

MADRES QUE AFIRMAN HIJOS QUE PROSPERAN



TE AMO HIJO
ERES MUY CREATIVO!
QUE INTELIGENTE!
ESE ES MI CAMPEÓN!
CREO QUE LO VAS A LOGRAR
ESTOY MUY ORGULLOSA DE TI
WUAW! FUISTE MUY VALIENTE
MUY BUEN TRABAJO LLEGARÁS LEJOS

JOSÉ LUIS Y SILVIA CINALLI

MADRES QUE AFIRMAN HIJOS QUE PROSPERAN



TE AMO HIJO
ERES MUY CREATIVO!
QUE INTELIGENTE!
ESE ES MI CAMPEÓN!
CREO QUE LO VAS A LOGRAR
ESTOY MUY ORGULLOSA DE TI
WUAW! FUISTE MUY VALIENTE
MUY BUEN TRABAJO LLEGARÁS LEJOS

JOSÉ LUIS Y SILVIA CINALLI

AUTORES

José Luis y Silvia Cinalli

DISEÑO DE TAPA

Daniela Tourn

DISEÑO Y COMPAGINACIÓN

Denis López

EDICIÓN Y PUBLICACIÓN

PLACERES PERFECTOS

Av. Castelli 314 – Resistencia
Código Postal 3500 – Chaco – Argentina
Tel/fax: 0054 (0362) 443 8000
E-mail: info@placeresperfectos.com.ar
Sitio web: www.placeresperfectos.com.ar
Facebook: placeresperfectos
Facebook: jlcinalli

La versión de Biblia utilizada en este libro es Reina Valera 1960, salvo que se especifique lo contrario.
DHHe: Biblia Dios Habla Hoy castellano peninsular
NVI 1999: Biblia Nueva Versión Internacional 1999
NVI: Biblia Nueva Versión Internacional
TLA: Biblia Traducción al Lenguaje Actual
SRV2004: Biblia Reina Valera Gomez 2004
PDT: Biblia Palabra de Dios para Todos
CST-IBS: Versión Castellano Antiguo
BAD: Biblia Al Día

ÍNDICE

Introducción.

Asuntos preliminares.

No bajes la guardia; no renuncies.

Establece hijos valientes, seguros en Dios.

Quítate la venda.

"Herramienta" versus "entretenimiento".

Planifica un legado.

Mujer, afectarás a la próxima generación, ¡vamos, levántate, tú puedes!

No te dejes vencer, aunque los resultados te insten a eso.

¡Siguen las sorpresas!

PRIMERA SECCIÓN

Para madres cuyos hijos/as han sido víctimas de abuso.

Primer capítulo

Ministrando al corazón de una madre.

1. El abuso verdaderamente existió.
2. Tú también fuiste víctima.
3. Nadie tiene 'derecho' de abusar; nadie debe disculpar al abusador.
4. No fue tu culpa.
5. En Dios está tu fuerza.

Segundo capítulo

Cuadro de emociones. Realidad del corazón.

- 1) Sentimientos iniciales y actuales.
- 2) Puedo describir mi mundo emocional de la siguiente manera.
¿A qué promesa bíblica te aferrarás para comenzar a transformar tu mundo interior?
Relación con el perpetrador.
¿Qué sienten los que me rodean?
Como familia, ¿deberán cambiar el estilo de vida?
Hábitos para encontrar paz y luz en medio de la tormenta:

SEGUNDA SECCIÓN

Para madres que anhelan hijos campeones.

Tercer capítulo

Mamá: ¡En Cristo tú puedes!.

Tu perfume quedará por mucho tiempo.

Hola Jesús, soy Juan.

Me hubiera gustado que me enseñaran.

Con los años he aprendido.

Cuarto capítulo

Libérate de falsas concepciones.

Mamá. ¡Tú eres bella!

¡Recibe la seguridad en tu espíritu!

Comprométete con los cambios.

Nadie podrá alinearlos con Dios, solo tú.

Mamá: ¡Tú puedes mejorar! ¡Tú puedes superarte!

¿Cómo modificar las actitudes?

Cambiando el ambiente.

TERCERA SECCIÓN

La ardua tarea que tienes por delante.

Quinto capítulo

Cómo ayudar a los niños en el camino de la superación. Parte I.

El poder de un niño.

Cultivar amistades saludables.

Ayudar a los demás.

Mantener una rutina en casa.

Establecer límites claros que se mantendrán en el tiempo.

Enseñarles que son valiosos.

Sexto capítulo

Cómo ayudar a los niños en el camino de la superación. Parte II.

Desafiarlos a soñar.

Fomentar una autoestima saludable. La historia de Sonya Carson.

Priorizar el ser por encima del hacer.

Estimular la curiosidad por investigar y aprender.

Enseñar que el cambio es parte de la vida.
Incluye a Dios en todos los procesos.

Séptimo capítulo

¿Qué es la resiliencia?.

La Biblia manifiesta resiliencia en su máxima expresión.

José, 'el soñador'.

Las comparaciones y el favoritismo.

¿Son comunes los celos entre hermanos?

Los progenitores: ¿inciden en los celos entre los hermanos?

Las injusticias y la superación en Dios.

La resiliencia en David.

El valor de los desiertos.

Bibliografía citada.

Bibliografía consultada.

Introducción

Querida dama, amada mamá y valiente mujer:

Este libro fue escrito para ti. Queremos expresarte el amor de Dios y animarte de todo corazón. Deseamos que hagas las paces contigo misma, aceptes los errores como parte del aprendizaje, revalorices las cosas buenas y minimices las malas. En fin, anhelamos que liberes tu capacidad de amar sin la más mínima sombra de dolor que opaque tu existencia. Sabemos que esta transformación solo es posible en Dios. Deseamos inspirarte para que busques Su rostro y en Su Presencia experimentes la más sublime plenitud.

Cada día que Dios te regala amanece esplendoroso y cada atardecer es glorioso. Cuando la brisa acaricia tu cara o escuchas el trinar de los pájaros experimentas un regalo del cielo.

Cada día, mientras andas por la vida, se impone disfrutar del momento y enriquecerlo con la sonrisa de tu alma. Ponle tu firma a la historia porque, ¡tú eres hacedora de historia! ¡Tú dejarás una huella de bendición y un camino de prosperidad! ¡Concíbelo en tu espíritu! Dios te hará socia para transformar generaciones. Quizás ahora no veas cómo, ¡pero sucederá!

Aminora tu paso lo suficiente como para que Dios pueda dirigirte y encauzar tus decisiones. Sí, es cierto que la vida a veces es dura y otras resulta casi insostenible, pero cuando pende de un hilo es ahí cuando puede valorarse en su justa medida; es ahí cuando aquello que parecía tan importante al punto de torturar el alma, se diluye y logras entender que nada en el pasado era tan tremendo como para acortar los días, quitar el sueño o robar la alegría. ¡Tenlo presente para que no sea la calamidad la que te enseñe!

Si tienes demasiadas obligaciones y tu carga es muy pesada, con mayor razón, comienza con calma, dejando tu yugo en las manos de Dios. Dedicar los primeros minutos de cada día a honrar al que merece todo honor: nuestro Señor. Verás que el tiempo te rendirá el doble, y además, tomarás decisiones inteligentes. En Su Presencia se experimenta una paz que sobrepasa la capacidad de entenderla en base al razonamiento. ¡Dios quiere que vivas esa

experiencia! Así tendrás más para celebrar y menos que lamentar.

Deseamos por medio de este material brindarte herramientas para que la sabiduría esté de tu lado, puedas vestiste con todo lo bueno de Dios para que seas invencible en medio de las tormentas de la vida, otorgando sobre tus hijos, nietos y todos los que amas el poder para prosperar, engalanándolos de fuerza y valor.

Con todo afecto,
José Luis y Silvia Cinalli.

- Asuntos preliminares -

No bajes la guardia; no renuncies

El roble es una especie arbórea que nos permite extraer numerosas enseñanzas. Por ejemplo, comienza a producir frutos después de los veinte años teniendo su pico máximo de producción entre los cincuenta y ochenta años de edad.

¿Qué hubiese pasado si quien plantó la semilla no la regaba pacientemente en sus primeras temporadas? Hubo que abonar, cuidar, podar y esperar a que los años dorados de la planta llegaran y aparecieran las bellotas, aun sabiendo el que la plantó que no cosecharía el fruto deseado, sino sus hijos o nietos.

Generalmente cuando alguien emprende una tarea espera que le reditúe los beneficios a ella misma; poco se piensa en relación a cincuenta u ochenta años más adelante. Si comienza una empresa espera que rápidamente lleguen las utilidades, si planta un árbol desea comer de su fruto. Sin embargo, las hijas de Dios **debemos aprender a pensar en generaciones.**

La Biblia dice: *"El hombre (persona) de bien deja **herencia** a sus nietos"*, Proverbios 13:22a (NVI 1999). La palabra **herencia** representa legado, manto de bendición, sucesores, representación de sí mismo ante otros; no son propiedades, campos o industrias sino personas con el carácter necesario para progresar y avanzar en todas las áreas, especialmente la espiritual. La responsabilidad de un padre o una madre a la manera de Dios es criar a la siguiente generación como excelentes y poderosos hijos de Dios, y de ese modo, dejar la mejor herencia para sus nietos. Si cumpliéramos con nuestra función cuándo y cómo nos corresponde la próxima generación sería más consagrada a Dios y más llena de Su presencia; también más bendecida, más fructífera y más victoriosa.

Establece hijos valientes, seguros en Dios

El Salmo 127:4 dice: *"**Los hijos que nacen en la juventud son como flechas en manos de un guerrero**"*, DHHe.

Piensa un momento, ¿qué pasaría si las flechas fueran colocadas en manos inexpertas? Probablemente se desperdiciarían, pero si las tomara un experto serían la razón del éxito.

Dios establece por medio de su Palabra que nuestros hijos serán para su gloria. Ellos representan el epicentro de las victorias venideras en el mundo espiritual y, desde ahí, se manifestarán al mundo tangible, material y visible.

