

Hijos tiranos

o débiles dependientes

El drama del hijo
sobreprotegido

**MARTHA
ALICIA
CHÁVEZ**

*Autora de *Tu hijo, tu espejo**



Hijos tiranos o débiles dependientes

El drama del hijo sobreprotegido

MARTHA ALICIA CHÁVEZ

Grijalbo

A todos los padres... y a todos los hijos

Introducción

¡Cómo me duelen los hijos sobreprotegidos!...

Porque no sólo hacen sufrir, sino que también sufren... ¡y mucho! Los hay de todas edades y todos cargan una gran culpa y autodesprecio.

¡Sí que me duelen los hijos sobreprotegidos!; aunque son el resultado de una dinámica familiar, ellos portan la etiqueta de “malos” o “fracasados”.

Los hijos sobreprotegidos se vuelven tiranos dictadores o débiles dependientes, porque sus padres no les pueden decir NO, porque no les ponen límites, porque les facilitan y solucionan todo, porque no los dejan vivir las consecuencias de sus actos y hasta les permiten que los maltraten. Y ¡hay tantos de esos hijos en la actualidad!

De ninguna manera quiero ser mal interpretada como una de esas personas que consideran que los niños y jóvenes de estos tiempos están “echados a perder” y que las generaciones pasadas fueron mejores. ¡Todo lo contrario! No sólo creo, sino también estoy convencida, de que nuestros niños y jóvenes son maravillosos y fascinantes y que la tendencia que los adultos tenemos a descalificarlos y considerar que se comportan “mal” sólo se debe a la eterna “brecha generacional” que ha existido desde siempre y que consiste en el hecho de que cada generación de adultos des-

califica a la nueva generación de jóvenes, para afirmar que “en sus tiempos era mejor”.

No obstante, creo también que en cada generación se forman numerosos hijos sobreprotegidos, debido a que muchos padres de la misma presentan una tremenda falta de autoridad, que es justamente lo que genera esta clase de hijos. Este fenómeno se ha dado sin duda en cada generación, a lo largo de la historia.

Pero resulta que aquí estoy yo, viviendo en esta época y siendo parte de esta generación de padres; y es por lo tanto, sobre la crisis de autoridad de los padres de ésta época, y de los hijos sobreprotegidos de estos tiempos, de lo que me toca hablar.

Es necesario que tomemos conciencia de los diversos factores y situaciones por los que los padres pasamos actualmente, los cuales nos hacen tan difícil el ser capaces de poner límites a los hijos, de decirles NO cuando hay que hacerlo y de manejar una autoridad y disciplina sanas y amorosas, porque ni siquiera entendemos la importancia de ellas en la vida.

Es indispensable darnos cuenta de todas las consecuencias desastrosas que la falta de autoridad de los padres y la sobreprotección hacia los hijos acarrea; no sólo al hijo que se le sobreprotege, sino también a las generaciones venideras, como lo veremos más adelante. Yo creo y confío en que cuando un padre comprende la trascendencia tan destructiva que tiene el hecho de sobreproteger a su hijo, entonces ese padre despertará sus recursos internos que le permitirán retomar su autoridad cedida al hijo, tal vez sin haberse dado cuenta.

Una familia es un sistema, un grupo de individuos de una misma clase y especie y como tal requiere una jerarquía que le dé balance y orden y le permita existir de manera equilibrada y armoniosa. Las estructuras jerárquicas son necesarias para la supervivencia en todos los niveles y, en el caso de la familia, implican un orden descendente de acuerdo con criterios de autoridad y poder. Esto significa que lo esperado —porque es lo sano— es que los padres ocupen el primer lugar en ese orden jerárquico.

No porque sean mejores, superiores o más valiosos, sino porque son los mayores, los procreadores. A ellos les corresponde tomar ese lugar de acuerdo con la armonía y el orden natural de la vida. Observemos a la naturaleza íntegra, que nos confirma la ineludible realidad de que las estructuras jerárquicas son necesarias para que existan el equilibrio, la armonía y la vida misma.

