueve meses de ilusionada espera para reacomodarnos a la nueva situación y reorganizar nuestro estilo de vida para dar cabida a nuestro hijo. Ya no son dos sino tres las personas que debemos convivir como familia y habremos de hacer ajustes de espacio físico y emocional, de tiempo y de distribución de dinero (no lo olvidemos).

Es relevante destacar que en la mujer, los cambios – que se van produciendo paulatinamente –, resultan muy evidentes y hacen que su adaptación a la nueva situación sea más espontánea y, además, bastante grata: se convierte en el centro de atención de todos (familiares, amigos, compañeros). Además, para facilitar el proceso y desde al punto de vista meramente biológico, la mujer genera una sustancia llamada oxitocina, hormona relacionada con los patrones sexuales y con las conductas maternas que actúa como neurotransmisor en el cerebro y que se produce en grandes cantidades durante el parto y la lactancia. De hecho, la oxitocina actúa en las glándulas mamarias causando la secreción de la leche que el hijo succiona, y dicha secreción, a su vez, activa la oxitocina que permite alimentar de nuevo al hijo, cerrando el círculo de retroalimentación positiva. Se dice de esta hormona que es la responsable del apego, ese vínculo afectivo que se establece en el tiempo entre dos o más seres, en este caso madre e hijo. La oxitocina está asociada con la afectividad, la ternura, la confianza y el contacto con los demás. Es el pegamento de la sociedad, el pegamento entre la mujer y su retoño, lo que nos une. ¡Qué sabia es la naturaleza!

En cuanto al padre, es importante que participe durante el embarazo de manera activa, compartiendo con su mujer y – por supuesto –, hablando con su hijo aún en el vientre materno. Después del nacimiento del hijo, el padre puede también ocuparse del baño del bebé, de cambiarle los pañales, de acunarlo y de hacer todo aquello que contribuya al apego. Todas estas interacciones dentro del núcleo familiar benefician a la pareja y al hijo y, lógicamente, fortalecen el vínculo padre-hijo. Es durante la gestación y los primeros meses de vida de nuestro bebé cuando echamos los cimientos para que la relación padre-madre-hijo sea sana y sólida.

No obstante, es frecuente que el padre se sienta orillado durante el embarazo y en los primeros meses de vida del hijo. La madre focaliza toda su atención en el nuevo ser, y al padre le salen fuertes rivales deseosos de captar la atención de la madre y del niño (los abuelos, otros posibles hermanos, los tíos...) Se recomienda a todos – cargados siempre de buenas intenciones –, que den un paso a un lado para dejar espacio libre al padre que quiere y debe apoyar a la madre y atender al hijo. Y a la madre que se entrega al idilio con el pequeño, se le recomienda que vuelva los ojos al marido y lo acoja de nuevo junto a ella y el bebé.

Pero ya hemos advertido que la reorganización del núcleo familiar se da también en otros planos diferentes al meramente psíquico y emocional: nuestro tiempo y nuestra economía resultan también seriamente afectados. En lo que concierne al tiempo, ahora los padres estaremos muy ocupados atendiendo todas las necesidades de nuestro hijo recién nacido y apenas si tendremos tiempo para nosotros como pareja y como individuos. Lo principal es no desesperarse, compartir todas las tareas y, además, disfrutarlas: el tiempo siempre nos puede alcanzar para todo. A medida que los años pasan, nuestros hijos van requiriendo menos tiempo de atención pero, como padres, debemos saber que nunca, a lo largo de toda nuestra vida, dejaremos de dedicarles tiempo a nuestros hijos, independientemente de su edad y de su situación.

Es cierto que hay etapas en las que los hijos exigen mayor atención y, por lo tanto, más tiempo que en otras, sin incluir ya los primeros meses de vida. Se trata de la etapa escolar y de la adolescencia. Es muy importante dedicar a nuestros hijos un tiempo de mucha y muy cuidada calidad en estas fases tan frágiles y decisivas de la vida. Aunque estemos trabajando, hemos de abrir espacios de tiempo para conversar con nuestros hijos: que nos hablen y que nos escuchen, que nos abracen y que los abracemos. Sin asfixiarlos, sin abandonarlos.