Debes criar a tus hijos como campeones, pero para Dios; dispuestos a obedecerlo y amarlo por encima de cualquier otro camino, meta o amor. Debes mantener el convencimiento de que cada hijo/a nació con una misión y un destino específico. La vida solo trasciende en la medida que adquiere sentido. No esperes hasta que sea adulto para que formule la pregunta existencial: "¿para qué fui creado?". Aunque tú no sepas el propósito definido dale transcendencia en todo lo que haga y una seguridad personal y auténtica fundamentada en la soberanía de Dios. Este aspecto marcará un abismo de diferencia en las circunstancias diarias. ¿Cómo se hace? Valora cada avance, muéstrale que Dios le ha dado grandes capacidades. Cada vez que aparezca una necesidad puntual guíalo a buscar la respuesta en Dios. Toda tu atención debe estar puesta en llevarlo al conocimiento de Dios, a confiar en Él, a temer Su Nombre y honrar Su Presencia. Estos principios espirituales no se delegan en la iglesia sino que se aprenden en el hogar. ¡Tuya es la responsabilidad, pero también será la bendición de la cosecha!

Abre tu Biblia en el Salmo 127. Verás que en el contexto del mismo omite 'llamativamente' la prosperidad financiera; ¿por qué? Porque da por sentado que Dios proveerá para el hogar. Sin embargo, el autor remarca aspectos que 'llamativamente' hoy se soslayan de manera pasmosa. El Salmo destaca la importancia del acompañamiento a los hijos (lo cual no significa estar todo el tiempo sentada al lado, sino encaminarlos para que desarrollen aptitudes y actitudes que les sirvan en la vida, teniendo siempre como centro al Señor). El Salmo alienta a las madres a tener pericia en la instrucción que brindan y, compara a cada progenitor con un eximio guerrero que lanza hacia un futuro cierto a sus hijos -al ser sostenido por Dios- capacitados espiritualmente, con discernimiento y sabiduría para que se destaquen con habilidades, maestría y experticia.

La mayoría de las madres no ha recibido instrucción para cumplir semejante tarea. La buena noticia es que estás a tiempo, independientemente de la edad que

tengan tus hijos. Puedes usar la sabiduría espiritual disponible para las hijas de Dios a fin de guiarlos, de hoy en adelante, a que superen exitosamente todas las adversidades. Equípalos con fortaleza espiritual y sana autoestima basada en lo que Dios dice de ellos. Sí, equípalos para que concreten sueños grandiosos como el Dios que adoran, que atraviesen toda dificultad y venzan cualquier oposición. ¡Hijos valientes, seguros en Dios!

Renuncia a toda forma de descalificación. En la vida, tus hijos encontrarán a personas que se reirán de sus sueños, los envidiarán y tratarán por todos los medios de impedir que concreten sus proyectos, pero lo asombroso es que la mayor descalificación que hace mella en la autoconfianza no viene desde afuera sino desde adentro. ¡Cuántas veces se oye a un padre o una madre regañar a su hijo descalificándolo, insultando o rebajando su autoestima! Tu objetivo debe ser primero creer y, luego fortalecer, las potencialidades de tus hijos y "elevarlos" para que crezcan seguros de que con Dios harán proezas.

Tal vez pienses, ¿se puede lograr eso? Absoluta-mente sí. Es posible desarrollar una fe vital y poderosa en los niños. Es más, ¡representa el deseo de Dios! Por esta razón está el mandamiento de que los padres contarán y repetirán a sus hijos, todo el tiempo, las maravillas que Dios hizo y está haciendo. Si prestas atención descubrirás una perla bíblica que debería desafiar a las madres que buscan la presencia del Señor. En Génesis dice que Dios compartió con sus enviados (ángeles) el hecho de que destruiría las ciudades de Sodoma y Gomorra, pero agrega: ¿cómo habría de ocultarle a Abraham este hecho futuro sabiendo que él instruirá a sus hijos en los caminos que agradan a Dios? Génesis 18:17-19: *"Y Jehová dijo: ¿Encubriré yo a Abraham lo que voy a hacer, habiendo de ser Abraham una nación grande y fuerte, y habiendo de ser benditas en él todas las naciones de la tierra? **Porque yo sé que mandará a sus hijos y a su casa después de sí, que guarden el camino de Jehová, haciendo justicia y juicio, para que haga venir Jehová sobre Abraham lo que ha hablado acerca de él**".*

Dios está sumamente interesado en que guíes a tus hijos hacia Él, hacia Su Presencia. Dios promete visión del futuro. ¡Qué hermosa manera de vivir! ¡Imagínate! ¡Dios compartiendo en la intimidad cosas que nadie conoce! Con total seguridad se cumplirá la palabra de 1ª Corintios 2:9: *"Antes bien, como está escrito: Cosas que ojo no vio, ni oído oyó, ni han subido en corazón de hombre, son las que Dios ha preparado para los que le aman"*.

Deuteronomio 4:9 dice: *"Por tanto, guárdate, y guarda tu alma con diligencia, para que no te olvides de las cosas que tus ojos han visto, ni se aparten de tu corazón todos los días de tu vida; antes bien, las enseñarás a tus hijos, y a los hijos de tus hijos". Deuteronomio 6:6-7 expresa: *"Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán sobre tu corazón; y las repetirás a tus hijos, y hablarás de ellas estando en tu casa, y andando por el camino, y al acostarte, y cuando te levantes..."*.*

Si tu amor a Dios es genuino, con devoción santa y encendido con la llama del Espíritu, irremediablemente se volcará sobre tus hijos. Este escrito vale para que priorices este aspecto y concienzudamente realices esta labor.

Quítate la venda

La falta de visión de los padres cercena el futuro de sus propios hijos, robándoles miles de bendiciones. En vez de ser agentes de Dios otorgando el poder para prosperar se transforman en agentes de Satanás que dañan la identidad y el potencial esencial de esa vida. Imparten maldición en vez de bendición. Si tienes la costumbre de decir lo que viene a tu boca, renuncia a esa mala manera de vivir. Solo debes hablar lo que es de edificación.

Tantas veces se escucha decir a los padres: "trabajo mucho para que mis hijos no pasen necesidad... No quiero que sufran las privaciones que sufrí cuando era chico...". ¡Seguramente habrás oído estas frases! Y se limitan a darles "cosas" en vez de edificar un carácter y brindarles "herramientas" para la vida. ¡Cambia tus prioridades si realmente los amas!

"Herramienta" versus "entretenimiento"

Una **herramienta** es un instrumento que permite ejecutar ciertos trabajos; son objetos diseñados para facilitar la realización de una tarea. En cambio, **entretenimiento** es perder o "matar" el tiempo. Wikipedia agrega algo muy interesante. El término "entretenimiento" comenzó a utilizarse en Europa a finales del siglo XV en relación a la acción financiera de desviar en beneficio

propio los bienes ajenos, es decir, desde el inicio de esta palabra la connotación ha sido negativa. Con posterioridad tal acepción dio paso a "desviar la atención", asociándose a la idea de ocio sin mayor fruto¹.

Piensa en el mundo espiritual, ¿no estará Satanás 'comerciendo' de manera incansable para 'desviar la atención' de padres e hijos a fin de que se llenen de entretenimiento y no despierten a los potenciales que Dios ha puesto en el interior de cada uno? Tener momentos de ocio es positivo, siempre y cuando se viva una vida de productividad y avance. No son tanto los esfuerzos extremos y excepcionales como sí la disciplina diaria lo verdaderamente importante a la hora de alcanzar los objetivos.

Entretener calma a los niños y también a los pa-dres; es bueno, siempre que sea en su justa medida. Pero, ¿no estarás pagando mucho más de lo que imaginas? Si le das a tu hijo todo el tiempo solo entretenimiento corres el riesgo que se atrofien sus capacidades potenciales, en vez de desarrollarse y descollar en distintos ámbitos. Está comprobado que un buen músico se distingue de otro que es excelente en base a un solo hecho, no la capacidad innata **sino el tiempo de práctica**. Los músicos que están en la cumbre no tra-bajan un poco más, trabajan muchísimo más que el resto. No hay otro secreto².

No temas darles responsabilidades a tus hijos conforme a su edad; de ese modo desarrollas el carácter. El cumplimiento de las obligaciones asumidas, el ser dueño del tiempo y no títere en manos de otros y el ejercicio de la responsabilidad les permitirá cumplir con la tarea que Dios les asigne. La fuerza de carácter es la capacidad de mantener su elección a pesar de eventos u otros factores contrarios, como pueden ser la adversidad o la oposición. No es algo innato, sino que se desarrolla³.

Si eligen un deporte haz que lo disfruten, pero también que asistan a las prácticas y los entrenamientos. Comprométete en la formación, no tanto por los logros sino con la meta de desarrollar el carácter. No dejes las obligaciones asumidas libradas a la voluntad de cada día, sino colabora a que adquieran amigos, aprendan lo que se han propuesto y, sobre todo, disfruten. No les impongas los resultados de ganar y no los desmerezcas si fallan, pero si algo les apasiona, ayúdalos estando disponible y estimulándolos a la superación. ¡Sé su fan número uno!

El problema de muchos niños que quieren practicar un deporte, aprender un idioma o tocar un instrumento, es que sus madres son tan indisciplinadas que los llevan cuando ellas tienen ganas o están desocupadas. Esta falta de motivación en la madre, sumada a la ausencia de contención frente a los desafíos genera niños dependientes e inseguros. ¡Qué este no sea tu caso!

Planifica un legado

La Biblia dice: *"El hombre de bien deja herencia a sus nietos"*, Proverbios 13:22a (NVI 1999). Para que este pasaje se cumpla es necesario planificar un legado. Nuestra sociedad occidental e individualista piensa en el retiro o la jubilación personal y en aumentar el patrimonio para mejorar la calidad de vida, pero no cómo bendecir a las siguientes dos o tres generaciones; cómo edificar un carácter santo y alineado con los principios espirituales.

El Salmo 22:30-31 dice: *"**Mis hijos te rendirán culto**; las generaciones futuras te alabarán, y los que nacerán después sabrán que tú eres justo y que haces grandes maravillas"*, (TLA). El comentario Diario Vivir en relación a este pasaje bíblico explica lo siguiente: **"Las generaciones del mañana dependen de nuestra fidelidad presente.** De la manera en que enseñamos a nuestros hijos acerca de Dios, ellos enseñarán a sus hijos y a los hijos de sus hijos. Si no les hablamos de Dios a nuestros hijos, estaremos rompiendo la cadena de la influencia de Dios en las generaciones venideras... Si somos fieles en las oportunidades que se nos presentan hoy, estaremos afectando el futuro. Si queremos que nuestros hijos sirvan a Dios, deben escucharnos hablar de Él. No basta que la iglesia o los que tienen más conocimiento les impartan educación cristiana, debemos hacerlo nosotros en casa". Muchas bendiciones futuras están supeditadas a tu tarea en este aspecto y a la perseverancia que hayas empleado.

