

Salud y familia

Crecer en familia Lic. Teresa Lozano Ramírez

Todos los días me encuentro con padres de familia que comparten conmigo su gran preocupación por la educación de los hijos y ¿quién de nosotros no nos hemos sentido impotentes ante este problema?

Cuántas veces lo que nos hacía reír en la infancia de nuestros hijos, ahora ya no nos es tan gracioso cuando al pasar de los años vemos que se gobiernan por la ley del menor esfuerzo. Y surge en cada uno de nosotros las incógnitas sobre ¿Cuál es la forma de enfrentar este reto? o ¿Cuáles son las claves o métodos que tengo que utilizar? O bien, ¿Cuáles elementos son útiles para hacer de los hijos, hombres o mujeres útiles a Dios a los suyos y a la sociedad?

No hablamos aquí de educar en conocimientos, ni en idiomas o habilidades técnicas, artísticas o físicas o en el arte de desenvolverse socialmente y ser capaces de adquirir títulos o reconocimientos; la educación a la que nos referimos es aquella que se da en la familia, inspirada por el amor y la donación de los padres.

Es dentro del núcleo familiar donde debemos encausar las potenciales de cada uno de nuestros hijos para que puedan desarrollarlos en todas sus dimensiones. Es educar en su esencia preparando a un ser humano para que llegue a ser aquello que por vocación le corresponde hacer. Más que hacer actividades educativas es construir una persona anteponiendo el ser al hacer. Proporcionándoles todos los medios y los caminos para que aspire al bien. Y sea amante de la verdad.

Tarea un tanto pretenciosa, pero alcanzable en la medida en que nos esforcemos por educar seres humanos íntegros. Tarea desde luego no de algunas horas diarias, o de determinados años, sino una labor de todo los días y de toda la vida.

El pensamiento, característica del ser humano.

Es precisamente el uso de la razón una de las potencialidades del hombre, pero aunque esta característica le pertenezca como propia de su ser, es tarea del mismo el desarrollarla adecuadamente para hacer un buen uso de ella; esta es por lo tanto una de las tareas de los padres: enseñar a pensar a nuestros hijos.

Es por medio de la razón como conocemos y descubrimos el bien y la verdad, para que una vez conocido pueda ser elegido como forma de vida. Enséñales a pensar para que puedan ser capaces de cuestionarse, más que de cuestionar, pues sólo cuestionándonos a nosotros mismos podremos encontrar nuestras propias respuestas.

Estamos viviendo una época de grandes adelantos, donde todo está hecho y resuelto, es cuestión de seguir un instructivo o simplemente de apretar un botón. Cada día es menos necesario hacer uso de la razón; lo que antes era cuestión de reflexión, ahora es sólo cuestión de gustos, sin detenernos a pensar en las consecuencias futuras.

Hoy en día es común ver modas en el vestir, o en el hablar que más que comunicar o vestir, parecen ser un distintivo a la negación a las normas, autoridades o lineamientos que se den en la familia, en la sociedad y en la religión.

Es sólo por medio del pensamiento como podremos enseñar a nuestros hijos a elegirse como el mejor bien, y sólo así buscar el bien para ellos y para los que los rodean.

Siempre que elijo estoy renunciando a algo

Si logramos que nuestros hijos aprendan a pensar, serán capaces de crearse un hábito por medio del cual se pueden tomar decisiones. Y cada vez que se toma una decisión es porque se ha elegido. Esta elección exige renunciar a algo.

Si después de un día pesado de trabajo, me siento a ver televisión y me desvelo viendo una película, mi elección me lleva a renunciar a dormir temprano y es sólo por medio del razonamiento como puedo elegir que lo es mejor para mí.

La mayoría de nuestros jóvenes se encuentran con una serie de consecuencias que no presupuestaron, debido a la falta de reflexión al ejecutar sus actos, y en la mayoría de los casos estas consecuencias son adjudicadas a los padres, a los maestros, a nuestros gobernantes e inclusive a Dios. Y por lo tanto los incapacitamos para hacerse responsables de sus elecciones y por lo tanto de sus propios actos.

Es desde pequeños que tenemos que enseñar a nuestros hijos ha hacer uso de la reflexión, orientada al bien y a la verdad, con lo cual crearán no solo buenos hábitos sino también virtudes, que les hará mas fácil el manejo de su voluntad.

La voluntad se educa

Cuando hacemos una elección, estamos haciendo uso de la voluntad. Esta capacidad de hacer uso de mi voluntad es lo que me hace libre.

La educación de la voluntad es sin duda uno de los más grandes desafíos a los que se enfrentan los padres de familia. Ya que, independientemente del ejemplo, esta tarea implica paciencia, constancia, amor y creatividad por mencionar algunos por parte del que educa, para lograr forjar hombres y mujeres capaces de resolver con mayor facilidad los desafíos que la vida les representa.

