



Mi familia, mi mundo

Evelyn Saint

Mi familia, mi mundo

Consejos prácticos para la familia cristiana

Humberto Jiménez Díaz

y

Evelyn Saint de Jiménez

1º edición año 2003
2ª edición revisada año 2018

© Copyright 2018 por los autores

ISBN:

Salvo que se indique, todas las citas bíblicas se tomaron de la versión Reina Valera, revisión 1960 (RV60).

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida de manera alguna ni por ningún medio, sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o de fotografía, sin permiso previo por escrito de los editores.

Para comunicarse con los autores:

Edición: Luis Manoukian
luismanoukian@gmail.com

Diagramación:
Diseño de tapa:

Introducción

Mi Familia Mi Mundo es un libro práctico, realista y... puesto a prueba por la crianza de nuestros tres hijos, de quienes aprendimos y crecimos como padres. ¡Una gran aventura de fe, aventura y aprendizaje diario!

La tarea de los padres es una tarea exclusiva para valientes, valientes que ni saben que son valientes, ya que la tarea de tener hijos es:

- interminable,
- agotadora,
- agobiante,
- irritante,
- ingrata de momentos.

¿Por qué entonces elegimos ser padres? Porque, como se dice, fabricar un hijo es fácil, pero criarlo debidamente es una ardua tarea.

Somos padres

- porque es la tarea más hermosa,
- más desafiante,
- más comprometida,
- más plena que pueda existir.

Y en esta tarea ¡debemos encontrar un lugar de equilibrio y disfrute!

A todos los padres que nos atrevemos a este camino, dedicamos este libro, fruto de nuestros propios tropiezos, bendiciones y alegrías.

También lo dedicamos a nuestros tres hijos, *Ariel, Nathalie y Sebastián* que (sin pedirlo ellos) nos embarcaron en la tarea más insólita de la vida. Novatos, audaces, aprendices de la vida... ¡pero así comenzó la tarea de ser padres!

De las bocas de nuestros hijos hemos escuchado las frases interesantes que incluimos al comienzo de cada capítulo. Son todos unos filósofos en potencia. ¡Debemos escucharlos más!

Nota: Cuando mencionamos la palabra “padre” lo hacemos de manera genérica, incluyendo a “padre y/o madre”.

CONTENIDO

Página

CAP. 1 Nadie nace sabiendo.....	
CAP. 2 Tarea de demolición.....	
CAP. 3 Solo para padres.....	
CAP. 4 Si el mundo es tan complicado ¡comienza a simplificar!...	
CAP. 5 La disciplina empieza por casa.....	
CAP. 6 Diez maneras de ahorrar tiempo.....	
CAP. 7 Primeros consejos para padres.....	
CAP. 8 Resolviendo las diferencias con los hijos.....	
CAP. 9 Las emociones en el hogar.....	
CAP. 10 La disciplina con los hijos.....	
CAP. 11 ¡Declarando guerra al aburrimiento!.....	
CAP. 12 Desarrollando al máximo el potencial de tu hijo.....	
CAP. 13 Mejorando la comunicación.....	
CAP. 14 Una familia con buenos ingredientes.....	
CAP. 15 La vida espiritual dentro del hogar.....	
CAP. 16 Un hogar funcionando a pleno.....	
CAP. 17 Respeto al trabajo.....	

CAPÍTULO 1

NADIE NACE SABIENDO

¡Qué mojada está el agua! Sebastián.

Cada etapa en la vida de una persona es una etapa nueva, ya que ¡nunca se transitó antes!

Cuando uno nació, nadie explicó lo que era ser un bebé. Fue bebé por primera y última vez en su vida. Cuando fue niño, ¡fue una etapa total de descubrimiento! Al llegar a la adolescencia, ¡no hubo un camino claro que marcara el rumbo! Y pasando los años de la juventud, y luego de adultez, todo resultó una experiencia espeluznante.

Y en alguna vuelta de la vida, terminamos convirtiéndonos en padres, quizás lo pensamos bien y lo meditamos, quizás nos hicimos padres por impulso y atrevimiento, ¡quizás sin mucha noción de cómo llegan los bebés al mundo! Pero sea lo que fuere, el convertirnos en padres marcó un gran acontecimiento en nuestra vida.

- Quizás trajo dolor y amargura.
- Quizás nos arruinó los planes. ¡Qué interrupción son los hijos!
- Quizás fue lo más anhelado ypreciado.
- Quizás no le dimos importancia.

Pero una realidad nos une a todos los padres, una criatura llegó a nuestra vida, trayendo consigo nuestros genes, nuestras mañas, el color de nuestro cabello, nuestras costumbres y más, porque ¿dónde empieza la genética y dónde termina la manera de criar a un hijo?

Si bien hay mucho determinado por la genética, también hay mucho condicionado por la formación. Desde el mismo nacimiento la personalidad de una nueva personita se va formando gracias a miles de focos de influencia.

El camino de la paternidad nos convierte en unos auténticos experimentadores de la vida.

- ¿Mamadera (biberón) o leche materna?
- ¿Papilla a los tres meses o a los seis meses?
- El bebé, ¿duerme con la luz apagada o con una leve luz prendida?
- ¿Quién se levanta ante los chillidos en las tenebrosas madrugadas?

Miles de disyuntivas enfrentan a los padres primerizos. Los psicólogos mismos analizan que los hijos mayores –los primeros– son quienes reciben el primer embate del entrenamiento. Los hijos mayores suelen ser más responsables, más serios, más inflexibles que los otros hijos. ¿Por qué? Porque fueron quienes rompieron el cascarón de la ignorancia de los padres.

Ni aun con todos los libros escritos sobre embarazos y partos, jamás se reemplaza la misma experiencia de vivirlo. No hay experiencia alguna como intentar comprender que por medio de nuestra existencia, surgió otro ser humano. Es inexplicable la sensación de responsabilidad que debieran tener los padres. ¡Claro!, ser padres no es cosa de niños, sino de valientes. Es para responsables, y ay de quienes llegan a la paternidad jugando a las bolitas, o jugando a las muñecas, como quien no tiene conciencia del papel que ha jugado en la historia de la vida.

Ante el primer grito, no hay desesperación mayor que la de un padre. Pero mil quinientos gritos después, tan solo hay unos padres agotados y ojerosos dispuestos a salir corriendo y abandonar semejante emprendimiento. Tal es la locura de la paternidad, tal es su resistencia y su lucha.

Proverbios 4:1 dice:

Oíd, hijos, la enseñanza de un padre, y estad atentos, para que conozcáis cordura.

(Un consejo muy trillado, pero ciertamente de mucha utilidad, es leer el libro de Proverbios, un capítulo por día, ya que son 31; y tres Salmos diarios, ya que son 150. Proverbios es un libro que nos habla sobre las relaciones humanas, y tiene mucho para decirnos sobre cómo ser personas, cómo ser padres, cómo ser personas útiles a la sociedad).

Al ir aprendiendo, incorporaremos la cordura de muchas noches en vela, de ojeras negras y largas como la noche, de reflexiones aprendidas a sudor y sangre.

Pero si bien nadie nace sabiendo, ¡declaremos guerra a la ignorancia! Es hora de estudiar, analizar, pedir consejo, y leer, leer y leer. Por causa de la ignorancia cometemos errores tremendos en la formación de un hogar.

Se ha dicho que la ignorancia no es pecado, pero permanecer ignorante es pecado.

Muchas crisis aparecen dentro del hogar. Es interesante una definición para la palabra “crisis”: es un evento o situación en la cual los mecanismos para enfrentarlos son inadecuados.

Si la prevención es una de las herramientas más poderosas dentro del hogar, entonces evitaríamos muchas crisis al capacitarnos adecuadamente para enfrentarlos. El símbolo crisis en el idioma chino es muy interesante: se compone de dos pictografías: peligro y oportunidad. Si evaluáramos estos elementos dentro de cada problema, aumentaremos la capacidad de resolverlos.

Proverbios 12:1 dice:

El que ama la instrucción ama la sabiduría; mas el que aborrece la reprensión es ignorante.

No subestimemos el impacto que significa casarse y formar un hogar. Si bien lo normal es tener un comienzo romántico y lleno de ilusiones, ¿cómo continuará a través del embate de los problemas, enfermedades, roces y complicaciones?

Lo ideal es que una pareja con matrimonio a la vista debiera tener varias charlas con una persona capacitada y/o profesional para orientarlos hacia los problemas básicos del hogar.

Un sociólogo, de nombre Stephens, analizó diecisiete factores sociológicos y sus efectos en el matrimonio:

1. **Edad al casarse.** Las edades con más probabilidades hacia el divorcio son cuando se han casado a menor edad. El divorcio es alto entre jovencitas que se casan antes de los dieciocho, y varones antes de los veinte años.
2. **Duración de la relación.** Se concuerda que cuanto más tiempo se haya conocido la pareja antes del matrimonio mayores posibilidades de éxito tendrá. Matrimonios que han tenido un cortejo de menos de un año aumentan su riesgo al divorcio.
3. **Embarazos prematrimoniales.** La mitad de todos los matrimonios en donde la novia se casó embarazada terminan en divorcio; y si la joven tiene menos de veinte años, el porcentaje sube al 70%.
4. **Religiosidad.** A mayor religiosidad en la pareja, mayor posibilidad de éxito tendrá. El viejo refrán que dice; “Quienes oran juntos permanecen juntos” resulta ser un principio valedero.

5. **Creencias.** Los matrimonios llamados “mixtos” (entre personas de diferentes religiones) tienen mayor índice de divorcio que quienes se casan con personas de la misma fe.
6. **Clase social.** Contrario a lo que se puede creer, los estudios indican que a medida que suben los ingresos, disminuye el riesgo de divorcio. (Es decir, la escasez y las dificultades económicas suman a los conflictos matrimoniales). A mayor diferencia social entre los cónyuges, mayor riesgo en el matrimonio.
7. **Nivel de educación.** Cuantos más años de educación tengan los cónyuges mayores serán las posibilidades de éxito.
8. **Divorcios previos.** Matrimonios formados con cónyuges divorciados aumentan las posibilidades de continuar con el divorcio. Los estudios indican que cuando el cónyuge varón es divorciado aumenta la posibilidad de un nuevo divorcio más que cuando la mujer es el cónyuge divorciado.
9. **Padres divorciados.** Personas con padres divorciados tienen mayor riesgo de divorcio que aquellas cuyos padres no están divorciados
10. **Residencia.** Personas que viven en áreas rurales tiene menor índice de divorcio que personas en zonas urbanas.
11. **Aprobación materna y paterna.** Las parejas que se casan sin la aprobación de los padres tienen mayor riesgo de divorcio que quienes se casan con la aprobación de los padres.
12. **Sociabilidad.** Cuantos más amigos tenga una persona, mayores son sus posibilidades de éxito en el matrimonio. Los solitarios son de mayor riesgo para el matrimonio.
13. **Diferencia de edad.** Matrimonios con una diferencia de más de cinco años entre ellos tienen un mayor índice de divorcio que aquel matrimonio con edad más aproximada entre sí.
14. **Hermanos.** Los hijos únicos tienen mayor índice de divorcio que quienes tienen otros hermanos.
15. **Relación con los padres.** Las personas que se llevan bien con los padres tienen mejores posibilidades de éxito matrimonial.
16. **Relación durante el noviazgo.** Las parejas que no se entendieron antes de casarse no mejoran mucho por el simple hecho de casarse.
17. **Salud mental.** Personas equilibradas y de buena salud mental cuentan con mayores posibilidades de tener un buen matrimonio.

Esta lista no se hizo para desanimar a ninguna pareja de casarse, sino para prepararla más antes de tomar esta decisión tan significativa. Sin duda hay muchos factores que hacen al matrimonio.

Otra consideración importante al formar un matrimonio es entender que el hombre y la mujer son diferentes, que se puede ser totalmente diferente al cónyuge y sin embargo, llegar a formar un equipo estable y unido.

PARA PENSAR...

¿Cuáles fueron los errores mayores que cometimos dentro del matrimonio?

¿Cuál fue la lección más importante que aprendimos al llegar a ser padres?

¿Cuál fue el ajuste más grande que realizamos cuando llegó el primer hijo a la casa?

¿Qué problemas matrimoniales surgieron a causa de la llegada de los hijos?

CAPÍTULO 2

TAREA DE DEMOLICIÓN

“¡Me duele mi enfermedad!” Nathalie.

La tarea de demolición comienza en el momento en que nos casamos. Como exclamó una joven esposa: “¡Yo creía que era una santa, hasta que me casé!”

La esposa descubre su falta de paciencia. El esposo descubre que debe administrar mejor su dinero. La esposa espera flores y bombones todas las semanas. El marido espera tener tiempo para ver su programa de televisión. Dos personas que se aman, ¡y se sacan chispas!

¿Por qué? Porque básicamente llegamos al matrimonio con una idea irreal de romance. ¡Si antes el romance fue espontáneo y dulce, era porque no habían surgido las complicaciones del matrimonio! No es lo mismo tomar un café juntos, charlar, visitarse, bien vestidos, arregladitos, que convivir a diario y asumir responsabilidades mayores.

No es perder la esperanza, ¡para nada!, sino es reevaluar nuestra manera de vivir. Si hemos entrado al matrimonio, ¡pues es hora de cambios sabios y necesarios!

Un sabio consejo es: “Uno se casa, no para recibir, sino para dar”. Con este concepto bien en claro, pondremos en orden las prioridades. Y la tarea de demolición comienza, poco a poco. Si los ajustes son apropiados, el hogar será beneficiado. Si los ajustes apropiados no se dan, el hogar se verá en dificultades.

Pero nos encontramos con hábitos de inmadurez, y seguimos aferrados a nuestras niñerías.

1 Corintios 13:11 dice:

Cuando yo era niño, hablaba como niño, pensaba como niño, juzgaba como niño; mas cuando ya fui hombre, dejé lo que era de niño.

¡Hay que dejar las niñerías atrás! Porque de eso se trata la madurez. Dejar las maneras de ser infantiles para asumir la tarea de adulto, ¡nos guste o no nos guste! Hasta la ley nos dice que a los 18 años somos mayores. ¡Y habrá quienes querrán seguir como menores de edad por muchos años más!

Según Kelley, hay diferencias básicas entre el amor inmaduro y el amor maduro:

- El amor inmaduro nace a primera vista e intenta conquistar todo.
- El amor maduro es una relación que se va profundizando a medida que se van transitando experiencias reales.
- El amor inmaduro demanda excesiva atención y devoción; y cela a terceros.
- El amor maduro está edificado sobre la auto aceptación y convive generosamente con otros.
- El amor inmaduro necesita gratificación.
- El amor maduro busca apoyar y fortalecer la persona amada sin esperar recompensa.

- El amor inmaduro está basado en una atracción física y gratificación sexual. El sexo y las pasiones a menudo gobiernan esta relación.
- El amor maduro incluye satisfacción sexual, pero no desatiende las otras áreas de la vida.
- El amor inmaduro es estático y egocéntrico. Se busca que cambie el otro para satisfacer los deseos y necesidades propias.
- El amor maduro es una realidad que crece y se desarrolla. El amor se expande para incluir el crecimiento y la creatividad de la persona amada.
- El amor inmaduro se basa en el romanticismo. La pareja no enfrenta la realidad tal cual es.
- El amor maduro toma en cuenta la realidad y aporta crecimiento a la pareja.
- El amor inmaduro es irresponsable, y no considera que las acciones impulsivas de hoy afectarán el mañana.
- El amor maduro es responsable, y asume las consecuencias del compromiso.

Con una adultez bien asumida, nos casaremos como adultos, no como niños a quienes la vida los apura. No es lo mismo tomar un curso de supervivencia ante la desesperación, que hacerlo con tiempo y reflexión. “Mas vale prevenir que curar” es un refrán apropiado para el matrimonio.

Ojalá cada matrimonio tuviera el tiempo apropiado para resolver sus mayores diferencias en el hogar antes de la llegada de los hijos. Pero “del dicho al hecho, ¡hay largo trecho!”.

Sería tan sencillo asumir que todos aquellos que tienen hijos los han tenido en el orden clásico:

Primero me enamoro del príncipe o princesa azul, luego me caso, y luego comienzan a llegar los hijos. Pero no siempre es así.

Quizás el hijo llegó con una mamá soltera. Quizás con padres divorciados. Quizás por un acto sexual pasajero. Quizás por una presión momentánea. Quizás por promesas. Quizás con un matrimonio constituido.

Pero nada cambia el hecho de nuestra responsabilidad. Nos guste o no nos guste. Lo pensamos o no lo pensamos. Lo entendimos o no lo entendimos. Desde el mismo momento en que nos convertimos en padres, comienza una tarea que debiera ser la tarea máxima en nuestra vida. ¿Por qué máxima? Porque un hijo es un ser indefenso y dependiente en su comienzo. ¿Quién lo defenderá y lo formará si no cuenta con sus propios padres?

A mi cónyuge lo acompaño, lo atiendo, lo apoyo, pero no me corresponde su educación. A mi hijo lo formo, lo educo, lo preparo para la vida. Bien o mal, irresponsable o no, coherente o no, mi hijo será el resultado de muchos factores, y el factor más importante soy yo, ya sea como su padre, o como su madre.

De allí viene la tarea de demolición. ¿Por qué? Porque hasta que no nace un hijo no se ha invadido tanto mi vida. Hasta que tuve un hijo podía tomar muchas decisiones consultando poco y nada. Hasta que tuve un hijo podía ser indiferente o irresponsable. Hasta que tuve un hijo me daba el lujo de vivir con mis horarios y mis quehaceres.

Comienza la tarea de demolición. Hay momentos en que vivimos deslumbrados ante la maravilla de tener un hijo, pero cada vez serán más los momentos en que debemos destituir nuestro egoísmo, nuestros proyectos y hasta buena parte de nuestra identidad. ¡Somos responsables de otros!

De soltero, mi identidad se basaba en mis estudios, trabajos, en mi manera de vestir, y en mi habilidad de impresionar a otros. Teniendo un hijo, ah, esto ya es otro asunto.

Mi identidad es zarandeada. Puesta a prueba. Mi carácter entra en crisis. ¡Nada descubre el carácter de una persona como cuando tiene un niño que no cesa de llorar por horas enteras! Mis tiempos delineados y organizados desaparecieron. Mi quietud y mis meditaciones dependen de un pequeño “bultito” de unos pocos kilos.

Mi matrimonio es zarandeado. El cansancio, los problemas, y dos temperamentos diferentes suman complicaciones. Es momento de reevaluar el matrimonio y redistribuir los tiempos y prioridades.

Se ha analizado que dentro del matrimonio es el hombre que menos cambios hace, mientras que para la mujer los cambios son mayores y continuos. Aquí ya se descubre el problema - ¡conflicto de intereses! El marido quizás quiera continuar con sus actividades rutinarias, y la mujer se encontrará frustrada frente a esta situación. “¡No vale, es trampa!”, como diría un niño.

¿Qué hacer para integrar al hombre a los quehaceres del hogar como también respetar su necesidad de independencia y tiempos a solas?

Continúen hablando y conversando tanto o más que antes, ya que por cierto hay más temas y problemas que tratar. No cierren el diálogo matrimonial. Elijan un momento en que ambos pueden disponerse en tranquilidad, con las menores interrupciones posibles.

Un psicólogo expresó que el cónyuge debe oír “de manera radical”, o sea, de manera total, sin prejuicios, sin tomar los sucesos personalmente. Suena imposible, pero se puede practicar de la siguiente manera:

1. Concentrarse en las emociones que el cónyuge expresa más allá de los problemas puntuales: ¿Frustración? ¿Agotamiento? ¿Resentimiento? Cuando las emociones se tratan adecuadamente, es increíble como los problemas se reducen en tamaño.
2. Hacer las preguntas necesarias para que el cónyuge exprese sus ideas, sentimientos... darle tiempo a volcar sus vivencias sin interrumpir ni opinar.
3. No obligar a que el cónyuge piense igual que uno. Esto habla de madurez y de aceptación. “Si dos piensan igual, uno no está pensando”, dice un refrán. No es necesario que dos piensen de igual manera. Lo importante es realizar las negociaciones necesarias para la convivencia. Una semana haremos un deporte. La otra semana miraremos vidrieras. Un día se cocina el menú favorito de uno, al otro día, el menú favorito del otro. El matrimonio es la suma de acuerdos.

Sigan dando prioridad al matrimonio. Si bien el bebé revoluciona el orden y la quietud, con el tiempo, si el matrimonio así lo tiene previsto, nuevamente habrá tiempos de intimidad y diálogo matrimonial.

Hay varias señales de alerta matrimonial:

Cuando hay desacuerdos de largo plazo, que no se han resuelto sino que se vienen arrastrando.

Cuando ya no hay buen humor y amabilidad entre los cónyuges.

Cuando desborda el cinismo y las ironías. “El día que mi marido corte el pasto, tendré un infarto”. “El día que mi mujer cocine algo sin quemar, me sacaré la lotería”. Detrás de estos entredichos hay una cizaña bien definida –¡son problemas que no han sido resueltos!

Consejo: Si bien se terminó el tiempo de luna de miel, comenzó una etapa en donde se deberá sembrar abundantemente elogios, ánimo, cariño y conversación. Una buena relación deja de ser un resultado espontáneo para convertirse en un arte de dos personas maduras y responsables.

La llegada de un hijo obliga a un análisis de una nueva estructura. ¡Hay una minoría en casa que altera el gobierno del hogar!

Y para la mujer, tener un hijo es despedirse de una figura física, es decirle adiós a una ilusión. Si bien una mujer puede trabajar y esforzarse en su figura, ¡ya pasó el terremoto de la maternidad y dejó sus secuelas! En su lugar quedó un bebé que pasa de ser una preciosura a un agotamiento en poco tiempo. ¡Tal es el riesgo y el subibaja de las emociones de ser padres!

Debo reestructurar mi vida. Mis decisiones se ven afectadas. Deseo a la vez liberarme, y a la vez soy feliz como esclavo. A la vez deseo aventuras y emociones, y a la vez deseo la paz y la quietud en el hogar.

Aquí el trabajo de demolición es reestructurar toda una manera de pensar. No es lo mismo el pensamiento “soltero” al pensamiento “paterno”. Tener hijos me hace detenerme en cada cruce de la vida y preguntarme: “¿Qué será lo mejor para mis hijos, para mi familia?” Ya no puedo pensar como que existo yo solito en el universo. Pienso en cantidad, pienso en multitud, pienso en muchos.

Debo encontrar una nueva identidad como persona, y mi nueva identidad como padre. Es tan fácil esconderse detrás de los hijos para abandonar sueños e ilusiones. Es tan fácil echarles la culpa a los hijos por los sacrificios requeridos.

Pero la realidad es que mi hijo no me pidió llegar a la tierra, ni pidió llegar a mi hogar, ni pidió nacer en determinado tiempo, y de ninguna manera puedo pasarle la factura de mis sacrificios.

Pude haber sido un inconsciente cuando engendré a mi hijo, pero no debo seguir inconsciente en su crianza. Pude haber sido un inmaduro cuando tuve mi hijo, pero no debo seguir inmaduro. Pude haber sido perezoso y descuidado, pero un hijo exige una tarea de demolición. ¡Lo que no sirve se debe descartar y reemplazar por aquello que es útil y necesario! Se ha dicho que libertad no es hacer lo que uno quiere, sino lo que uno debe.

Entran en demolición mis prioridades. Mis decisiones. Mis ocupaciones. Aquella personita que irrumpió en mi vida sin ser consultado merece mi mayor obra de vida: esfuerzo, dedicación, conocimiento, madurez.

Pero, ¡ay, cómo duele la transición! Hay disputas entre mi vieja manera de ser y mi paternidad. Quiero lo mejor de la vida sola, y quiero lo mejor de la vida compartirla con un hijo.

Santiago 1:5-8 dice:

Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada. Pero pida con fe, no dudando nada; porque el que duda es semejante a la onda del mar, que es arrastrada por el viento y echada de una parte a otra. No piense, pues, quien tal haga, que recibirá cosa alguna del Señor. El hombre de doble ánimo es inconstante en todos sus caminos.