**Mujer, afectarás a la próxima generación,
¡vamos, levántate, tú puedes!**

Hoy es el día de cambiar nuestra concepción respecto de la vida, la familia, el futuro de nuestros hijos y el premio de nuestra tarea maternal. No debe

interesarnos solo el hoy sino los próximos cincuenta u ochenta años por venir. ¿En qué personas queremos que se conviertan nuestros hijos? ¿Qué anhelamos para nuestros nietos? ¿Cuál será el legado que dejaremos?

Aunque nuestro tiempo sea limitado puede perpetuarse en frutos si a nuestra acción sumamos la dirección del Santo Espíritu. **¡Tú no estás sola, Dios quiere ayudarte en la tarea más trascendental de todas: forjar el carácter y la espiritualidad de la próxima generación!**

¿Sabes qué dice la Biblia al respecto? Nos da una perspectiva eterna: "*Dichosos ellos (ellas), dice el Espíritu, porque... verán en el cielo los frutos de sus buenas obras*", Apocalipsis 14:13 (CST-IBS).

¡Abdicar no es una posibilidad! Sin importar tu estado de ánimo tendrás que continuar; pero la buena noticia es que tu éxito se multiplicará porque **en tu victoria está la victoria de los que te rodean**. Y tu empeño (no los resultados) determinarán tu recompensa.

Mi vida estuvo signada por muchos eventos (escribe Silvia), como los de que cualquier otra niña. Mi madre siempre tuvo negocio. Al año de haber nacido inauguró su tienda, para la edad de 7 u 8 años tenía un supermercado. Trabajaba de la mañana a la noche. Mi abuela materna asumió muchas obligaciones en cuanto a nuestra crianza.

A los 11 años mi mami enfermó de cáncer y la presencia de mi abuela adquirió una relevancia fundamental, a la vez que mitigó el dolor de la familia.

¿Qué recuerdo de la 'nona' Mercedes, después de tantos años? Su profundo temor y reverencia a la presencia de Dios. Sus constantes alusiones a que Él estaba presente. Sus historias de campo, de ánimas y brujos con el comentario permanente de que nunca incur-sionáramos en el ocultismo ni acudiéramos a brujos, chamanes o adivinos. Claro que recuerdo muchas co-sas más, pero el temor a Dios era directriz en su vida. Hasta donde tenía luz, hasta donde conocía del Señor, hasta el límite de su entendimiento su espiritualidad era real, vivida, sentida y respetada.

No temas mostrar a tus hijos la devoción que sientes por el Señor, así ellos te increpen, te desafíen por preguntas para las que no tienes respuestas o te intimidan con burlas. Algo de eso hacíamos con la abuela; sin embargo, su

persistencia marcó mi vida y la de mi hermana.

No te dejes vencer, aunque los resultados te insten a eso

Retomemos el ejemplo del roble.

Un dato por demás llamativo es que las semillas **requieren varias temporadas para desarrollarse plenamente**. Presta atención en este detalle: la primera planta probablemente se secará pero, al siguiente año, aparecerá un nuevo brote. ¿Qué hubiese ocurrido si quien la plantó cejaba en el intento al ver esa 'primera muerte'? ¿O si enojado desmenuzaba la tierra y arrancaba la semilla? ¿O cambiaba la primera por una nueva en el intento de que, finalmente, nazca una planta?

¡Es increíble la similitud del roble con el proceso que requiere forjar una nueva generación de campeones! En ciertas ocasiones sentirás que todo tu esfuerzo como madre, esposa, mujer y consejera se va por el retrete. Todo es decepción. Tus hijos no obedecen, no hay cambios ni mejorías; al contrario, las cosas parecen empeorar. Cada vez que seas expuesta a esta realidad recuerda al roble en sus primeros años. No te des por vencida, permite que en la soledad Dios siga alimentando tu fe y te muestre cómo hacer efectivamente la obra que tienes por delante. **El secreto para ser una madre alineada con el Espíritu Santo radica en tus encuentros en el lugar secreto con Dios.**

¡Siguen las sorpresas!

Isaías 61:1-3 dice: *"El Espíritu del Señor omnipotente está sobre mí, por cuanto me ha ungido para anunciar buenas nuevas a los pobres. **Me ha enviado a sanar los corazones heridos, a proclamar liberación a los cautivos y libertad a los prisioneros, a pregonar el año del favor del Señor y el día de la venganza de nuestro Dios, a consolar a todos los que están de duelo, y a confortar a los dolientes de Sión. Me ha enviado a darles una corona en vez de cenizas, aceite de alegría en vez de luto, traje de fiesta en vez de espíritu de desaliento. Serán llamados robles de justicia, plantío del Señor, para mostrar su gloria"**, (BAD).*

Jesús inició su ministerio terrenal proclamando este poderoso mensaje y, como Él sigue obrando, quiere iniciar la tarea de restauración en tu vida profetizando la misma palabra.

Si nunca has entregado tu vida, tu futuro y tu familia a Dios, no dejes pasar más tiempo y dile: **"Jesucristo, acepto tu ministerio de restauración, acepto el regalo de la salvación. Sé que para liberar mi alma del infierno que se vive en las dificultades y del infierno eterno por la falta de tu presencia viniste a este mundo y entregaste tu propia vida en rescate de la mía. Acepto que pagaste mi deuda. Hoy te recibo como mi Salvador y acepto el perdón de mis pecados. Me comprometo a conocerte cada día más y a vivir para tu gloria. Deseo ser tu colaboradora en todo lo que quieras hacer. Gracias por esta oportunidad de acercarme a ti. Gracias por tu disposición en ayudarme y por tu Espíritu Santo para enseñarme y guiarme. Enséñame a vivir cerca tuyo. Todo lo pido en los méritos que Jesús logró por su entrega sacrificial a favor de mi vida. Amén"**.

Esta simple oración, si la crees y comienzas a buscar la presencia de Dios, cambiará tu destino eterno. Además, te permitirá tener comunión con el Espíritu de Dios. No se trata de religión sino de conocimiento y relación. No temas compartirle tus temores y ansiedades al Rey de Reyes, así como los desafíos que te toque enfrentar. A veces vendrán a tu mente nuevas soluciones; otras, alguien iluminará tu camino con un buen consejo, en ciertas ocasiones algunas personas querrán ayudarte sin que sepas bien el porqué. Recuerda este día en que le entregaste tu vida a Cristo porque verás su ayuda de mil maneras diferentes. ¡Prepárate! Él nunca te dejará y testificarás de su favor.

PRIMERA SECCIÓN

Para madres cuyos hijos/as han sido víctimas de abuso

- Primer capítulo -

Ministrando al corazón de una madre

1. El abuso verdaderamente existió.

Es absolutamente normal que te sientas confundida y por momentos no sepas qué creer. Las preguntas que rondan la mente de la mayoría de las madres cuyos hijos/as fueron víctimas de abuso suelen ser semejantes a las siguientes:

- ¿Será verdad?
- ¿Estaré sopesando los hechos en su justa medida?
- ¿No se habrá confundido mi hijo/a?
- ¿Cómo puede ser posible que ocurriera y yo no me diera cuenta?

Aceptar que el abuso ocurrió suele ser una verdad desgarradora para el corazón de una madre. Representa una realidad amarga y oscura que amenaza el futuro y se lleva por la borda los sueños de felicidad y alegría. Pero aunque resulte en extremo doloroso debes aceptar que el abuso ocurrió. Caso contrario, en todas las intervenciones que hagas se notará esa ambivalencia, la cual perjudicará a tu hijo/a y opacará su futuro.

Es sumamente importante que moderes toda emoción en relación al abuso y especialmente hacia el abusador. No te refieras a él, ni lo menciones. Moderar tus reacciones es la mejor manera de ayudar a tu hijo/a. Después de develado el abuso y haber dado parte a la justicia es posible que quieras confrontarlo, pero no es una buena idea, al menos en esta etapa (damos por supuesto que no está en tu hogar ni en proximidad a la víctima). La casi totalidad de los abusadores

adoptará un papel de ofendido, como si fuera él o ella la verdadera víctima. Sistemáticamente niegan los hechos o los minimizan, ridiculizan a la víctima o la inculpan.

Todo lo que diga o haga el abusador tornará tu camino en más escabroso y duro. Los sentimientos de rabia canalízalos en comenzar el proceso legal y, una vez iniciado el mismo, aplica los consejos que te damos para que tu ira no interfiera en el proceso de recuperación o genere nuevas dificultades para tu hijo/a.

El mono de los zapateros chinos

Se dice que en el subsuelo de muchas zapaterías chinas los empleados solían contar con un mono de gran tamaño cuya base estaba fija al piso de cemento y permitía la oscilación del animalito apenas lo tocaban. Cuanto más fuerte el golpe, mayor el vaivén que sufría el muñeco.

Cada vez que una clienta solicitaba más zapatos para probarse y no se decidía por ninguno (lo cual representaba un enorme trabajo para el vendedor) en vez de poner mala cara o tratar sin cortesía a la potencial compradora, el empleado bajaba al subsuelo, le propinaba una paliza al pobre mono y luego subía sonriente para seguir atendiendo a esa u otra dama.

Se comprobó que el nivel de estrés de los empleados se mantuvo en un nivel bajísimo, a la vez que el servicio al cliente era excelente. Esto repercutió, por supuesto, en las ventas. Se popularizó el uso del mono como método tangible para descargar la ira sin crear conflictos o generar enfermedades.

Con esto no propiciamos que compres un mono, pero puedes comenzar alguna disciplina, deporte o actividad física en vez de tender hacia conductas dañinas. Dormir, tomar somníferos, comer en demasía, descuidar tu aspecto, abandonar tu trabajo, sumirte en la agonía o encerrarte en tu casa no solucionará el problema sino, lo aumentará. No lesiones el futuro de los que te rodean con palabras hirientes, actitudes negativas o comportamientos egoístas.