Cuando educamos la inteligencia, desarrollamos la facultad que está destinada a conocer la verdad, y cuando educamos la voluntad, encausamos la inclinación hacia el bien.

La mayoría de las veces es necesario negarse o vencerse en los gustos, estímulos e inclinaciones para tener una voluntad sólida. Mediante el sacrificio la persona logra dominar su cuerpo y sus instintos, obteniendo una fortaleza espiritual.

Aquel capaz de tener fuerza de voluntad puede gobernarse a sí mismo y quien se domina a sí mismo no hace lo que más le gusta o lo más fácil, sino lo que es mejor para crecer como persona.

Educación en libertad

Para poder educar en la libertad, es necesario que por medio de la razón y la voluntad fomentemos en nuestros hijos la autonomía y la responsabilidad.

En cuanto a la autonomía es importante que les enseñemos a tener iniciativa, que sepan elegir y sean consecuentes.

Para enseñarlos a ser responsables es necesario dejarles tareas o encargos adecuados a su edad, que administren su dinero para algunos gastos personales, que establezcan horarios ya sea para levantarse, hacer tareas, divertirse o dormir por poner un ejemplo.

Pero lo más importante para desarrollar en nuestros hijos la libertad, es nuestra actitud de ejercitar una autoridad valiente y prudente y subordinada a un espíritu de servicio.

Oliveros Fernández Otero decía: “Los padres con autoridad-servicio y autoridad-prestigio son comprensivos pero sobre todo son contagiosos, saben estimular por su manera de hacer”.

Educar pues la libertad de nuestros hijos será conocer sus posibilidades reales, enseñarles a observar y a razonar, nunca imponer, sino guiarlos para que elijan la conducta adecuada en cada momento. Todo esto dando testimonio, ya que los padres somos el espejo de convicciones firmes para ayudar a la responsabilidad y felicidad de nuestros hijos que con el entendimiento reconocerán lo que es bueno y con la voluntad lo llevarán a cabo.

La obediencia en nuestros hijos se ha de alcanzar no por autoritarismo, ni por sobreprotección, sino por amor. Para esto es necesario ser flexibles y capaces de rectificar, de cambiar de opinión, de conocer el porque del comportamiento del hijo en un momento determinado y valorar lo que es importante siempre, permanentemente, o aquello que sólo es importante temporalmente, nos ayudará a comprenderlos mejor y construir un clima positivo y de confianza.

VENTANA

Carta de un hijo a su padre

No me des todo lo que pido. A veces sólo pido para ver hasta cuánto puedo coger.

No me grites. Te respeto menos cuando lo haces, y me enseñas a gritar a mí también,
y yo no quiero hacerlo.

No me des siempre órdenes, si en vez de órdenes a veces me pidieras las cosas,
yo lo haría más rápido y con más gusto.

Cumple tus promesas, buenas o malas.

Si me prometes un premio, dámelo, pero también si es castigo házmelo cumplir.

No me compares con nadie, especialmente con mi hermano o con mi hermana,
si tú me haces lucir mejor que los demás, alguien va a sufrir,
y si me haces lucir peor seré yo quien sufra.

No cambies de opinión tan a menudo sobre lo que debo hacer,
decide y mantén esa decisión.

Déjame valerme por mí mismo, si tú haces todo por mí yo nunca podré aprender.

No digas mentiras delante de mí, ni me pidas que las diga por ti,
aunque sea para sacarte de apuros,
me haces sentir tan mal y perder la fe en lo que me dices.

Cuando yo haga algo malo, no me exijas que te diga el "por qué".
A veces ni yo mismo lo sé.

Cuando estés equivocado en algo admítelo y crecerá la opinión que yo tengo de ti
y me enseñarás a admitir mis equivocaciones también.

Trátame con la misma amabilidad y cordialidad que tratas a tus amigos,
ya que porque seamos familia no lo podemos ser también.

No me digas que haga una cosa si tú no la haces.

Yo aprenderé y haré siempre lo que tú hagas, aunque tú no lo digas.

Pero nunca haré lo que tú digas y no hagas.

CENTRO SAN CAMILO
VIDA Y SALUD
NO. 07 (2004)

Enséñame a amar y conocer a Dios, no importa si en el Colegio me quieren enseñar,
porque de nada vale, si yo veo que tú ni conoces ni amas a Dios.
Cuando te cuente un problema mío, no me digas: "No tengo tiempo para boberías"
ó "eso no tiene importancia"; trata de comprenderme y ayudarme.
Quiéreme y dímelo. A mí me gusta oírtelo decir, aunque tú no creas necesario decírmelo.
Anónimo