Cuando en una familia la autoridad y el poder recaen donde no deben estar, es decir en los hijos (uno o todos), el sistema se desequilibra, la dinámica de relación entre los miembros se confunde y trastorna, y desarmoniza profundamente a todos y en todos los niveles. Por otra parte, tener tanto poder en la familia, provoca en el hijo o los hijos que lo llevan, alteraciones de tipo emocional, como la ansiedad y la angustia. Es demasiado pesado cargar sobre sus espaldas semejante paquete —la autoridad y el poder— que está “diseñado” para las espaldas de los progenitores —los padres— no de los hijos.

Un factor que nos hace difícil el poder ejercer esa autoridad es el tener un concepto erróneo de ella, que nos conduce a creer que es algo malo, abusivo e indeseable o hasta pasado de moda. ¡No lo es en absoluto! Es un factor indispensable para el sano funcionamiento de la familia y más adelante nos quedará muy claro el porqué. En la medida en que los hijos crecen, la forma en que los padres manejan su autoridad se deberá ajustar a las nuevas circunstancias, pero no desaparecer.

Los padres que son capaces de tomar el lugar que les corresponde en su familia y ejercer su autoridad con amor, pero también con firmeza, están ofreciendo a sus hijos la mejor herencia, que trascenderá para el resto de su vida y la de sus descendientes por venir. ¿Te parece exagerado? No te culpo, pero espero que al terminar de leer este libro te encuentres convencido de la importancia de este asunto, y te sentirás motivado para hacer los cambios necesarios en el manejo de tu autoridad, si es que hay algunos por hacer.

1

La actual “crisis de autoridad” y sus causas

Lo que más me impresiona de América es la manera en que los padres obedecen a sus hijos.

EDWARD VIII (duque de Windsor)

En la actualidad, los padres padecemos una monumental “crisis de autoridad”. Y afirmo esto sin temor a equivocarme, porque lo veo constantemente en mi interacción profesional con cientos de padres y madres.

A mí me preocupa la “crisis de autoridad” que nos aqueja, porque genera muchos hijos sobreprotegidos y tiranos, cuyos débiles padres les tienen miedo y tratan a toda costa de evitar decirles que NO para que no se enojen, o incomodarlos de alguna manera.

En una reunión, alguien tocó el tema de esa hermosa edad, entre los 3 y 5 años, en la que los niños tienen mucha curiosidad y hacen preguntas acerca de todo. Un abogado que se encontraba ahí comentó: “cuando mi hija de 3 años comienza a preguntar, yo simplemente le respondo: ‘ay, mi reina, ya no pienses tanto’”.

Los presentes hicimos toda clase de expresiones de indignación, a las que él respondió:

“¡Ya los viera a las 12 de la noche contestando preguntas a la niña!” Yo le objeté:

“¿Y qué hace una niña de 3 años despierta a las 12 de la noche?”

“Si la mandamos a dormir antes, ¡hace unos dramas de miedo!”, respondió el hombre, satisfecho con su excusa.

Eso me recordó a una mujer que al referirse a su hijita de 3 años, me dijo: “ay, Martha, ¡le tengo tanto miedo!” Este temor a incomodar a los hijos de cualquier edad, por la reacción que podrían tener, lo he encontrado en muchísimos padres y madres. El tenerle miedo a sus hijos convierte a los padres en títeres de los mismos y tener un padre títere, débil, manipulable e inseguro afecta de manera dramática la vida de los hijos, como lo comprobaremos más adelante.

En cierta ciudad donde recientemente impartí una conferencia, cinco madres, sumamente preocupadas, me contaron algo por lo que estaban pasando sus hijos e hijas quinceañeros, compañeros en el colegio. En esa época, prácticamente todos los jóvenes del salón estaban por cumplir 15 años, por lo que había fiestas casi cada fin de semana. Pero una en particular era la que les preocupaba. Resulta que un compañero celebraría su cumpleaños en un rancho que era propiedad de su papá y quedaba a dos horas de la ciudad. El padre se encargaría de llevarlos y “cuidarlos” durante la celebración, que duraría ¡todo el fin de semana!