Si la salud no te permite practicar un deporte, piensa en alternativas que te ayuden a descargar tensiones y sean saludables tanto en el presente como en el futuro (pintar, tejer, hacer manualidades, etc.). Cualquier actividad que te gratifique y mejore tu estado anímico, sin que demande mucha energía o te

agote. ¿Cuándo es el momento de empezar? Ahora mismo, en medio de lo que parece la debacle de tu hogar. Si tu hijo tiene suficiente edad para compartir esa nueva actividad contigo, hazle partícipe. Cuida que no sea demandante sino más bien que tienda a la risa, la relajación y el divertimento. Todo dependerá de los gustos personales.

2. Tú también fuiste víctima.

En los casos de abuso sexual infantil, la madre, según diversos autores, puede experimentar un trauma de características y magnitud similar al sufrido por el hijo/a⁴.

Si bien es cierto que unas pocas mujeres no muestran interés por sus hijos, la gran mayoría daría su vida por verlos bien. Por ello, una herida en sus hijos representa un dolor propio. Y si bien un pequeño grupo del total será cómplice del abusador (descalificando a la víctima y apoyando al agresor), la mayoría tratará de ayudar a la víctima. El pequeño grupo compuesto por mujeres maltratadoras y con negligencia hacia el cuidado de los niños, a menudo, registran ellas mismas un pasado de abuso en su propia niñez e intentan descargar sus raíces de amargura y resentimiento en la próxima generación sin percatarse que su alma no sanada es instrumento de Satanás para abortar el futuro de sus hijos. Una madre puede matar en muchos sentidos: puede abortar al bebé cuando se forma en su vientre, pero puede matar la autoestima por medio de la negligencia, el maltrato y el abuso.

¡Sabemos que tú intentas ayudar a tu hijo! ¡Estamos seguros de que no quieres para ellos la vida que tú sufriste! Por favor, levántate internamente. Quítate el manto de culpa. Tú no eres culpable por lo que ha padecido tu hijo/a, a menos que hayas sido cómplice del abusador.

Muchas mujeres han cargado con el estigma de 'culpabilidad' desde que se ha develado el abuso, como si hubieran fallado a su acción preventiva y protectora.

Culpar a la mujer lo único que logra es aumentar la impunidad del agresor (y esto es un derivado de la sociedad machista que resta importancia a los abusos del hombre inculcando desde la belleza de una fémina a la inocencia de una niña). Culpar a la madre es absurdo y vil, porque en vez de hacer recaer la responsabilidad en lo que hizo el abusador se centra en lo que no logró hacer la

madre. ¿Acaso es todopoderosa? ¿Cómo 'cuidar' a los niños de alguien cercano y aparentemente 'confiable'?

Los abusadores son maestros de la manipulación y el engaño. La madre, por su parte, no desconfiaría de los cercanos porque ha sido criada para crear y mantener los vínculos cercanos. De ese modo queda atrapada. La mayoría de las veces no se percatará de la situación de abuso y no podrá interpretar los signos que su hijo/a presenta.

Querida mamá, tú también fuiste víctima; pero no te apropiés de una mentalidad de víctima porque "cuando nos vemos como víctimas, vivimos en el pasado y nos revolcamos en nuestro dolor. Si nos vemos como seres a quienes Dios ama y a quienes está preparando para un futuro y un servicio especial que solo Él conoce, entonces encontramos la fuerza para soportar el dolor del pasado y seguir hacia adelante"⁵.

3. Nadie tiene 'derecho' de abusar; nadie debe disculpar al abusador.

La visión distorsionada que privilegia al hombre y condena a la mujer es contraria a la Biblia. No asumas una postura machista imperante en la sociedad como sinónimo del sentir de Dios. Asumir que el hombre no se puede dominar y la mujer debe ser la guardiana de los 'instintos incontrolables' del varón es producto de una sociedad mundana, no de una cosmovisión bíblica. No se puede disculpar un delito contra la integridad sexual. ¡Es hora de cambiar las mentiras de la tradición y la religiosidad por la palabra de verdad!

Debemos renunciar a todo mandato cultural antibíblico. Según las Escrituras, el hombre y la mujer están en pie de igualdad.

Tú, mujer, tienes todo el apoyo del cielo para verte con la misma dignidad, derechos y privilegios que cualquier hombre, porque la Biblia dice en Gálatas 3:28-29: *"Así que no importa si son judíos o no lo son, si son esclavos o libres, o si son hombres o mujeres. **Si están unidos a Jesucristo, todos son iguales. Y si están unidos a Cristo, entonces son miembros de la gran familia de Abraham, y tienen derecho a recibir las promesas que Dios le hizo**", (TLA).*

Hoy proclamamos que así como por un hombre vino la desgracia a tu hogar (porque la mayoría de los abusadores son hombres), por una mujer (que eres tú)

viene el reino de los cielos con toda su gloria y la manifestación de Su Presencia. ¡Tú eres la portadora de bendición, sanidad y libertad para las siguientes generaciones de tu casa! Tú cambiarás, en el nombre de Cristo Jesús, el ambiente espiritual de tu familia y el legado generacional!

4. No fue tu culpa.

Dios quiere que reconozcas el gran potencial que Él depositó en tu vida para que en tu propia libertad todos los que amas también sean libres y vivan de manera productiva.

No es cargar tu corazón con una nueva obligación sino abrir la puerta para despertar a una nueva realidad, no estás sola, Dios anhela ayudarte. ¡No lo eches de tu lado!, recibe su abrazo. No te enojas con Dios, ¡busca su compañía y su consejo!

Si alguien te inculpó, un profesional te juzgó o parte de tu familia se alejó porque no creyó la ocurrencia del abuso o apoyó al abusador es hora de que recibas una palabra que sane tu alma.

Nosotros queremos decirte que sí te creemos. **Es verdad que no supiste, no pudiste o no entendiste qué hacer y cómo ayudar, pero basta ya de condenarte. ¡Sacúdete todas la maldiciones, palabras ultrajantes y los comentarios llenos de veneno! ¡Sacúdete en el nombre de Jesús!**

No puedes ni debes castigarte, no hay tiempo para perder en situaciones que no conducen a buen sitio. Sacúdete de todo lo que te han endilgado y las maldiciones que otros han soltado o tú misma has liberado; sacúdete de las heridas que otros han abierto y las dudas que te han sembrado. ¡Hoy es tiempo de cambiar tu realidad espiritual para que se modifique el ambiente familiar!

Querida mamá, tú eres un factor clave en la reparación de la vida de tu hija o hijo y, por esta razón, ¡basta de culpas, es hora de levantarse en fe y actuar!

5. En Dios está tu fuerza.

Sin importar lo trágicas que sean las circunstancias en este preciso momento, tú

puedes recibir el bálsamo del cielo y las fuerzas del Espíritu para atravesar el valle de lágrimas, dolor y muerte. Tú puedes ponerte de pie aunque tu cuerpo grite que te rindas. Quizás pienses que nada peor puede pasarte, que todo es fracaso y angustia, pero no es verdad. La tormenta pasará, el dolor cesará, la herida sanará y finalmente progresarás, triunfarás y verás la victoria del Santo sobre tu vida.

Todo depende de que tu raíz espiritual se mantenga sana por la comunión diaria con Dios y por los pensamientos que decidas cultivar.

Susana Wesley fue una mujer que, según sus biógrafos, llevó una vida de miseria, privaciones y fracasos, pero que espiritualmente siempre estuvo llena de victorias, perseverancia y altos ideales. Fue madre de 19 niños (de los cuales 10 murieron en la infancia). Entre los que sobrevivieron figura John Wesley, fundador del Metodismo y, su hermano Charles, famoso compositor de himnos.

Samuel, su primogénito, no habló hasta los cinco años. Otro de sus hijos se asfixió mientras dormía. Sus gemelos murieron, al igual que su primera hija, Susana. Entre 1697 y 1701 tuvo cinco bebés que murieron, una hija quedó discapacitada por un descuido de la niñera y algunos padecieron viruela. Su esposo no siempre proveía lo necesario y, si no hubiese sido por el tesón de esta frágil mujer, tanto ella como sus hijos habrían pasado hambre y frío. En medio de sus noches más amargas escribió: "Aunque el hombre nazca para el infortunio, yo todavía creo que han de ser raros los hombres sobre la tierra que no hayan recibido más misericordias que aflicciones y muchos más placeres que dolores. Todos mis sufrimientos, por el cuidado del Dios omnipotente, cooperaron para promover mi bien espiritual y eterno. ¡Gloria sea a ti, oh Señor!". **¡Si ella pudo, tú podrás!**

No darse por vencida frente a las circunstancias sino vencer las circunstancias con el poder de la fe

Susana Wesley enseñó a sus hijos en su propia casa, seis horas por día, durante veinte años. En todos depositó una gran pasión por el aprendizaje. Su máxima prioridad era velar por el bienestar espiritual; les inculcó un aprecio por las cosas del Espíritu y fue consejera de sus hijos aun en la adultez. Su hijo John, por ejemplo, acudía a su madre cada vez que necesitaba consejos.

Susana Wesley mantenía su mente centrada en Dios y por ello, contra todo pronóstico, crió a una generación que afectaría a millones de vidas, incluso hasta el día de hoy.

Susana Wesley oraba dos horas cada día, una por la mañana bien temprano, otra por la noche, antes de descansar. Una oración registrada por ella dice:

"Ayúdame, Señor, a recordar que religión no es estar confinada en una iglesia o en un cuarto, ni es ejercitarse solamente en oración y meditación, sino que es estar siempre en tu presencia".

Sin importar dónde estés en este preciso momento, eleva tu alma a Dios, decide buscarlo durante todos los momentos de tu vida, ¿acaso Dios no hará por tus hijos y con ellos lo que hizo por medio de Susana Wesley? Tú trajiste hijos al mundo para que sean valientes cristianos y seguros en el Señor.

Cuadro de emociones. Realidad del corazón

Como madre debes verificar si las emociones han mejorado con el transcurso del tiempo o te están jugando una mala pasada, estorbando tu crecimiento y creando violencia en tu interior.

Intentaremos descubrir qué dice tu corazón. Para ello te invitamos a pensar en algunas situaciones pasadas y otras presentes.

Antes de iniciar esta etapa, necesitamos que ores al Señor: "Espíritu Santo, sé lo difícil que es ver los propios errores y las falencias personales. Solo tú me conoces y puedes escudriñar mi corazón. Quiero darte libertad para que descubras lo que está oculto en mi interior. No quiero religión, necesito transformación. Reclamo tu promesa de que vendrías sobre mi vida como un río desbordado impelido por un fuerte viento. Oro por los méritos de Jesús. De Él me tomo con todas mis fuerzas, amén".