La economía familiar también se ve afectada de una vez y para siempre por lo que hemos de realizar importantes ajustes y planificaciones previas como pareja que espera la llegada de un hijo, y luego como padres de la criatura. Al importante gasto inicial de adecuar una habitación con todo lo que un bebé necesita (y queremos darle) como su cuna, su ropero, sus peluches, su ropita, su sillita – ahora también para el coche si somos afortunados padres con vehículo –, su cochecito, sus biberones y un largo etcétera, hemos de ir sumando la guardería, el colegio, la universidad o similares y sucedáneos, que harán que, a veces, tengamos la sensación de estar echando el dinero a un

pozo. Muchos padres afirman que todo este dinero no es un gasto sino una inversión. Estoy de acuerdo. Es una gran inversión de la cual los únicos beneficiarios son nuestros hijos. ¡Y así queremos que sea!

Preparados... listos... ¡ya! Es en este devenir cuando aprendemos a ser padres.

- Imaginemos que los padres, antes de serlo, tuviésemos que aprobar un examen. ¿Cuáles serían las preguntas y cuáles las respuestas correctas?
- Si biológicamente las madres generan durante la gestación y después del parto grandes cantidades de oxitocina, ¿cómo pueden ocurrir los abortos y los abandonos?
- Otros hijos anteriores seguramente rivalizarán con el nuevo bebé por la atención de los padres. ¿Qué hacer en estos casos?

UNA ADICIÓN INESPERADA

Las relaciones sexuales pueden darse sin que se haya acordado ningún proyecto de vida en común ni se haya planificado en absoluto tener un hijo. Pero es perfectamente posible que el hijo se anuncie igual, sin haber sido invitado por la pareja. En el momento de recibir la noticia del embarazo se comienza a sentir muy de cerca el nuevo papel de padre o madre, con todas las responsabilidades y sacrificios que ello implica.

Cuando este acontecimiento irrumpe de manera sorprendente, la pareja debe llegar a un consenso y tomar decisiones inmediatas. Es muy recomendable recurrir al asesoramiento de la familia y de personas expertas en el tema, especialmente si se trata de una pareja muy joven que aún depende de sus padres y que tiene proyectos personales incompatibles con la maternidad o la paternidad. Cuando la familia ya está formada, generalmente se abre, sin mayores obstáculos, un hueco para el nuevo ser que está en camino y todos se preparan para acogerlo con cariño. De no ser así, la pareja que ha recibido la nueva del embarazo se enfrenta, generalmente, a cinco posibilidades:

- unirse como cónyuges preparando un proyecto de vida conjunto dentro del cual se acoge al hijo que está por venir;
- tener el hijo pero continuar cada uno con su proyecto vital de forma independiente y separada del otro, haciéndose cargo del bebé uno de los miembros de la pareja, los abuelos u otro familiar;
- tener el hijo y darlo en adopción para que sea criado por otra familia deseosa de acoger al niño;
- tener el hijo y abandonarlo a su suerte en cualquier lugar;
- por último, interrumpir el proceso de gestación: el aborto.

La primera de las opciones debería de ser la más feliz y positiva para todos. Y muchas veces lo es. Sin embargo, ese proyecto vital elaborado a

marchas forzadas podría resultar inconsistente, frágil, sobre todo si se trata de padres jóvenes que se han visto obligados a renunciar a unas expectativas anteriores que habían alimentado con esmero. Sólo entonces la familia se tambalea y podría llegar a sucumbir. En el mejor de los casos, la pareja mantiene su plan de vida compartida y forma una familia que – como todas las demás –, intentará sacar adelante su proyecto de futuro. Pero, en cualquiera de los casos, el hijo ya ha sido acogido por sus padres y el precioso acontecimiento los habrá transformado para siempre.

La segunda opción también es feliz: la pareja experimenta la paternidad aunque sea de una forma especial. De hecho, han abrazado a su hijo y, como padres que desean lo mejor para el niño aunque convivan en hogares distintos, se esforzarán para elaborar un buen proyecto de vida.