Pero resulta que el papá era otro quinceañero como ellos. El tipo de hombre con un claro “síndrome de Peter Pan”: el adolescente que no quiere crecer; en lugar de cumplir con sus responsabilidades como padre, se la pasaba en fiestas con sus amigos solteros y muchos años menores que él. ¡Y este hombre sumamente irresponsable llevaría y “cuidaría” a ese montón de adolescentes durante el fin de semana!, sin olvidar, por supuesto, los numerosos “six” de cerveza que no podían faltar. Más adelante hubo un cambio de planes de último momento, así que el señor “Peter Pan” sólo llevaría a los jóvenes al rancho, pero él regre-

saría a la ciudad porque le había surgido un asunto inesperado para esa fecha.

Es claro el porqué esas madres estaban tan preocupadas de que sus hijas e hijos asistieran a la dichosa fiesta. Pero lo que me dejó más impresionada fue que me contaron: “Todo el santo día nos llamamos por teléfono para hablar de lo preocupadas que estamos, lloramos, se nos va el sueño... ¡estamos tan mortificadas!” Y yo les respondí: “¡por Dios!... ¡simplemente díganles: hija mía, hijo mío, tú no vas a ir a esa fiesta... explíquenles las razones... y punto!” Pero me impresioné aún más, casi hasta quedarme sin habla, cuando al unísono, cada una respondió con su propia absurda exclamación: “¡ay, se van a enojar!” “¡Van a creer que no los queremos!” “El mío me va a decir: ‘pues ésa es tu opinión mamá, yo de todas maneras voy a ir’”, “¿No se traumatizarán porque no los dejemos ir?”...

¡Increíble! Simple y sencillamente... ¡increíble!

¿Cuáles son los factores que originan esta trágica y peligrosa “crisis de autoridad” que nos aqueja a los padres hoy en día? ¿Por qué no podemos decir NO? ¿Por qué nos cuesta tanto establecer una disciplina dentro del seno familiar? ¿Qué nos lleva a querer resolverles los problemas a nuestros hijos, darles todo en charola de plata y a manos llenas y facilitarles tanto la vida? ¿Por qué permitimos que nos maltraten? Podríamos condensar la respuesta en estos tres factores:

- Culpa.
- Ser parte de una “generación de transición”.
- Amnesia.

CULPA

Además de que soy madre, en mi quehacer profesional estoy en constante y estrecho contacto con cientos de padres de familia;

y ¡cómo me impresiona la abrumadora cantidad de culpa que los padres cargamos hoy en día! Experimentamos altos niveles de este sentimiento como una pesada carga, que nos oprime el pecho y hasta nos quita el sueño.

La culpa es un sentimiento “peligroso” no sólo porque se siente muy feo... o tal vez justamente por eso. Es, en efecto, un sentimiento intenso que a veces nos ahoga, ¡nos rebasa! Y como un mecanismo de compensación, nuestro inconsciente genera toda una estrategia para bajar el nivel de este sentimiento, para “lavar” esa atormentadora culpa. Por supuesto, ésta la podemos experimentar en toda clase de relaciones y situaciones, pero en el caso específico de la relación padres hijos, la culpa, insisto, es muy “peligrosa”. Porque bajo su influencia vamos a cometer las peores tonterías, como comprarles todo lo que exigen, dejarlos hacer todo lo que quieran sin ponerles límites, solucionarles los problemas que generan y hasta permitirles que nos insulten y maltraten. Los hijos que son “víctimas” de padres culpígenos se convertirán sin duda en seres débiles, dependientes, tiranos y éste es justamente el perfil del hijo sobreprotegido.

Veamos cuáles son las razones por las que los padres experimentamos esta culpa:

a) Demasiada información

Una mujer de más de 80 años me dijo hace poco: “¡ay, Martha, qué complicado es criar hijos hoy en día! En mis tiempos todo consistía en esto: si era niña, había que enseñarle a ser buena ama de casa, esposa y madre; si se trataba de un niño, prepararlo para ser capaz de proteger y sostener a una familia; enseñarles a ser buenas personas, y si se portaban mal, ¡pegarles! Eso era todo. ¡Pero ahora...!”

En efecto, a diferencia de los padres de generaciones anteriores, los de hoy tenemos muchísima información acerca de la psicología de los niños y adolescentes y sobre la educación de los

hijos en general, proveniente de toda clase de fuentes: libros, conferencias, programas de radio y televisión, prensa y cursos. Saber tanto nos hace conscientes de los errores que cometemos en la educación de nuestros hijos, y esa conciencia a su vez nos genera culpa y nos sentimos malos padres cuando los cometemos.