Podemos darnos cuenta que los tiempos de ajustes están entrando a aguas quietas cuando nuestro hogar deja de ser un torbellino de tiempos, prioridades, conflictos, y se llega a una etapa de consistencia, una de las cualidades más anheladas para el hogar.

¿Qué es la consistencia? ¿Rutina, aburrimiento? Consistencia habla de enfrentar a las decisiones ya con un marco de referencia. Este marco de referencia, como se ha dicho, se aprendió a golpes. La consistencia habla de encontrar identidad como matrimonio y hogar, de modo tal que haya paz y armonía.

Una definición de consistencia: “Armoniosa regularidad, continuidad estable, libre de contradicciones e irregularidades; acuerdos de las partes para mantener identidad como un entero”.

Pero en los tiempos de turbulencia, ¿aun hay caos y disputas respecto a horarios, hábitos, maneras de disciplinar a los hijos, maneras de gastar el dinero!

Todavía está el conflicto:

- Quiero estar solo, y quiero estar acompañado.
- Quiero mi vida como era antes, y quiero mi vida como es ahora.
- Quiero por instantes volver a mi vida pre-hijos, pero amo mi vida post-hijos.
- Anhele los tiempos en que manejaba mi vida como quería, pero jamás permitiría que me distanciara con mis hijos.

La tarea más dura de ser padres, entonces, es reconocer que debemos poner a un lado nuestros conflictos propios, y atender a los hijos. Debemos correr de lado nuestros problemas de personalidad para criar a nuestros hijos con paciencia y gracia.

Pero podríamos exclamar, ¡quiero ser un buen padre y no morir en el intento!

De eso se busca tratar en este libro.

TAREA:

¿Qué debieran saber los matrimonios antes de tener un hijo?

¿Cuáles son las costumbres de matrimonio sin hijos que hemos tenido que cambiar con la llegada del hijo?

¿En qué áreas hemos tenido mayores ajustes de adaptación ante la llegada de un hijo?

CAPÍTULO 3

SOLO PARA PADRES

“No puedo ir a la escuela porque no sé leer”. Sebastián.

Una definición sencilla para matrimonio podría ser la siguiente:

Es el pacto entre dos personas, varón y mujer, que se aman y que han decidido unir sus vidas voluntariamente para cumplir juntos el propósito de Dios, formando una familia según el orden establecido por su Palabra.

Hay tres propósitos básicos para el matrimonio:

1. Compañerismo.
2. Placer sexual y prevención de inmoralidad.
3. Procreación.

La Biblia es clara en cuanto a lo que sucede cuando los principios bíblicos se quebrantan:

Se pierde la dignidad del matrimonio.

Una sociedad es asolada por madres solteras, hijos no deseados, y toda clase de complicaciones tristes y angustiantes.

Afloran pleitos, separación y divorcio.

Para tratar más directamente las tareas de cada cónyuge, comenzaremos tratando con las **cuatro responsabilidades del varón** dentro del hogar:

1. **El varón es guía y líder en su hogar.** Es responsable de la vida de su hogar. ¿Cómo lo logra? Con una actitud de servicio, pasando tiempo con los suyos, siendo disciplinado sin ser duro, y teniendo metas claras para su hogar.
2. **El varón es compañero y amante de su mujer.** Atiende a su mujer con varias actitudes: con palabras, atenciones, con respeto, con colaboración en los quehaceres, con su amabilidad, y dándole el primer lugar en su corazón. Cuida sus palabras para no ser áspero con ella. Colosenses 3:19 dice: *Maridos, amad a vuestras mujeres, y no seáis ásperos con ellas.*
3. **El varón es proveedor en su hogar.** Si bien la mujer apoya, colabora y contribuye a la economía del hogar, la tarea primordial del varón es la seguridad económica de su familia, lo cual logra a través de su trabajo y su esfuerzo. Provee aliento, estabilidad y firmeza.
4. **El varón es el protector del hogar.** En 1 Pedro 3:7 dice: *Vosotros, maridos, igualmente vivir con ellas sabiamente, dando honor a la mujer como a vaso más frágil, y como a coherederas de la gracia de la vida, para que vuestras oraciones no tengan estorbo.* Esta tarea es de gran valor para los suyos: cubre y defiende a su mujer, apoya y respalda a los hijos.

Hay **dos responsabilidades básicas para la esposa**:

1. **Respetar y amar a su marido.** Efesios 5:33 dice: ... *y la mujer respete a su marido.* ¿Cómo se pone por práctica el respeto? Respetando sus decisiones, apreciando su persona, aceptándolo, y si es necesario, dar su opinión o queja con una buena actitud.
2. **Ser ayuda idónea en su hogar.** Génesis 2:18 dice: *Y dijo Jehová Dios: No es bueno que el hombre esté solo; le haré ayuda idónea para él.* Proverbios 31:11-12 dice: *El corazón de su marido está en ella confiado, y no carecerá de ganancias. Le da ella bien y no mal todos los días de su vida.*

No podríamos continuar sobre el tema de la familia sin hacer una reflexión respecto a la intimidad matrimonial. El matrimonio no es tan solo la base de la sociedad, sino que también es el aporte a la solución de problemas emocionales, sociales y uno de las mayores satisfacciones de un matrimonio puede ser por medio de la intimidad, algo que se está perdiendo en estos tiempos, “gracias” a los méritos del televisor, del apuro, de la falta de tiempo, y del desorden familiar.

Un grupo de investigadores analizó cuál grupo de personas tenía mayor inmunidad frente a diferentes enfermedades. Analizaron a policías, a obreros, a empleados, con la sorpresa que quienes tienen mayor inmunidad son ¡quienes están de luna de miel! Es significativo considerar esto, ya que si bien la luna de miel como tal es un estado temporario, nos dice mucho de la importancia del afecto, de la atención y el diálogo. Por otra parte, los investigadores concluyen que la falta de afecto y la falta de paz en los hogares aumentan la presión sanguínea un 50% y llegan a provocar ataques al corazón. Los viudos, por ejemplo, tienen mayor riesgo de muerte por problemas cardíacos que quienes están casados.

El concepto de que niños de hogares conflictuados llegan a ser adultos conflictuados no es nada nuevo. Hijos de hogares estables y felices tienen todas las posibilidades de continuar con hogares felices. Por eso el matrimonio resulta de la suma de las dos partes: cuantas más sanas sea cada parte (cada cónyuge) mayores posibilidades de salir adelante. Porque el matrimonio no soluciona mis problemas como individuo, sino que ¡tiende a complicarlos! Si yo no sé quién soy y para qué estoy, más difícil será contestar ¿quiénes somos y para qué estamos? De allí que una de las tareas más importantes dentro del matrimonio para lograr la intimidad es a través de lo que se llama la *afirmación*.

Afirmación es ayudar a la otra persona a descubrir lo bueno que tiene por dentro. Como bien han dicho de una buena amistad: *Amigo es quien me hace sentir bien conmigo mismo.* Estoy dentro del núcleo de mi matrimonio y dentro de mi familia para afirmar a los míos. Fácil es descubrir defectos y errores en los demás; pero la afirmación es un arte que requiere habilidad y dedicación. Afirmer es dar plena libertad de apoyo incondicional a la persona que amo.

Para afirmar a una persona, debemos comenzar afirmándonos a nosotros mismos; es decir, tener la capacidad de creer que tenemos algo de gran valor para aportar a los demás, como para luego verlo en los demás. Muchas veces no vemos lo bueno en los demás simplemente porque no nos consideramos aptos en nosotros mismos para afirmar a otros.

Para afirmar a una persona debemos encontrar lo especial de la persona. Requiere abrir los ojos a la otra persona, descubrir aquello que hace del otro un tesoro especial, sea nuestro cónyuge, nuestro hijo, nuestro ser querido.

Se analizaron cientos de matrimonios exitosos y analizaron los ingredientes básicos a su intimidad y buena relación. Estos matrimonios afirmaban:

1. Mi cónyuge es mi mejor amigo.

2. Me gusta mi cónyuge como persona.
3. El matrimonio es un compromiso a largo plazo.
4. El matrimonio es sagrado.
5. Estamos de acuerdo en nuestros objetivos y metas.
6. Mi cónyuge se pone cada vez más interesante con el paso del tiempo.
7. Tengo gran interés en que nuestra relación salga adelante.
8. Nos reímos juntos.
9. Estoy orgulloso/a de los logros de mi cónyuge.
10. Estamos de acuerdo en nuestra vida sexual.
11. Sabemos cómo expresar afecto entre nosotros.
12. Tengo confianza en mi cónyuge: le cuento mis confidencias y secretos.
13. Sabemos intercambiar muchas ideas interesantes.
14. El matrimonio es un aporte importante a la sociedad.

No podemos terminar este capítulo para el matrimonio sin afirmar la importancia del toque físico. Jesús mismo extendía su mano para tocar a los enfermos y sentaba a los niños en su regazo. El toque físico es uno de los aspectos más importantes al comunicar afecto: no solo a nuestros cónyuges sino a nuestros hijos, nietos, amigos. La piel es el órgano más grande del cuerpo, y el más sensible. Se ha analizado que los niños que recibían poco y nada de afecto físico desarrollaban su cerebro en menor medida que aquellos niños que recibían afecto físico. No solo nos habla de una falta física, sino de una falta emocional y social.

Estudios entre adolescentes adictos a drogas y delincuentes revelaron que uno de los factores en común era la falta de afecto en el hogar, expresado libre y sanamente. Estudios culturales revelan que las culturas donde hay mayor expresión física de afecto hay menor índice de violencia y crueldad.

Una terapeuta expresó lo siguiente: *Es necesario cuatro abrazos diarios para sobrevivencia, ocho abrazos diarios para mantenimiento, y doce abrazos diarios para crecimiento.*

Un hijo que no recibe la nutrición emocional que necesita crecerá pensando que el mundo es hostil y oscuro. Un niño que recibe el amor y el cariño que necesita será un niño que verá al mundo a través de una óptica positiva. Ya en la etapa del adulto, los médicos han clasificado a las personas en dos grupos básicos. El grupo B son las personas más relajadas y tranquilas en la vida. El grupo A tienen las mayores probabilidades hacia los ataques cardíacos, tienen un alto grado de hostilidad, enojo e impaciencia. ¿Será que ellos habrán necesitado más afecto y cariño desde su niñez? Nunca subestimemos la importancia de la expresión de cariño y afirmación en nuestros hogares.

Una revista hizo una investigación a los gerentes de las empresas más importantes de una gran ciudad, analizando sus matrimonios. Se descubrió que entre estos empresarios, tan solo un 5% habían sufrido divorcios. Esto revela algo fundamental: el matrimonio estable y bien cimentado es un aporte significativo a la sociedad. Revela también que un matrimonio sólido aporta a la capacidad intelectual de sus partes, aumentando su creatividad y fuerzas para luchar en la vida.

☺ Una mujer de mal genio expresó a su marido, “¿Será posible que todos los hombres sean necios?”.

—No —acotó su marido—. Algunos se quedan solteros.

☺ Un hombre suspiró, diciendo:

—¡Cómo quisiera volver cuarenta años atrás!

—Pero si no nos conocíamos en aquel tiempo, querido –le indicó la mujer.

—Precisamente, querida, precisamente.

PREGUNTAS:

¿Cómo está el orden de Dios dentro de tu hogar?

Marido, ¿estás asumiendo su tarea como sacerdote y guía del hogar? Si bien hay quienes protestan que el hombre tenga que ser “cabeza” del hogar, debemos entender que así funciona mejor el hogar, ya que exige a cada una de las partes del matrimonio la mayor responsabilidad. Es claro que el varón debe asumir su tarea de responsable y guía del hogar. El hombre es la cabeza, la mujer es el corazón.

Mujer, ¿te estás esforzando en apoyar y hacer del hogar un refugio, un santuario, un lugar de paz y consuelo?

CAPÍTULO 4

SI EL MUNDO ES TAN COMPLICADO, ¡COMIENZA A SIMPLIFICAR!

“No escucho la sal”. Sebastián al probar su comida.

☺ En una ciudad hubo un terremoto, por lo cual un matrimonio envió a su pequeño hijo a pasar varios días con sus abuelos. Al poco tiempo el matrimonio recibió el siguiente telegrama: “Devolvemos niño. Envíen terremoto”.

¡Qué claridad de expresión! Porque un hijo irrumpe en nuestra vida como un terremoto y trastorna el hogar. Nos encanta el hijo, pero lamentamos la falta de orden. Amamos sus morisquetas, pero extrañamos los tiempos plácidos y predecibles. ¡Llegó el terremoto a casa!

Y ante cualquier otra cosa, debemos aprender a ser flexibles, y a simplificar la casa. El jarrón chino deja de ocupar el lugar céntrico en la sala. La porcelana archivada junta polvo en cajas. Las copas de cristal desaparecen y aparece en escena lo metálico, lo plástico, lo irrompible. ¡La nueva decoración!

Dejamos de pensar en el color blanco, ni en paredes, ni en toallas, ni en mantelería, de golpe el hogar se ha convertido en un centro utilitario, y mi hijo es responsable de semejante transformación.

Pero no debemos abandonar ni la creatividad ni todas aquellas cosas nuevas a descubrirse que tengamos por delante (por supuesto, en tanto sean irrompibles).

La tarea que nos llevaba un día entero ya nos es imposible terminar debido a las interrupciones de los hijos. Aquello que hacíamos sin distracción hemos aprendido a hacer en medio de una revolución francesa de ruidos y desorden. El tiempo ya se nos escurre, y podemos caer en una gran depresión si no hacemos ajustes acorde al cambio en la familia.

Se ha calculado que una persona, al finalizar setenta años de vida, puede haber pasado:

tres meses sentado en su vehículo frente a un semáforo en rojo

seis meses buscando algo extraviado dentro de su hogar

un mes hablando con gente por teléfono

un año haciendo filas

30.000 horas viendo televisión (1.250 días, o tres años y cuatro meses. (Y

hoy muchísimo más gracias al Internet, al teléfono celular, y los medios

de comunicación. Se estima que el tiempo promedio en línea-conectados

frente a una pantalla como teléfonos celulares, televisores y redes

sociales- en todo el mundo era de seis horas y 42 minutos por día. ¡Guau!

¡Qué impacto!)

una mujer ha lavado platos por 4.500 horas (¡casi 190 días enteros!)

una madre ha cambiado 3.500 pañales por hijo

¿Más complicaciones? En un supermercado en 1978 había un promedio de 11.000 productos a la venta. Hoy, los productos posibles superan los 24.000. Una sola revista de noticias de un mes en este año tendría más información que una revista del siglo XVIII durante ¡veinte años!

La regla de oro en cuanto a la simplicidad es aprovechar los momentos en que los hijos duermen para hacer aquellas cosas que requieran nuestra máxima atención y esfuerzo. Con levantarnos más temprano, o acostarnos más tarde podemos adelantar aquellas tareas para las cuales necesitamos espacio mental y emocional. ¡Quién puede aprovechar al máximo su cerebro cuando hay niños ruidosos y activos que se cuelgan de nuestros cuellos para darnos besos de caramelo y chocolate!

Un consejo práctico, que ahorrará tiempo y esfuerzo, es anticipar las compras que se deben hacer. En productos no perecederos se podrá comprar hasta para tres o cuatro meses por adelantado. Cuando compramos con una lista en mano, ahorramos tiempo, dinero y esfuerzo. Los productos frescos se pueden adquirir semanalmente. El secreto de una vida más sencilla es planear, planear y planear. No debíamos improvisar en nuestros gastos ni en nuestro presupuesto familiar.

Simplifiquemos nuestros quehaceres. Quizás sin hijos limpiábamos hasta la última mota de polvo en la casa. Con hijos, ¡ya lo impecable pasó a un cuarto o quinto plano! Quien sea una persona muy perfeccionista deberá renunciar a controlar cada mota de polvo o cada cosa fuera de lugar. La cuestión no es ser perfeccionista, sino organizado. Siempre habrá un margen de tolerancia para el desorden en un hogar con niños. De más está decir que una actitud excesiva de control producirá niños reprimidos y asfixiados.

Simplifiquemos nuestra manera de vestir. Aprende a vestir de manera sencilla y clásica, comprando los colores básicos que simplificarán tu tiempo ante el espejo. Nuevamente, tomar tiempo para evaluar antes de hacer una compra nos ahorrará dinero y equivocaciones. Hay telas fáciles de cuidar, hay camisas fáciles de planchar, hay telas más lavables, y cuando hay niños de por medio ¡esto se descubre con facilidad!

Simplifica tus prioridades en la vida. Muchos de nosotros tenemos una lista interminable de proyectos pendientes: lo que anhelamos hacer, o que nos sentimos obligados a cumplir. Escribe todas tus responsabilidades que tienes al día, eliminando aquellas innecesarias, obsoletas o inútiles. De la lista que va restando, ¿te alcanza el tiempo para cumplirlas? ¿De qué maneras se podrán simplificar tus quehaceres? Lleva un cuaderno diario que guardes en tu mesa de luz, para examinarlo a diario, sea a primera hora del día o al final de la noche. Sigue con firmeza tus propuestas. ¿Qué lograste en el día? ¿Qué cosas impidieron tus metas?

Muchas madres han expresado, “¡Desde que tuve un hijo no tengo tiempo para leer, ni tiempo para mí!” Querida mamá, es tan solo cuestión de poner ese tiempo –de leer o tiempo para una misma– dentro de las prioridades. Nadie me quita mis pequeños minutos que dispongo para mi persona. Si respeto como mujer mi necesidad de tiempo de soledad, meditación, lectura, o para alguna manualidad (tejidos, bordados, pintura en tela, la lista es interminable), seré una mejor esposa (tu marido lo valorará) y una mejor madre (tus hijos te disfrutarán).

No corresponde machacar a nuestros hijos que por su culpa dejamos de hacer tal o cual cosa. ¡No es justo! Nosotros fuimos los que asumimos la

responsabilidad de la paternidad y nosotros somos responsables de resolver la distribución de nuestro tiempo y prioridades. Un hijo puede percibir el resentimiento en los padres hacia ellos.

Simplifica tu tarea como padre. Como adultos nos olvidamos de compenetrarnos en el mundo de los niños: ellos no llevan las cargas que los adultos llevan, y muchas veces ponemos demasiadas responsabilidades sobre ellos. Perdemos el tiempo en sermones y filosofías cuando el niño se contenta con una orden directa y sencilla, acorde a su capacidad para resolverla.

Cada etapa del niño es apta para una responsabilidad. No olvidemos que nuestra primera responsabilidad es doble:

1. **Dar indicaciones sencillas.** Que el niño las entienda.
2. **Asegurarnos que sabe realizarlo** y si necesita ser enseñado, ¡pues enseñemos!

Un sabio consejo es: *No exijamos lo que no hemos enseñado.* Es claro entender, entonces, que sepamos dar responsabilidades en cuanto el niño pueda asumirlas, e ir aumentando sus tareas a medida que pasan los años.

El Dr. James Dobson enumera **cuatro presiones puntuales que viven los padres**, en las cuales deben fijar su atención y resolver para simplificar los quehaceres del hogar.

1. **Falta de sensibilidad hacia los hijos.** Esto habla de cuidar lo que se habla ante los hijos, lo que se discute, lo que se comenta. Es una costumbre frecuente que los padres se refieran a los hijos ante los demás como que no existieran. “Este siempre me da trabajo. Es un burro en la escuela, y no hay manera de hacerlo reaccionar”.

“Esta desde que nació no me ha dejado dormir una sola noche. Lloro que te llora, problema tras problema”.

Tener sensibilidad es afinar el oído paterno hacia las áreas flojas de los hijos, pero no para señalarlas y señalarlas, sino para, ¡edificarlas! Si deseamos hablar de nuestros hijos, sea delante de ellos y de otros, que sea para edificación y estímulo. No es ignorar su debilidad, sino trabajar en ella para fortalecer su carácter.

Bien se ha dicho: Una cadena es tan fuerte como su eslabón más débil. Otro concepto amplía: No le temas lo fuerte de una persona, sino su debilidad.

En su área de debilidad lo reforzaremos, lo exhortaremos, le dedicaremos tiempo. A sus áreas de capacidad le daremos aliento y las herramientas para seguir adelante. Por eso, un padre resulta en un investigador sociológico descubriendo los dones de sus hijos. La mejor manera es exponiéndolo a diferentes situaciones, tareas, recreaciones, deportes, estudios, para que cuando el hijo salga del hogar como adulto tenga plena conciencia de sus capacidades y limitaciones.

Un pensamiento equilibrado es el siguiente: *A un hijo le damos raíces profundas y alas para volar.*

Habla de darle estabilidad, seguridad, arraigo, como también la capacidad del descubrimiento, del desafío, de aventura.

2. La segunda presión que viven los padres es la de **fatiga y falta de tiempo.** Aquí es clave seguir trabajando en la buena organización del hogar. Aquí encontramos grandes conflictos debido a los tiempos que se viven: muchas horas de trabajo, dinero que no alcanza, dificultades de horarios, enfermedades,

prioridades. Pero padres sabios se bajarán de la carrera vertiginosa en la que están envueltos para dedicarle tiempo a lo que posee valor eterno.

Eclesiastés 3:11 dice:

... y ha puesto eternidad en el corazón de ellos, sin que alcance el hombre a entender la obra que ha hecho Dios desde el principio hasta el fin.

3. **La culpa.** Debido a las presiones anteriores, los padres se sienten culpables. Y los expertos en machacar culpas ¡son nuestros propios hijos! Y como uno anda corriendo de aquí para allá, con facilidad reconoce que no dedica lo necesario a sus hijos. La culpa puede robarle la alegría a la tarea de ser padres, la culpa puede impedir que seamos justos en la disciplina con los hijos, y se convierte en una herramienta de negociación para el hijo. Si los padres se organizan adecuadamente, eliminarán de sí gran parte de la culpa.
4. **La rivalidad por la atención de los padres.** Aquí también es necesaria la sensibilidad de los padres, ya que cada hijo es como dice Proverbios, mía, mía... ¡Cada uno reclama atención a su manera! Dichoso el padre que sabe atender a cada hijo según su necesidad (estaremos analizando esto en otro capítulo) y su temperamento. Nadie puede ser el padre perfecto, ¡ya que no existe! Pero si un padre tiene en claro su responsabilidad, tendrá mayores posibilidades de repartir su cariño y atención adecuadamente.
¿Qué pensarán los “pequeños” oídos?

TAREA:

Recuerda las cuatro presiones que puede vivir un padre. ¿Cuáles son las presiones mayores que han tenido?

¿Cómo harán para simplificar su vida en familia?

CAPÍTULO 5

LA DISCIPLINA EMPIEZA POR CASA

“Para ser papá hay que ser alto”. Ariel.

La disciplina es algo que debiera empezar con uno mismo; si uno es padre: ¡allí mismo está el desafío!

Las palabras discípulo y disciplina tienen el mismo origen, de la palabra en latín que significa “alumno, discípulo”. En términos bíblicos se nos llama discípulos a los que seguimos a Cristo; es decir, personas llamadas a la disciplina, personas disciplinadas detrás un propósito, una meta de vida.

La disciplina en la persona comienza más bien con una actitud que con palabras o hechos. ¡Pero no se queda allí sino que afecta a la persona, al hogar, a la iglesia, al trabajo, al barrio, entre otros!

Es fácil descubrir al indisciplinado: No tiene rumbo, los botones de su camisa están faltando, falla en sus compromisos, fácil promete y fácil abandona. Lo triste es que muchos creen que así pueden salir adelante en la vida.

El problema de un padre indisciplinado es que tiene una tarea por delante en la cual no debiera ser flojo, no puede ya darse el lujo de andar divagando sin ton ni son.