1) Sentimientos iniciales y actuales

Apenas te enteraste del abuso, es decir, inmediatamente después de develados los hechos, ¿cuáles de estos sentimientos dominaron tu mundo emocional?

Me sentí (marca las opciones con las que te sientas identificada):

- Como si la tierra se conmoviera y no tuviera de dónde asirme.
- Con una impotencia descomunal.
- Traicionada por los que más amo.
- Tensionada, tironeada por dos polos diferentes: mi hijo/a; mi pareja.
- Aturdida, sin saber qué pensar, qué hacer y a quién creer.
- Abrumada por no encontrar una solución que satisfaga a todos.
- Desesperada por el futuro de mi hija/o, de mi familia, de mi pareja.
- Entristecida por no haberme dado cuenta.
- Culpable. No puedo explicar por qué, pero ese fue mi sentimiento predominante.
- Enojada con Dios, conmigo misma y con todos alrededor.

- Enfurecida con mi hijo/a. Me hacía miles de preguntas: "¿por qué no habló?, ¿por qué permitió que pasara?".
- Algunos sentimientos eran tan encontrados (quería morirme, pero también quería matar al abusador, quería abrazar a mi hijo/a y a la vez sacudirlo por no haber hablado, etc.) que aumentaron mi inestabilidad emocional.
- Muy confundida; de a ratos creía que mi hijo/a decía la verdad y, luego, me entraban todas las dudas: "si lo inventó, si le pareció, si lo soñó, etc.". Me decía a mí misma: "esto no puede ser real".

2) Puedo describir mi mundo emocional de la siguiente manera:

- Mis emociones siguen tan desbordadas como el día en que me enteré.
- Me siento cuestionada, descalificada y que intentan culparme de lo que pasó.
- La mayor parte del tiempo me embarga la incertidumbre de qué ocurrirá en el futuro.
- Tengo arranques de ira incontenible, de furia explosiva que no logro dominar.
- Me siento muy sola. Los familiares le creyeron al abusador, no al relato de mi hijo/a. Dicen que todo es un invento mío para echarlo de la casa. Han dejado de hablarme y le hablan mal a mis hijos de mí.
- He comenzado a serenarme, pero me cuesta mucho mantener la paz.
- No puedo comer (o como en demasía) y este trastorno en la alimentación comenzó después de enterarme del abuso.
- Padezco insomnio y pesadillas; duermo sobresaltada y me despierto más cansada.
- Me siento señalada y observada, como si fuera yo la que hubiera cometido el hecho. Todos se alejan como si tuviera una enfermedad contagiosa, tanto mi familia como los amigos en común, los hermanos de la iglesia y el resto de la sociedad.
- La tristeza es mi compañera inseparable, lloro muchísimo. Quisiera que el tiempo vuelva atrás.
- Me siento superada, incapaz de resolver lo que sucede de día en día.

ACTIVIDAD PRÁCTICA

¿A qué promesa bíblica te aferrarás para comenzar a transformar tu mundo interior?

Si te falta paz, busca en la concordancia la palabra *paz* y lee todos los versículos

consignados hasta que alguno salte a tu vida y satisfaga esa necesidad profunda de tu corazón. Luego escribirás ese texto en un trozo de papel para colocarlo en un sitio visible de tu casa. Repetir dicho versículo muchas veces en voz alta hasta memorizarlo, es la clave que opera en la transformación de tu mundo interior. Cuando lo hayas logrado, busca un nuevo versículo sin desechar el anterior. No temas ver 'papeles' en tu refrigerador, alacena o en el respaldo de tu cama. Debes alimentar tu mente con la Palabra de Dios. Ante cualquier necesidad emocional o espiritual actúa de modo similar, ya sea para desarrollar gozo, paz, paciencia, aplomo o serenidad, fe o fortaleza. Al principio no notarás diferencia, pero si persistes, con el paso del tiempo tu mente se renovará dando lugar a nuevas realidades. Recuerda que estás fundamentando tu vida en la poderosa Palabra Viviente de Dios.

Relación con el perpetrador

Uno de los aspectos más difíciles de manejar es el concerniente al abusador y su entorno, sobre todo si es de la propia familia.

1) Mi relación con el abusador (en caso de ser tu pareja). Actualmente puedo describirla con las siguientes palabras:

- a) Está fuera de nuestras vidas. El día que me enteré le pedí que se fuera, como no quiso, hice una denuncia y la policía lo obligó a retirarse de la casa.
- b) No quiero saber nada de él, aunque tengo que reconocer que lo sigo amando y lo extraño mucho. Estamos viendo si recibe ayuda y puede regresar al hogar.
- c) Vive en casa porque no tiene a dónde ir, pero está en otro dormitorio. Le ordené no dirigirle la palabra a mi hija/o y no estar con ella (él) a solas.
- d) Está en mi cama, pero no tenemos relaciones. Me niego a convivir íntimamente con un abusador.
- e) Mi hija/o lo ha perdonado, por eso sigue con nosotros. Él lloró mucho y dijo que no sabía qué le había pasado y que no volvería a hacerlo. Todos lo queremos y le creemos.
- f) No puedo echarlo porque tengo niños más pequeños y a nadie más para

sostener el hogar. Yo no puedo trabajar y abandonar a todos mis pequeños, pero para proteger a mi hija/o hice los arreglos para que viviera con mi propia madre, es decir, su abuela. Con ella está segura/o. No creo que intente abusar de los otros hijos ahora que todo se sabe, aparte son muy pequeños y no tienen el desarrollo que tiene mi hija/o.

Si ninguna de estas opciones describe tu realidad, por favor, exprésala a continuación.

No todas las opciones son igualmente válidas. No todas tienden a la sanidad de la víctima; sin embargo, en muchos hogares la víctima es ignorada y sus madres prefieren mantener el vínculo con el abusador porque se creen incapaces de asumir la vida solas. Ya sea que se sientan muy apegadas, lo amen demasiado o en lo más íntimo crean que gran parte de la culpa fue de la víctima y no de su pareja, independientemente de la razón, hacen oído sordo a la necesidad de protección y ayuda de sus propios hijos.

¡Cuidado con las decisiones que tomas! Aunque intentes reinterpretar todos los sucesos del modo más conveniente para ti y para el resto de tus hijos (en algunos casos el abusador tiene una excelente relación con los hijos, incluyendo el que fue abusado y esto frena a la madre en su intencionalidad de fijar distancia) no puedes minimizar lo ocurrido. Algunos abusadores colocan el abuso como una forma más de 'cariño' lo cual confunde a la víctima que, hasta puede intentar defenderlo, máxime si ha conseguido ventajas importantes a partir de la relación abusiva.

Como madre debes pensar en un contexto más amplio y sopesar la falla grave en el carácter del abusador (máxime si es tu pareja) que fue capaz de engañar, manipular y robar el futuro de tus propios hijos. Con ello no estamos diciendo que debas divorciarte si tú quieres seguir con esa persona, pero no puedes mirar para otro lado esperando que las cosas se resuelvan por sí solas. Enfrentar al abusador, si es tu pareja, es tu responsabilidad, así como defender a tus hijos de todo ataque futuro. Es triste, sí, de verdad es muy triste porque tú no ocasionaste el mal, pero se-rás una de las personas (junto a la víctima) que más sufrirá. No hay atajos en este profundo valle de decepción y dolor. No intentes 'saltarlo' acallando a la víctima, comprándole cosas y pidiendo que perdone. No dejes impune al abusador, aunque lo ames demasiado como para abandonarlo.

Veamos más de cerca este aspecto:

La crisis del abuso no es vivida y sufrida solamente por el niño, niña o adolescente abusado sino que se extiende al resto de los miembros no abusivos de la familia. En otras palabras, todos sufren. Esta situación impone, fundamentalmente a la madre, demandas muy complejas y estresantes.

Medita en la siguiente frase:

“LA GRAN PARADOJA ES QUE LA MADRE PROTECTORA DEBE DAR SOLUCIÓN A AQUELLO QUE ELLA NO HA CAUSADO, PERO CUYAS CONSECUENCIAS LE TOCA ENFRENTAR”⁶.

Parece una nimiedad pero, ¡cuán a menudo ocurre! Uno de los elementos más comunes para evitar el sufrimiento es negar la magnitud de lo vivido, intentar minimizarlo, tratar en lo posible de que todos olviden, sobre todo **si el abusador pertenece a la misma familia** y vive bajo el mismo techo.

Con este fin algunas madres rápidamente dan vuelta a la hoja de vida e influyen para que todos hagan como si nada hubiese ocurrido. En la vida diaria se traduce en quitar valor al relato de la víctima y, en el mejor de los casos, si se le cree, se la 'obliga' a perdonar dejando al abusador impune y conviviendo en la misma casa. Este mecanismo defensivo de negación es para muchas mujeres la mejor alternativa a corto plazo, pero a largo plazo suele traer consecuencias negativas muy graves (la víctima manifiesta múltiples consecuencias, el abusador incurre en el mismo comportamiento con la misma víctima u otro miembro de la familia, etc.), por ello no niegues la ocurrencia del abuso, no minimices el relato de la víctima. Si has decidido seguir con tu pareja debe estar bajo supervisión profesional y, además, pastoral. Si no existe un que-brantamiento y un cambio de vida de 180° nada bueno surgirá, por más fe que tú apliques. Que tu fe te sirva para transmitirla a la siguiente generación, no a un hombre abusivo no arrepentido.

2) Si el abusador no es de la propia familia, aunque las derivaciones puedan ser graves no implica la destrucción de la propia familia. Si papá y mamá creen el relato de su hijo/a y se muestran dispuestos a ayudarlo, esta situación tan negativa fortalecerá la unidad entre ellos y, de todo lo malo saldrán fortalecidos, aumentando su capacidad de resiliencia. En cambio, si se generan problemas conyugales o se agravan los existentes a causa de la revelación del abuso,

aumentarán las consecuencias sobre el niño/a porque se sentirá responsable de la ruptura de los vínculos. Por dónde lo mires tu responsabilidad es muy alta y tus decisiones sumamente trascendentales. No pienses solo en lo que tú sientes, más bien observa el impacto sobre los más vulnerables.