Podemos llegar a tener tormentosos y recriminatorios diálogos internos como éstos:

- ¡Le mandé ese mensaje negativo a su identidad! Debí haberle dicho “te comportas egoísta”, en lugar de “eres” egoísta ¡le voy a afectar su autoestima!
 - ¡Otra vez le grité! Voy a provocar que deje de escucharme para protegerse.
 - ¡Debí haber usado el “mensaje yo” y haberle dicho: “yo me pongo nervioso cuando tú gritas” en lugar de: “me pones nervioso con tus gritos!” Le cargué la responsabilidad y la culpa por mis sentimientos.” ¡Qué gran error cometí!”
 - Hoy no tuve tiempo de convivir con mis hijos, ¡van a sentir que no me importan!
 - Hice esto en lugar de aquello... ¡Lo voy a traumar!
- Y la lista podría seguir... interminable... apabullante...

No tiene nada de malo el que tengamos toda esa información que nos hace conscientes de nuestros errores. Al contrario, saber es una bendición y es también la fuente de todos nuestros aciertos. De lo que hay que tener cuidado en este punto es de no hacernos a nosotros mismos ese juego condenatorio y cruel que puede resultar devastador. No hay que perder de vista todos nuestros aciertos y virtudes como padres; hay que ser pacientes y compasivos con nosotros mismos y recordar siempre que estamos haciendo lo mejor que podemos.

No nos preocupemos, la vida acaba de educar a nuestros hijos; y no importa cuánto nos esforcemos, seguiremos cometiendo errores... ¡muchos!; así es la naturaleza humana... ¡y está bien!

b) Pasar poco tiempo con sus hijos

Ésta es otra de las razones por las que los padres nos sentimos culpables. En la actualidad, algunas veces por necesidad y otras por puro gusto, muchos padres y madres pasan casi todo el día fuera de casa. Este hecho por lo general causa en ellos un fuerte conflicto interno; un padre que trabaja muchas horas al día me dijo una vez que constantemente tiene una molesta vocecita interior que le dice: “deberías pasar más tiempo con tus hijos, ellos te necesitan, esta semana no has convivido nada con ellos...”

Para las madres, por lo general ese conflicto interno es peor, sobre lo cual redundaré más adelante en la sección titulada: “ser parte de una generación de transición”.

c) Rechazo y agobio

Para una revisión profunda de este tema, te recomiendo que consultes los capítulos 4 y 5 de mi libro *Tu hijo, tu espejo*, en el que encontrarás un desarrollo más amplio de estos dos aspectos. En este espacio lo presentaré de manera muy concisa.

Es un hecho que ser padre es una experiencia maravillosa y sagrada, pero también difícil. Es una tarea de 24 horas que dura muchos años. Debido a eso, es normal entonces que nos sintamos agobiados y cansados a veces o a ratos, durante ciertas etapas o constantemente. No es enjuiciable ni condenable este sentimiento, porque es natural que suceda.

También es un hecho que los padres podemos sentir rechazo hacia un hijo o a todos, que un hijo nos desagrade más que los otros, que nos sea más difícil aceptarlo y quererlo.

Estos sentimientos de agobio y rechazo nos causan una de las mayores culpas que se pueden tolerar. El solo hecho de reconocerlo en secreto, para nosotros mismos, nos hace sentir realmente malos y avergonzados. Es muy importante comprender que estos

sentimientos son normales y que, en lugar de reprimirlos o negarlos, encontremos maneras sanas de lidiar con ellos.

Respecto al sentimiento de agobio, por ejemplo, yo recomiendo mucho que los padres, como pareja y como individuos, realicen actividades en las que no estén presentes los hijos. Las parejas deberían salir sin hijos, cada semana o cuando se pueda: a cenar, al cine, a visitar amigos. Y de vez en cuando tomar unas vacaciones sin hijos, aunque sea sólo durante un par de días, es muy recomendable también. Esto no sólo ayudará a mantener un bajo nivel de agobio que nuestro quehacer como padres nos genera, sino también reforzará la relación de tú a tú con la pareja, lo cual siempre resultará sumamente útil, y de manera particular, para cuando deba enfrentarse el momento del “nido vacío” y los hijos se vayan.