Ya se mencionó que la verdadera libertad no es hacer lo que uno quiere, sino lo que uno debe hacer. ¡Es una notable diferencia! Hay compromisos que podemos evadir sin mayores consecuencias, pero no podemos evadir el compromiso de ser padres sin tener resultados tristes en el hogar. Quizás el hijo vino por una inconsciencia, pero no puede ser criado en inconsciencia –al menos, no debiera ser así (aunque las evidencias nos muestran la triste realidad del abandono y descuido de hijos).

Cuando somos personas indisciplinadas, estamos indicando que nuestra fe no está afectando a nuestra conducta: o sea, es lo que la Biblia llama “una fe muerta, sin obras”. Es una fe teórica (si es que hay tal cosa como fe teórica) que no ha alcanzado nuestra conducta.

Cuando una persona es ordenada en su pensamiento, se refleja en una vida ordenada. Una persona desordenada en su manera de vivir, será desordenada en su vida espiritual. ¿Por qué? Porque el crecimiento espiritual no es un asunto al azar, sino un crecimiento continuo y ascendente. Una persona espiritual no puede ser desordenada –porque ha comprendido que el tiempo urge, que las prioridades aprietan, y que tiene una tarea de valor eterno en sus manos. Tener disciplina habla de tener voluntad y espíritu de lucha.

En Filipenses 1:21 El apóstol Pablo nos dice que para él *el vivir es Cristo*. Ahora, la calidad de vida que tengamos depende de nuestras decisiones. Aquello que decidimos y hacemos va forjando nuestra vida. Somos el resultado de nuestras decisiones, sean las que fueren. Buenas decisiones nos llevarán a buenos pastos, malas decisiones nos llevarán a divagar por el desierto sin rumbo.

La vida espiritual, entonces, no es automática. No es algo que Dios hace **a pesar** de nosotros, ya que Dios no obliga a nadie. Es algo que Dios hace con nuestro pleno consentimiento. En cada decisión decidimos honrar a Dios o alejarnos de Él. Por eso debemos evaluar cuidadosa y sabiamente nuestras decisiones.

Como quien dice: Yo me mido por mis intenciones, pero los demás me miden por mis hechos.

La pregunta surge, ¿cuál es la distancia entre mis intenciones y mis hechos? ¿Están de acuerdo, en uniformidad, o hay una gran brecha? Una persona puede estar convencida en sí misma que todo anda bien. Pero, ¿qué opina su cónyuge, sus hijos, su amigo cercano? Es fácil mirarnos bajo nuestra propia lupa, y aprobarnos. El tema es, ¿somos consistentes entre lo que creemos y lo que vivimos?

La disciplina personal depende de cada uno. Pero la suma de las personas hace al hogar, y allí es importante ejercer influencia como padres.

Si hay un desliz entre lo que decimos y hacemos, nuestros hijos son los primeros en detectar nuestra falsedad, hipocresía, o indisciplina.

Nuestra influencia no surge de lo que prometemos o hablamos: nuestra influencia surge de nuestra propia disciplina personal. Cuando hay padres indisciplinados, hay grandes probabilidades de tener hijos indisciplinados. El ejemplo tapa las palabras. Nuestros hechos tapan nuestras promesas.

Debemos vivir disciplinada y ordenadamente en nuestros hogares, ya que entendemos que hay un propósito eterno en lo que hacemos.

¿Cómo podemos examinar nuestra disciplina personal? A continuación hay un cuestionario guía para contestar. A más cantidad de respuestas “sí”, mayor disciplina existirá.

EN LO PERSONAL:

1. ¿Cumplo mis promesas?
2. ¿Reflejo la misma vida en la calle como en mi vida personal?
3. ¿Me esfuerzo día a día en mi vida cristiana?
4. ¿Tengo tiempo de estudio y oración con regularidad?
5. ¿Estoy atendiendo debidamente mi salud (en descanso, alimentación, atención médica, etc.)?
6. ¿Estoy progresando en mi vida personal respecto a cada nuevo año que emprendo?
7. ¿Soy disciplinado y ordenado en el aspecto económico?
8. ¿Cumplo correctamente con mis horarios de trabajo, estudios, y responsabilidades?
9. La gente que me rodea, ¿puede decir que soy responsable y una persona de palabra?
10. Mi cónyuge (o persona más cercana), ¿considera que soy una persona de orden y disciplina personal?
11. ¿Reparto mi tiempo adecuadamente entre todos mis quehaceres, para que cada área está bien atendida?
12. ¿Soy ordenado con mis bienes, papeles, y pertenencias?

EN LO FAMILIAR:

1. ¿Dedicamos tiempo en familia regularmente para hablar y conversar sobre Dios?
2. ¿Distribuyo mi tiempo equitativamente, de modo que cada uno en mi familia está conforme con mi conducta?
3. ¿Busco resolver con prontitud los problemas que se van planteando como familia?
4. ¿He aprendido a reconocer mis faltas y a buscar tratar con mis defectos y limitaciones?
5. ¿Sé recibir las críticas de mi familia con una actitud de agradecimiento y humildad?
6. ¿Dedico tiempo específico para dedicarle a mi cónyuge?
7. ¿Cumpló las promesas que hago a mi familia?
8. ¿Estoy enseñando a mi familia a ser disciplinada y ordenada en cuanto a la parte económica?
9. ¿Colaboro con los quehaceres de la casa con buen ánimo y prontitud?
10. ¿Planeamos con tiempo nuestras tareas y responsabilidades como familia?
11. ¿Nos congregamos regularmente en una iglesia con el fin de contribuir y bendecir a otros?
12. ¿Somos una familia orientada hacia el servicio de otros?

IMPEDIMENTOS PARA UNA VIDA DISCIPLINADA

1. Falta de metas y desafíos claros.
2. Desánimo y desaliento.
3. Actitud de pesimismo y derrota frente a la vida.
4. Malas experiencias en la vida.
5. Mal ejemplo en nuestros propios padres.
6. Pereza.
7. Indiferencia.

Piensa y analiza a continuación en la siguiente lista lo que resulta de una **persona indisciplinada**.

Ha perdido sus sueños y anhelos personales.
Ha perdido sueños y anhelos para su familia.
Desperdicia el dinero.
Desperdicia el tiempo.
Desperdicia oportunidades.
Desperdicia su salud.
Desperdicia amistades.
Pierde creatividad.
Contagia el desánimo a los demás.
Se encierra en sus temores y tristezas.
Aporta poco y nada a la sociedad: ni a su familia, ni a sus amigos, ni a su iglesia, ni a su barrio, ni a su congregación.

Se convierte en una carga y no en una bendición.

Es un peso muerto para el cónyuge.

Pierde energías y entusiasmo frente a la vida.

Pensándolo de este modo, ¡quién quiere un fracasado frente al espejo! (Y fracasar no es tropezar y caer, sino en permanecer abajo.)

Pero una **persona disciplinada**:

Cumple con sus promesas.

Atiende a los suyos.

Edifica en lugar de destruir.

Anima en lugar de desanimar.

Contribuye en lugar de desarmar.

Aporta en lugar de quitar

Inspira confianza y lealtad.

Suma en lugar de restar.

Soluciona en lugar de producir problemas.

Su vida es un ejemplo y una bendición.

Un refrán dice crudamente: “El camino al fracaso está asfaltado de buenas intenciones”. La persona determinada y disciplinada revierte las buenas intenciones y las pasa a la realidad, con esfuerzo, con esperanza.

TAREA PARA PENSAR:

Analiza proyectos y anhelos que has abandonado por causa de tu indisciplina y piensa ahora:

¿En qué debo ser una persona más disciplinada?

Anota por lo menos tres ventajas personales por las cuales decidirás ser más disciplinado y ordenado.

CAPÍTULO 6

DIEZ MANERAS DE AHORRAR TIEMPO

“¿De qué color es Dios?” Nathalie.

Si hay algo que genera la llegada de los hijos, ¡es escasez de tiempo!

El matrimonio recién casado lleva una vida ordenada: ella tiene todo el tiempo para limpiar y lavar y realizar los quehaceres de la casa (aún si ella trabaja afuera). El marido ve mucha televisión, y corta el pasto con toda tranquilidad, lava el automóvil, y lava los platos ante la insistencia de la mujer.

Llega el primer hijo. Se trastornan las noches. La mujer tiene varios meses complicados después del parto: su cuerpo ha sufrido una revolución, su estima está en bancarrota, y emocionalmente piensa que jamás volverá a ser atractiva.

El niño llora, y los padres se enfrentan a la ansiedad del primer hijo. En cada llanto surge la crisis. ¿Ambulancia? ¿Médico? ¿Gases? ¿Está mojado? ¿Qué dice la suegra? ¿Qué te dicen los expertólogos? (Es increíble, al día del nacimiento, todos los amigos se convierten en expertos pediatras, y vuelcan millones de consejos, para que la joven pareja termine más confundida.)

El marido puede sentirse desplazado, la mujer se encuentra repartida entre la competencia afectiva, y ese matrimonio que estaba en la dulce espera está ahora en la agria lucha. ¡Cómo cambian los tiempos!

Y al tiempo, cuando el bebé llega a dormir seis horas seguidas, los padres salen a festejar con bombos y platillos. ¡Hurra! Algo de normalidad ha vuelto al hogar.

Pero hay que comprar pañales, hay que preparar la comida, las compras aumentan, las tareas se apilan, etc.

Y ni qué pensar cuando comiencen a seguir llegando más hijos. De velocidad lenta y pausada, el hogar entra en *fast forward*. ¡Vida acelerada!

Así es, poco a poco la vida en el hogar va trayendo más quehaceres, y siguen siendo ¡las mismas 24 horas!

Por eso es indispensable distribuir sabiamente el tiempo.

A continuación analizaremos **10 maneras sencillas de ahorrar tiempo**.

Para poder ahorrar tiempo, dinero, esfuerzo y desgaste, es indispensable tener: **Organización y autodisciplina**. De la disciplina algo adelantamos en el capítulo anterior.

Una buena definición de eficiencia es: “Máximo rendimiento con el menor desperdicio”. Pero para ser eficientes, debemos pagar el precio de la organización y la autodisciplina. (Eficacia es hacer lo que se tiene que hacer. Eficiencia nos habla de cómo lo hacemos.)

Para que aprovechemos al máximo el día, debemos ser inflexibles, y esta determinación (con propósito) nos traerá descanso, alivio y orden al hogar.

1. **Define tus prioridades.** Muchas veces se pierde tiempo simplemente porque los objetivos nos están definidos con claridad. Se pierde tiempo pensando; ¿Qué me pongo hoy? ¿Cocino pollo o carne? ¿Corto el pasto o pinto la reja? La indecisión

nos roba un tiempo valioso –por lo tanto, ¡fíjate tu cuaderno personal al lado de la mesa de luz!

2. **Anticípate a tus necesidades.** Esto sigue requiriendo disciplina. ¡Cuánto tiempo se pierde por no hacer listas! Volvemos del supermercado y ya nos estamos olvidando algunas compras. Queremos preparar una comida y no nos alcanzan los ingredientes. El marido se olvida el cambio de aceite del automotor, ¡y corre el riesgo de quemar el motor! Y la vida moderna está llena de actividades que necesitan estar agendadas y anticipadas: vacunación, el vencimiento de la cuota del crédito, cumpleaños, gastos escolares, mantenimiento de herramientas. Quien compra apurado, o repara apurado, ciertamente gastará más de lo adecuado.
3. **Enfoca tu atención en lo esencial.** Es fácil distraernos en aspectos de menor importancia, cuando nos urgen las prioridades. Nos distraemos en el jardín cuando falta cocinar. Nos distraemos charlando por teléfono cuando ya no hay ropa limpia para ponerse. Lo ideal es primero atender lo esencial e indispensable para luego atender lo secundario. El matrimonio debiera sentarse y conversar sobre qué es indispensable y qué es secundario. Este orden aliviará muchas discusiones hogareñas. “Mamá, ¿dónde está mi camisa? ¿dónde está mi uniforme?”
4. **Establece límites definidos para tus quehaceres.** Nuevamente nos apoyamos en nuestro cuaderno diario. ¿Qué es lo que hoy deseo lograr? Limpieza general, salir a caminar con mi hijo, saludar a un amigo para el cumpleaños... (la única condición de establecer límites es asegurarnos que sean realizables, no idealizables.) Seamos honestos en cuanto a nuestra capacidad de producción, y hagamos el esfuerzo de mantenernos a lo que hemos determinado hacer.
5. **Aprende a decir que no.** Para que tu *sí* valga, dice la expresión, haz valer tu *no*. El que dice *sí* a todo, no encontrará el tiempo para hacer lo que le corresponde. Parte de ser eficiente es decir “no” a aquello que nos distrae de nuestro propósito. Podemos decir: “¿Me podría llamar en otro momento?” “Ahora estoy muy ocupado, pero me encantaría que nos viéramos durante la semana”. “No puedo integrar esa comisión, porque ya tengo otros compromisos. Te agradezco que me hayas tenido en cuenta”. ¡Qué maravilla de persona la que tiene en claro sus prioridades y no tiene miedo en defenderlas!
6. **Realiza tus tareas más exigentes en el horario más conveniente.** Hay actividades en el hogar y en el trabajo que exigen mayor concentración. Debemos darle prioridad en aquellos horarios de mayor quietud, cuando el bebé duerme, cuando los niños están en el colegio, cuando es la madrugada o la medianoche, de ser necesario.
7. **Anota, anota y anota.** La inversión más importante en tu vida quizás sea la de este cuaderno que tengas a mano en todo momento, o un cuaderno más pequeño que la mujer pueda llevar en su cartera, o el hombre en su portafolio. Cuando surgen las ideas, los compromisos, ¡directo al cuaderno! Se convertirá en nuestra mano derecha, en nuestra ayuda memoria.

8. **Limita las interrupciones.** Es tan fácil permitir que las interrupciones nos atrasen todo el día de trabajo, como hasta una semana entera de producción. No perdamos demasiado tiempo conversando por teléfono, ni distrayéndonos en el andar de cada día. Muchas veces se comienza una tarea, y por una interrupción, comenzamos otra, y luego nos encontramos con varias cosas sin terminar, todo porque nos hemos distraído y nos hemos dejado interrumpir.
9. **No te dejes dominar por las emociones.** ¡Es increíble! Cuando estamos de buen ánimo, toda tarea sale rápida y fácil. Pero cuando estamos desanimados ¡todo sale mal! Podemos vivir todas las emociones deseadas, en tanto que no nos desvíen del buen camino de lo que debemos hacer. Y sobre todo en el hogar, donde la tarea es altamente ingrata (aquella comida que preparamos durante dos horas, se acabó en diez minutos. Aquel baño que limpiamos por una hora, se inunda luego de una ducha. Aquellas zapatillas impecables, se embarraron en segundos. Aquella ropita de bebé blanca y radiante cubierta de restos de zapallo y papa. Esas paredes lisas recién pintadas, ahora lucen marcadas con infinitas huellas digitales). Aquí no hay más remedio que asumir que la tarea del hogar es bastante ingrata y, por lo tanto, hay que buscarle, como dice un personaje televisivo, el lado amable. Un beso y un abrazo de nuestro hijo nos salvan el día. Un marido que apoya y afirma, ¡maravilloso! Una mujer agradecida y disciplinada, ¡es la reina del hogar!
10. **Aprende de tus errores.** Es increíble cuán poco aprovechamos aprender de nuestros errores. Seguimos olvidando la lista de compras. Seguimos sin aprender a usar un artefacto del hogar. Seguimos desordenados, seguimos improvisando cada momento del día. La mayor lección de la mayordomía bíblica es la capacidad de autoexamen y autorreflexión. ¿En qué podemos mejorar? ¿En qué me equivoqué? ¿Cómo puedo evitar esos olvidos y descuidos?

TAREA:

¿Qué puedo poner en práctica dentro de mi hogar que contribuya a un mejor funcionamiento de los quehaceres?

¿Cuáles han sido las mayores distracciones e interrupciones dentro del orden en el hogar?

CAPÍTULO 7

PRIMEROS CONSEJOS PARA PADRES

“Estoy escuchando tus memorias”. Sebastián, al escuchar los latidos del corazón de su mamá.

Los padres podríamos morirnos de agotamiento mirando la cantidad de libros escritos para nosotros. Al leerlos, nos sentimos cada vez más ineptos e incapaces ante la tarea de la paternidad. ¿Cómo podré hacer todo lo que los libros recomiendan? ¿Cómo podré poner en práctica todo lo que se enseña? ¡Es demasiado para mí!

Habría que enfatizar lo siguiente: Es el espíritu lo que vale más que una lista de “Cómo ser un mejor padre”. Es la actitud frente a nuestro hogar que nos hará vencedores o derrotados. Es cuál valor doy a la tarea que tengo entre manos. Mis hijos no necesitan una máquina de eficiencia, ni una mujer maravilla, ni un hombre biónico, no un simple proveedor de dinero. Mis hijos necesitan una figura modelo, un ejemplo, un patrón de vida que le afecte a ellos para bien, para bendición, para provecho.

Porque si no valoro mi tarea como padre, ¿de qué me servirá una lista de consejos? Si no valoro mi posición como mujer, ¿qué puedo pretender que comunicaré a mis hijos? Si no comprendo el valor eterno de mi trabajo, ¿para qué me esfuerzo de todos modos?

Comencemos con la raíz misma del asunto. ¿Valoro o no valoro mi tarea como padre/madre? ¿Valoro mi importancia histórica y espiritual de mi esfuerzo? ¿Reconozco sobriamente el valor que tiene a los ojos de Dios?

Cuando vamos a la raíz del asunto, descubrimos que lo importante en la vida, ¡no son cosas! El dinero es útil para proveer recursos, educación, alimentos, pero el dinero sin un entorno espiritual es vacío. En el hospital por cierto que hay buena atención, comida, pero, ¡quién quiere quedarse allí a vivir! El hogar representa la calidez, el refugio, el corazón de la vida.

El agradecimiento es una herramienta poderosa en la formación de un hogar. Cuando el marido es agradecido a la esposa y por la esposa, cuando la esposa es agradecida al esposo y por el esposo, cuando los cónyuges son agradecidos por los hijos, ¡ellos aprenden el camino del agradecimiento!

Es queja frecuente, “¡mis hijos no me valoran!” “¡Nunca me tienen en cuenta!” “¡Qué ingratos son los hijos!”

El contraataque es claro: aprende a ser una persona agradecida en todos los aspectos posibles, y exprésalo abiertamente. Nos olvidamos con facilidad que nuestros hijos tienen sus propios temores y dudas: el mejor apoyo que podemos darles es nuestra afirmación: nuestra expresión continua de amor y gratitud. Es fácil ser tacaño con la gratitud cuando la lista de quejas y amarguras ocupan un lugar importante en nuestra vida. Pero podemos contrarrestarlo con un corazón agradecido. Quizás nos cuesta al principio, pero llenemos nuestro corazón con todo lo bueno y lindo que sí tenemos a mano. A la hora de las comidas y a la hora de dormir tenemos dos oportunidades preciosas para expresar agradecimiento:

a Dios por su amor por nosotros
a los hijos por la alegría que traen al hogar
al cónyuge por el amor y la paciencia que nos tiene
por los abuelos/parientes que tenemos
por eventos y actividades especiales realizadas
¡por una infinidad de cosas más!

Aprendamos ante todo a valorar la persona por lo que hace, por su entusiasmo, por su dedicación, su amor, su esfuerzo.

Alguien dijo que el mejor regalo que podemos darle a nuestros hijos es disfrutar de ellos. ¡Cuán cierto pero cuán difícil es practicarlo!

Porque la realidad es que muchas veces estamos cansados y con pocas ganas de “disfrutarlos”, sobre todo cuando han significado mucho trabajo, han desobedecido, han roto platos, han agotado la paciencia. Pero los niños perciben cuando hay desgano de nuestra parte en atenderlos.

☺ Una madre y su hija estaban lavando los platos, mientras el papá y el hijo varón estaban en la sala. De repente se escuchó ¡crassshh! Y luego silencio. El hijo le dijo al papá:

—Eso seguro que fue mamá.

Ù ¿Por qué, hijo? –le pregunta el padre.

—Porque después hubo silencio –dijo el hijo.

¿Cómo mejorar nuestro tiempo con nuestros hijos? Dejando de lado quehaceres, para sentarnos con ellos el tiempo necesario. Esto habla de sentarnos a su lado, acariciarlos, mirarlos a los ojos, y escuchar con toda atención.

En estos tiempos modernos el contacto humano existe mayormente por el acto sexual o por peluqueros y pedicuros. ¡Se está perdiendo la importancia y la valoración del contacto físico saludable! Si pensamos en el toque, ¡ya pensamos mal! Pero el toque bien pensado es una experiencia enriquecedora: el esposo que abraza a la esposa, la madre que abraza a su hijo (¡sin límites de edad!), los hijos que expresan cariño unos por otros, el padre que pone su brazo sobre el hombro de su hijo, etc.

Si hemos perdido o descuidado esta área, volvamos a darle la importancia debida al contacto físico. En el matrimonio, el contacto físico no debiera limitarse al acto sexual. Al contrario, el contacto físico va mucho más allá de lo sexual para el matrimonio: el contacto consuela, reconforta, protege, y brinda el calor humano tan necesario.

Hay que reconocer que hay diferentes temperamentos respecto al toque físico: hay quienes son más expresivos, hay quienes son menos demostrativos. Hay cónyuges muy expresivos físicamente, hay cónyuges menos expresivos. Hay hijos que requieren mucho afecto físico, hay hijos que no lo requieren tanto. Lo importante es reconocer y evaluar la necesidad de cada miembro de la familia, y comunicar afecto y cariño de la forma en que la otra persona lo reciba según su temperamento.

En un retiro de matrimonios, se enseñaron las cinco maneras de expresar amor. ¿Cuál es el que corresponde a cada miembro de la familia? ¿Cuál es el que corresponde a uno mismo? ¿Cómo lo pondrán por práctica? Muchas veces expresamos amor y la otra persona no lo percibe apropiadamente. ¿Por qué? Porque tiene otra manera de recibir el amor.

Cinco maneras básicas de recibir y expresar amor (según el psicólogo Gary Chapman en el recomendado libro Los Cinco Lenguajes del Amor):

1. **A través de la afirmación.** Aquí la persona necesita afirmación verbal por sobre todas las cosas. No le importa tanto el afecto físico, sino más bien que lo estén afirmando y valorando por lo que es y por lo que hace.
2. **A través de los regalos.** Hay quienes aman recibir regalos por sobre todas las cosas, porque para ellos significa que los han tenido en cuenta y que los recuerdan. Desde un regalo sencillo y económico, a un regalo costoso, todo le muestra a esa persona que es apreciada.
3. **A través de las obras y hechos.** Hay personas que dicen, “No necesito que me digas que me quieres, ¡prefiero que cortes el pasto en casa!” “No me traigas un regalo, ¡repara el lavarropas!” Estas personas perciben el amor y lo reciben a través de algo que los demás hacen por ellos. Una madre, por ejemplo, ¡demuestra su gran amor cocinando unas ricas tortas para la familia!
4. **A través de la expresión física.** Hay quienes necesitan recibir amor a través del afecto expresado en abrazos, caricias, en tomarse de la mano, en el tacto.
5. **A través del tiempo de calidad.** Estas personas te dicen, “Sólo quiero que pasemos tiempo juntos para hablar y conversar”. Estas esposas expresan, “Lo que más necesito de mi cónyuge es pasar tiempo a solas”. Estas personas reciben amor a través del tiempo dedicado a ellos.

PARA PENSAR UN POCO...

Analiza a cada miembro de tu familia. ¿Cuál es la manera de recibir amor? Al hijo que abrazamos mucho quizás debemos dedicarle más tiempo de conversación. A la mujer que le hacemos regalos, quizás debemos darle afirmación. ¡No sea que estemos haciendo al revés de lo que cada uno realmente requiere! Ese hijo reacio a nuestra expresión física quizás necesita nuestra afirmación. A la hija habrá que darle más regalos.