En el caso de entregar el hijo en adopción, la madre puede sólo experimentar las fases de la gestación y el parto. Ocurre lo mismo en el caso del abandono aunque, evidentemente, las condiciones suelen ser diferentes. Es posible que en el caso de la entrega en adopción, las experiencias de gestación y parto resulten positivas y el bebé pase a formar parte de una nueva familia. No obstante, es normal que en los casos de abandono se haya ocultado la gestación y el parto – con todas las vivencias negativas que ello conlleva tanto para la madre como para el hijo –, y que el recién nacido, tristemente, no goce de muchas posibilidades de vida. En ambos casos, el padre suele estar desaparecido de la escena y no siente en absoluto la paternidad. Pero... ¿y la madre?

OTRAS FORMAS DE SUMAR

La adopción es otra forma diferente de llegar a ser padres pero una vez que ese hijo está en nuestras manos ya es nuestro, y nuestras son también todas las decisiones que tomemos y todas las consecuencias que se deriven de este acto porque, en definitiva, es parte de nuestro proyecto de vida. Nunca debemos pensar en la adopción como un premio de consolación porque no pudimos obtener el premio gordo. No, nunca. El acontecimiento de ser padres también nos ha ocurrido. De manera distinta ha llegado a nuestro seno familiar un hijo deseado con toda conciencia.

Es muy importante que la decisión de adoptar venga de nosotros – los padres –, y no de presiones externas generadas por nuestro entorno familiar o social: no olvidemos que se trata de nuestro proyecto vital. Generalmente, es largo el camino que nos lleva a la decisión final y es muy probable que antes de pensar en la adopción hayamos pasado por experiencias nada gratas como tratamientos de fertilidad, abortos no deseados y dolorosos en todos los sentidos... Además, en este caso sí que se nos hace una profunda evaluación: lo que realmente hacemos es ofrecernos como padres y esperar que seamos los adecuados – según los poderes públicos pertinentes –, para los niños que se encuentran a la espera de pertenecer a una familia. La adopción es, en primer lugar, un derecho de los niños y no nuestro. Pero todo ello queda atrás

una vez que estamos seguros de querer a nuestro hijo y decididos a abrazarlo por medio de la adopción.

Decimos que se trata de otra forma diferente de sumar porque implica una serie de circunstancias especiales que debemos tener en cuenta. Es importante aceptar que no habrá gestación ni parto, que el hijo que acogemos no repetirá nuestras facciones y, por supuesto, que no seremos nosotros lo primero que nuestro hijo verá al nacer. Y hemos de entender que – por muy pequeño que sea nuestro hijo adoptado al llegar a nuestro hogar –, tendrá en su bolsillo pequeños retazos de historia vivida sin nosotros. Es muy posible, en la medida de su historia, que haya vivido situaciones difíciles y que tengamos que ayudarlo mucho a superarlas y hacerle ver que no debe temerlos ni temer, que no necesita llamar mucho la atención para que se le atienda. Algunos pueden tener necesidades muy especiales como asistencia médica o apoyo especial en la integración familiar o social: en resumen, como padres debemos detectar cuáles son las necesidades de nuestro hijo y atenderlas debidamente.

Pero la adopción no es la única forma diferente de hacer nuestra suma familiar. También puede ocurrir que decidamos formar una familia nueva después de una separación porque el proyecto de vida en común del que venimos hablando ha tomado un giro distinto: hemos decidido reiniciar una nueva andadura con una pareja que ya aporta hijos de una unión anterior que se ha desmoronado. Sobra decir que la vida sentimental de las personas que se han separado o divorciado no tiene necesariamente que terminar para siempre después de una ruptura y que es muy probable que encuentren alguien con quien rehacer un proyecto vital común cargado de esperanza. Los terapeutas y lingüistas aún no se ponen de acuerdo acerca del nombre con que hemos de designar a este tipo de unión. Se han sugerido, y de hecho se utilizan, nombres como *familias segundas o posteriores*, *familias mixtas* o *familias ensambladas*. Un brillante poeta – Samuel Jonson –, ha definido a estos segundos matrimonios como “*el triunfo de la esperanza sobre la experiencia*”. ¡Preciosa definición! Pero independientemente de cómo las denominemos, se trata de tomar la decisión firme de acoger no sólo a la pareja, sino también a sus posibles hijos de la anterior unión: a nuestros hijastros.