Por lo general, las madres pasan más tiempo lidiando con sus hijos que los padres, ya que normalmente éstos salen a trabajar fuera de casa; esto es ya de por sí una actividad personal en la que los hijos no están presentes. Pero aquellas madres cuyo único sentido de vida es cuidar y atender a sus hijos pueden llegar a desarrollar tremendos niveles de agobio, con todas las consecuencias que éste acarrea. Nadie duda de que su prioridad como madre siempre serán sus hijos y su hogar, eso es hermoso. Pero es importante que encuentren alguna actividad personal, como un deporte o pasatiempo, un curso, un grupo de apoyo, una labor de beneficencia, que les permita tener un espacio para sí mismas, lo cual contribuirá a que se sientan menos agobiadas.

Los momentos más viables para llevar a cabo este tipo de actividades serán cuando los hijos están en el colegio, porque no habrá pendiente de que se queden solos; pero también existe la posibilidad de pedir apoyo a familiares o amigos confiables, para que en algunos momentos puedan cuidar a los niños y la madre disponga de un espacio para sí misma. Así también, en todos lados existen instituciones gubernamentales o privadas que ofrecen todo tipo de opciones, como cursos, deportes, pasatiempos y muchas

otras actividades, en las que también proporcionan cuidado e interesantes actividades para los hijos, mientras mamá hace lo suyo.

Cuando se experimenta rechazo hacia un hijo, es necesario reconocerlo, porque hay eficaces alternativas para sanarlo y transformarlo, las cuales presento en mi citado libro, que realmente te recomiendo que consultes.

Ese rechazo reprimido y negado de los padres hacia un hijo puede deberse a muchos factores: llegó cuando no lo deseaban, es del sexo que no querían, o sencillamente no les gusta porque se sale de manera radical de los parámetros que los padres consideran como algo “adecuado o bonito”. Rechazar a un hijo, como previamente mencioné, genera en los padres altos niveles de este insoportable sentimiento que es la culpa. Entonces, para disminuirla lo sobreprotegen, permitiéndole ser y hacer todo lo que quiera y hasta maltratarlos.

Asimismo, cuando los padres son agresivos con sus hijos, experimentan enormes niveles de culpa; sienten que no son buenos padres, lo cual los conducirá también a esas patológicas conductas de sobreprotección con el fin de “lavar” su culpa y disminuir la dolorosa sensación que ésta les causa.

d) La creencia de ser “malos” padres

Debido a que los padres tendemos a ser muy exigentes y condenatorios con nosotros mismos, es fácil caer en la trampa de sentirnos malos; digámoslo de otra forma, estamos convencidos de que podríamos hacerlo mucho mejor. Desde un punto de vista esto es cierto, siempre puede haber mejor y también peor, lo cual depende de con quién nos comparemos. Pero si nos comparamos cada uno consigo mismo —que es lo adecuado y sano—, no hay nada que juzgar. Cada uno hacemos lo mejor que podemos de acuerdo con quienes somos. Con todos nuestros defectos y virtu-

des, limitaciones y recursos, ponemos sin duda nuestro 100% en esta labor de ser padres. Estoy convencida de que ningún padre o madre hace algo intencionalmente para dañar a sus hijos y arruinarles la vida.

También debemos estar conscientes de que siempre existe la bendita posibilidad de buscar ayuda profesional para sanar nuestras heridas emocionales y conflictos de personalidad; es importante, además, que tomemos la responsabilidad de nuestra vida para crearnos situaciones que nos permitan ser felices, porque un padre sano y feliz será sin lugar a dudas un buen padre. Cuando un padre lleva mucho dolor emocional, frustración y amargura, muy probablemente será agresivo y cruel con sus hijos, lo cual de seguro le generará una enorme culpa, y después... ¡A "lavarla"! Y a dejar que ellos lo maltraten cumpliéndoles todas sus demandas.