En este retiro de matrimonios se hizo una evaluación personal. ¿Cuál creía el cónyuge que era la manera de recibir amor del otro? ¿Cuál creía que era su propia manera de recibir amor? Al comparar los resultados, se evaluó ¡cuán poco conocían al otro!

Nos lleva a reflexionar que el amor, y su expresión correcta y acorde a cada miembro de la familia, es lo más importante. Es una gran tentación gritarle a un ser querido, “¡Ya no te quiero más!” simplemente porque estamos fastidiados. Es un gran error limitar el amor a nuestro estado de ánimo. No castigemos a ningún miembro de la familia al retirarle o limitarle nuestro amor.

Si una disciplina o castigo es necesario, pues bien, hágase la disciplina. Pero no basada en retirar o condicionar el amor. Un error es creer que podemos medir el amor según lo que hagan los demás por nosotros. Si mi cónyuge no recordó mi cumpleaños, ¡ya lo reprendo por su falta de amor! Pero, la realidad es que ¡debemos aumentarle las vitaminas para la memoria! Si mi hijo es desordenado,

no es porque me ame menos, es sencillamente un desordenado, y la disciplina hará los ajustes necesarios.

¡Nada de guerra fría! Nada de indiferencia, o de negar la conversación, o rechazar un abrazo por nuestro enojo. Recordemos la reflexión: “El resentimiento es el fuego que quemó la casa por matar al ratón”.

¡No pequemos al retirar nuestro amor a los nuestros!

Dos consejos finales:

1. **No es tu obligación ser responsable por la felicidad de los demás, ni de tu cónyuge ni de tus hijos.** Podrás hacer todo lo posible para brindar un ambiente de amor, calidez y confianza, pero no puedes obligar a que todos estén bien y de buen ánimo. Si fuera así, cada vez que un niño está enojado, lo tomaríamos como algo personal, diciendo, “Mira todo lo que hago por ti y mira cómo lo desprecias. Todo el día me gasto en tu bienestar, y nunca estás agradecido”.

2. Si entendemos que nuestra tarea es **brindarle un hogar estable y abierto**, permitiremos que los nuestros tengan libertad de expresar sus sentimientos. ¡No nos sentiremos atacados ni agredidos! Podremos sobrellevar sus penas y emociones con mayor empatía.

Un hijo puede decir, “¡Nunca me regalan lo que quiero!” y un padre debe separarse emocionalmente de la crítica y entender que para el niño esa es su realidad, según la percibe. A nosotros nos corresponde tratar con sabiduría, explicarle las situaciones y no tomarlo como algo personal.

CAPÍTULO 8

RESOLVIENDO LAS DIFERENCIAS CON LOS HIJOS

“Estoy tomando sombra”, Sebastián en un día de verano.

No es fácil lidiar con las diferencias con nuestros hijos. ¿Por qué? Porque nos cargan de culpabilidad. ¿Seremos buenos padres? Porque quizás no valoren nuestro esfuerzo. Porque nos sentimos ineptos en esta tarea. Porque descubrimos con demasiada facilidad nuestras debilidades y lagunas de carácter. Porque aunque sean nuestros hijos igual nos podemos sentir agredidos, acusados, despreciados, mal entendidos.

Los hijos pueden llegar a ser expertos en manipular nuestras emociones, sobre todo en cuanto a culpabilidad, a que le compremos cosas, y a aflojar en nuestras decisiones.

Antes de continuar, es necesario recalcar la regla de oro para los padres: *Ante los hijos, los padres deben guardar unidad y acuerdo ante las decisiones.*

(Luego, si quieren, ¡que se arreglen con las diferencias a solas!) Pero ante los hijos, se respeta la orden dada, el límite impuesto, las condiciones exigidas.

Si el padre dijo, “Regresas a las 10 de la noche”, la esposa debiera respetar la decisión. Si la madre dijo, “Estás castigado, no podrás ver televisión hoy”, el padre debiera respetar el castigo.

Si hubiera algún desacuerdo (como en todo hogar normal) los padres debieran respetar la primera decisión tomada por el otro cónyuge; y luego discutir los desacuerdos aparte y en privado.

Pero si el padre dice, “Esta semana no podrás salir con tus amigos”, y la madre lo contradice, ¡el hijo sale con la suya y se diluye la autoridad del hogar! Si papá y mamá no se ponen de acuerdo, se pierde la unidad y el respeto hacia la autoridad de los padres. De allí viene la importancia de los padres de dialogar entre sí para llegar a acuerdos respecto a las disciplinas, a las tareas, a los límites, y si es antes de que surja el conflicto, tanto mejor.

Esto obliga a los padres a evaluar su decisión. Si prohíbe que el hijo no vea televisión durante una semana, sabrá que es una decisión que requerirá esfuerzo todos los días ante las protestas del hijo.

Resumiendo: Dar una orden después de haber pensado en las consecuencias. Dar una orden que en lo posible no sea revocable: es decir, lo que papá o mamá deciden, es muy definitivo. Lo que pasa es que los hijos son expertos manipuladores en el desgaste emocional de los padres, diciendo: “Dale, mamá, por favor, por favor, por favor”. Y muchas veces nos ganan por simple agotamiento. Y cedemos. “Está bien, hijo, por esta vez...”. Y las “veces” se repiten al infinito.

Habrán momentos en que las discusiones no están relacionadas con los hijos. Quizás surja una simple discusión matrimonial delante de los hijos. En estos casos, cuando la diferencia es pública y expuesta, es bueno aclarar a los hijos que

esto es un asunto de los padres, para que ellos no carguen con culpas que no les corresponda. Es útil para los hijos presenciar discusiones entre los padres, entre tanto sean convenientes. El hijo puede aprender de los padres sobre cómo existen conflictos, porqué suceden, y cómo se pueden remediar. Padres que lo revelan todo, y padres que lo ocultan todo, dañan a los hijos. Un intermedio es útil y aprovechable.

¿Qué hacer cuando los hijos nos acusan de injusticia? Todo padre habrá escuchado las siguientes frases:

¿Por qué a mí y no a mi hermano?

¿Por qué tengo más tareas en la casa que aquél?

¿Por qué otros niños tienen tal juguete y yo no?

¿Por qué yo tengo que tender mi cama si papá no lo hace?

¡Qué habilidosos son nuestros hijos! Veinte, treinta kilos de niño hacen temblar a un adulto de ochenta kilos.

La realidad nos dice que no es posible ser justo en todas las situaciones. Dentro del hogar están en juego muchos factores: edad, sexo, salud, inteligencia, belleza, y cuánto más que hacen de cada niño un mundo diferente. No importa cuánto nos esforcemos en ser padres justos, el hijo siempre encontrará alguna queja, alguna injusticia.

¡No entremos a comparar hijos ni sus situaciones ni habilidades! Un hijo podrá arreglar su pieza con facilidad, pero tendrá dificultades en el colegio. El otro será rápido para ayudar en la casa, pero será desobediente en su conducta.

Lo importante es nuevamente no tomarlo personalmente, y tratar de entender que el hijo lo ve tan solo de su punto de vista. Aquí el diálogo con el hijo puede tener valor, en tanto que no surjan comparaciones con los demás. Podemos invitar al hijo a reflexionar sobre la variedad de tareas y personalidades que hay en la casa. Podemos decirle al hijo: “Lamento que creas que es injusto, pero estoy intentando que cada miembro de la familia haga lo que corresponda dentro de sus capacidades. ¿Qué me sugerirías?”

¿Qué hacer con las peleas entre hijos? Esto se parece al cuento de las mil y una... peleas. Pelean por sus territorios, por sus juguetes, por sus programas favoritos, por la atención de los padres, por simple rivalidad.

A menos que surja algo de violencia, en que alguno que otro se pueda lastimar físicamente, lo mejor no es intervenir, ni juzgar los lados y buscar explicaciones. Los niños pronto olvidan la discusión y el padre quedó nervioso y preocupado. ¡Y los niños ya se están divirtiendo nuevamente!

El hijo vive el momento, el instante, y cuanto menor sea, mayor facilidad de vivir un momento tras otro. Al entrar en la adolescencia, ya el niño es capaz de almacenar resentimiento y amargura por mayor tiempo, y ya deberemos intervenir con un diálogo justo y razonable. Si pierdes el control de tu carácter, no podrás ayudar a apaciguar la situación. En los momentos de crisis los mismos niños van aprendiendo a enfrentar y resolver sus diferencias.

Si como padres conocemos a nuestros hijos, los afirmamos, y reforzamos sus debilidades, entonces no deberemos temer las discusiones. Si la discusión llega a ofender la sensibilidad del otro, o denigrarlo, ya requiere una intervención directa de los padres.

¿Qué hacer cuando un hijo nos dice que nos odia o que no nos quiere más? Es frecuente que cuando reprendemos o disciplinamos a un hijo, que en algún momento reaccione diciendo. “¡Te odio! ¡No eres más mi mamá! ¡No te quiero nunca más!”

Es doloroso oír esto de parte de nuestros hijos. Pero como un psicólogo explicó: las emociones no son necesariamente buenas ni malas, sino que sencillamente están.

Entendiendo esto, tomaremos en cuenta que el niño está midiendo los límites de sus palabras. Si el adulto reacciona diciendo, “Entonces yo tampoco”, podemos destruir la confianza del niño. El hijo piensa: “Mis emociones pueden fluctuar, pero no los de mis padres”. El hijo anhela comprobar vez tras vez el amor y la firmeza de los padres. El hijo desea ver reflejado un amor incondicional.

Entonces, es el momento de respetar las emociones y las palabras del hijo, diciendo, por ejemplo: “Lamento que pienses esto en este momento. Cuando estés más tranquilo vamos a conversar al respecto. Igual voy a disciplinarte porque es necesario, y no voy a cambiar de opinión”. Y si el hijo fuera mayor, uno podría explicarle, “Hijo, me duele lo que me estás diciendo, pero voy a respetar tu opinión y en otro momento seguiremos charlando cuando te tranquilices”.

CAPÍTULO 9

LAS EMOCIONES EN EL HOGAR

“Soy chiquito y me equivoco”. Sebastián.

Ya hemos estado analizando la importancia de dar el lugar apropiado a las emociones: ni desplazarlas ni permitir que gobiernen. Simplemente existen.

Al evaluar a un hijo, rápidamente pensamos en su capacidad intelectual (“Es muy inteligente”), o en su habilidad deportiva (“Es el mejor jugador del equipo”), o en su aspecto físico (“¡Cómo está creciendo, parece un espárrago!”). Pero nos resulta más complicado evaluar su vida emocional.

Así como atendemos la salud física de nuestros hijos, su buena dieta y alimentación, descanso, estímulo intelectual, en la misma medida debemos tomar en consideración su vida emocional.

¿Cómo atender el aspecto emocional de un niño?

Separando sus emociones de su comportamiento. Debemos evaluar ante todo la capacidad del hijo de obedecer, pero no podemos condicionar su actitud. Es inútil sermonear al hijo de la siguiente manera:

“¡Cuándo valorarás el esfuerzo de tu padre!”

“¡Cuándo dejarás de quejarte!”

“¡Te prohíbo que te quejes cuando te doy una tarea!”

Lo que pasa es que como padres deseamos evitarle sufrimiento al hijo, y el hecho que protesten cuando le pedimos algo, nos produce culpabilidad.

Quisiéramos que el hijo obedeciera siempre contento. Podemos exigirle que cumpla con su tarea, pero no podemos exigir que sus emociones lo acompañen. Lo que podemos expresar, como padres, es lo siguiente:

“Hijo, lamento que no te guste lavar los platos, pero si terminas pronto, podrás ir a jugar”.

“Hija, es una pena que no te guste tender tu cama, pero es parte de tus obligaciones”.

De esta manera solucionamos dos cosas:

1. Reforzamos la tarea o responsabilidad que deben cumplir y
2. Aceptamos que las emociones existan.

Cuando no somos intimidados por las emociones de nuestros hijos, podremos darles libertad a ser más auténticos. (Y quiero aclarar que ser auténticos no habla de ser destructivos, maleducados ni desobedientes, sino capaces de expresar con toda honestidad sus sentimientos.)

Aprendamos a no discutir ni razonar las emociones. Ya existen y tienen su propia razón de ser, y no precisamente lógica. Un hijo puede confiarnos: “Mamá, me siento rechazado por el profesor del colegio.” Hay dos maneras equivocadas de responder:

1- “Pero hijo, no es posible. Estarás inventando. Yo conozco al profesor y... bla bla bla...”, el sermón se hace interminable.

2- “La verdad, hijo, ese profesor es una vergüenza, y ya mismo voy a solucionar el problema”.

Ni un extremo ni otro. Como padres estamos buscando la respuesta lógica a la situación, cuando en realidad es necesaria una respuesta emocional:

Por ejemplo:

“Hijo, ¿qué te hace pensar que te está rechazando? ¿Por qué crees que es así?”

Necesitamos tener más oídos que opiniones rápidas y preconcebidas.

Si el hijo sabe que sus emociones serán aceptadas y valoradas, no esconderá lo que siente: comunicará sus emociones alegres, tristes, de resentimiento y demás, la familia tendrá una comunicación amplia y saludable.

Cuando surgen emociones negativas, debiéramos examinar si nuestro hijo no tiene necesidad de afirmación y apoyo. La mejor manera de mantener la puerta abierta al diálogo es comunicar que estamos disponibles ante cualquier inquietud: que no hay tema que no se pueda hablar y tratar.

Ante las preguntas difíciles, aprendamos a responder sin horrorizarnos ni condenar. Si un hijo plantea que el padre de un amigo es alcohólico, una reacción equivocada sería: “Mira, no te juntes más con él, porque el alcoholismo es algo espantoso”.

Una respuesta adecuada sería: “Hijo, ¡cuánto lamento lo de tu amigo! Debe ser muy difícil para él su situación en el hogar. ¿Te gustaría entender un poco más el problema del alcoholismo? Vamos a estudiar el tema...”

La tarea de ser padres nos exige estar continuamente aprendiendo y aprendiendo. No avergonzarnos de aquello que no conocemos, pero tampoco debemos dejar de leer, preguntar y aprender.

Si entendemos que la comunicación con nuestro hijo es más importante que su misma pregunta, seremos más sabios en nuestras respuestas.

Muy bien. Analizamos que las emociones son parte de la vida familiar. El secreto de una buena familia es apoyar, afirmar, edificar a nuestros hijos muchas veces más que aquellas que criticamos o corregimos.

Si un hijo anda mal en geografía, por ejemplo, podemos enfrentar su problema de dos maneras:

1. **Con el sermón**, herramienta tan utilizable por los padres. (¿Puedes imaginar a tu hijo, pensando, “Ya viene el discurso”?)

“Si estudiaras en lugar de andar tan distraído. Si dejaras de ver tanta televisión. Lo que pasa es que no valoras tu educación. Si te dieras cuenta lo que nos cuesta mandarte al colegio, etc.”

Jesús dijo lo siguiente en Mateo 6:7 respecto a la oración, ¡pero es valedero respecto a nuestros interminables sermones:

... No uséis vanas repeticiones, como los gentiles, que piensan que por su palabrería serán oídos.

¿Lograremos algo con este sermoneo? Es dudoso. Se ha comprobado que ante los sermones los hijos se ponen sordos psicológicamente hablando. Se llama “sordera de sermones”.

2. **Con la afirmación**, ejercicio requerido para ser buenos padres.

“Hijo, quisiera entender lo que te está pasando. ¿No te gusta la materia? ¿No te gusta el profesor? ¿Qué puedo hacer para ayudarte? Porque eres un niño capaz, y estoy seguro que esto lo resolveremos entre todos”.

Muchas veces el rendimiento de un hijo baja por un problema emocional más que por un problema intelectual. Debemos evaluar con claridad si es un problema de inteligencia, de conducta, o de las emociones. Si el hijo está triste

porque lo cambiaron de colegio, o porque un amigo se fue, o porque se le murió el perro, debemos atenderlo emocionalmente.

Cuidado con demasiadas críticas. Cuando un padre critica excesivamente (o un cónyuge critica excesivamente) está indicando un alto nivel de frustración en esa propia persona. Nos indica una alerta roja, y tiempo de examen personal.

¿Por qué estoy criticando tanto? ¿Qué preocupaciones tengo que las estoy volcando injustamente en mis hijos/cónyuge? ¿Qué medidas voy a tomar para aliviar mis cargas y cansancio/agotamiento/estrés?

Para apoyar la tarea escolar del hijo, hay varios consejos prácticos:

1. Conoce sus maestros, profesores. Es una manera de apoyar al docente, como también apoyar al hijo.
2. No encierres a tu hijo durante el tiempo de tarea escolar en el hogar. Un hijo no quiere estar aislado en su dormitorio con la tarea. Por lo general, preferirá el lugar social del hogar, y participar de la vida de familia. De esta manera todos participarán de su esfuerzo.
3. Cuando tu hijo cuente sus frustraciones en el colegio, tú expresa las propias frustraciones que tuviste en el colegio cuando eras joven. Eso logrará que tu hijo se identifique contigo.
4. Permite sin apuros que el hijo explique lo que está aprendiendo. Con los años, la metodología va cambiando, y las técnicas y sistemas cambian. El hijo estará feliz de explicar los cambios y variaciones.
5. Haz preguntas específicas para iniciar la conversación. No digas, “¿Cómo te fue en el colegio?” sino “Cuéntame, ¿qué te enseñaron en matemáticas? ¿Qué hiciste en tecnología?”

Una persona sana emocionalmente tiene mayores posibilidades de lograr su propósito en la vida. Un hijo que ha recibido la atención y afirmación de su padre será un ganador en la vida.

Y como cada hijo es un mundo, debemos atenderlos emocionalmente “a medida”. No hay dos hijos iguales. Cada uno tiene habilidades, intereses, dones y capacidades que lo hacen único. Es responsabilidad de los padres afirmar sus habilidades, y trabajar en sus debilidades.

Un hijo no debiera casarse para recién descubrir sus limitaciones ante el pobre cónyuge. En un hogar bien establecido, el hijo debiera aprender a conocerse en todo aspecto; en qué es flojo, en qué necesita refuerzo, y en qué áreas funciona bien. ¡Ahorraremos mucho trabajo a los recién casados si llegan al matrimonio conociendo sus limitaciones!

Y como cada hijo es diferente, no caigamos en comparaciones. Eliminemos frases como estas:

“Pero si tu hermana aprendió en tan poco tiempo”.

“Pero si tu hermano nunca tuvo problemas en el colegio”.

“Pero si tu hermano jamás me contestaba”.

Cada hijo tiene su valor único. No deberá ser amado ni porque es más fácil de criar, porque es lindo físicamente, o porque es buen alumno. Debe ser amado por la misma responsabilidad que Dios ha puesto su vida en nuestras manos, y debemos moldear con ternura esta preciosa vida.

Estar atentos a las emociones de nuestros hijos quizás sea más sencillo, pero, ¿cómo tratar con la disciplina de los hijos?

Esto es motivo de desacuerdo, discusión, y pone en juego a las emociones de los mismos padres. ¿Castigar o no castigar? ¿Vara o palabras?

CAPÍTULO 10

LA DISCIPLINA CON LOS HIJOS

“¿Por qué son las diez de la mañana?” Al rato, “¿Por qué son las once?” Ariel

La disciplina es un área que trae confusión. La Biblia nos dice que la vara aleja la necedad del corazón del joven, y los psicólogos nos dicen que el castigo corporal es abuso. Entre estos dos extremos hay toda una gama de facetas que intentan tratar el asunto de la disciplina.

Efesios 6:4 dice:

Y vosotros, padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor.

Ahora, la disciplina va mucho más allá de un castigo o corrección. En un capítulo anterior se trató sobre el hogar disciplinado; un hogar donde se disciplina para lograr un plan o propósito. ¡Cuánto más si estamos en los caminos de Dios!

Disciplina y corrección no es lo mismo. Dentro de la disciplina está la corrección. La corrección es uno de los medios para llegar a la disciplina. La disciplina es el objetivo final.

Hebreos 12:7-11 dice:

Si soportáis la disciplina, Dios os trata como a hijos; porque ¿qué hijo es aquel a quien el padre no disciplina? Pero si se os deja sin disciplina, de la cual todos han sido participantes, entonces sois bastardos, y no hijos. Por otra parte, tuvimos a nuestros padres terrenales que nos disciplinaban, y los venerábamos. ¿Por qué no obedeceremos mucho mejor al Padre de los espíritus, y viviremos? Y aquéllos, ciertamente por pocos días nos disciplinaban como a ellos les parecía, pero éste para lo que nos es provechoso, para que participemos de su santidad.

En verdad que ninguna disciplina al presente parece ser causa de gozo, sino de tristeza; pero después da fruto apacible de justicia a los que en ella han sido ejercitados.

El castigo, la corrección, los retos, las palizas, las penitencias, todas son herramientas para llegar a la disciplina. Si esto parece chino, ampliamos el concepto.

La intención es contar con un hogar disciplinado, y hay varias maneras de llegar a la disciplina. Una manera es a través de la consistencia.

¿Qué entiende el niño que hoy es castigado con un cinto, otro día con gritos, otra vez encerrado en el dormitorio? Este niño bien creerá que sus padres ¡no son consistentes! Y gracias a que los padres mismos también viven grandes emociones, muchas veces el castigo es lo que el padre toma en mano al momento del enojo ante el mal comportamiento del hijo: agarra la escoba, y le da un escobazo; agarra un cinto, y lo castiga; grita y agrede a los suyos. ¡Esto no es un hogar disciplinado! El hijo mira y piensa, ¿con qué me saldrá mi madre esta vez? ¿Cuál será la reacción de mi padre?

☺ Un niño iba todas las semanas a la verdulería, examinaba las papas, y luego pedía un kilo de tomates. A la otra semana examinaba las manzanas y pedía un kilo de zanahorias. A la otra semana examinaba la lechuga, y terminaba pidiendo un kilo de bananas. El pobre verdulero quedaba confundido, y un día se

acercó al padre del niño para comentarle la contradicción que vivía el niño. El padre le contestó indignado:

“¡Ya le voy a corregir ese hábito a mi hijo. Lo llevaré a casa, me voy a sacar el cinto, y le voy a dar escobazos!”

Si como padres somos inconsistentes, ¿qué podremos esperar de nuestros hijos?

La disciplina abarca muchas áreas. El espíritu, la voluntad, el carácter, el comportamiento, la manera de pensar, actitudes. Un niño tiene toda una variedad de áreas donde se puede portar mal. Por eso, requiere que los padres tomen su lugar frente al hogar y definan la disciplina.

El fin de la obediencia es que el niño vaya aprendiendo a asumir por sí mismo sus responsabilidades y las consecuencias de sus actos.

Para comprender un poco más a la disciplina, debemos entender que tiene tres propósitos:

1. Es correctiva.
2. Es instructiva.
3. Es constructiva.

Estos tres puntos nos abrirán los ojos como padres a entender qué hacer frente a un mal comportamiento.

Un niño dice una mala palabra. ¿Qué hacer?

Analícemos las tres alternativas. Si lo dijo por primera vez, la disciplina debiera ser instructiva. Los padres debieran explicarle al niño lo que piensan respecto a las malas palabras. Si ya fue instruido en el asunto, entonces debemos pasar a una disciplina correctiva, para darle énfasis a una conducta que un niño no debiera continuar haciendo. Aquí la disciplina constructiva no es necesaria.

Un niño tiene problemas en el colegio, no estudia, no se prepara, no presta atención. ¿Qué hacer?

Aquí podemos aplicar los tres propósitos de la disciplina.

■ **Instruir** al niño sobre la importancia de estudiar, ayudarle a prepararse con tiempo, habla de planificar su tiempo.

■ **Construir** nos habla de hacerle entender que su futuro tendrá mayores posibilidades de éxito si estudia, esto nos habla de concientizar al niño de la importancia de la educación. Es uno de los propósitos fundamentales del hogar: una buena educación. Si ya es un objetivo general de la familia, entonces el niño tiene en claro que es parte de lo que se espera de él.