Este tipo de uniones es una realidad de nuestro tiempo. El modelo familiar ortodoxo ha sufrido importantes transformaciones recientemente, desde hace unos veinte años nada más. Los expertos afirman que son variopintas las causas que nos han llevado a esta nueva situación familiar y que se remiten tanto a lo económico como a lo social. Las más destacadas son la incorporación masiva de la mujer al mercado laboral, que le ha brindado una independencia económica antes impensable; la plena conciencia del derecho individual e irrenunciable a la felicidad personal; y por supuesto, la nueva legislación en lo que concierne a la separación y al divorcio que facilita la ruptura del proyecto de vida en común cuando los cónyuges consideran que otras alternativas son más deseables para su propio bienestar y el de su familia misma.

Cuando, después de una ruptura familiar, los miembros de la pareja forman cada cual – cualquiera de ellos – una nueva familia, podemos

convertirnos, como por arte de magia, en padrastros o madrastras con hijastros e hijastras. ¡Dios mío! Todos conocemos cuentos de malvadas madrastras y sabemos lo mal que terminan, pero la realidad no tiene por qué acercarse en absoluto a estas fantasías. No nos debe hacer sentir culpables el hecho de que no amemos a nuestros hijastros como si fueran nuestros propios hijos. En realidad, no lo necesitan: normalmente ya tienen un padre y una madre. Resulta reconfortante, e incluso liberador, saber que los padrastros no están obligados a sentir un fuerte cariño por sus hijastros. Aunque los sentimientos de afecto sean lo ideal, no son imprescindibles para cultivar relaciones saludables con los hijastros. El hecho de que el niño o joven que acabamos de acoger se sienta valorado y respetado es lo fundamental. Es importante tratar a los hijastros con gentileza. Eso incluye a los que se mantienen distantes, a los que están enfadados o a aquellos con los que es difícil vivir.

No obstante, al formar una pareja en la que una o ambas partes aportan hijos, la familia debe adaptarse a diferentes formas de convivencia. De ello dependerá, en parte, el éxito o fracaso de la nueva relación. Los problemas más comunes que los padrastros tienen con respecto a sus hijastros – excluyendo los típicos que se presentan en toda relación padres-hijos – pueden empezar por el desconocimiento y la incertidumbre de cómo comportarnos y de cuál debe ser nuestro nivel de implicación y de responsabilidad. Es también frecuente que los padrastros tratemos de complacer en exceso a nuestros hijastros para lograr su aceptación. Asimismo, puede ocurrir que surjan conflictos en el nuevo núcleo familiar por razones económicas que poco o nada tienen que ver con los hijos: la manutención de los hijos y el ex-cónyuge es posible que menoscabe las relaciones entre los miembros del hogar. Todo ello nos puede arrojar al desánimo y a la frustración como padres o padrastros.

No nos desanimemos. Es posible dar soluciones viables a este acontecimiento de ser padres de una forma diferente. En primer lugar, es importante que la relación de pareja sea sólida y satisfactoria, que juntos hayan elaborado ese proyecto de vida en común adecuado a la nueva situación. Debemos tener con nuestros hijastros una relación de respeto y cordialidad que nos permita crear un clima de plena confianza. Sólo el tiempo de convivencia nos permitirá implicarnos paulatinamente y cada vez más en las decisiones que conciernan a nuestros hijastros. En tercer lugar, todos los miembros de la familia deben tener muy claras las normas que rigen el hogar mixto y los derechos y deberes que tenemos todos en casa. Y, por último, el diálogo fluido entre todos los miembros es la mejor manera de resolver cualquier conflicto.

En definitiva, sumar de una forma diferente ya sea mediante adopciones o por la acogida de nuestros hijastros, es decir, llegar a ser padres, es una tarea difícil, exigente, movida... pero sorprendente y maravillosa. Como toda experiencia de ser padres, estas formas de sumar son una carrera de largo recorrido.

- ¿Por qué el padre suele desaparecer de la escena en los casos de embarazos no deseados?

- ¿Se puede, realmente, romper el mito de la madrastra malvada?
- ¿Es posible llegar a querer a un hijo adoptivo tanto como a uno propio?