Algunos padres se sienten culpables y malos porque no pueden responder a las exigencias de sus hijos en el aspecto académico. Hace poco una pareja me comentó que estaban muy tristes y preocupados porque no podían dar a su hija de 19 años lo que pedía. Ella quería ir a estudiar su carrera en el extranjero. Cuando les presentó a sus padres el presupuesto de lo que eso costaría, casi se desmayan de la impresión. ¡Era demasiado para ellos! ¡Simplemente no podían!

La desconsiderada hija reaccionó muy enojada porque "no la apoyaban" y le estaba exigiendo al papá que vendiera el coche, así como una maquinaria que tenía para un negocio futuro que planeaba emprender y que además sacara sus escasos ahorros para que ella pudiera realizar su sueño. Llevar a cabo estas "ideas geniales" que la hija proponía llenaba al padre de dudas y miedo; y aun cuando hiciera todo eso, lo más probable sería que de todas maneras no le iba a alcanzar el dinero.

Los padres me pidieron mi opinión al respecto y ésta fue mi respuesta:

"Díganle NO... ¡y punto! Simplemente no pueden darle eso que pide. Díganle que están totalmente dispuestos a proporcio-

narle una carrera y apoyarla con todo su amor para que la realice de la mejor manera posible, pero en su país, porque eso es lo que pueden darle. Una vez que ella la termine —o desde antes, como muchos jóvenes lo hacen—, puede ponerse a trabajar y ahorrar el dinero necesario para que se pague a sí misma un posgrado en el extranjero. Así de simple”.

En una ocasión, una pareja de amigos organizó una reunión en su casa de la playa, a la cual invitaron a otras cinco parejas. La hermosa casa quedaba a tres horas de la ciudad donde vivíamos y la idea era que pasáramos el fin de semana allá, de viernes a domingo; todos los invitados fuimos preparados para ello.

El sábado en la tarde sonó el celular de uno de los presentes: era su hijo de 21 años. El papá manifestó una gran inquietud durante todo el tiempo de la llamada y su tono de voz era débil y bajo, como si estuviera asustado, avergonzado o ambas cosas. Todos lo observábamos atentos y sobre todo su esposa, que esperaba ansiosa el momento en que él colgaría, para saber de qué se trataba el asunto.

Por fin terminó la llamada, y ante las miradas expectantes de todos se dirigió a su esposa para comunicarle: “dice que no ha comido en todo el día y preguntaba si íbamos a llegar hoy mismo o hasta mañana”. A la esposa se le soltó en automático una fuerte reacción de preocupación porque su hijito de 21 años no había comido. “Mejor vámonos ya” le dijo a su esposo. Todos reaccionamos e intentamos hacerles ver que era una tontería que se tuvieran que ir por esa razón, como si su hijo no pudiera comer si ellos no se encontraban ahí para alimentarlo. La pareja trató de volverse a integrar al resto del grupo y seguir platicando y disfrutando, pero se les notaba realmente preocupados e incómodos.

Al fin ya no aguantaron más y anunciaron su inmediata partida. No era de buenos padres el estarse divirtiendo, mientras su hijito se moría de hambre, y esa convicción los llenó de culpa. “Ya no vamos a poder disfrutar sabiendo que Alex no ha comi-

do”, dijo la esposa, casi orgullosa de ser tan buena madre. Algunos de los amigos trataron de convencerlos de quedarse hasta el día siguiente como era el plan inicial y de hacerles ver que no era correcto que consintieran así a su hijo. Pero nada los convenció. Y aunque parezca increíble, empacaron sus cosas y se fueron, a pesar de que ya eran alrededor de las 6 de la tarde.

¡Cuidado con la culpa! Bajo sus efectos podemos volvernos tontos títeres de nuestros hijos y estupidizarnos a tal punto que podemos caer fácilmente en todos los chantajes y manipulaciones imaginables; porque quien se siente culpable es sumamente manipulable.

También observo con frecuencia a muchas madres en la playa, en la alberca del hotel o del club, o en cualquier lugar de recreo o vacaciones. Parece que cuanto menos disfrutan y se ocupan más de atender a sus hijos, dándoles la toalla en la mano, llevándoles un refresco, mejores madres son. Parece que si se dieran el permiso de tirarse al sol (o a la sombra) por un buen rato a leer, escuchar música o simplemente descansar, no son buenas madres. Las buenas son las que se pasan las vacaciones cocinando y atendiendo a los hijos y a todo el resto del clan, sin tomarse unas horas para su propia diversión y descanso. ¡Ésas son las buenas! Si no lo hacen así, se sienten malas y culpables.