■ En cuanto al aspecto **correctivo**, se le exigirá mayor tiempo de estudios, refuerzo en sus hábitos escolares, y el niño sabrá que deberá cumplir con una responsabilidad.

Es cierto que a un niño no se le puede obligar a ser un genio, ni a sacarse excelentes notas todo el tiempo. Como padres no podemos ni condenar ni desaprobarnos en tanto que el niño haya hecho un esfuerzo correspondiente a su capacidad. Pero somos padres injustos si exigimos aquello que no reforzamos: si nos molestamos por sus malas notas, pero tampoco pusimos límites y condiciones para que sus estudios mejoraran.

Se puede decir, entonces, que gran responsabilidad de las notas de un hijo ¡la tienen los padres! Ahora, si el padre ya ha hecho su parte, ha exigido y ha marcado límites claros, entonces el niño enfrenta su propia responsabilidad y consecuencias.

Un hijo prueba su primer cigarrillo, o alguna sustancia química que trae dependencia. ¿Qué hacer?

Nuevamente entran en acción los tres aspectos de la disciplina. El padre deberá instruir enfáticamente sobre las sustancias químicas, dar información, estadísticas, todo lo que sea necesario para que el hijo sea concientizado en su hogar. (No debemos esperar que las escuelas asuman toda esta responsabilidad. En ningún momento delegamos la crianza de nuestros hijos a los de afuera.) El padre corrige, marcando pautas si el hijo volviera a reincidir sobre esta conducta. Y en la parte de construir, dedicará un mayor esfuerzo a trabajar sobre la estima del hijo, por si su atracción a las drogas ha sido por presiones de los amigos, por alguna tristeza o depresión, o por la razón que fuera. Un padre sabio tomará tiempo a diario para conversar con este hijo, permitiendo que abra su corazón y recibirle sin reproches ni sermones.

Una verdad aprendida es que no debemos castigar al hijo por decir la verdad. Ante el jarrón roto, una madre grita, “¡El que lo haya hecho, será castigado!” ¿Resultado? Silencio entre los hijos. Nadie dice nada. Todos ocultan. Aquí puede ser eficaz una tregua: La madre puede decir: “El que me dice que lo hizo, no será castigado”. Aquí la enseñanza primera es enseñar al hijo a decir la verdad, y no ponerle carga por haber dicho la verdad. El que dice la verdad, ya asume su responsabilidad, y no necesita ser castigado.

Seríamos padres injustos si exigimos donde no ha habido instrucción. Requiere esfuerzo y tiempo de los padres, pero, ¿cómo podemos exigir aquello que ni siquiera es ejemplo en el hogar? Difícilmente un hijo hará más allá de la disciplina de los propios padres. Si los padres exigen más de lo que ellos mismos aportan, crearán resentimiento en los hijos.

Está de más decir, entonces, que la primera disciplina cae sobre los padres.

- En ser consistentes.
- En instruir antes de exigir.
- En construir en lugar de destruir.
- En corregir con tiempo.
- En poner bajo disciplina las emociones de nuestros hijos.

Escuchamos, damos lugar a sus emociones, las valoramos, las aceptamos, pero no permitimos que gobiernen sus acciones.

En cuanto a las emociones, ¡no deben gobernar nuestra vida de disciplina! La disciplina a los hijos se debiera realizar por cordura y reflexión. Esto nuevamente agrega responsabilidad a los padres, ya que debieran, en su consistencia, definir los castigos apropiados según lo que sus hijos hayan hecho.

La disciplina no debiera ser el escobazo de enojo, y un par de gritos, o una cachetada impulsiva. ¡No! Si nuestro hogar es disciplinado, entonces debiera haber una disciplina adecuada para cada mal comportamiento. ¿Por qué? Porque como padres debemos actuar con responsabilidad, no por conveniencia ni estado de ánimo.

Por ejemplo, puedo tolerar una mala conducta del hijo simplemente porque estoy de buen humor, pero no está bien. Yo corrijo a mi hijo porque soy una madre responsable, y una madre responsable debiera corregir conforme al comportamiento equivocado, no conforme a su estado de ánimo, ni de enojo ni de benignidad.

Si se pudiera, entre los padres debieran hacer una lista de las ofensas y mal conducta de los hijos, y analizar el castigo acorde a cada hijo y a cada situación. El castigo debiera ser medido según el temperamento y la edad del hijo. Los padres deben esforzarse en ser justos en su disciplina. A la vez que van animando al hijo hacia la independencia, también deben ir dándoles límites claros según su edad y carácter.

Un hijo fácilmente llora y se arrepiente de su mala conducta. El otro hijo no siente ni una pizca de remordimiento. Uno necesita firmeza. El otro requiere un castigo puntual. A uno se le castiga al no ver su programa de televisión favorito, al otro se le prohibirá visitar a su amigo, a uno se le dirá que no podrá salir a jugar, al otro se le pedirá una tarea extra.

Ahora, la regla de oro para la disciplina de los hijos es la siguiente:

No impongas penitencia o castigo sin asegurarte de llevarlo a cabo.

Esto obliga a los padres a tomar decisiones pensadas ante una situación. Como padres no podemos permitirnos el lujo de castigar por impulso o emociones. De allí la importancia de analizar la mala conducta y definir su castigo acorde.

Un matrimonio podría sentarse y analizar las conductas indeseables de los hijos.

- Llegar tarde de noche.
- Desorden en el dormitorio.
- Contestar mal al padre.
- Notas bajas en la escuela.
- Desatender la higiene personal.
- No colaborar con sus tareas específicas en el hogar.
- Desobedecer una orden puntual de los padres.

El matrimonio podrá conversar, y si los hijos son grandes como para entender, se los puede incluir en la conversación, y abrir un debate.

¿Qué sucederá con el hijo que no vuelve al horario preestablecido?

¿Qué medidas se tomará para el hijo que no ordena su dormitorio?

Entre el matrimonio o entre todos, se podrán conversar las alternativas, y definir los castigos. Una manera de castigar a hijos mayores es a través de la quita de recompensa. A un hijo adolescente se le puede dar X cantidad de dinero por semana. También se le dará una lista de sus responsabilidades. Ante una responsabilidad no cumplida o una conducta no deseada, se le quitará un porcentaje de su mesada, o se le impondrán mayores tareas en el hogar.

Muchos castigos serían innecesarios si los hijos supieran con claridad las consecuencias de sus actos.

Los parámetros bíblicos se basan más en las relaciones que en una lista de reglamentos. Efesios 6:5-8 dice:

Siervos, obedeced a vuestros amos terrenales con temor y temblor, con sencillez de corazón, como a Cristo; no sirviendo al ojo, como los que quieren agradar a los hombres, sino como siervos de Cristo, de corazón haciendo la voluntad de Dios; sirviendo de buena voluntad, como al Señor y no a los hombres, sabiendo que el bien que cada uno hiciere, ése recibirá del Señor, sea siervo o sea libre.

Un pensamiento amplía la idea, útil en el hogar: *El temor forma esclavos, el amor forma hijos.*

Jaime Barylko escribe: “La ausencia de límites como ausencia de responsabilidad, la idea de que cada uno haga lo que mejor le parezca, no es educación, sino invitación a la nada”. Los límites son parte de la disciplina.

La meta de la disciplina es que lo que se haga sea de corazón, como para Dios, y no como para los hombres. La disciplina no debe convertirse en una lucha de voluntades entre el hijo y el padre. La disciplina debe lograr dos resultados para ser equilibrada:

1. Deberá indicarle al hijo lo que no debe hacer, o qué conducta es indeseada y
2. Darle la opción correcta a lo que está haciendo.

Por ejemplo:

- No me gusta tu manera de tender la cama. Te quiero mostrar cómo hacerlo de la manera correcta, y la próxima vez espero que lo hagas apropiadamente.
- Has volcado tu vaso tres veces durante la comida. El problema es que lo dejas muy cerca del costado de la mesa. No te descuides más.

Está bien que un hijo exprese su enojo, y sus emociones; pero si falta el respeto, arroja cosas, contesta mal, deberá ser reprendido por la falta de respeto. Cuando los dos padres están presentes, y el hijo ofende a uno de ellos, es bueno (es más, es indispensable) que el otro cónyuge refuerce la situación: afirmando que la conducta del hijo hacia el otro es indebida.

Un error al intentar controlar a los hijos por el temor es que el resultado de la obediencia depende del padre. Si el padre lo puede controlar o no, el hijo se porta bien o mal. Pero una buena disciplina pone la responsabilidad de la conducta en las manos de los hijos. El hijo se porta mal porque ha decidido portarse mal, no porque el control de los padres lo obliga. Tarde o temprano esta actitud formará un hábito de responsabilidad propia en el hijo. ¡No sea que la esposa lo tenga que levantar de la cama de grande para que vaya a trabajar!

Se realizaron estudios comparando hogares estables con hogares donde surgieron hijos delincuentes, filmando sus tiempos de familia juntos. El análisis resultante fue: en los hogares estables los trabajos y tareas se hacían con conciencia social, es decir, como trabajo de equipo. En los hogares inestables se descubrió que las tareas se hacían de manera individual, sin sentido de equipo y compañerismo.

Otros errores de los padres

- Degradar al hijo. “Siempre estás rompiendo todas las cosas”. “¿Nunca aprenderás a hacerlo bien, sin romper nada?”.
- Comparar con otros. “Si tan solamente estudiaras como Fulano”. “Si fueras tan obediente como Mengana”.
- Extorsión. “Si no te portas bien, te agarrará el Viejo de la Bolsa (el personaje malvado en Argentina)”. “Mira que Dios te castigará por tu conducta”.
- Rotulando. “Eres un estúpido. Eres un torpe, etc.”. Colocar un rótulo a la persona del hijo, criticando, no lo que hace, sino lo que decimos que es.
- No permitir la comunicación con el hijo. Es frecuente que los padres o adultos conversen como que los hijos no existen, ni siquiera cuando son ya hijos adolescentes y jóvenes. ¡Debemos integrar a nuestros hijos a la conversación, por más que implique un mayor esfuerzo de parte de los padres! (Aquí, cuando hay

diversos hijos en diferentes edades, habrá que velar que cada miembro tenga oportunidad de participar según su nivel y tema de interés.)

En 1 Samuel 3:13 se revela una triste historia de un padre que no puso límites ni disciplinó a sus hijos, agravando su situación debido a que este padre era un personaje público: el sumo sacerdote. Dios dice que Elí no “estorbó” a sus hijos, y resultaron hijos de vida desordenada y destructiva. ¿Queremos hijos sanos y capaces? ¡Habrá que “estorbarlos” de sus mañas!

Proverbios 23:13 dice:

No rehúses corregir al muchacho; porque si lo castigas con vara, no morirá.

La Palabra de Dios es clara: la disciplina es necesaria para la formación de un niño. La vara es símbolo de autoridad de los padres. Habrá quienes consideren que una varita puede ser útil para llegar a la disciplina, y a menudo puede ser una opción, en tanto sea aplicado en amor y sin enojo. El hijo debe entender de antemano las consecuencias de su mal comportamiento, y saber cuándo se porta mal: mejor dicho, saber qué aspectos de su conducta son dañinas.

Breves ventajas para el castigo inmediato con una pequeña varita:

- Se usa al momento y se restaura la relación padre-hijo al instante.
- No se confunde con la mano del padre, para que no traiga confusión al respecto de parte del niño. No sea que uno quiera acariciar al hijo, y resulte en un sobresalto de su parte, pensando en un probable castigo. Es vital evitar el uso de la mano para disciplinar. La mano no debiera representar a la vez el cariño y el castigo. Habrá momentos en que actuaremos con enojo rápido, y es fácil recurrir a lo que tengamos en mano, la escoba, la cachetada, pero si hemos dicho que la disciplina es algo “pensado”, entonces debemos pensar y razonar la disciplina.
- Cuando el hijo cumple con la corrección, se libera de la culpa y el padre de inmediato restaura la relación amorosa con su hijo.
- Requiere que el padre no actúe por impulsivamente, sino que evalúe qué castigo otorgará.
- Si no se corrige de inmediato, se corre el riesgo de que el niño olvide que será castigado, o que todo el día esté ansioso sin saber cuándo “cobrará”.

Se entiende que si un padre usa la varita bajo dominio propio y cordura, no habrá peligro de excesos. Es más, si se aplica apropiadamente, resultará en que la varita se utilizará muy pocas veces durante la infancia de un niño. Quienes lo consideren innecesario o inoportuno, o tengan otra opinión, cada padre deberá asumir la responsabilidad de la corrección como mejor lo considere y optarán por otros recursos para corregir la conducta del hijo. Es cuestión de estar de acuerdo como padres ante la disciplina. Hay muchos libros escritos sobre la disciplina de los hijos con mensajes opuestos y contradictorios respecto a que si varita daña al hijo o no. La decisión a tomar es algo personal de cada hogar que deben decidir los padres.

Lo concreto es que evitaríamos muchos errores en nuestro trato con los hijos si nos obligáramos a disciplinarnos de acuerdo a lo establecido previamente.

¿Suena imposible? Se le puede informar al niño: “Te has portado mal por tal o cual motivo. Quiero que vayas a tu dormitorio, y esperes hasta ser disciplinado”. En esos instantes podemos calmarnos y evaluar la situación.

Nota: la disciplina se debe llevar a cabo, en lo posible, inmediatamente y por la figura de autoridad presente en el momento: No es conveniente que la madre

diga, por ejemplo, que el padre castigará al hijo cuando regrese a la noche del trabajo. ¿Por qué? Porque el padre no estuvo frente a la situación, el hijo quizás se olvide lo que hizo, y de por sí habrá un sentimiento de temor flotando en el aire, de amenaza.

El cónyuge que presencie el mal comportamiento debiera intervenir al momento y resolver la situación, y dejar despejado el ambiente al momento, con una restauración inmediata a una relación amorosa. Sería muy bueno que el padre, al regresar por la noche y enterarse de la situación, apoye siempre la decisión de su esposa, y que los chicos sepan: “Si se portan mal con mamá, se enterará también papá”.

(Casos excepcionales respecto a la disciplina: cuando uno está fuera del hogar, en la casa de los abuelos, en un lugar público, en la iglesia. La prioridad de esta situación externa es no avergonzar al hijo, sino apartarlo, de ser posible, y disciplinarlo en privado, o darle una fuerte reprimenda verbal.)

Lo más sencillo es tratar con la disciplina al momento. Así el hijo no arrastrará resentimientos, y pronto continuará con su vida dentro del hogar. Se hizo una encuesta entre muchos hijos, y se llegó a la conclusión que ellos mismos preferían una disciplina inmediata y directa, una reconciliación inmediata con el padre, a una disciplina postergada y demorada.

Lo más importante es que la disciplina no destruya su valor propio, ni los denigre, y los desanime en el curso de la vida. Cuanto más corta y más inmediata la disciplina, mejor, sobre todo en niños menores de 12 años. El Dr. James Dobson aconseja no castigar físicamente a los niños después de los 12 o 13 años, ya que entran en otra etapa de la vida en donde el diálogo y la conciencia se van formando respecto a la disciplina.

Colosenses 3:21 dice:

Padres, no exasperéis a vuestros hijos, para que no se desalienten.

Sin entrar en mayores detalles, los padres pueden optar por varias medidas disciplinarias:

- Una varita “en el lugar bíblico” (las nalgas). No abuse. Una o dos veces es suficiente si se aplica correctamente
- Penitencias varias: el castigo de no permitirles algo que a ellos les gusta: ver televisión, salir a jugar, hacer una tarea extra en casa, no hablar por teléfono, ir a la cama temprano, no comer su postre favorito, etc.
- Retirando dinero de sus ingresos (esto funciona mejor con adolescentes). Cada comportamiento tendrá su “precio” y el hijo deberá entregar de su propio dinero a sus padres por su castigo.

Lo importante de la disciplina, recordamos, es lograr el efecto deseado en la formación y conducta del niño. Cada padre tomará sus decisiones al respecto ante su conciencia. Nunca hay que disciplinar con violencia ni daño corporal. La disciplina es una actitud de respeto y contención para que el niño aprenda y madure.

Disciplinando según los principios bíblicos nos llevará a practicar la paciencia, obligadamente. Una mamá agotada oraba, diciendo, “Señor, necesito paciencia, ¡ahora!”

Unos estudios resumieron las cualidades de un hogar exitoso, basado en un estudio de numerosos hogares. **Los factores más importantes a un buen hogar son:**

1. La importancia de la tarea de la madre es fundamental en el hogar. Tiene mayor influencia sobre sus hijos que cualquier otra persona.
2. Un hogar con buena conversación y diálogo: la vida de los hijos se enriquece al conversar con los padres, quienes dedican tiempo para conversar con inteligencia y habilidad con sus hijos para estimularlos.
3. Un hogar con libre acceso a toda la casa, con pocas restricciones en cuanto a recorrer todo el espacio físico de la casa.
4. Un hogar que considera que el mismo hogar –y no la escuela– es el sistema educacional fundamental.
5. Un hogar diseñado para que los hijos estén cómodos y felices, una casa con mayor prioridad hacia la convivencia que hacia la apariencia. Una casa que sea más bien funcional que muestra de museo.
6. Padres que daban lugar a la interrupción de parte de los hijos para contestar sus preguntas, para consolar, dar información y aprobar sus actividades.
7. Padres que eran firmes en la disciplina y a la vez demostrando gran afecto para sus hijos.

La Biblia es clara. En 1 Timoteo 5:8 dice:

Porque si alguno no provee para los suyos, y mayormente para los de su casa, ha negado la fe, y es peor que un incrédulo.

Dios nos pide como padres proveer no solo lo material, sino todos los recursos emocionales, educativos, espirituales, creativos, que nuestros hijos necesitan para alcanzar su máximo potencial en la vida.

CAPÍTULO 11

¡DECLARANDO GUERRA AL ABURRIMIENTO!

“Con chomu togus”. Ariel.

Quizás la frase que más altere los nervios de un padre sea la expresión de los hijos: “¡Estoy aburrido!”

Ante esta frase matadora, pocos padres se resisten a arrancarse los cabellos en desesperación.

Los investigadores han analizado tres clases de fatiga: la fatiga física, la fatiga mental, y la fatiga emocional. La fatiga emocional es la forma más común de cansancio (¡pregunten a una madre con niños menores de cinco años!). Es un cansancio producido por preocupación, ansiedad, frustración y, ¡ta ta ta tam! el aburrimiento. Aquí es donde nos interesa el asunto. ¡El aburrimiento produce fatiga, y sobre todo, es una de las quejas más frecuentes de los hijos!

Una media hora de pleno aburrimiento gasta más energía nerviosa que todo un día de trabajo. El aburrimiento, entonces, es algo que debemos considerar seriamente dentro del hogar. (El aburrimiento en los adultos es un tema para considerar, de manera aparte, ya que es frecuente también, pero no es expresado espontáneamente como lo hacen los niños).

El aburrimiento suma a la tensión nerviosa, a la flojera y la debilidad. Por eso las personas menos ocupadas son quienes tienen mayor cansancio y fatiga. Es increíble entender esto, pero es razonable. La falta de productividad y motivación hacia la vida drena las energías y hunde a las personas en un fango de inercia. El aburrimiento causa dolor en las personas. Hay tristezas en la vida de las personas que desaparecerían al asumir una tarea emprendedora y desafiante.

Es correcto, entonces, la frase popular que dice: “Si tienes alguna necesidad, no pidas ayuda a un ocioso, sino a una persona ocupada”.

Hay dos razones principales para el aburrimiento:

1. La falta de motivación y
2. Acciones rutinarias y repetitivas.

Consideremos por unos instantes el aburrimiento en los adultos. Una persona aburrida es la que menos nivel de energía posee. Es quien no tiene fuerzas ni para arrancar el día. ¡Le falta un buen empujón hacia la vida!

Para el adulto, entonces, es importante descubrir su lugar en la vida. Tener un oficio adecuado al interés y capacitación de la persona. Un adulto que trabaja a disgusto en su empleo, pronto perderá las ganas de luchar. Caerá en pasividad y descontento.

Para la mujer que es ama de casa en tiempo completo las tareas rutinarias pueden ser muy ingratas, no sólo porque es tan fácil ensuciar un hogar, sino porque además tiene que lidiar con los hijos, las presiones, la economía, y tomar

decisiones cada minuto del día. De ella, entonces, depende el esfuerzo de vencer las rutinas con creatividad. Su actitud de gozo y esperanza frente a esta tarea transformará el hogar en un refugio, en un lugar de creaciones, de buen diálogo. Depende de la mujer no encerrarse en un diálogo mínimo (mamaderas, pañales, cansancio, y queja) sino en expandir su mundo a todo el potencial posible dentro de las limitaciones de un hogar. Innumerables revistas sugieren miles de ideas para mejorar la atención del hogar, la salud, el orden, y todos los quehaceres.

En 1 Pedro 4:9 se nos habla del espíritu del hogar:

Hospedaos los unos a los otros sin murmuraciones.

En este hogar no encontramos aburrimiento, sino una riqueza humana y espiritual fantástica. Con solo mirar lo que nuestros hijos inventan y fabrican, tenemos sobradas razones para seguir con nuestra propia creatividad como padres.

Si como padres nos podemos atrever a romper las rutinas, cuánto más podremos brindar a nuestros hijos tolerancia y flexibilidad frente a sus actividades. No nos convirtamos en ogros estrictos e inflexibles, ni tampoco nos convirtamos en seres totalmente amorfos, sin límites.

En un estudio de un jardín de infantes, frente a un gran campo, descubrieron que al no tener delimitada la región de juego, los niños se quedaban cerca del edificio, intimidados por la enorme expansión. Pero cuando se cercó al lugar de juegos, ¡los niños volaron a jugar! Así es dentro del hogar. Raíces, como hemos dicho, y alas. Un equilibrio entre límites y la creatividad.

Bien. Habiendo tratado que los primeros que debemos vencer el aburrimiento sean los padres, sigamos con los hijos.

Los niños con frecuencia se quejan: “¡Mamá, estoy aburrido!”. Como padres nos ponemos nerviosos ante esta queja, pero los niños tienen razón: el aburrimiento es una carga muy pesada. El tiempo parece pasar mucho más lento para el niño, por lo cual viven miles de experiencias de un día para otro. El niño que peleó con su hermanito hace minutos ya se reconcilió y juega tranquilamente de nuevo, mientras que la madre, nerviosa, no logra filtrar la pelea.

El niño vive intensamente el momento. Aún el metabolismo del niño funciona con rapidez, al punto tal de que la misma herida en un niño sana en menos de la mitad del tiempo en que sanaría en un adulto. Un niño física y psicológicamente vive en 60 minutos lo que un adulto vive en 6 horas. El tiempo, como resultado, pasa lentamente para un niño, va tomando velocidad en la juventud, y acelera vertiginosamente después de los 30.

Si como padres comprendiéramos esta realidad, estaríamos más preparados para tratar el asunto del aburrimiento: tendríamos más variedad de actividades a mano, manualidades, recreación, y opciones para sobrellevar con prevención esta situación.

Tomaremos unos renglones para tratar uno de los problemas crónicos del hogar –**la televisión**.

Si bien la televisión puede convertirse en el niñoero instantáneo, su aporte es contraproducente en su gran mayoría. Promueve mayores actitudes de aburrimiento en los hijos a la corta o a la larga. ¿Por qué? El problema principal de la televisión es que es algo que se mira, no algo que se hace. En un niño esto es gravísimo. En una etapa donde el niño tiene una gran capacidad creativa, donde tan solo con papel, hilo, tijeras, colores y pocos elementos más pasa horas de entretenimiento, es un peligro dar demasiado lugar a la televisión. Hoy los

teléfonos celulares y las tablets están dañando severamente el desarrollo intelectual de los niños; ya hay advertencias severas sobre el exceso de uso de horas en los niños, y sobre el daño del uso temprano de estos aparatos.

(Como quien quiera arriesgar un límite, un pediatra nos decía: “No permita que su hijo vea más de una hora diaria de televisión, ya que los embrutece”. ¡Bravo por un profesional que defienda a nuestros hijos de sus propios padres!)