¿QUÉ TRAE EL NIÑO DEBAJO DEL BRAZO?

De la sabiduría popular ha entrado en nuestra lengua y en nuestras mentes que *todos los niños vienen con un pan debajo del brazo*. Y probablemente sea cierto. Los hijos acaban encontrando normalmente un lugar en el seno de sus progenitores porque ese pan que traen debajo del brazo es para compartirlo con sus padres. Así, nuestros hijos llegan y empiezan a darnos y a pedirnos: con ese pan empieza nuestra comunión familiar.

Pero el pan que traen nuestros hijos ha de seguirse horneando a lo largo de la vida. Todos queremos como resultado final ese pan perfecto, tierno y delicioso que durante la cocción nos haya dado los mejores aromas haciéndonos felices. Pero algunas veces ocurre que nuestro pan se nos empieza a tostar un poco o se nos va quedando medio crudo y tenemos que revisar la temperatura del horno para ajustarla debidamente. En otras ocasiones, sucede que la levadura no era la que el pan necesitaba y no crece como queríamos: se nos queda reducido o se nos escapa del molde. Y, por supuesto, el tiempo de cocción en nuestro horno familiar puede variar muchísimo de pan a pan. En resumen, este pan puede terminar siendo delicioso y tierno, aunque hayamos tenido que hacer alguna que otra puesta a punto durante el proceso de cocción. A veces, van saliendo del horno panes un poco duros que no nos resultan tan gratos, pero – queridos padres –, hay que hincarles el diente por igual: es nuestro pan y hay que hacer todo por él.

EL PAN TIERNO

¡Qué maravilloso es ser padres! ¡Qué delicia saborear ese pan blandito, crujiente y bienoliente que traen nuestros hijos debajo del brazo! No he encontrado aún ninguna experiencia más grata, más íntima, ni más enriquecedora que la de ser padres. ¡Enhorabuena a todos los padres, vosotros, nosotros! Un hijo hace que afloren en nuestro interior sentimientos nuevos, frescos y positivos. La ternura, el apego, el amor muestran una nueva cara. Nace en nosotros un ánimo y una proyección de futuro como pocos.

Cuando tenemos a nuestro hijo por primera vez en nuestros brazos lo reconocemos y nos reconocemos, sentimos que nos perpetuamos en él y surge en nosotros un sentimiento de responsabilidad y de deseo de protección que nos durará para siempre. A partir de este acontecimiento nuestra vida cambia. Para este gran cambio nos hemos estado preparando, sin embargo, no dejamos nunca de aprender.

Nuestros hijos empiezan por mostrarnos cuánto nos pueden querer nuestros padres y cuánto tiempo y esfuerzo nos han dedicado. Tomamos una nueva perspectiva que antes no teníamos: miramos a nuestros mayores con nuevos ojos y los comprendemos más y mejor.

Pero hay más aún. También nos enseñan los hijos a fijarnos en pequeños grandes detalles: el valor de la sonrisa, de las caricias, de los besos y de los abrazos alcanza sus cotas más altas cuando los hemos compartido con nuestros hijos. Además, nos hacen filosofar desde que son muy pequeños con sus *porqués* y sus *paraqués*: Somos sus *sabios* favoritos y... mientras dura... ¡qué agradable es!

Con los hijos volvemos a revivir nuestra infancia leyendo y releendo los cuentos de hadas que también a nosotros nos hacían vibrar; viendo y reviendo las películas infantiles que nos gustan mucho más desde que las hemos visto con ellos; cantamos con ellos; jugamos con ellos... y, a medida que crecen, nos emocionamos con sus triunfos y nos enorgullecemos con nuestros jóvenes hijos hechos adultos. En resumen, vivimos con ellos bellas experiencias que ya teníamos olvidadas.

Los hijos nos muestran de primera mano el milagro de la vida. Este acontecimiento milagroso nos hace querer ser mejores, nos llena de voluntad para alcanzarlo todo. Conviene recordar las palabras de Albert Einstein: *“Hay una fuerza motriz mucho más poderosa que el vapor y que la energía eléctrica...la voluntad”*. Y nadie como nuestros hijos para hacernos voluntariosos porque este pan tierno que nos traen alimenta la voluntad.