No se trata de no atender y cuidar a los niños, sino de buscar la manera y la ayuda de otros adultos que les acompañan —comenzando por el padre— para que la madre pueda también tener sus momentos de descanso y diversión. Incluso, muchos hoteles cuentan con un “club de niños” donde los cuidan perfectamente, además de que conocerán a otros niños y realizarán fascinantes y divertidas actividades con sus nuevos amigos; mientras tanto, la madre tendrá unas horas para sí misma, como bien merecido se lo tiene. ¡Y sigue siendo buena madre!

Con frecuencia muchos padres me comentan situaciones que les causan culpa, que son verdaderamente absurdas, insignificantes e inofensivas. No obstante, a ellos les carcomen las entrañas

con esa tormentosa sensación que la culpa genera, porque las consideran verdaderas tragedias.

Un padre me contó que una noche, mientras se estaba lavando los dientes y preparándose para dormir, su hijo de 8 años le gritó desde su recámara: “¡papá, ven!”, a lo que él respondió con un: “ahorita voy”, y se tomó unos breves minutos para terminar lo que estaba haciendo. Acto seguido, fue a la recámara de su hijo para ver qué se le ofrecía, pero lo encontró ya profundamente dormido y decidió no despertarlo. Le costó mucho trabajo conciliar el sueño por la culpa que sentía de no haber atendido ¡de inmediato! el llamado de su hijo, considerándose un mal padre por ello.

Una madre, por su parte, me platicó llorando que la tarde anterior su hija de 12 años le pidió que le hiciera un morralito de mezclilla. Fue a la tienda a comprar la tela y los adornos que le pondría y regresó a casa con toda la intención de hacerlo durante la tarde, para que su hija lo estrenara al siguiente día. Pero las cosas no sucedieron así; llegaron visitas, después el hijo menor se sintió mal y tuvo que llevarlo al doctor, atendió una cantidad de llamadas y luego se hizo de noche y llegó la hora de hacer la cena. La agobiada madre simplemente no tuvo tiempo de sentarse en paz a hacer el famoso morralito, el cual tuvo que esperar su turno para el día siguiente. Eso la hizo sentirse realmente culpable.

¡Créeme, por favor! ¡Esas cosas no trauman a los hijos! ¡Detengamos ya por Dios ese juego ridículo de estarnos sintiendo culpables todo el tiempo, a veces por nimiedades como éstas! Tus hijos no necesitan una madre o un padre llenos de culpa y por consiguiente manipulables y débiles. Necesitan padres maduros, adultos fuertes y con dignidad... ¡con mucha dignidad! ¿Y qué es la dignidad sino el respeto por uno mismo? ¡La dignidad me encanta!; significa reconocer tus errores, pero también perdonarte por ellos, porque no pudiste hacerlo mejor; y saber con toda certeza que, aun así, sigues siendo valioso, maravilloso y digno de todo lo bueno que la vida tiene para darnos.

Una madre me comentó hace poco en una conferencia que su hija de 32 años continuamente le reclamaba lo mala madre que había sido y cómo le había arruinado la vida. Me dijo con voz entrecortada por el llanto: "yo ya me perdoné, pero ella no me perdona". Le dije que me daba la impresión de que tal vez ella misma no se había perdonado como pensaba, sino que en realidad todavía estaba cargada de culpa, porque seguía siendo vulnerable a la manipulación de su hija a través de esos reclamos. Le dije que también me daba la impresión de que, por la misma razón, accedía a todas las exigencias de la hija, le daba dinero, le compraba coche, hacía todo por ella como si fuera una niña chiquita. La madre me respondió que, en efecto, todo eso hacía por su hija.