El adulto que lleva una vida más plena es aquel que participa en la vida, al contrario de aquellos que simplemente son espectadores de la vida. La televisión contribuye a que los televidentes sean espectadores. Para un niño la mejor que podemos brindarle es actividades positivas y creativas.

Se calcula que el televisor está prendido un promedio de 4 a 6 horas diarias. Un adolescente de 16 años es posible que haya mirado más de 15.000 horas de televisión, en tanto que han pasado aproximadamente 7.500 horas en la escuela. ¡No nos quejemos que nuestros hijos conocen más a los actores que a escritores, poetas y educadores!

Tres aspectos negativos fundamentales de la televisión (que abarca tanto a niños como adultos. La televisión no es menos dañina en la adultez):

1. **Forma hábito.** El niño puede simplemente encender el televisor como costumbre, o por ver “qué puede haber”. Distrae la mente del niño de actividades productivas, y de pensar en algo interesante para hacer.
2. **Es una ocupación pasiva.** Limita que el niño sea activo, que experimente, que crezca, que desarrolle nuevas actividades. También daña la capacidad de leer y escribir.
3. **En gran parte, la televisión es no-intelectual.** Es decir, no requiere que el televidente piense ni razone. El abuso inapropiado de la televisión disminuye la capacidad de análisis y razón en una persona. Es más, puede mal-informar y dar una imagen irreal y equivocada de la vida al niño, y dar opiniones contrarias a la de los padres y la Palabra de Dios. Programas inadecuados pueden exponer a los niños a violencia innecesaria, a una sexualidad distorsionada, a ver cosas que superen su capacidad mental, moral y espiritual.

Sin televisión, los niños deben aprender a *pensar* en lo que deben hacer. Deben tomar decisiones; deben actuar en sus decisiones; deben investigar y buscar aquello que les interesa; deben usar algo, o hacer algo; deben explicar lo que hacen, y describir sus ideas y pensamientos.

Las ventajas de la televisión bien medida es ampliar el mundo de un niño: a través de lugares, personas, y aumentar el vocabulario del niño. Por eso es importante analizar los programas que miran los hijos y analizar los videos que puedan ver en casa como en otros hogares.

Quien desprecie la tarea de la paternidad (o maternidad) como algo denigrante, ciertamente necesita un examen de cerebro. ¡No hay tarea que exija tanta capacitación ni esfuerzo! Quien es padre o madre, por cierto es Licenciado en...

- Educación
- Ciencias Económicas
- Medicina Diaria
- Psiquiatría y Psicología
- Arquitectura
- Jardinería

- Ciencias Sociales...

¡Ser padre o madre es un oficio de muchos sombreros!

¡El potencial de su hijo está en sus manos! No en vano resultan altos los porcentajes de hijos delincuentes en hogares donde hubo abandono de padre. Tal es la importancia de la familia.

Debemos reincorporar la noción de “divertirnos” en familia. Nos hemos enredado tanto en los logros materiales y laborales que olvidamos un ingrediente familiar: ¡pasar buenos ratos de diversión juntos!

Cuando la vida moderna nos arrasa en compromisos, horarios, y gobiernan las presiones, perdemos la capacidad de disfrutar el momento. Tenemos miedo a reírnos, a soltarnos, a crear momentos de entretenimiento. Caemos en el peligro de aburrirnos aun con nosotros mismos.

¡Por eso los bebés son magníficos para quebrar nuestra rigidez! Nos vuelcan la comida, ensucian las paredes, rompen la vajilla... y sin embargo una sonrisa de parte de ellos nos derrite el corazón y nos vuelve el enfoque a lo que es verdaderamente importante: la persona dentro del hogar y la familia.

CAPÍTULO 12

DESARROLLANDO AL MÁXIMO

EL POTENCIAL DE TU HIJO

“¡Qué buenos que somos!” (Sebastián, al dar una caridad.)

Siendo que la influencia de un padre es tan importante, continuaremos tratando maneras en que un padre puede fomentar y apoyar la buena formación de su hijo.

Desde los primeros años, un padre deberá simplemente asistir a su hijo en lo que hace; no hacerlo por él, y solo ayudar cuando solicita ayuda. En cada etapa de su desarrollo tendrá que ir haciendo aquello que sea acorde a su edad. Cuando el hijo solicite nuestra atención, será que necesita emocionalmente de nosotros, más que hacer algo por ellos. El hijo quiere saber que el padre está allí para él, listo para oírlo y atenderlo. El mismo hijo tiene las soluciones a mano para el problema: lo que necesita es el apoyo y estímulo para realizarlos.

Errores comunes de los padres:

■ **Hacer por ellos** lo que ellos pueden y deben hacer.

■ **Criticar excesivamente** en relación a la aprobación.

■ **Ser demasiados exigentes en el orden y la limpieza** simplemente porque a nosotros nos molesta el trabajo que queda después. Justamente en las áreas donde los niños necesitan soltar su creatividad, ¡parecieran ser donde se produce más suciedad y mayor desorden! Arcilla, recortar papeles, usar pegamento vinílico, pinturas, ladrillos, etc. y caemos en el error de abusar de la televisión por ser sencillamente una actividad más “limpia” y conveniente para nosotros.

El hogar fue creado para las personas, no las personas para el hogar. Un poco de sano desorden y alegre creatividad produce hijos más libres, aunque sí, habrá más trabajo de ordenar y limpiar después.

■ **Obligar a los niños a prestar juguetes.** Aquí encontramos un dilema: queremos que nuestros hijos aprendan a prestar y compartir, pero díganos, ¿a usted le gustaría que le obligasen a prestar su automóvil, su lavarropas, su bicicleta, sus pertenencias? Pensando así, nos daremos cuenta que si por un lado le exigimos al niño que cuide sus cosas y por el otro lo obligamos a prestarlos, estamos en una ambigüedad: el hijo tiene miedo a prestar por si le rompen el juguete, y por otra parte no quiere prestar, porque su egoísmo. Lo que sí podemos es determinar juguetes “prestables” que ya hayamos conversado de antemano con el niño. El hijo aprende a compartir con inteligencia, no por simple obligación.

■ **Sobre-defender al hijo frente a situaciones adversas.** No es fácil para ningún padre ver que el hijo viva situaciones difíciles. Le pegaron en el colegio. Fueron injustos respecto a su habilidad. Lo retaron indebidamente. Como padres, la inclinación natural es intervenir, sacar al hijo del conflicto, y traerlo de nuevo al nidito del hogar, bajo las alas de mamá gallina.

Pero, ¿debe ser así? Si fuera una situación de violencia física o una degradación definida es indispensable intervenir. Pero al hijo lo debemos estar preparando para la vida, y lo mejor que podemos hacer por él es enseñarle cómo convivir con situaciones diarias y comunes de injusticia. ¿Cómo lo logramos? Fortaleciendo a su persona, a su valor propio, dándole todo el apoyo desde el hogar para que salga y enfrente la situación que le toca vivir. Padres que intervienen demasiado no permiten que el hijo desarrolle capacidad de lucha. Padres que sobre-defienden a sus hijos los debilitan. No es fácil por cierto. Es un equilibrio muy delicado entre querer defender al hijo y formarlo.

■ **Crear en el hijo la dependencia de recibir aprobación de los demás.** En el afán de querer gobernar la conducta de nuestros hijos, tenemos la mala costumbre de premiar o castigarlos hijos dando o retirando afecto. ¿Qué resulta de esto? Que el hijo aprende a portarse bien con una motivación equivocada: agradar al padre.

¿Cómo debiera ser? Debiera hacer lo correcto porque es lo mejor para él mismo. Su conducta no debiera estar basada en la aprobación - desaprobarción. “No te quiero más. Mira cómo te has ensuciado...” No debemos confundir afecto con comportamiento. El hijo que ha sido condicionado a la aprobación de los demás (“Si no te portas bien, la abuela no te querrá más”) vivirá atado al pensamiento de si está agradando o no a los demás. Esto le quitará la libertad de ser auténtico, y lo atará al qué dirán de los demás. De casado, será un cónyuge muy frustrado si su cónyuge no lo aprueba continuamente. Es lindo y agradable recibir aprobación y elogios, pero no debemos construir el fundamento de una vida sobre esta necesidad. Uno debiera tomar sus decisiones por una conciencia moral, espiritual, social definida y cristalizada en su vida.

■ **Cargar a los hijos de culpa y preocupación.** Cuando los padres excesivamente cargan a sus hijos de ansiedades, el hijo va creciendo ansioso. Padres miedosos engendran hijos miedosos. Padres nerviosos forman hijos nerviosos. Si el padre regula el comportamiento del hijo a través de la culpa, irá encarcelando su creatividad en la vida. (“Por tu culpa dejé mis estudios”, le dice la madre al hijo.) La culpa en un hijo es una carga pesada. Recordemos que en su sensibilidad, los hijos asumen inconscientemente problemas que ni les corresponden, como enfermedades, divorcio. Debemos librar a nuestros hijos de cargas inadecuadas, y expresárselo directamente: “Hijo, tu padre y yo hemos discutido, pero no es tu culpa. Es algo entre nosotros dos”. “Hija, nuestra separación nada tiene que ver con ustedes”.

■ **Evitar que nuestros hijos tomen decisiones y que se equivoquen.** Sin abandonar al hijo emocionalmente, debemos ir soltando las “riendas” a nuestros hijos. En nuestro afán de saberlo todo y quererlo gobernar todo, impedimos el crecimiento de nuestros hijos. Los psicólogos han definido que la gente sin opciones reduce su motivación y logros. El hijo, entonces, necesita ir aprendiendo a tomar decisiones y a asumir los resultados de sus decisiones poco a poco en la medida que avanza en su vida. Si a un hijo le regalamos un dinero, dejemos que decida cómo gastarlo. Podemos aconsejar y asesorar, pero permitamos que decida. Y si elige gastarlo en un día, no le regalemos dinero al día siguiente. Debe aprender a vivir con las consecuencias de sus decisiones en la medida que va madurando y creciendo.

CINCO INGREDIENTES QUE APORTAN A LA VIDA DE LOS HIJOS

1. Animar al hijo a recibir la educación máxima posible. Todo el hogar debiera centrarse en la disciplina de la educación. Al comprar un regalo al hijo, por ejemplo, pensaremos en un regalo que más estimule su intelecto y su creatividad. Rompecabezas, libros de lectura, juegos de ingenio, bloques de colores, un reloj, juegos de mesa, elementos deportivos, etc. (Apagaremos más el televisor, como ya hemos analizado.) Buscaremos entretenimiento en forma de desafíos, aventuras y novedades para la experiencia de la familia.

2. Como padres, capacitémonos y estudiemos lo más posible. No es tan probable que el hijo supere la educación de sus padres. Es posible que se supere, pero los padres muchas veces nos convertimos en el “techo” de la educación de nuestros hijos. Pero si los padres mismos están leyendo, buscando instrucción, y aprendiendo, seremos el mejor ejemplo para ellos.

3. Desarrollar las aspiraciones intelectuales del hijo: esto incluye acompañarlo, aconsejarlo, separar tiempo para investigar distintas posibilidades. Un hijo que desde pequeño aprende un idioma, un instrumento, una manualidad, ahorrará mucho tiempo en su adultez, ya que su capacidad de aprendizaje es mayor en su infancia. (Y de paso, la inversión será menor en el aspecto económico.)

4. Convicciones propias firmes, pero respetando las convicciones del hijo. Es una aparente paradoja, pero un padre que ya tiene sus convicciones definidas, enseñará al hijo a evaluar por sí mismo, dándole las herramientas necesarias para lograrlo. Al ser padres, las decisiones que vamos tomando se confrontan por la vida y por los hijos, de modo tal que debiéramos hacer ajustes con la marcha.

Un buen refrán afirma: *Un sabio puede cambiar de opinión; un necio nunca lo hace.*

Esto parte del concepto expuesto anteriormente: que hay situaciones que nunca antes hemos transitado, por lo cual también somos aprendices. No es una vergüenza cambiar de idea u opinión frente a una realidad, en tanto seamos consistentes en buscar respuestas adecuadas a la vida.

Como padres debemos mantener el equilibrio entre:

- ser firmes con las reglas y decisiones tomadas con los hijos, y
- permitir que el hijo tenga alternativas y tome sus propias decisiones.

Investigando a un grupo de padres, unos psicólogos descubrieron que en los hogares de disciplina firme y estable había mayores posibilidades de lograr hijos exitosos. Cuando los padres eran flojos en la disciplina, los hijos disminuían su capacidad de lograr éxito en su vida. (Éxito indicando logros de estudios, de capacidades, de buenos puestos de trabajo.)

Para que un hijo entienda la seriedad de sus padres deberá entender a pronta edad que ellos toman decisiones serias y consecuentes: que ni las rabieta ni los berrinches lograrán cambiar la opinión de los padres. Hay un llanto sencillo en los hijos cuando desean ser abrazados y amados; pero hay un llanto manipulador con el fin de lograr lo que ellos desean.

Nuevamente enfatizamos que un padre debe tomar una decisión cuando la haya pensado y reflexionado con toda responsabilidad antes de comunicarla a sus hijos.

5. Capacitar al hijo para que sea un miembro activo y contribuyente a la sociedad. Un error de las familias es ignorar el contexto social e histórico en el cual uno vive. Cuando la familia reconoce que está inmersa dentro de un movimiento de personas y de situaciones, se concientizará a los miembros a una productividad fuera del hogar.

No solo estudiamos para tener un buen empleo para ganar mucho dinero para gastar en uno mismo. No. Estudiamos y nos capacitamos para tener un buen empleo que tenga valor espiritual y social también: porque somos honestos y trabajadores, contribuimos a mejorar la sociedad. Es importante, entonces, como padres, abrir el mundo a nuestros hijos, a que es bueno y saludable participar en la sociedad, de ayudar a la comunidad, de contribuir en algo bueno y caritativo. El bebé llega al mundo totalmente auto-céntrico. Depende de nosotros como padres que inculquemos en ellos una perspectiva social y espiritual.

CAPÍTULO 13

MEJORANDO LA COMUNICACIÓN

“Mamá está escobando las hojas”. Sebastián.

Gran parte de los problemas familiares tienen que ver con una mala comunicación. Un consejero familiar dice: “Casi sin excepción: el matrimonio que está en problemas tiene un problema de comunicación”.

Podemos como padres tener las mejores intenciones del mundo al criar a nuestros hijos. Los amamos, nos esforzamos por ellos, nos sacrificamos por su bien, deseamos lo mejor para ellos, pero si no tenemos en cuenta un área importante, podemos echar a perder todas nuestras buenas intenciones.

Si fallamos en la comunicación, fallamos en la relación. Un padre puede estar haciendo su mayor esfuerzo por su hijo, pero si falla en la comunicación, gran parte de su esfuerzo se echará a perder.

Una definición técnica de la comunicación es: el proceso por el cual se da y se recibe información. La información puede incluir ideas, sentimientos, hechos, datos, y se puede transmitir a través del lenguaje oral y escrito, de gestos, expresiones, contacto físico.

El niño de un año tiene aproximadamente un vocabulario de dos a tres palabras. Para los dos años, aumentará a cincuenta palabras. Para la edad de tres, ya podrá comunicarse con mil palabras. Los niños que más han sido expuestos al idioma verbal son quienes desarrollan mayor capacidad intelectual.

Para mantener y retener una buena comunicación no se debe hablar ni de más ni de menos. Es necesario el silencio: es necesario el diálogo.

Proverbios 13:17 (Versión Libre) dice:

La comunicación eficaz permite el progreso.

Amós 3:3 dice:

¿Andarán dos juntos, si no estuvieren de acuerdo?

Padres que quieren “caminar” a la par de sus hijos deberán dar importancia a la comunicación y lograr los acuerdos necesarios.

¿Qué hacer para mejorar la comunicación?

En primer lugar, entender que la comunicación es lo que la *otra* persona percibe. No es lo que yo creo, lo que a mí me parece, sino qué es lo que la otra persona está recibiendo. Tendré las mejores intenciones, pero, ¿qué es lo que la otra persona recibe? Esto es la esencia de la comunicación: asegurarnos que el mensaje que estamos comunicando se está recibiendo tal cual.

Hay demasiadas conversaciones rutinarias y monótonas que no están comunicando nada. Se dice que hay dos niveles básicos en la conversación: el nivel de lo que sucede y de las ideas. En general nos mantenemos en el nivel de hechos sociales, políticos, económicos. Pero, ¿nos arriesgaremos a comunicarnos con mayor profundidad en nuestra propia familia? ¿Podremos hablar de ideas?

Hay por lo menos seis obstáculos para la buena comunicación:

I) El temor al rechazo

Dag Hammarskjöld, secretario de las Naciones Unidas, expresó: “Nos extendemos el uno hacia el otro en vano, porque nunca nos hemos atrevido a dar de nosotros mismos”. Se da tanta importancia al aspecto físico, a la salud, a lo que se ve, que es fácil temer revelarnos cómo somos; es decir, qué pensamos, qué sentimos, qué vivimos por dentro. Pero, ser vulnerable es una de las condiciones para la buena comunicación. Como padres queremos comunicar honestidad y transparencia, lo cual se logra cuando se superan los temores y se abre el corazón, comenzando con ¡nosotros mismos!

II) Prejuicios

Una frase irónica dice: *El prejuicio te ahorra tiempo. Te permite formar opiniones sin molestarte en reunir los hechos.* Si bien nos parece un absurdo, ¡a menudo practicamos este concepto! El prejuicio significa que asumimos saber lo que la otra persona vive, piensa y siente sin realmente averiguarlo. Es una tentación hacer esto con nuestros hijos: asumir lo que piensan sin consultar sus ideas u opiniones.

Howe dice: “No puedo oírte a causa de lo que espero que digas”. Un error de la comunicación es estar atento a uno mismo en lugar de estar atento al otro. Esto causa frecuentes problemas dentro del matrimonio, porque como cónyuges queremos oír más lo que nos interesa que lo que el otro quiere comunicar.

III) Encasillar la comunicación

El padre exclama: “¡Ya van diez veces que le digo que ordene su dormitorio!”. La madre exclama: “¿Cómo podré hacerle entender a mi hija lo que quiero de ella?”.

Fore dice: “El comunicador exitoso no encasilla su comunicación, sino que la transmite en varios idiomas”. ¿Qué quiere decir? Lo que hemos dicho antes: que la comunicación se da de varias maneras.

En general, abusamos de la comunicación verbal. En un día normal en nuestro hogar, la radio está prendida, y un millar de palabras brotan del aparato. Prendemos la televisión, y nos encandilan las grandes conversaciones. Estamos hundidos en una cultura en donde sobran palabras, al punto tal de que creemos que porque lo hemos dicho, ya es suficiente.

El padre prometió: “Esta tarde saldremos a la función del circo”, y no lo cumple. La madre dice: “Cuando termines tus clases, saldremos a pasear”. Y prometemos visitas, atención, dinero, ayudas, compromisos... y todo queda en palabrerío.

La verdadera comunicación se amplía a través de hechos, obras, conductas, expresiones. Piensa un momento en tus hijos. ¿Cuántas maneras puedes pensar para comunicarles tu amor a ellos?

Hay **seis cualidades de una familia bien constituida:**

- 1) compromiso
- 2) tiempo en familia
- 3) buena comunicación
- 4) apreciación expresada unos a otros
- 5) compromiso espiritual y
- 6) capacitación para enfrentar crisis.

Analizando estas cualidades será para reflexión, ya que todos están relacionados con la comunicación. Nuestra capacidad (o falta de capacidad) determinará el éxito de una familia.

IV) Falta de motivación

Podríamos decir que la falta de motivación (alias pereza e indiferencia) es la barrera mayor a la comunicación.

La expresión de muchos cónyuges es: “¡Pero si ni siquiera mi pareja intenta conversar conmigo!” Un hijo puede opinar lo mismo de sus padres, un padre de su hijo, amigos de sus amigos, etc.

Si las ganas de comunicarse han desaparecido, entonces se apaga la chispa de la esperanza del diálogo. De por sí la comunicación no es fácil. Pero si le agregamos indiferencia, ¡arrojemos una flor a la tumba de la comunicación!

V) Tener una mente cerrada

Se ha dicho que hay mentes cerradas, pero ni por reformas ni por refacciones. ¿Cómo andamos por casa? Hablamos de temas superficiales, y conversamos de los mismos temas: política, clima, dinero, y de eventos. Evitamos abrir nuestra conversación a toda clase de tema que sea interesante para la familia, y es hablar de ideas, conceptos, y opiniones. Estamos profundizando en la conversación cuando hay libertad de expresar ideas y opiniones.

Muchas veces los hijos evitan temas “difíciles” porque saben que sus padres no los oirán o no intentarán tratarlo. No debiera haber tema que no se trate, siempre y cuando se trate acorde a la edad del hijo y con la sensibilidad adecuada. Si en alguna conversación surge un tema que quizás no sea adecuado tratar al momento, o sobre el cual no se esté informado, se podrá anotar la pregunta o inquietud, y colocarla en un lugar visible, para que se trate en otro momento con la información necesaria. Los hijos son expertos en hacer preguntas, y como padres ¡esto nos obliga a estar al día en lo posible en toda variedad de temas!

Un pensamiento expresa el problema de la comunicación:

Ya que no escuché, no aprendí.

Ya que no escuché, no ayudé.

Ya que no escuché, no me comuniqué.

VI) Inmadurez emocional

Otra barrera a la comunicación es la madurez emocional. Esto nos habla de varias posibilidades:

Estar demasiado aferrados a los propios padres más que al cónyuge.

Estar ensimismado y con actitudes auto-céntricas en el problema.

Sobre-dependencia en los demás: sea el cónyuge, amigos, familiares, etc.

Jesús entendía la importancia del toque físico. No hay como el toque físico dentro del seno familiar para sanar, consolar, bendecir. Es uno de los idiomas de la comunicación que más necesita el hogar.

Comenzando con el bebé, y todo el contacto físico que necesita, y continuando con cada miembro de la familia, el toque une y nutre a la familia.

Tantos excesos de abusos físicos nos han intimidado como familia: podemos llegar a ver al toque como algo perverso a causa de los extremos que se ven, pero,

¿no estaremos perdiendo una de las herramientas más importantes de la comunicación y el diálogo?

- El padre que camina abrazando a su hijo.
- El hijo que camina tomado de la mano de su madre.
- La abuela que acurruca al nieto.
- El abuelo que se apoya en el hombro del nieto.
- El hijo al cual se abraza cuando está llorando.
- La esposa que necesita un abrazo del marido cuando está llorando.
- El hijo enfermo necesita un muñeco de peluche para abrazar.
- Nos aferramos a una almohada favorita.
- Los hijos que sus padres acarician antes de dormirse.

Un psicólogo observó que nacimos sensibles, y ¡que nos pasamos la vida intentando perder esa sensibilidad!

Todo porque tenemos miedo al rechazo, al dolor, a no ser amado correctamente. Recuperemos la expresión visible de cariño dentro del hogar, y tendremos hogares más estables y unidos.

No es fácil comunicarse bien. Es más, aprendemos a que es más fácil y seguro encerrarnos en nuestras ideas y pensamientos que exponernos a las críticas y a la diferencia de opinión con otros. Pero, al encerrarnos perdemos una de las más grandes oportunidades de crecer como personas.

La buena comunicación es un arte. La buena comunicación comienza con la empatía. Simpatía es “tener lástima”, pero en el pasaje a continuación descubrimos que la palabra “compadecerse” en el original, *sumpathees*, no significa tener lástima, sino sentir lo mismo que el otro.

Hebreos 4:15 dice:

Porque no tenemos un sumo sacerdote que no pueda compadecerse de nuestras debilidades, sino uno que fue tentado en todo según nuestra semejanza, pero sin pecado.

Así como Jesús empatiza con nuestra humanidad, así debemos empatizar los unos con los otros en el núcleo del hogar.

Empatía es: dos corazones llevando la misma carga.