NOTA: El abusador es el único responsable. Si no hubiese abusado no existirían los problemas que se suscitaron. Es importante entender que toda la responsabilidad le compete al abusador, máxime si es un miembro de la familia. Esto lo decimos porque, inconscientemente, en lo secreto de su alma, muchas madres inculpan a la víctima, sobre todo si es una preadolescente con rasgos puberales y hasta la acusan de no defenderse, de incitar, o de ser 'buscona'. ¡No cometas ese error!

¿POR QUÉ?

"¿POR QUÉ?" ES LA PREGUNTA QUE MÁS SE REITERA EN LA MENTE Y EN EL VOCABULARIO DE QUIENES COMPONEN LA FAMILIA DEL NIÑO O NIÑA ABUSADO.

NO SIEMPRE LAS RESPUESTAS QUE SE BRINDAN SON DE AYUDA. NO INTENTES CONTESTAR USANDO LA RAZÓN POR SOBRE EL CORAZÓN.

A VECES UN ABRAZO AFECTUOSO CONFORTA MÁS QUE MIL PALABRAS.

ACTIVIDAD PRÁCTICA

¿Qué sienten los que me rodean?

La consigna de esta actividad es visibilizar y 'digerir' las emociones contradictorias que surgen tanto en la víctima como en quienes le rodean con la finalidad de que evalúes los que integran tu familia.

Tienes que saber, a modo general, que cuanto más próximo el vínculo con el abusador más dispares serán las reacciones. Es decir, tendrás a alguien que defenderá al abusador y a otro que lo inculpará.

Intenta escribir lo que creas que sienten los más cercanos y la percepción de cada

uno de ellos frente al abuso. Esta actividad te permitirá replantear la situación desde otro lugar, posicionando tus respuestas en función de quienes te rodean. Puede que te equivoques con los que piensas respecto de alguno de los miembros de tu familia, por lo cual te sugerimos que, en algún momento, para complementar tu información y verificar tus apreciaciones puedas preguntarle a cada quien qué siente; siempre y cuando la comunicación sea abierta y positiva.

¿Cómo se mide esta actividad? Muchas madres perciben su propio dolor como insoportable y, buscando su propia sanidad, dejan a sus hijos e hijas heridos, a su cónyuge padeciendo en soledad y dándole a la víctima un trato preferencial que, en vez de ayudarla, la estigmatiza.

Busca ser objetiva. Sabemos que será difícil y siempre habrá demandas y reproches, pero intenta correr hacia tu sanidad siendo el puente para que otros también la alcancen. Posicionarte en el lugar de otros te enriquecerá.

Repasemos:

1. Describe en tus propias palabras la reacción de cada uno de los integrantes de tu familia. Con esta finalidad, coloca el nombre de todos los que la componen, uno debajo del otro y, a continuación, lo que crees que piensa y siente esa persona en particular.
2. Establece qué relación tendrás con el abusador de ahora en adelante y qué consejo le darás a quienes te rodean.
3. Menciona las medidas que tomarás para evitar que el abuso se repita, ya sea con la misma víctima o alguien de su entorno.
4. En caso de que el abusador sea el proveedor del hogar: ¿Cómo enfrentarás las demandas financieras de ahora en más? ¿Qué emprendimiento te ayudará a sanear la economía familiar?

Muchas mujeres, frente a la imperiosa necesidad de suplir lo básico y, en el intento de que los niños, niñas o adolescentes "no sufran" otro trauma, se endeudan, asumen créditos con la tarjeta que no podrán pagar o siguen gastando como si nada hubiera pasado. Estas medidas permisivas, momentáneamente disminuyen las fricciones que pudieran surgir por la escasez pero a la larga

compromete la seguridad de todos.

Querida mujer, no asumas deudas. Desde el mismo momento que tu pareja o tu esposo abusador sea detenido o abandone el hogar, el próximo paso que corresponde es que te sientes con los que conviven en tu casa para delinear cómo manejar los recursos disponibles. No temas compartir la carga con tus hijos, dales un motivo de superación. El sacrificio, al principio, parece una maldición porque a todos nos gusta la vida cómoda, pero si los entrenas en medio de la dificultad criarás campeones capaces de no amedrentarse frente a los problemas. La falta de dinero, aunque represente inicialmente una pérdida, si se unen y trabajan juntos saldrán fortalecidos. Tus hijos crecerán en ingenio, creatividad y de consumidores voraces, por la necesidad, se transformarán en productores potenciales.

Debes enseñar a cuidar la ropa y el calzado, al igual que los útiles para el colegio. Los gastos para la comida deben ser los esenciales, no gaseosas, golosinas o comidas caras. Recuerda, una "economía de guerra" puede transformar a tus hijos de consumidores voraces a productores inteligentes.

Tú puedes capitalizar las desventuras. Sabemos que preferirías no hacer frente a esta batalla, pero cuanto antes asumas que tus hijos saldrán más fortalecidos, aunque ni tú ni ellos lo vean hoy o dentro de unos meses, ¡sí lo verán cuando los años pasen! La disciplina y el sacrificio son valores que no pueden enseñarse en un salón de clases, solo los reveses de la vida nos brindan la oportunidad de desarrollar abnegación descubriendo la creatividad y los recursos internos para superar victoriosamente las adversidades.

Tus hijos no nacieron para fracasar, sin embargo algunas veces atravesarán el valle de fracaso. Sí, es verdad, ellos nacieron para brillar con Dios y para triunfar en todo lo bueno que se propongan, pero para que este anhelo se convierta en realidad, para que tu bendición se materialice, debes asumir que nunca se forjaron marineros hábiles en aguas calmas.

En vez de castigarte, enojarte con la vida y con Dios puedes abrazar el dolor (solo inicialmente) como el motor que lleve a toda tu familia a una transformación poderosa.

Los lamentos dan alivio pero te roban la fuerza y el enfoque

Tal vez nunca lo pensaste pero, ¿ama Dios el Padre a su hijo Jesucristo? Si tu respuesta es sí, ¿por qué permitió que sufriera?

Otra pregunta, ¿amas a tus hijos más de lo que Dios ama al suyo? No creemos que sea posible. Entonces, ¿por qué crees que evitando toda crisis los harás más felices? Puede que sea ahora, pero no en el futuro. Por otra parte, aun en medio de la escasez puedes crear una atmósfera de fe que lleve a los niños a confiar en el Dios Todopoderoso que suple las necesidades. Además, aprenderán a distinguir necesidades de caprichos, convirtiéndose en excelentes administradores. Esta dura prueba los transformará en hombres y mujeres de fe, que no ceden frente al mal, que no se dejan cautivar por la pereza, que logran mucho y se lamentan poco. ¡Comienza a concebir esa realidad en tu espíritu!

Como familia, ¿deberán cambiar el estilo de vida?

Desde este mismo momento tendrás que hacer una lista de gastos absolutamente necesarios y aquellos que deberás suprimir, tanto tú como tus hijos.

Aquí necesitamos hacer una salvedad, muchas mujeres quieren reservarse 'derechos' e imponen a los demás una economía de guerra, pero ellas mismas no desean pagar el precio. Otras, por el contrario, se vuelven tan abnegadas que terminan amargadas porque cada vez que ceden sienten que sus hijos le arrebatan lo poco que tienen.

Debes medir con la misma regla a todos en el hogar. Claro que las necesidades de tu hijo de cuatro no se comparan con el de 17 años, pero las demandas que le harás al de 17 tampoco se comparan con las que asumirá el de 4 años.

Tus necesidades también deben ser contempladas. Hemos visto a madres prácticamente autoinmolarse por sus hijos. Les pagan la ortodoncia a ellos, pero no se arreglan la dentadura ellas mismas por no gastar, le compran celulares mientras ellas siguen con señales de humo, le dan dinero para el cine mientras las suelas de sus zapatos se despegan porque hace años que no disponen de un solo par de zapatos. Creen que sus hijos reconocerán que nada es para ellas, pero cuando surge la rebeldía o la indisciplina y se impone una sanción, se asombran porque sus hijos no manifiestan gratitud, solo reclamos. Mamá, tus hijos siempre reclamarán, pero puedes trabajar su actitud frente a la vida, la familia, la iglesia y las relaciones con sus pares. No intentes complacerlos para lograr un abrazo

momentáneo que se transformará en un reproche cuando no puedas suplir lo que te pidan.

También hemos acompañado a madres que poseen la compulsión por comprar cosas nuevas y brillantes con el objetivo de atraer una nueva pareja que, según creen, les solucionará todos los problemas económicos. Pero no siempre da los resultados esperados. En ciertas ocasiones terminan con un nuevo bebé, sin nadie que lo mantenga, excepto ella. No intentes escapar de tu adversidad tomando un atajo. Enfrenta la realidad.

Esta adversidad actual te puede transformar en mejor madre de lo que soñaste jamás. Tu enfoque es la clave. Cuanto más aprendan tus hijos a ser creativos y trabajadores, mayor bendición para ellos en el futuro.

¿Planeas una charla para explicarles la situación financiera a tus hijos? ¿Cómo le vas a pedir que contribuyan al buen uso de los recursos? ¿Necesitas decirle lo que no van a tener o, poco a poco, notarán los cambios?

¿Cómo reaccionarán tus otros hijos (en caso de que los hubiere) que no han sido víctimas de abuso? ¿Inculparán a su hermana/o por la escasez del hogar o la imposibilidad de adquirir bienes o servicios? Si esto ocurriera, ¿cómo trabajarás la problemática?

NOTA: nuestra sociedad intenta transformar a cada individuo en un voraz consumidor, de ese modo se sustentan empresas pequeñas, medianas y multinacionales. No creas que el colegio u otra institución (excepto la familia) transformará a tus hijos en productores. Debes incentivar en ellos el deseo de aprender, de superarse, de creer en sus sueños, de cuidar sus recursos. Esa tarea debes cumplirla independientemente de las circunstancias.

Si el abusador no es de la familia, no tendrás la dura prueba de ser proveedora y artífice de los cambios, pero no delegues la tarea más importante de edificar el carácter de tus hijos, especialmente del que haya sufrido el abuso. Mientras reconstruyes la autoestima en tu hijo/a mantén tu enfoque para encontrar sus áreas fuertes y estimularlo/a al desarrollo personal y la superación permanente.