Yo le contesté entonces, con ese tono de voz y lenguaje corporal que inevitable y espontáneamente me surge cuando me indigno: "¡basta!... ¡basta ya! Ya le has pedido perdón y has tenido la humildad de reconocer tus errores. Ella ahora es un adulto y es responsable de buscar ayuda profesional para sanar los efectos de tu supuesta 'mala' actuación como madre. ¡Basta ya de que ella se esté haciendo la víctima y reclamándote para hacerte sentir culpable y obtener todo eso que obtiene de ti; todo lo que haces por ella para compensar tu culpa! Y en todo caso: ¿qué está haciendo una mujer de 32 años viviendo todavía en tu casa como si fuera una niña?"

En cuanto terminé de hablar, los mil cuatrocientos padres de familia que estaban presentes aplaudieron estrepitosamente y lanzaron toda clase de expresiones de júbilo. Al parecer, el saco les había quedado a todos.

Terminé la conferencia afirmando que me siento satisfecha y en paz con mi función como madre, porque he puesto en ello mi cien por ciento; y lo que no hice mejor o no hice en absoluto es simplemente porque no pude... ¡porque hasta ahí me dio mi capacidad! Me llamó la atención que al terminar la conferencia, muchos padres y madres se me acercaron para darme las

gracias por haberlos “liberado” de su culpa; y durante los días posteriores recibí numerosos correos electrónicos de quienes estuvieron presentes en la conferencia, haciéndome el mismo tipo de comentario.

Debido a que consideré que este caso —que esa madre me ofreció—, me sería de gran utilidad para los fines de este libro, cuando ella se acercó a mí al final de la conferencia le comenté que lo estaba escribiendo, y además le pedí su permiso para hacerle algunas preguntas sobre la relación con su hija, que, le expliqué, me ayudarían a confirmar mis hipótesis sobre la parte más profunda de esto. Ella aceptó con mucho entusiasmo y cariño.

Analicemos, pues, este caso con mayor profundidad, porque hay mucho más que aprender y descubrir en él.

Para que haya baile se necesitan dos. Para que se dé una dinámica en una relación como la mencionada, es porque las dos partes, en este caso la madre y la hija, tienen “ganancias secundarias” derivadas de esa dinámica; es decir, ambas obtienen algo que necesitan y les conviene. La hija, dinero y comodidades, y la madre, compañía. Si la madre realmente se saliera de ese juego patológico de culpa/manipulación, generaría la dignidad y las agallas necesarias, para poder decirle a su hija: “es tiempo de que vuelas con tus propias alas”. Pero eso no es lo que la madre quiere, porque la necesita para que le haga compañía y le llene los espacios vacíos de su vida carente de propósito y sentido. Entonces la hija “le cobra” el estar ahí, el tener que truncar su propio proceso de desarrollo y cortar sus alas, para quedarse a acompañarla. Y odio decirlo, pero, a menos que una de las dos tome conciencia de esto y se involucre en un proceso —cualquiera que sea de crecimiento personal y curación—, seguirán atrapadas en ese juego patológico, pero conveniente y cómodo para ambas, tal vez por el resto de su vida... con toda la infelicidad y el dolor que esta situación les pueda acarrear.

Independientemente de que el mantener a los hijos adultos en una situación de niños dependientes tenga en algunos casos el

propósito de que se queden en casa para hacerles compañía a sus padres, también puede ser otra de las manifestaciones de la culpa de los padres, que los sobreprotegen para compensarla. Y ahí los tienen... treintones, cuarentones y hasta cincuentones manteniéndolos, dándoles todo en charola de plata, impidiéndoles convertirse en adultos para que se rasquen con sus propias uñas.

Los padres del reino animal saben exactamente cuándo es momento de que sus hijos se vayan de la guarida o del nido. Saben que quedarse más tiempo será malo para ellos. Y si no se van por voluntad propia, sus padres los corren: los atacan, los empujan, les gruñen, como diciendo: "ya te enseñé a cazar, a volar, a vivir; es tiempo de que te vayas y sigas por tu cuenta". Los padres del reino vegetal saben exactamente cuándo botar de la rama a sus hijos, los frutos, porque si los dejan más tiempo, se echan a perder, se pudren. Muchos padres, humanos, en cambio, retienen a sus hijos, dependientes y mantenidos, porque quieren hacerles la vida fácil... pobrecitos... ¡no se vayan a cansar!...

Esta situación genera dramáticas consecuencias en su vida, como veremos más adelante.