EL PAN DURO

Ciertamente, no siempre es fácil la experiencia de ser padres y es abundante la bibliografía que hace referencia a todos los problemas más grandes y más pequeños, más transitorios y más duraderos, más graves y más leves, más llevaderos y más insufribles... Pero son nuestros hijos y es nuestra la tarea.

El pan que trae nuestro hijo consigo no siempre es blandito y crujiente. Ya al poco de nacer, se portará como un pequeño tirano reclamándonos continuamente con su llanto y haciéndonos saltar de la cama cada poco tiempo todas las noches. No hemos de preocuparnos en exceso: el niño toma pronto una rutina de sueño y comida, y nosotros – los padres –, aprendemos a organizarnos de forma tal que siempre terminamos logrando nuestras horas de necesario descanso y de satisfacción de nuestras necesidades personales.

Un momento de la vida como padres en el que probamos el pan más duro es cuando nos sometemos – además, voluntariamente –, a la primera gran separación: la guardería. Es una experiencia que sufrimos juntos padres e hijos pero que al poco tiempo de comenzada, debe tornarse para todos en una vivencia gozosa. Nuestros niños han aprendido a moverse en un entorno más amplio y han hecho sus primeros amigos y nosotros disponemos de un tiempo vertido en otro sentido que nos hace disfrutar aún más cuando nos reencontramos. Como vemos, no se trata de un abandono y debemos evitar que nazca en nosotros un sentimiento de culpa nada sano que podría afectar la relación con nuestro hijo.

También nos pueden doler los dientes al morder ese pan duro que son los suspensos en las notas escolares. ¡Ojo! Recordemos siempre que las calificaciones sólo miden el resultado de los conocimientos en una determinada materia y nunca miden a la persona que es nuestro hijo. Ante los suspensos, no hay que dramatizar, sino buscar las causas que los producen y aplicar las soluciones posibles. Nunca debemos apelar a los sacrificios que hacemos para que estudien ni descalificarlos o culpabilizarlos en exceso. El suspenso se debe ver sólo como un obstáculo para llegar a la meta y puede convertirse en una oportunidad para enseñar a nuestros hijos a superar las frustraciones y a madurar, y para aprender nosotros a ocuparnos más que a preocuparnos por sus labores escolares, acompañándolos para descubrir qué aprenden y qué dificultades se les presentan durante ese aprendizaje.

Pero el verdadero reto para nosotros – los padres –, lo que de veras pone a prueba nuestra dentadura al hincarla en el pan duro –, es la adolescencia. Se dice de ella que es la etapa más dura y decisiva de la vida del ser humano. Es difícil asegurarlo de forma tan rotunda pero, muy dura y muy decisiva sí que es. Nuestro hijo adolescente se enfrenta a cambios hormonales y físicos rápidos y drásticos que hacen tambalear el suelo que pisa y muchas veces no sabe a qué aferrarse para no caer.

La sociedad empuja con fuerza mediante mensajes que nos llegan y les llegan a nuestros hijos por todos los medios. De estos mensajes nuestros jóvenes vástagos concluyen que hay que *divertirse a tope* y, para lograrlo, las drogas y el alcohol son los terribles aliados. En nuestra sociedad española, es el alcohol la sustancia tóxica más consumida en todas las edades, también en la adolescencia y juventud. Lo cierto es que se empieza a consumir dentro del entorno familiar y con el beneplácito de todos. En cuanto a las drogas, todos sabemos lo relativamente fácil que le puede resultar a un joven conseguirlas. Además, si su entorno social – es decir, su grupo de amigos –, consume alcohol o cualquier tipo de drogas, nuestro hijo adolescente tenderá a imitar su comportamiento por miedo a quedar fuera del grupo. Como padres, debemos estar atentos a cualquier señal que nos indique la existencia de un posible problema con las drogas o el alcohol, como las mentiras, la negligencia en su aspecto personal y en sus obligaciones, el aislamiento, la ansiedad...