Hábitos para encontrar paz y luz en medio de la tormenta

- Cultiva una espiritualidad que incluya la meditación en las promesas de la

Palabra y la contemplación de Dios por medio de la creación. Con este fin tomarás varias veces al día 'descansos' de diez minutos, en los cuales te retirarás a un sitio tranquilo intentando que sea siempre el mismo lugar. Permanecerás en silencio o harás una corta oración; la idea es calmar el alma. Al final del material se incluyen promesas que puedes escribir o simplemente leer y memorizar. ¡Esto es meditar! Cuando la Palabra es aprendida de memoria, el recordarla y repasarla permite 'meditar' en esa promesa. Además le pedirás al Espíritu Santo que interceda delante del Padre por tu vida y te llene de Su Presencia.

PERSISTIR EN ESTE CAMINO DE BÚSQUEDA TE PERMITIRÁ
EXPERIMENTAR LAS VERDADES CONTENIDAS EN LA PALABRA Y
VIVENCIAR A UN DIOS CERCANO Y PERSONAL.

- **No discutas con tu pareja, menos frente a tus hijos.** El comportamiento que adopten como matrimonio ayudará u obstaculizará la recuperación de tu hijo/a víctima, así como del resto de la familia. Mantener la unidad, el respeto, el buen trato entre los cónyuges otorga tranquilidad a los hijos, especialmente al a víctima, creando un ambiente que favorece la superación.

- **Mantén la calma SIEMPRE.** Cada conflicto cotidiano que antes resolvías sin dificultad ahora te parecerá más grande y más complejo porque tu mundo emocional está sobrecargado. Tu aturdimiento se expresará en falta de paciencia, respuestas intempestivas, gestos bruscos u ofensivos. No boicotees los diez minutos de descanso varias veces al día. Te parecerá una pérdida de tiempo al comienzo, pero verás que repercute en tu estado anímico. Tú sola no podrás, pero si te unes al Todopoderoso, ¿quién puede medir el alcance de lo que harás?

- **Permanece en la iglesia.** Congregarte (y animar a todos los tuyos a hacer lo mismo) es una verdad espiritual fundamental porque Dios habla por medio de su iglesia. Dios ama a la iglesia y dio su vida por ella. Cada vez que asistes a la iglesia le dices a Dios que lo amas de una manera práctica, porque te estás esforzando por amar lo que Él ama. Muchas familias, sobre todo madres que han padecido el abuso de un hijo o hija, al acudir a los líderes de la iglesia encuentran indiferencia o juicios negativos, por lo cual se apagan en la fe. Si este ha sido tu caso déjanos decirte que muchos líderes son absolutamente ignorantes respecto de este flagelo; no es que no quisieron ayudar sino que no supieron cómo hacerlo y, otros, aun con buenas intenciones acrecientan el dolor a causa de su intervención errada. Que eso no limite tu fe. El único que cambia pronósticos negativos por promesas de bendición es Dios, por ello, mantente

conectada a la fuente. Dios revertirá el mal y sacará ventajas de las desgracias, así como hizo con Ana. Cuando ella derramó su corazón delante de la presencia de Dios, el sacerdote Elí la tuvo por ebria. Muchos no comprenderán tu proceso, pero que eso no apague tu fe ni te aparte del camino del Señor. Recuerda que solo Dios puede obrar tu milagro, no quites tu confianza, no entregues a Satanás a tus hijos y su futuro. ¡Permanece, persiste, lucha y gana!

- **Busca una mentora.** Deberías contactar a una mujer que posea madurez espiritual y disponga de tiempo para acompañarte. Puede ser una líder de la iglesia o una hermana mayor que tenga actitudes saludables; es decir, positivas, de fe y con sentido práctico. No debe entrometerse en la familia, pero debe estar presente de manera amorosa y práctica por medio de una corta visita, una llamada telefónica, un mensaje de texto, etc. Los encuentros con la mentora deben ser periódicos, en principio semanalmente, luego cada dos semanas; siempre en un ambiente distendido que te permita asociar los buenos momentos a los buenos consejos. Toda vez que se reúnan tú y ella finalizarán orando y entregando a Dios cada aspecto de tu vida, a la vez que proclamarán victoria, sanidad, libertad y avances sobrenaturales.

SEGUNDA SECCIÓN

Para madres que anhelan hijos campeones

- Tercer capítulo -

Mamá: ¡En Cristo tú puedes!

Todas las mujeres, en más o en menos, suelen sentirse extenuadas o frustradas frente a la vicisitudes que la vida les presenta, sobre todo si las dificultades o conflictos se relacionan con la familia, ya sea en el vínculo de pareja o en relación con los hijos.

¿Sabes una cosa? Es normal que te sientas así. No tienes que disculparte por estar triste o angustiada. No intentes dar explicaciones si te sientes superada por las circunstancias, pero no adoptes una actitud de víctima. ¡Por favor, sigue adelante! Aunque sufras, recuerda que **tu situación actual no es tu destino final**, sino una estación más en el camino; seguramente no deseada, no pensada y por supuesto no disfrutada, pero no te aferres al dolor, ¡suéltalo! Anímate a avanzar. En el futuro próximo está la estación del gozo, sí, ¡esa repleta de vida y alegría; con momentos de cansancio e interminables rutinas, pero con el corazón lleno de fe y rebosante de expectativas!

Y aunque los problemas y las adversidades forman parte del paquete de la vida, no existe el dolor permanente ni la prueba eterna; siempre queda la esperanza, siempre queda un mañana de gozo aunque ahora parezca lejano. ¡La situación actual cambiará, los traumas desaparecerán, los miedos huirán y volverá a reinar el deseo de progresar y la paz en el hogar! ¿Cómo lo sabemos? Porque Oseas 2:15a dice: "*...convertiré el valle de la Desgracia en el paso de la Esperanza*" (NVI 1999), o como lo expresa la versión PDT: "*...transformaré el valle del Desastre en una puerta de esperanza*". ¡Qué maravillosa promesa! Y no es hombre el que la dijo sino el Todopoderoso, Creador del cielo y de la tierra.

Mi abuela (escribe Silvia) siempre decía: "no hay mal que dure cien años ni cuerpo que lo resista". Esa frase era su manera de enfrentar los problemas de la vida. En otros términos: ¡aunque tarde se irá, lo malo pasará y si no pasa, cien años es más de lo que pienso vivir, pero solo allí, solo después de cien años de lucha personal me rendiré, antes jamás!

Yo recuerdo a la nona Mercedes como luchadora incansable, una mujer de mucho carácter y gran temple. Siempre me repetía que aprender no ocupa lugar y que debía esforzarme cada día más. Ella enfrentó muchas adversidades, demasiadas como para relatar-las en este espacio, pero siempre mantuvo una férrea confianza en Dios y un brillo de excelencia en todo lo que hacía. Hasta la ancianidad desafió sus propias limitaciones. Aprendió a tejer casi en soledad y se convirtió en una experta que reunía a un concurrido grupo de mujeres para enseñarles. Era pulcra, disciplinada y llena de paz. Fue una persona que me enseñó que todo se puede lograr con fe en Dios y disciplina personal.

Tu perfume quedará por mucho tiempo

Si bien es cierto que cada niño/a tiene su personalidad, también resulta indiscutible que toda madre moldea la vida de sus hijos; por eso decimos que tu perfume quedará por más tiempo que el frasco que lo contiene. ¡Tus hijos y nietos te recordarán por muchos años más de los que vivas! Deseamos de todo corazón que camines cada día con una sonrisa en tu alma para que quienes te recuerden lo hagan con nostalgia, desafiándose a vivir como tú has vivido; a servir con tú has servido y a amar como tú lo has hecho.

Anhelamos que todos los que amas te recuerden como la mujer más importante de sus vidas.

Sí, querida, tú tienes una capacidad que desconoces. Dios confía en que serás la máxima expresión de su propio amor. Él sabe que puedes lograrlo; no en tus fuerzas sino en las suyas. ¡Basta de mirar tus propios recursos cuando tienes disponibles los ilimitados tesoros del cielo! No te recrimines tus debilidades o errores pasados; en lugar de ello, contempla Su perfección, disfruta Su cercanía y ansía Su Presencia. ¡Hoy tienes que ponerte en pie y dar lo mejor de ti! ¡No te quejes aunque lo desees con el alma! ¡No te acobardes aunque la vida parezca llevarte hacia atrás! ¡Sigue adelante!

¿Cómo hacerlo? Tu enfoque es la clave. Siéntate, como te recomendamos, cinco o diez minutos de reloj en un sitio tranquilo, varias veces al día y solo di: "Te amo Señor. Ayúdame. Ven a mi encuentro. Gracias". No necesitas usar palabras grandilocuentes, Dios no se impresiona por nuestro lenguaje. Puedes emplear esos minutos para hablar, pero también puedes permanecer en silencio. En ciertas ocasiones, mientras el espíritu se comunica con Dios, lo único que nos queda es derramar lágrimas que Dios cuenta y recompensa.

El epicentro de esos encuentros es Dios mismo. Permite que tu alma se aquiete. Poco a poco, por la repetición de este acto, sentirás más cercana la pre-sencia del Señor .

Hola Jesús, soy Juan

Se cuenta que cierto hombre, a principios del siglo pasado, había perdido a su familia y todo cuanto poseía en el gran incendio de San Francisco. Solo le quedaba su fe y había decidido mantenerla. Dormía en callejones oscuros o en algún lugar que los patrones de turno le ofrecieran. Como ya era anciano le costaba encontrar empleo y, como consecuencia, qué comer. Sin embargo, sin faltar un día entraba a un pequeño templo, se quitaba la gorra y desde el último banco decía: "Hola Jesús, aquí estoy, soy Juan y vine a visitarte". Esperaba unos minutos, se colocaba la gorra y luego se perdía en la oscuridad de su vida. Ese invierno fue el más crudo de los últimos veinte años. Dormir a la intemperie afectó gravemente su salud y lo internaron en un hospicio para indigentes. Nadie iba a visitarlo. Pasaron los días y su semblante desmejoraba. De pronto, al entrar la enfermera lo vio feliz, por lo que le preguntó qué había ocurrido: "Hace un rato vino Jesús a visitarme. Entró vestido con resplandor y gloria, vi su majestad y sentí su amor, ¡fue magnífico!", contestó el hombre. La enfermera inquirió: "¿y qué le dijo?". La respuesta fue: "Hola Juan, aquí estoy, Soy Jesús y vine a visitarte".