Se realizó una encuesta a diferentes personas sobre cómo conocieron a Dios. Un veinte por ciento concluyó que conocieron a Dios a través de la Biblia. Unos pocos afirmaron que conocieron a Dios a través de la iglesia. Pero la mayoría afirmó conocer a Dios a través de las vidas de otros que les impartieron la vida espiritual. ¡Tal es la importancia de la comunicación!

REQUISITOS DE UNA BUENA COMUNICACIÓN

Santiago 1:19 dice:

Por eso, mis amados hermanos, todo hombre sea pronto para oír, tardo para hablar, tardo para airarse.

1. No solo escuchar, sino **oír al otro**: oír sus palabras, oír sus emociones, oír sus trasfondos. Como se ha dicho, por algo tenemos dos orejas y una sola boca.
2. **Evitar los sermones**, las críticas, las miles de repeticiones...

3. **Tratar a los demás como uno desearía ser tratado.** Esta es la verdadera regla de oro. (Porque hay quienes dicen que la regla de oro es que quien tiene el oro hace las reglas.)
4. **Apoyar a que la persona intente resolver su problema.** Debemos resistir la tentación de ofrecer nuestras opiniones y más bien ayudar a que la persona vaya decidiendo y analizando sus inconvenientes. ¿Realmente quieren nuestra opinión o simplemente nuestro apoyo? Somos demasiado ansiosos para opinar.
5. **Comunicar calidez.** No ser atropellados en lo que decimos, ni dogmáticos (cerrados, obtusos) en lo que expresamos.
6. **Confiabilidad.** Esto habla de saber callar y guardar las confidencias recibidas.
7. **Flexibilidad.** No siempre tomaremos la misma postura frente a un problema: a veces daremos un abrazo, a veces daremos una exhortación, otras veces intervendremos en la situación, y otras veces no intervendremos.

Como padres no solamente somos instrumentos de educación y formación para nuestros hijos. Somos modelos (nos guste o no nos guste, seamos buenos o no, ¡somos modelos!) de vida, ejemplos espirituales y mentores a la comunidad.

El padre que afirma que le está brindando techo y educación al hijo, ¡se está quedando muy corto en su tarea como padre! Es más, está perdiendo la riqueza de una tarea de valor eterno.

PIENSA UN POCO Y ANALIZA

Se ha dicho que debemos hablar sólo cuando podemos mejorar el silencio. ¿Qué piensas?

Albert Camus, el autor francés que ganó el Premio Nobel de Literatura, era hijo de una viuda muda. Sin embargo, Camus la recuerda como una de las mayores influencias de su vida. ¿Cómo habría realizado la buena comunicación esta madre? ¿Qué piensas?

DOCE MANERAS DE RESOLVER LOS CONFLICTOS

Conversen y analicen la comunicación en el hogar según los principios siguientes:

1. No usar al silencio para manipular ni castigar.
2. No dar lugar excesivo a los recuerdos (malos) del pasado.
3. Aprender ante los desacuerdos a no discutir.
4. No atacarse unos a otros, sino atacar el problema.
5. Respaldar las opiniones con hechos y evidencias; no con suposiciones.
6. No dejar que el sol se ponga sobre el enojo personal.
7. Evitar llegar a lo dramático: gritos, lloros, portazos, etc.
8. Aprender a dar sugerencias o críticas con el máximo amor posible.
9. Si es necesario criticar u opinar, ofrecer alternativas e ideas.
10. No usar las palabras “nunca” o “siempre” cuando se trata de afirmaciones negativas. (¡Nunca me escuchas! ¡Siempre me ignoras!).
11. Ser honestos siempre, con sensibilidad y tacto.

12. Al estar equivocados, confesar y pedir perdón a quien corresponda.

TAREA:

¿Qué puntos son los más difíciles en tu hogar?

¿En cuáles áreas prestarán mayor atención en el futuro?

CAPÍTULO 14

UNA FAMILIA

CON BUENOS INGREDIENTES

“¡Qué rico apetito!” Nathalie.

Gran parte de los problemas que surgen dentro de la familia es porque se altera el plan y el proyecto de Dios. Si lo que hacemos es sin ton ni son ¡no esperamos grandes resultados! Pero en la vida cristiana hay una realidad: uno siembra lo que cosecha. Donde más se observa el resultado de lo que se ha sembrado es en el hogar. (Se ha dicho nuestras oraciones son de un centavo y esperamos respuestas ¡de un millón!)

Debemos entender que si un motor trabaja bien a cierta presión y bajo ciertas condiciones, allí tendrá su máximo rendimiento. Si un camión trabaja con cierta carga, ¿por qué sobrecargarlo?

Así es con los planes de Dios. Dios nos ha hecho para vivir bajo una serie de ordenanzas (o “mandamientos”), esto resulta chocante para la generación que quiere vivir “libre” y “espontáneamente”. Pero vivir sin estos principios nos llevará a ser esclavos de nuestros impulsos y pasiones.

Muchos integrantes de un matrimonio piensan que su problema se hubiera resuelto de haberse casado con “otro”. Al respecto un consejero matrimonial, reflexionó:

“He aconsejado a miles de matrimonios en muchos años, y muy rara vez he pensado: Esos dos no debieran haberse casado”.

¿Qué se quiere decir? Que el matrimonio básicamente no fracasa por haberse equivocado en la elección de pareja, sino en no haber tenido principios claros sobre los cuales edificar el hogar.

Entonces, los mandamientos de Dios están hechos para nuestro bien; así como en un deporte hay reglamentos claros para el juego (y no para sofocarlo, sino para encauzarlo y mejorarlo), así sucede con los conceptos de Dios.

Se ha dicho sabiamente: “El matrimonio como institución no ha fracasado. Ha fracasado el hombre dentro de la institución del matrimonio”. El problema es que muchas veces creemos que Dios está parado en el cielo con un extinguidor en la mano, listo para quitarnos los momentos de alegría, a castigarnos si disfrutamos de la vida, y a convertir nuestro matrimonio en algo aburrido, solemne y frío.

Si la sociedad aparenta no tener respuestas, ¿no les parece que es tiempo que le dé una oportunidad a Dios?

Hay cuatro principios básicos que surgen de Génesis, del primer matrimonio en la historia:

Y creó Dios al hombre a su imagen, a imagen de Dios lo creó; varón y hembra los creó (1:27). Por tanto, dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y serán una sola carne. Y estaban ambos desnudos, Adán y su mujer, y o se avergonzaban (2:24-25).

Estos son los **cuatro principios**:

1. Dejar a los padres. **Independencia.**
2. Formar una pareja duradera y estable. **Permanencia.**
3. Ser una sola carne. **Unidad.**
4. No tener vergüenza. **Intimidad.**

Muchos problemas aparecen en la familia por la falta de **independencia** de los parientes. Cuando hay una convivencia bajo el mismo techo, y no hay estabilidad económica en el hogar, ¡toda clase de líos asoman la nariz!

Pero cuando hay independencia económica, emocional, espiritual, física, el matrimonio cuenta con todas las posibilidades de enfrentar con mayor entereza los problemas ante las eventualidades. De allí la importancia de la prevención. Para quienes aún están bajo alguna dependencia de los familiares, debieran poner en marcha un plan de ¡independencia! Y esta independencia no habla de ignorar a la familia, ni de ser maleducados y no tomarlos en cuenta, sino en dar el marco adecuado para funcionar con límites claros. Con límites claros, los roces con los parientes disminuirán considerablemente.

En cuanto a la **permanencia**, duración, el matrimonio es semejante a comprar un artículo para el hogar. ¿Se elegirá un lavarropas que funcione muchos años, o se comprará el más endeble y precario? ¿Se elegirá un artefacto pensando en reponerlo a los seis meses? ¡Claro que no! Con esta sencilla ilustración es claro evaluar que nadie deliberadamente se casa para fracasar. Pero si no planeamos un matrimonio para toda la vida, atendiéndolo correctamente, y viviendo bajo valores y principios, es fácil correr el riesgo de tener un hogar dividido y fragmentado.

En cuanto a la **unidad**, cabe reflexionar que unidad no es uniformidad. Unidad no es pensar igual al otro, ni absorber al otro, ni perder identidad propia. No es ser dos gotitas de agua. No es ser clones.

¡No seamos como la víbora que le dijo al sapo, “seamos uno” y se lo tragó! Tampoco unidad es como quien dice: “Si dos piensan igual, uno sobra”.

No, unidad habla de propósitos en común como familia, en tener metas y proyectos claros, apuntar hacia el mismo lado y juntos esforzarse hacia esa dirección.

Efesios 5:28 dice:

Así también los maridos deben amar a sus mujeres como a sus mismos cuerpos. El que ama a su mujer, a sí mismo se ama.

Proverbios 31:12 dice:

Le da ella bien y no mal, todos los días de su vida.

Mateo 19:6 dice:

Así que no son ya más dos, sino una sola carne; por tanto lo que Dios juntó, no lo separe el hombre.

Respecto a la **intimidad**, no solo hablamos de intimidad sexual (la cual se logra no por instinto, sino con esfuerzo, diálogo y comunicación), sino de intimidad emocional, intelectual. En el seno del matrimonio se combate la soledad a través de la intimidad.

Cuando mi cónyuge me acepta, me ama incondicionalmente y me recibe tal cual soy, tengo libertad no solo de expresar mis dudas y temores sino también de cambiar y corregirme sin temor a la burla y al desprecio. Tal es el resultado de una hermosa intimidad matrimonial.

Cuatro presiones que vive la familia actual:

1. **Vivir en una cultura que le rinde culto al auto-centrismo** y al placer personal por sobre mucho (o todo) lo demás.
2. **Vivir en familias fracturadas.** Un refrán chino dice: “En nido roto no se producen huevos sanos”.
3. **Porque está desapareciendo la dignidad del matrimonio.** Es común es oír: “¡Cómo, vas a cometer la locura de casarte! ¿Cómo, sigues con la misma mujer después de tantos años? ¡No! Hay que cambiar a la de cuarenta por dos de veinte”. Tales son los comentarios irónicos sobre el matrimonio.
4. **La falta de preparación matrimonial.** Se prepara la fiesta de bodas. Se alquila el salón. Se contratan los músicos. Se eligen los vestidos y trajes. Se busca lugar para la luna de miel. Pero, ¿cuántos están dispuestos a dedicar tiempo para prepararse y capacitarse mejor para la vida matrimonial?

Sam Levenson dijo: *El amor a primera vista es fácil de entender; lo milagroso es amarse después de haberse mirado la cara muchos años.*

El mayor logro de la vida cristiana no es ir a cientos de retiros y conferencias, ni estudiar para lograr muchos títulos. El mayor logro es tener y formar familias sólidas y estables a los ojos de Dios. Es un gran esfuerzo, ¡requiere todo tu empeño! El hogar, como sabemos, es la base de la sociedad, y fue idea de Dios.

Se ha dicho: *Grande es el arte de comenzar, pero mayor es el arte de terminar.* Mucho de lo que empezamos en nuestra vida arranca con bombos y platillos, pero, ¿cómo terminaremos?

Una persona se acercó al gran pianista Paderewski, y le dijo: “Daría mi vida para tocar así como usted”.

El músico contestó: “Yo ya lo hice”.

Cinco principios para el matrimonio:

1. **Que tu sí sea sí, y que tu no sea no.** Cuando decimos que “sí” al matrimonio, también le estamos diciendo “no” a otros asuntos. Cuando le dices “sí” a tener hijos, le estás diciendo “no” a otras actividades. Un médico le expresó a su paciente, una cantante de ópera: “O dejas de fumar, o dejas de cantar, no tienes alternativa”. Así es con el éxito familiar. Gran parte para lograr un buen hogar es aprender a decir que sí a todo lo que es correcto y apropiado para el hogar, como también decir que no a aquello que no contribuye a la buena marcha.
2. **Que tu esfuerzo se anteponga a los resultados.** Con el matrimonio hay que tener mucha paciencia. Los resultados de un buen matrimonio o de criar buenos hijos quizás tome tiempo en dar fruto. Primero, entonces, la inversión en el cónyuge, en los hijos, en comprar una casa, y en los años venideros habrá una buena cosecha para el hogar. No intentemos cosechar aquello en lo cual no nos hemos esforzado en cultivar.

3. **Ten logros personales a la par de tus logros matrimoniales y familiares.** ¡No dejes de ser individuo! Una persona que tiene sus logros personales a la par de los logros de la familia será una persona con mayor índice de satisfacción en su vida. Es más, cuando le toque el turno de estar en la etapa llamada “del nido vacío” (cuando los hijos se van del hogar), estará en mayor capacidad de continuar con una vida creativa y útil. Jaime Barylko escribe: “Lo mejor que les puede pasar a los padres es estar suficientemente ocupados consigo mismos, como para que no carguen su tiempo libre, sus aficciones, sus problemas, sobre los hijos”.
4. **Forma buenos hábitos.** Una vida disciplinada y ordenada traerá mucha satisfacción al hogar, y no estamos hablando de rutinas esclavizantes ni aburridas, sino de disciplinarnos hacia aquello que consideramos importante en la vida.
5. **Supera el “no tengo ganas”.** Un psiquiatra expresó: “La motivación no viene en primer lugar. ¡Primero viene la acción!” Si comprendemos este principio, veremos cuánto avanzaremos en todo aspecto de nuestra vida. ¡Las ganas y el entusiasmo no siempre acompañan los inicios! Dentro del matrimonio es necesario superar muchos obstáculos para lograr una buena familia –pero vale la pena si entendemos que lo importante es hacer lo que nos toca hacer, y no depender de nuestro estado de ánimo ni de nuestras ganas.

PIENSA Y REFLEXIONA:

Imagina tu familia de aquí a cinco, diez años.

- ¿Qué desearías que sucediera?
- ¿Cuáles son tus anhelos para tu hogar?
- ¿Cómo contribuirás para que los sueños se logren en tu hogar?

CAPÍTULO 15

LA VIDA ESPIRITUAL DENTRO DEL HOGAR

“Me hago pipí porque me equivoco”.

Para poder entender la vida espiritual dentro del hogar hay que reconocer, según Clinebell, las **cuatro necesidades dentro del hogar**. Entendiendo y reconociendo estas necesidades nos despertará a la realidad de cómo aportar y contribuir de manera espiritual.

1. **La necesidad de seguridad y estabilidad.** Esto habla de padres fieles y responsables, y habla de sostener a la familia aun en tiempos de fracasos, desilusiones y enfermedades.
2. **La necesidad de valor propio.** Muchas personas destruyen el valor de sus cónyuges y sus propios hijos sin darse cuenta siquiera. El hogar fue instituido por Dios como un refugio, como un oasis, como centro de capacitación para la vida.
3. **El amor.** Todos necesitamos ser amados. Los psicólogos evalúan que el ser amado es la más básica de todas las necesidades. Una de las evidencias de un amor maduro dentro de una familia es la que encontramos en 1 Pedro 4:8: *Y ante todo, tened entre vosotros ferviente amor; porque el amor cubrirá multitud de pecados.*
4. **Placer y esparcimiento.** Dentro del hogar es necesaria la recreación y el disfrutar de actividades y momentos juntos.

No es despreciable considerar las evaluaciones de los estudiosos respecto a los problemas que surgen cuando no hay paz y armonía en el hogar.

El sistema inmunitario de una persona está directamente relacionado con su bienestar psicológico, espiritual, mental. Por ejemplo, cónyuges que han perdido a sus esposos pierden gran inmunidad frente a las enfermedades en los seis meses siguientes al fallecimiento.

En el caso de los estudiantes, los investigadores están afirmando que las defensas del cuerpo –los anticuerpos– bajan notablemente durante la época de exámenes. En un estudio universitario, analizaron a dos grupos de estudiantes: quienes tenían buena actitud de lucha hacia la vida, y quienes tenían poco vigor y lucha frente a las demandas escolares. No era de extrañar descubrir que quienes tenían una buena actitud de lucha hacia la vida superaban a los otros en un aspecto puntual: la sangre. La sangre de los luchadores era mucho más inmune que el grupo de personas con menos actitud de lucha.

No es en vano buscar que nuestro hogar sea equilibrado y estable: no solo estaremos formando vidas con mayores posibilidades, sino que ¡gozaremos de mayor salud!

Nuestra responsabilidad como padres abarca a nuestros hijos. Mateo 18:10, DHH, tiene una solemne reflexión:

No desprecien a ninguno de estos pequeños. Pues les digo que en el cielo los ángeles de ellos están mirando siempre el rostro de mi padre celestial.

Es un pensamiento frecuente creer que el fin de nuestros hijos es que sean buenitos, que no molesten a nadie, que sean moderadamente educados, y tengan un mínimo de educación. ¿Será así? Nos imaginamos que hay mucho más allá de ser “buenitos” y “convencionales”.

Muchas veces tratamos mejor a nuestros invitados que a nuestros hijos. ¿Será posible? Sacamos el mejor mantel para los demás, las copas de la abuela, y ¿con los hijos cómo somos? ¿Será correcto? ¡Claro que no!

Es muy grande la responsabilidad de un padre. Porque el propósito de una buena crianza no es limitarlos a ser buenitos y educados, sino recordar que un Dios Padre los creó con un propósito que puede llegar a ser mucho mayor de lo que entendemos o imaginamos. Debemos preparar y capacitar a nuestros hijos para aquello de valor eterno que poseen dentro de sí.

Si nuestro Señor tuvo un lugar importante en su vida para los niños ¡cómo no seguir su ejemplo!

Mateo 19:13-15, DHH, dice:

Llevaron unos niños a Jesús, para que pusiera sobre ellos las manos y orara por ellos; pero los discípulos comenzaron a reprender a quienes los llevaban. Entonces Jesús dijo: Dejen que los niños vengan a mí y no se lo impidan, porque el reino de Dios es de quienes son como ellos. Puso las manos sobre los niños, y se fue de aquel lugar.

Es tan fácil dejar de lado a los niños: conversan de temas que quizás ni nos interesen, interrumpen, y requieren esfuerzo del adulto. Es más fácil decirle al niño: “¡No molestes!”, que prestar atención adecuada. Tantas veces cometemos el error de conversar sobre los hijos, delante de ellos, como si no existieran, y no dialogar directamente con ellos.

Un padre observa a un amigo, delante del niño:

“Éste siempre me da trabajo. Es lento para los estudios, y muy distraído en sus quehaceres”.

Pero esas orejitas aparentemente tan distraídas afinan al mensaje detrás de las palabras: “No soy capaz, no tengo la aprobación de papá”.

Otro error que cometemos con frecuencia los adultos es no saludar a los niños. O saludamos a los bebés o a los mayores. Pero, ¿y los niños? Debemos considerarlos como parte del entorno social.

El valor espiritual de un niño se basa en la prioridad establecida en el hogar. Demasiados padres descansan en que “otros” eduquen espiritualmente a sus hijos, que “otros” los instruyan en temas difíciles como la muerte, el sexo, el divorcio, etc.

El psicólogo Jean Piaget concluyó que el comportamiento moral de un niño es aprendido. ¿Dónde aprenderá el niño durante su tiempo de aprendizaje? ¿En el hogar, en la calle, en la escuela... en ningún lado?

Pues bien. Si en la iglesia hay más comunicación verbal, en el hogar hay más comunicación basada en ejemplos vivos. ¡Somos sermones vivientes!

Habíamos observado que un niño al año habla dos o tres palabras. Pero, ¡ya está captando toda una gama de mensajes de muchas maneras!

Juan 1:14 dice:

Y aquel Verbo fue hecho carne, y habitó entre nosotros (y vimos su gloria, gloria como del unigénito del Padre), lleno de gracia y de verdad.

Que nuestras palabras se hagan la realidad de “habitar entre nosotros” como la vida auténtica de familia, en gracia y verdad, como nuestro Señor Jesucristo.

En el Antiguo Testamento, en Deuteronomio 6:4-9 encontramos el **modelo de un hogar integral**. Este hogar tenía las siguientes características:

1. **Padres que debían ser íntegros en su manera de vivir:** Esto es amar a Dios de todas las maneras posibles, y no solo de palabra. Es amar a Dios las 24 hs. del día, no hay sector “vida espiritual” y “sector secular”. Todo es parte del todo. Dios integra toda mi vida.
2. **Padres que día a día, oportunidad a oportunidad, enseñaban las cosas de Dios que ya estaban escritas en los corazones de ellos.** Esto no habla de tener todo esto en la mente, en el intelecto, en la razón, sino en el corazón. Una persona que cree en algo de corazón no lo hace ni por obligación ni por religiosidad. Una persona que hace algo de corazón lo hace porque ama de verdad. Hay muchas oportunidades durante el día para comunicar la Palabra de Dios: al levantarse, al sentarse, al salir, al acostarse, al levantarse. Cada momento es una ocasión para enseñar a nuestros hijos.
3. **Un hogar visiblemente afectado por Dios.** En la familia descrita era evidente la señal de fe: en el Antiguo Testamento el pueblo israelí lo hacía por medio de pergaminos pegados a diferentes partes de la casa y del cuerpo. Hoy lo podemos hacer a través de versículos, cuadros, Biblias, libros cristianos, recordatorios visuales de la presencia de Dios.

Proverbios 22:6 dice:

Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él.

La responsabilidad de los padres se resume en un versículo de 2 Timoteo 2:15:

Procura con diligencia presentarte a Dios aprobado, como obrero que no tiene de qué avergonzarse, que usa bien la palabra de verdad.

El privilegio de los padres se amplía en 1 Juan 4:18-19:

En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor. Nosotros le amamos a él, porque él nos amó primero.

Un pensador expresó: “*El hombre no descubre a Dios. El hombre responde a Dios*”. En la medida que como padres respondemos a Dios, en esa medida nuestros hijos responderán al que nos amó primero: Dios mismo. Jesús mismo fue respondiendo al amor de quienes fueron sus padres, según Lucas 2:52.

Y Jesús crecía en sabiduría y en estatura, y en gracia para con Dios y los hombres.

¿Qué resulta de un hijo amado, aceptado y encaminado hacia el valor eterno?

- Un hijo con ganas de aprender.
- Un hijo con entusiasmo ante la vida.
- Un hijo con espíritu de lucha.
- Un hijo que supere las dificultades.
- hijo con desafíos y constantes emprendimientos.

Jesús dijo:

Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia, porque ellos serán saciados (Mateo 5:6).

Un hijo que en su hogar se le provee de buena tierra y recibe buena semilla, será productivo y capaz como se menciona en la parábola de Mateo 13:8:

... parte cayó en buena tierra, y dio fruto, cuál a ciento, cuál a sesenta, y cuál a treinta por uno.

El Dr. Hyder escribe lo siguiente:

La perfección en esta vida es categóricamente imposible. Si esto fuera posible, la redención de Cristo no sería necesaria. No podremos lograr la perfección, pero podremos esforzarnos, no en el sentido de intentar ganar nuestra salvación, sino por un acto de gratitud a Cristo por habernos salvado.

Lamentablemente, los cristianos legalistas no pueden entender esto. Han escuchado este mensaje cientos de veces desde el púlpito, pero tienen una gran dificultad en aceptar perdón. Son aquellos cuyos padres fueron muy exigentes, que nunca se conformaron con los esfuerzos de los hijos, y no perdonaron sus fracasos. Estas presiones, sobre niños sensibles y vulnerables, les hizo creer en su adultez que no podrían ser perdonados.

Los tres recursos espirituales para la familia:

Dentro del hogar debemos defender y dar prioridad a la vida espiritual. Dios está interesado en el aspecto espiritual del hogar tanto como en otros aspectos.

1. El Espíritu Santo.

Juan 14:16-18 nos reafirman una poderosa verdad, en palabras de Jesús:

Y yo rogaré al Padre, y os dará otro Consolador, para que esté con vosotros para siempre; el Espíritu de verdad, al cual el mundo no puede recibir, porque no le ve, ni le conoce; pero vosotros le conocéis, porque mora con vosotros, y estará en vosotros. No es dejaré huérfanos; vendré a vosotros.