También se les bombardea desde todos los medios con mensajes que los incitan a hacer dietas para lograr un *físico ideal* que hay que conseguir como sea y nuestros chicos pueden caer en problemas alimentarios tan graves como la anorexia o la bulimia. Se trata de trastornos de la alimentación que afectan gravemente tanto a la salud física como a la psíquica de la persona que los padece. Nuestra misión de padres vuelve a ser la de atender las señales que nuestros hijos, sin querer, nos envían: dieta demasiado severa; pérdida excesiva de peso; ropa ancha para evitar que se note la delgadez; parte la comida en trocitos muy pequeños y los esparce por el plato, los tirar al suelo o los esconde; se pesa muy a menudo; hace ejercicio físico hasta quedar extenuado...

No hay que olvidar otros posibles “enemigos” que viven en casa con nosotros y que pueden hacer que nuestros hijos se aíslen del resto del mundo,

olviden sus obligaciones y se metan en un caparazón del que cuesta trabajo salir. Se trata de la televisión, los videojuegos e Internet. En sí mismos no sólo no son malos sino que son herramientas para el aprendizaje y la vida. Es el tiempo y el modo en que hacen uso de ellos lo que puede resultar perjudicial. Como siempre, los padres estaremos pendientes de que se haga buen uso de todo lo que tienen a su alcance.

Nuestra labor como padres implica haberle brindado a nuestro hijo – a lo largo de su aún corta vida –, toda una serie de herramientas que ahora más que nunca va a necesitar: seguridad en sí mismo, serenidad, prudencia, ecuanimidad, fuerza interior... Dios ama la disciplina, escribe san Agustín (*Comentarios a los Salmos* 50, 24). Si todos estos valores los hemos ido cultivando en nuestro hijo, ahora empezarán a dar fruto y lo ayudarán a salir bien librado de esa dura contienda contra los “males” y “peligros” de la adolescencia. Le habremos ayudado a tener una autoestima adecuada que le permita discernir y elegir sólo lo que le conviene.

Y todo este pan duro no es más que el de cada día: se trata de momentos y etapas difíciles de nuestros hijos que – en la mayoría de los casos –, son perfectamente superables si estamos atentos a esas señales de las que hablamos. Lo realmente duro como padres lo vivimos si nuestro hijo padece alguna enfermedad física o psicológica grave, tiene malformaciones físicas o deficiencias psíquicas... A este pan tan duro hay que aplicarle una buena dosis de azúcar y miel porque también es nuestro e, igualmente, nos alimenta.

En resumen, los padres nos contrariamos y sufrimos ante los problemas de nuestros hijos independientemente de cuál sea su edad o condición, pero jamás debemos dejar que esta contrariedad y este dolor puedan confundirse con falta de amor.

- “Los hijos acaban encontrando *normalmente* un lugar en el seno de sus progenitores”. ¿Por qué no “siempre”?
- Si en nuestros hijos nos reconocemos y en ellos sentimos que nos perpetuamos, ¿los forzamos a que hagan aquello que nosotros hubiéramos querido hacer y no pudimos?
- ¿Podemos llegar los padres a avergonzarnos por los problemas de nuestros hijos? ¿Solemos, por el contrario, adornarnos con sus éxitos?

DE NOSOTROS PERO NO NUESTROS

SOLTAR LA RIENDA: AL PASO, AL TROTE Y AL GALOPE

Los hijos han nacido de nosotros y serán siempre nuestros hijos pero no debemos olvidar nunca que son personas independientes con sus gustos, sus necesidades, sus deseos, sus sueños... Son otra persona y deben desarrollarse como tal. Hay que enseñarles a ser autónomos y es lo que queremos hacer como padres pero luego hay que dejar que de verdad lo sean y esto último nos suele costar bastante más trabajo. Personalmente, siempre

supe cuánto deseaba tener un hijo, lo que no sabía era cuánto lo necesitaba. Por eso, porque los hijos se tornan tan necesarios, nos cuesta mucho trabajo dejarlos ir, soltar las riendas.

Pero llega la hora de dejar que elijan su propio derrotero, de que vayan a su propio paso. Podemos seguir siendo siempre sus consejeros pero no es bueno convertirnos en sus jueces, han de iniciar su propio trote por la vida. Cuentan con nosotros pero deciden y actúan como ellos quieren, galopan solos. Advierte, sin embargo, san Agustín que no debes considerarte feliz porque tienes hijos, sino porque son buenos (*Comentarios a los Salmos* 127, 15).