¡No estaremos solos ni huérfanos en la tarea de formar un hogar! El Espíritu Santo tiene varias funciones:

- acercar y reconciliar a las personas con Dios.
- consolar, ayudar, acompañar.
- desarrollar características tales como gozo, paz, paciencia, bondad, fidelidad, y toda una gama de ingredientes para una familia feliz.

2. La Biblia.

El segundo recurso para la familia es la misma Palabra de Dios. Hay por lo menos cinco usos de la Biblia:

■ **Enseñanza.** Tito 1:9, 2 Timoteo 3:16. La Biblia trata los diversos aspectos de las relaciones dentro del hogar y para el matrimonio.

■ **Meditación.** Meditar en la Palabra de Dios trae fortaleza espiritual. Salmo 1:2; Filipenses 1:8; 2 Corintios 10:5.

■ **Consolación.** La Biblia nos enseña a consolar, y nos envía el Espíritu de consolación para obrar en nosotros. Donde más sino en el matrimonio se necesita consolación y fortaleza para resistir problemas y dificultades.

■ **Principios de comportamiento.** La Biblia es el parámetro moral y ético de nuestra conducta.

■ **Confrontación y corrección.** En el hogar muchas veces las confrontaciones son necesarias para impedir o limitar un comportamiento indebido. Santiago 1:25; Apocalipsis 1:3; Juan 14:15.

3. La Oración.

La oración caracteriza la vida de una persona preocupada por la vida espiritual de su hogar. Al orar estamos reconociendo la soberanía de Dios y pidiendo que se haga la voluntad de Él en nuestra vida, en nuestro matrimonio y en nuestros hijos.

PREGUNTAS:

En base a lo leído en este capítulo:

- ¿Has descubierto áreas deficientes en tu matrimonio? ¿Dentro de tu hogar? ¿Cuáles son?

- ¿Qué cambios harás en el futuro para mejorar y reforzar la vida espiritual de los tuyos?

TAREA PRÁCTICA:

Define un día a la semana en que todos como familia puedan tener tiempo de diálogo, reflexión y oración juntos.

CAPÍTULO 16

UN HOGAR FUNCIONANDO A PLENO

“Sapo grande”, Ariel, al ver un hipopótamo por primera vez.

Un término psicológico que identifica a las familias sanas es el término “funcional”. Su contraparte, lógicamente, es la de una familia problemática: una familia “disfuncional”. Aprendiendo lo que descubren los psicólogos es de gran ayuda para nuestras familias. Aprendiendo de los errores y certezas nos ayudará a realizar un examen amplio de cómo andan nuestros hogares, y por lo tanto, estar en mejores condiciones de corregir los males que azotan. Si bien ninguna familia es perfecta, hay características que aumentan el dolor y el sufrimiento; como también hay características que traen bienestar a los miembros del hogar.

Comenzaremos dando las **diez características de un hogar disfuncional**.

1. **Abuso.** Al nombrar esta palabra fácilmente salta a nuestra imaginación a niños golpeados o mujeres abandonadas. El tema del abuso es aun más amplio: el abuso no solo es el abuso físico y destructivo, sino que abarca el abuso emocional, el abandono de hogar, hijos criados con culpas y complejos debido a los problemas. Otra forma de abuso es la sobreprotección, por más que no lo parezca a primera vista. Un niño que no ha sido preparado para enfrentarse adecuadamente a la vida sufre de abuso: ya que la sobreprotección disminuye enormemente su capacidad de desenvolverse en la vida en su adultez.
2. **Perfeccionismo.** Se ha analizado que los perfeccionistas son exigentes, al punto tal que su existencia como personas depende del orden y el gobierno de todas las situaciones. Las personas así viven miserables, dependiendo que las circunstancias estén siempre bajo su control. Padres perfeccionistas exigen de manera desmedida a sus hijos. En estos tiempos hemos oído de casos de adolescentes que se suicidaron por no aprobar una materia en el colegio, o por no pasar de año. Nos horroriza pensar en tal desgracia, pero ¿estamos equilibrados en nuestra vida de modo que comuniquemos aprobación y cariño en mayor medida que nuestras demandas y exigencias? Un perfeccionista da mayor importancia a las cosas que a las personas. Da mayor lugar al orden y control que a la vida de familia.
3. **Rigidez.** Una característica de un hogar infeliz es la rigidez: cuando no hay buena comunicación, las órdenes se dan porque se dan, y no hay flexibilidad frente a ajustes y cambios necesarios.
4. **Silencio.** Encontramos que el silencio y la indiferencia consecuente son armas destructivas en el hogar. Detrás de la llamada “guerra fría” entre los cónyuges, se va gestando la ruptura y el dolor. Cuando un padre no conversa ni dialoga

con sus hijos, el silencio lo abrumba y lo destruye. El silencio no es una herramienta sana para disciplinar a un hijo. Es preferible un castigo inmediato, que ignorar o darle la espalda al hijo por un tiempo en señal de enojo u ofensa.

5. **Represión.** Se ha hecho tanta guerra a la represión, que muchos de los hogares han caído en el otro extremo, en donde no se disciplina ni se marcan límites. Pero la represión, como un hacha que corta las ramas de un árbol, enfrían y dañan al hijo, trayendo como consecuencia temor, cobardía, falta de entusiasmo frente a la vida, y poca o ninguna expresión de las emociones. La expresión de las emociones de una persona son legítimas, y es muy destructivo forzar a un hijo a encerrarlas, no solo su expresión de tristeza u enojo, sino de alegría y espontaneidad.
6. **Triangulación.** Este es un término psicológico para indicar una comunicación que se realiza a través de una tercera persona: es decir, en lugar de tratar con la persona directamente, se intenta enviar mensajes a través de otro. En el hogar encontramos mucha triangulación: El padre, disgustado con la madre, le dice al hijo:
“Pregúntale a tu madre cuándo comeremos”.
La madre devuelve al mensaje a través del hijo:
“¡Qué se muera de hambre! ¡No pienso cocinar!”
Aunque sea un hábito frecuente, debemos intentar cortar la triangulación de nuestros hogares –si es necesario, que las personas se arreglen directamente. No nos prestemos a ser intermediarios entre situaciones en donde el diálogo se tiene que llevar a cabo directamente entre las personas concernientes.
7. **Mensajes dobles o confusos.** ¿Qué quiere decir esto? Quiere decir que con las palabras se afirma una cosa, cuando los hechos afirman otra. Esto puede pasar respecto a la fe, por ejemplo, cuando los padres profesan ser cristianos, pero en sus hogares no se vive la realidad del cristianismo. Esto habla también de conductas deshonestas o hipócritas en el hogar. Un padre puede ser infiel a su mujer, y sin embargo, imponer una moral que no practica en su propia vida. Es como quien fuma pero dice al otro: No tienes que fumar. En el hogar la integridad entre las palabras y los hechos es fundamental al orden y bienestar.
8. **Aburrimiento y rutinas.** Falta de humor. Un hogar tal es corto en buen humor, en bromas, en risas y de pasar buenos momentos juntos.
9. **Enredos de identidad.** Esto pasa sobre todo en hogares donde no existe la figura de padre, sea por muerte, abandono, divorcio, y las mujeres sobrecargan a sus hijos mayores con demasiada responsabilidad. El adulto debiera evitar atribuir sobre los hijos las cargas que no les corresponde. Otras veces puede ser que la madre confía más sus problemas en algún hijo que en su propio esposo. Es no respetar el lugar apropiado para cada miembro de la casa. Si bien no siempre es fácil, debemos esforzarnos en que cada hijo viva la etapa que le corresponda, ni apurarlo, ni demorarlo, ni engañarlo, ni sobrecargarlo.
10. **Sufrimiento y tristeza.** Nuevamente nos encontramos con padres agobiados, tristes, desanimados, que tan solo comunican derrota y frustración ante sus

hijos. ¿Qué les esperará a estos chicos que arrancan con una tonelada de desánimo en su vida?

Para enfatizar el equilibrio más indicado, pasaremos a dar las **diez características de un hogar funcional**.

1. **Clima de esperanza y fe.** Si bien ningún hogar está exento de problemas, encontramos un clima positivo y animado frente a la vida. Habla de fomentar en nuestros hijos un espíritu de lucha y logro, de apoyarlos a superar los obstáculos y dificultades que ciertamente enfrentarán.
2. **Respeto por características individuales de los miembros.** Es característica de un hogar sano cuando se respetan y se valoran las características individuales de cada persona: sea por su sexo, por sus capacidades y talentos, sea por su personalidad: buscando fomentar a la persona y no encasillarla según la opinión adulta.
3. **Respeto por el rol de las edades.** En estos tiempos, es tan fácil apurar los tiempos de nuestros hijos, pero tendrán tiempo de sobra para ser adultos, y la etapa de la infancia y la adolescencia es un tiempo precioso para arraigar el proceso adecuado para cada momento.
4. **Cuidado y expresión de afirmación.** Esto nos habla de una familia donde el común denominador es la expresión de cariño y apoyo continuo.
5. **Comunicación abierta.** En un hogar sano, toda pregunta y toda inquietud es expresada con libertad. Los hijos saben que sus padres harán lo posible por contestar y aclarar sus inquietudes, y que no hay “tema prohibido” dentro del hogar.
6. **Derecho a la independencia.** El mayor regalo que un padre puede brindarle a sus hijos es el regalo de la independencia. Desde los tempranos años de los hijos, un padre maduro va preparando y capacitando a sus hijos para una independencia física, emocional, social y espiritual. No habla de echarlos ni apurarlos, sino de darles el privilegio de asumir responsabilidad propia para su vida. Hijos así mantendrán una relación estrecha y amorosa con sus padres aun cuando ya estén formando sus propios hogares.
El Dr. James Dobson dice que no son los hijos que se tienen que ir desprendiendo de sus padres, sino los padres que se van desprendiendo de sus hijos. ¿No nos hace pensar en la mamá águila que va empujando a sus polluelos del nido a medida que crecen?
7. **Se disfruta de estar juntos.** Si hay buena comunicación, buen humor y todos estos ingredientes aconsejables, ¡la familia desea estar junta y disfruta de hacerlo! No es una obligación, ¡es un placer!
8. **Sentido del humor y diversión.** Una familia es enriquecida por los momentos de humor, esparcimiento y tiempos de alegría y descanso. Volvamos a jugar al

ajedrez, a los crucigramas, a andar en bicicleta juntos, a los soldaditos, a las muñecas, a las tortas de barro.

9. **Nivel de intimidad y confianza.** Un hogar sano fomenta el respeto por las confidencias de cada miembro: se sabe que se escucha, que se respeta lo dicho, y que los secretos serán valorados. Nadie se burla del otro, se practica la empatía. (Una sugerencia: traten de enseñar el significado de esta palabra a sus hijos, ¡verán algunos resultados interesantes!)
10. **Correcto lugar para la expresión del dolor.** Si como padres sabemos encauzar apropiadamente nuestro propio dolor, sabremos conllevar el dolor de nuestros hijos, y permitirles su correcta expresión y tiempo de restauración y sanidad ante las dificultades. Ni minimizamos las penas y tristezas, ni las exageramos; simplemente respetamos correctamente la expresión y tiempo de recuperación ante los problemas.

CAPÍTULO 17

RESPECTO AL TRABAJO

“Una venda dura durísima”. Sebastián al observar un yeso.

Sería incompleto escribir un libro sobre la familia que no contenga espacio dedicado al trabajo. ¿Qué tendrá que ver? ¡Muchísimo! Por el trabajo, una familia se mantiene, se dignifica, y progresa, desarrollando habilidades y responsabilidades en la vida.

Un refrán popular dice: *Si te dan ganas de trabajar, siéntate bajo un árbol y espera a que se te pase.* ¡Qué concepto tan burlón de una de las tareas más dignas que puede realizar una persona, el trabajo! Pareciera que el sueño de una persona es o jubilarse o recibir dinero como para no trabajar nunca más. ¿Será así el propósito del ser humano?

Algo curioso es que el 25% de los hombres jubilados mueren dentro de los dos años después de su jubilación. ¿Será por falta de emprendimientos, y desafíos? Quizás.

Se han analizado **cuatro características de la gente que se considera feliz:**

1. tiene buenas relaciones familiares
2. tiene un bajo índice de preocupación
3. atiende y valora su salud
4. disfruta de su trabajo.

La realidad de los estudios de los profesionales nos indica que un 40% de las personas no está conforme con su trabajo. De estos 40%, los porcentajes se reparten así:

- El 50% no le gusta el tipo de trabajo que hace.
- El 36% está descontento con el sueldo que recibe, y las pocas oportunidades de ascender.

- El 8% admite que no les gusta el jefe.

El trabajo, entonces, es un elemento imprescindible al bienestar de una persona. Surgen algunos principios bíblicos muy claros en la Biblia, el Manual de Instrucciones para nosotros.

Un aspecto interesante es que el trabajo que requiere esfuerzo mental agota más que el trabajo mayormente físico. No digamos, entonces, a nuestros maridos, "Si has estado todo el día sentado en la oficina, ¿de qué estás cansado?". Si el trabajo de una persona es mental, respetemos que tiene un cansancio aun mayor que el trabajo físico. Personas que trabajan en un lugar con alto nivel de ruidos también necesitan más descanso que aquellas personas que trabajan en lugares de silencio y pocos ruidos.

Éxodo 34:21 dice:

Seis días trabajarás, mas en el séptimo día descansarás; aun en la arada y en la siega, descansarás.

Éxodo 35:2 dice:

... mas el día séptimo os será santo, día de reposo para Jehová; cualquiera que en él hiciere trabajo alguno, morirá.

Es curioso considerar que un buen descanso es apropiado para mejorar el rendimiento del trabajo. Quienes saltean el desayuno o comen un desayuno pobre pierden fuerzas durante su día de trabajo. Entonces, ¡a descansar y a desayunar bien!

La fatiga, nos afirman los psicólogos, es causa de mayor infelicidad, de fracasos en el matrimonio y en los negocios más que otra causa. La forma más común de cansancio es la fatiga nerviosa, causada por preocupación, aburrimiento, frustración y otras emociones negativas. El ejercicio y la buena actividad física son los primeros elementos para despejar este tipo de fatiga, como también comprendiendo y afirmando los valores espirituales de la vida

Durante la Segunda Guerra Mundial, algunas fábricas de municiones intentaron fabricar los siete días de la semana, con el fin de aumentar la producción. ¡Oh sorpresa! Trabajando un día más, no aumentaron su producción, confirmando que el descanso es parte del plan del proyecto de Dios para nosotros.

Nehemías 4:6 nos revela el espíritu del trabajo:

Edificamos, pues, el muro, y toda la muralla fue terminada hasta la mitad de su altura; porque el pueblo tuvo ánimo para trabajar.

Hageo 2:4 dice:

"Pues ahora, Zorobabel, esfuérate, dice Jehová... y trabajad porque yo estoy con vosotros..."

Descubrimos **dos principios** sencillos:

1. Se debe trabajar con esfuerzo.
2. Y se debe trabajar sabiendo que Dios está con nosotros.

La pregunta más importante es: **¿Disfrutas de trabajar?** ¿Disfrutas de tu trabajo? Que te guste o no tu trabajo es lo que marca la diferencia entre el éxito o un fracaso. La persona que no disfruta de su trabajo, por más que se esfuerce, no se sentirá satisfecho.

Tres características de personas que tienen éxito en sus trabajos:

1. Tienen disposición de pasar tiempo en realizar la tarea.
2. Tienen la habilidad de perseverar a pesar de obstáculos y oposición.

3. Tienen la capacidad de tener resistencia a largo plazo cuando la carga es pesada y el camino es empinado.

Una pregunta que se hacen los estudiosos es la siguiente: Trabajar de más, ¿puede traer un surmenaje, o quebranto nervioso? No. La conclusión enfática es que el trabajo duro y arduo no trae problemas ni consecuencias. Lo que sí es destructivo al sistema nervioso son los temores, la preocupación y la frustración que acarrea el trabajo. Nada destruye más a la salud como la preocupación, no el trabajo en sí.

Hay una relación indispensable entre la habilidad natural de una persona y su disposición de pasar tiempo en lograrlo. Si uno tiene la habilidad o dones sin dedicación, no progresará. La dedicación y la capacidad acorde es una combinación para el éxito. Los psicólogos concluyen, entonces, que lo que básicamente impide el éxito es la pura pereza, la falta de ganas y empeño para lograr un objetivo.

¿Cómo lograr éxito? Sería prudente aclarar que éxito no es llegar a X suma de dinero o cierto status social y económico, sino alcanzar las metas y objetivos que desafían a la persona y la llevan a desarrollarse al máximo su potencial.

Cuatro características para lograr el éxito:

Poseer:

1. Aptitudes mentales.
2. Ambición.
3. Energía.
4. Un gran deseo de prosperidad para la familia.

Pues bien. Estos ingredientes se consideran en el aspecto mental y emocional. Hay ingredientes espirituales que son fundamentales al propósito del trabajo, tener un propósito eterno en todo lo que hacemos y decidimos.

En Éxodo 36 aprenderemos varios principios respecto al trabajo, ya que aquí Moisés enfrenta la construcción del tabernáculo, aquel templo portátil construido en el desierto. En el v. 2 dice que Moisés convocó a *todo hombre sabio de corazón en cuyo corazón Jehová había puesto sabiduría, y todos aquellos cuyo corazón les impulsó para acercarse y llevar a cabo la obra*. El versículo siguiente nos dice que tanta disposición hubo que los obreros dijeron ¡Basta! porque recibir tantas ofrendas voluntarias excedía la necesidad y les hacían perder tiempo para trabajar.

Así fue que Moisés suspendió las ofrendas, v. 7, “pues tenían material abundante para hacer toda la obra, y sobra”.

Aquí encontramos **diez principios bíblicos**:

1. **Sabiduría de Dios** en sus corazones.
2. **Impulso de Dios** para trabajar.
3. **No permitían interrupciones** en su trabajo.
4. **Buen trato con su “jefe”** Moisés.
5. **Generosidad**. Curiosamente, según Deuteronomio 14:29; 24:19; 28:12, los levitas (miembros del sacerdocio) no tenían bienes propios, como tampoco los forasteros, viudas y huérfanos desamparados. Quienes tenían campos dejaban “extras” en el campo para tales personas que se acercaban y cosechaban por su

cuenta. Quienes eran generosos con sus bienes recibían una bendición especial de Dios: “... para que te bendiga Jehová tu Dios en toda obra de tus manos”.

6. **Cumplimiento y responsabilidad.** Eclesiastés 7:25 dice Salomón: “Me volví y fijé mi corazón para saber y examinar e inquirir la sabiduría y la razón, y para conocer la maldad de la insensatez y el desvarío del error”. Juan 17:4 registra las palabras de Jesús, diciendo a su Padre: *Yo te glorifiqué en la tierra, habiendo terminado la obra que me diste que hiciera.* El rey David delegó tareas a sus hombres, según 1 Crónicas 16:37: *Y dejó allí, delante del arca del pacto de Jehová, a Asaf y a sus hermanos, para que ministrasen de continuo delante del arca, cada cosa en su día.*
7. **Consultaban a Dios.** En 2 Crónicas 31:21 dice: *En todo cuanto emprendió en el servicio de la casa de Dios, de acuerdo con la ley y los mandamientos, buscó a su Dios, lo hizo de todo corazón, y fue prosperado.*
8. **Hacían lo bueno, recto, honesto y verdadero.** En 2 Reyes 12:15 encontramos que “... el dinero era entregado... a los que hacían la obra...” tampoco se pedían cuentas a los hombres en cuyas manos era entregado el dinero para darlo a los que hacían la obra, pues ellos actuaban con honestidad. En 2 Crónicas 31:20 se habla del rey Ezequías: *... y ejecutó lo bueno, recto y verdadero delante de Jehová su Dios.* El Salmo 90:17 nos dice: *... Y la obra de nuestras manos confirma sobre nosotros; sí, la obra de nuestras manos confirma.*
9. **El trabajo era diligente y eficiente.** En Esdras 5:8 hay un informe enviado al rey respecto al trabajo realizado: *Sea notorio al rey que fuimos... a la casa del gran Dios, la cual se edifica con piedras grandes; y ya los maderos están puestos en las paredes, y la obra se hace de prisa, y prospera en sus manos.*

El trabajo sería probado. En 1 Corintios 3:12-13 dice: “Y si sobre este fundamento alguno edificare oro, plata, piedras preciosas, madera, heno, hojarasca, la obra de cada uno se hará manifiesta; porque el día la declarará, pues por el fuego será revelada; y la obra de cada uno cuál sea, el fuego la probará”. (La palabra original de “obra” es “trabajo”). Santiago 2:14 amplía el concepto: “*Hermanos míos, ¿de qué aprovechará si alguno dice que tiene fe, y no tiene obras? ¿Podrá la fe salvarle?*” El v. 17 agrega: “*Así también la fe, si no tiene obras, está muerta en sí misma...* v. 18b concluye: “*Yo te mostraré mi fe por mis obras*”.

En 1 Tesalonicenses 4:11-12 Versión Libre, nos dice:

Tengan por aspiración vivir en tranquilidad, ocuparse en sus propios asuntos, y trabajar con sus propias manos, como les hemos mandado; a fin de que se conduzcan honestamente para con los de afuera, y que no tengan necesidad de nada.

Una de las tareas principales del hogar es enseñar a nuestros hijos a ser trabajadores, comenzando desde las primeras responsabilidades a temprana edad, ya sea juntando sus juguetes, cepillándose los dientes, etc. y agregando más en la medida que va creciendo.

Se ha dicho que hay hijos de 18 años que van a la cárcel, pero debieran ir junto a sus padres. ¿Será así? ¿Serán los padres cómplices en la mala conducta

de sus hijos? Es motivo de solemne reflexión. Un niño que desde temprano aprende buenos hábitos e instrucción, como dice Proverbios 22:6, *“Instruye al niño en su camino, y aun cuando fuere viejo no se apartará de él”*.

Una de las tareas de los padres es ayudar a descubrir la vocación del hijo. Aunque hay muchos estudios vocacionales para “descubrir” las posibilidades del adolescente y joven, no hay quiénes como los padres para conocer las habilidades del hijo.

¿Cómo colaborar en esta tarea?

1. **Identificar y reafirmar sus intereses y habilidades.** Es aconsejable, en lo posible, ofrecerle al hijo la posibilidad de un idioma, un deporte y de un instrumento, como también llevarlo y exponerlo a una variedad de opciones tales como la computación, una manualidad, un hobby, un curso corto, etc. antes de terminar sus estudios secundarios, ya que ayudará a ir comprendiendo dónde está la inclinación del hijo.
2. **En lo posible, evita dar órdenes a tus hijos.** Dale instrucciones claras respecto a las tareas que debe hacer sin una actitud de “mandón”.
3. **Abre el mundo exterior a tu hijo.** Llévalo a museos, a viajes, a ver buenas películas y videos educacionales, al zoológico, a caminar y explorar el campo, a recorrer la ciudad... abre sus sentidos a todas las experiencias positivas posibles. Enriquecerá su mundo, y le dará mayor capacidad para enfrentar los desafíos en el día de mañana.

Cuentan que un ancianito vivía en casa con su hijo y nietos. Al anciano le daban de comer con un plato de lata todo abollado y viejo, y los cubiertos estaban rotos y gastados, y poca consideración le daban dentro del hogar. Cuando falleció el anciano, el hijo juntó su plato y sus cubiertos, y se dispuso a arrojarlos a la basura. El nieto, observando, dijo a su padre: “Papá, no los tires. Los quiero guardar para cuando tú seas viejo”.

El hogar es el resultado de lo que se haya sembrado a través de los años. A menudo resulta ingrato, difícil y agotador, pero ¿quién mide las recompensas?

En primer lugar, Dios mismo. Dios bendice y aprueba el hogar en donde hubo compromiso, fidelidad, responsabilidad y amor. Y los hijos, al continuar con su vida, tendrán todas las posibilidades de triunfar y a su vez llevar adelante sus propios hogares con éxito.

¿Vale la pena el esfuerzo?

¡Claro que sí!