DEL “NOSOTROS” AL “YO-TÚ”

Como se ha dicho en apartados anteriores, la adolescencia se ha extendido prolongándose por los dos extremos: se empieza más temprano y termina bastante después que en las generaciones anteriores. Esto puede ocasionar que el nido quede vacío mucho antes – ya hemos visto que la emancipación temprana puede darse por factores diferentes –, o mucho después (el síndrome de Peter Pan antes mencionado). Sea cuándo y cómo sea, el nido queda vacío y hay que aprender a vivir de nuevo en pareja.

Además del posible retardo para abandonar el hogar paterno que se presenta en los hijos de nuestra sociedad de hoy, podemos encontrarnos con un nuevo síndrome del que hablan los psicólogos con frecuencia: el síndrome de “Puerta Giratoria”. Consiste en que nuestros hijos – después de vivir de manera independiente fuera de nuestro hogar –, regresan de nuevo y se incorporan a la unidad familiar (una o, incluso, varias veces) en función de cómo les vaya en lo personal o en lo económico: pérdida del trabajo, separaciones...

Aún teniendo en cuenta que los hijos podrían volver, lo deseable es que esto no ocurra y, en todo caso, volverían sintiéndose completamente independientes, es decir, el nido ya se ha vaciado. Debemos ver esta etapa como algo natural y deseable que ha de repetirse de generación en generación.

Si nos quedamos solos los padres cuando aún estamos ocupados con el trabajo y todavía llevamos una vida socialmente muy activa, es posible que sea más fácil sobrellevar esa sensación de vacío que nos dejan los hijos cuando se van de casa. Evidentemente, si la marcha de nuestros hijos del hogar familiar se produce cuando ya nos hemos jubilado y estamos aún adaptándonos a esa nueva vida llena de tiempo que antes dedicábamos a nuestro trabajo, seguramente el sentimiento de vacío va a ser mucho mayor y debemos aprender a llenar estos huecos, a ocupar el tiempo que antes nos ocupaban el trabajo y los hijos.

Sencillamente, se trata de otra de las fases de nuestro ciclo vital y aunque ya sabemos que nunca estamos del todo preparados para ninguna de ellas y que, a veces, nos pueden pillar por sorpresa, debemos hacer un

esfuerzo para adaptarnos a esta nueva situación familiar y sacar de ella todo el provecho que podamos.

Nos ha llegado el momento de dedicarnos a todas aquellas aficiones que no hemos podido satisfacer antes por falta de tiempo, de dinero o, simplemente, de disposición personal porque nos preocupaban y ocupaban otras cosas. Ahora deberíamos descansar, viajar, pintar, leer, hacer todos los cursos que nunca pudimos... Tampoco hay que descartar que lleguen pronto unos nietos que nos hagan volver a poner en práctica nuestras habilidades y experiencia en la crianza de los niños, porque nuestros hijos no los puedan atender. En este caso, podemos disfrutar del apego con muchísima menos responsabilidad. Es posible que nos toque. ¡Nunca se sabe!

Pero, desde luego, es el momento de disfrutar nueva y plenamente el uno del otro. De mirarnos a solas, hombre y mujer. De realizar actividades juntos y de mimarnos el uno al otro. En definitiva, de reencontrarnos con nosotros mismos y con nuestra pareja, es decir, de volver al principio, al “yo-tú” inicial.

Y es que ser padres es un acontecimiento y, como todo acontecimiento, implica un antes y un después y, aunque tiene repercusiones en el futuro, es necesariamente efímero... Seguramente, el menos efímero de todos los acontecimientos.

UNOS VERSOS PARA TERMINAR

Maternidad

Mi cuerpo,
como tierra agradecida,
se va extendiendo.

Ya las planicies de mi vientre
van cogiendo la forma
de una redonda colina palpitante,
mientras por dentro,
en quién sabe qué misterio
de agua, sangre y silencio
va creciendo como un puño que se abre
el hijo que sembraste
en el centro de mi fertilidad.

GIOCONDA BELLI (Managua, 1948)