Dios no se olvida de los tiempos que pasamos con él. Nunca pienses que esos minutos son una pérdida de tiempo; en realidad son una inversión en tu futuro porque Dios es amor, sublime amor, que quiere derramarse sobre tu vida.

¡Dios te ama! El mal pasará, el Señor te reivindicará y la herida sanará. ¿Cómo lo sabemos? Efesios 1:3 dice: *"Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor*

*Jesucristo, el cual **nos ha bendecido con toda bendición** espiritual en los lugares celestiales en Cristo", (SRV2004). La provisión ya fue hecha, los recursos han sido dados y los milagros desde el cielo han sido soltados. Todo lo que necesitas ya es tuyo.*

Me hubiera gustado que me enseñaran

Me hubiera gustado que me enseñaran a tener más paciencia en medio de los problemas que la vida, a reír más y preocuparme menos, a no impacientarme por el futuro, por lo que faltaba, por el dinero y el miedo a no tener.

Me hubiera gustado amarrar los temores con las cadenas del enorme ancla del más grande buque para enviarlos al abismo de oscuridad, creyendo que con Dios todo estaría bien y todo iría bien.

Me hubiera gustado que me enseñaran que el sufrimiento forma parte de la vida pero, aunque tarde, el dolor siempre se irá.

Me hubiera gustado que me enseñaran que la enfermedad no es el destino final sino solo una estación de paso, visitada con mayor regularidad por algunos que por otros, pero siempre es un paso, nunca un destino eterno.

Me hubiera gustado que me enseñaran a confiar mucho más en la provisión de Dios para no pasar noches tratando de resolver aquello sin solución humana, pero que en Dios era absolutamente posible.

Me hubiera gustado que me enseñaran que ni la universidad ni el seminario teológico desarrollarían mi fe; ¡al contrario!, ¡podían apagarla! Solo la Palabra, la guía del Espíritu y las adversidades tanto como las bendiciones son disciplinas que desarrollan mi alma.

Me hubiera gustado que me enseñaran que verdaderamente soy libre y poderosa en Cristo, por tanto debo vivir esa libertad intensamente, cada minuto; sabiéndome también responsable.

Me hubiera gustado que me enseñaran a jugar más, a pasear mientras hago cualquier trámite y a disfrutar de todo, sin importar tanto el escenario o los detalles.

Me hubiera gustado que me enseñaran a no sufrir por cada examen de la universidad, como si la vida fuera eso; ni pensar solo en términos de etapas y desafíos. Sentarme en la grama sin nada hacer y observar el cielo solo por el gusto de mirarlo. Nadar, andar bicicleta y aprender nuevas cosas por el simple hecho de divertirme mientras practico.

Me hubiese gustado que me enseñaran que cada día de trabajo debe ser transformado en tiempos de renovación, unción que salpica y vida que florece como primavera.

Me hubiese gustado que me enseñaran que la espiritualidad es sencilla, como sencilla es la vida y que Dios está cerca, muy cerca de los que le aman; no necesito religión ni ritos sino quebrantamiento de todo orgullo para acceder a Su Presencia.

La buena noticia es que estamos a tiempo para experimentar lo mejor de la vida durante este día, independiente de la situación, el dolor o la tristeza. Siempre puede salir el sol, aunque sea por un breve instante en el transcurrir del día. Programa tu vida para sonreír por la pequeña bondad que hoy te depare o la gran libertad que Dios desate.

Con los años he aprendido

Que si decido tener paciencia evito problemas y también disculpas que luego tendré que pedir por el apuro, por no escuchar o no haber sido atenta.

Con los años he aprendido que si río mucho y de seguido el ambiente parece más luminoso y hasta puedo influir en el estado anímico de los que me rodean. Mientras sonrío encuentro muchos que me sonríen y, cuando me devuelven el gesto es mucho más lindo que el mío. Sonreír abre puertas, suaviza el rostro y calma rispideces.

Con los años he aprendido que si en vez de preocuparme como si mi problema actual fuera el más importante del mundo lo rindo al que sostiene el universo con la palabra de su poder, resulta que se vuelve pequeño mientras Él se hace grande ante mis ojos.

Con los años he aprendido que puedo intentar, y si me equivoco casi nadie se percatará, porque al fin de cuentas no soy el centro del universo.

Con los años he aprendido que los temores no sirven para nada porque son premoniciones negativas; deseos fallidos del diablo. Por lo tanto, intentaré protegerme del mal pero jamás viviré bajo la opresión del temor. Creeré que todo estará bien y que todo irá bien porque Dios sostiene mi vida y la de los que amo.

Con los años he aprendido que no debo temer al dolor, la enfermedad o los tragos amargos porque después de cada noche oscura amanece un brillante sol; y si tengo la actitud correcta puedo capitalizar cada adversidad y salir más sabia, fuerte y agraciada que antes, sin importar que sea más flaca o gorda, más joven o vieja, más arrugada o con la piel más lozana, toda dificultad es una estación de paso y ni siquiera la muerte puede acabar con mi vida y mi propósito. ¡Bendita gloria que Cristo me ha compartido!

Con los años he aprendido que cada promesa de Dios es completamente real y se aplica a mi vida, no solo a unos pocos 'iluminados, elegidos o más amados'. Dios siempre provee, lo he visto cuando el refrigerador estaba vacío como vacía estaba la alacena. Lo he visto en mi casa y en lejanos países. Él cuida amorosamente a los suyos y siempre tiene ángeles dispuestos que envía según el requerimiento o necesidad del momento. He visto que Él es sobre todo y nada lo toma por sorpresa, por eso puedo caminar segura y tranquila porque Él nunca deja de cuidarnos.

Con los años he aprendido que el crecimiento espiritual depende de mí. No debo dormirme, tomarme licencias espirituales o distraer mi mirada del único que me sostiene. Mientras mire a Jesús nada más es necesario porque todo se acompasa según su orden.

Con los años he aprendido que la gente comunica lo que sabe pero reproduce lo que es, lo cual me ha enseñado a permanecer cerca de gente no con solo intelecto sino con presencia del Santo. Elijo la presencia y la comunión por encima de la preparación docta, el currículo vitae o la excelencia en la oratoria.

Con los años he aprendido que si quiero llegar lejos debo caminar despacio. Que aquello que hoy no disfruté jamás regresa a mí, pero que la misericordia de Dios es tan grande que cada mañana planifica nuevas oportunidades, nuevos

comienzos y bellas verdades.

Con los años he aprendido que los logros en cada área de la vida y todo el esfuerzo académico no son fuente de gozo, a menos que los usemos para hacer crecer el Reino de Jesús y volver famoso su nombre.

Con los años he aprendido que Él es eterno y tiene un reloj tan diferente al mío, pero que si aprendo a sincronizarme con el suyo lo que yo haga tendrá valor eterno y afectará por más tiempo del que pueda imaginar.

Con los años he aprendido que trabajar es una bendición y que especializarme es un ejercicio diario.

Con los años he aprendido que puedo dormir tranquila porque Dios cuida mi descanso y mi despertar siempre es en Él, ya sea acá o en el más allá; siempre sostiene mi mano y camina a mi lado.

Libérate de falsas concepciones

Antes de proseguir queremos que digas en voz alta: "¡no seré perfecta, pero soy única, especial y muy valiosa! ¡Venceré toda dificultad, porque todo lo puedo en Cristo que me fortalece!".

Repetir en voz alta estas declaraciones tal vez te resulte un poco ridículo, pero tiene un fundamento emocional y espiritual. Toda declaración debe ser dicha. En el mundo espiritual la palabra es creadora de realidades. No es una minucia o un detalle que puedes obviar, ¡es el centro del cambio! Párate y di con todas tus fuerzas: "¡no seré perfecta, pero soy única, especial y muy valiosa! ¡Venceré toda dificultad, porque todo lo puedo en Cristo que me fortalece!". Cuando pones en palabras audibles la manera en que Dios te ve estás plasmando en el mundo físico una realidad que Dios ya ha decretado en el ámbito espiritual. Es hora de ejercer tu fe en Dios en lugar de dar rienda suelta a la incredulidad, la duda y la preocupación.

Jesús dijo en Lucas 12:25-26: "*¿Creen ustedes que por preocuparse mucho vivirán un día más? Si ni siquiera esto pueden conseguir, ¿por qué se preocupan por lo demás?*", (TLA).

En alusión a la 'preocupación' Jesús enseñó en Mateo 6:33-34: "*Lo más importante es que reconozcan a Dios como único rey, y que hagan lo que él les pide. Dios les dará a su tiempo todo lo que necesiten. Así que no se preocupen por lo que pasará mañana. Ya tendrán tiempo para eso. Recuerden que ya tenemos bastante con los problemas de cada día*", (TLA).

La invitación de Jesús es a confiar solo en Él. No podemos centrar nuestra atención en Él y, a la vez, en las circunstancias. Siempre resulta más fácil 'hacer algo' antes que confiar, pero una cosa no sustituye a la otra. Busca la salida, pero confía en medio de la tormenta. Dios conoce tu dolor, tu quebranto y también el momento de tu liberación.

Desde el principio de todos los tiempos el ser humano tiende a culpar a otros: los hijos a los padres y los padres a los hijos, el esposo a la esposa y viceversa. Frente a los problemas en la crianza de los hijos, muchas madres asumen su rol

desde la culpa. Se sienten culpables por sus limitaciones, por sus decisiones, por sus yerros y hasta por lo que otros deciden. Hoy es tiempo de que proclames tu libertad mental y emocional.

Tú no causaste las desgracias, por tanto no te adjudiques la culpa. Es hora de que renuncies a esos sentimientos negativos. Despójate de lo que otros han dicho de ti. Adopta en este día una actitud de victoria, de fe activa que cambia tu mundo interno. 1a Juan 5:4b dice: *"todo el que confía en Jesucristo obtiene la victoria"*. Persiste en tu actitud sanadora y reconciliadora y, todos los que están a tu alrededor, se sumarán a la tarea de reconciliación y bendición.

Mamá. ¡Tú eres bella!

No es cuestión de talles, tampoco de más o menos arrugas, logros personales, ropa o salario. No se trata de cómo está el color de tu cabello o cuántos años registra tu calendario. Para tus hijos eres muy especial, ¡eres una mujer importante e insustituible! Tu belleza no radica en los parámetros del mundo sino en el lugar que Dios te ha conferido al darte un rol de madre, ya sea de hijos naturales o aquellos concebidos en el corazón.

Recuerda qué te pide Dios. Tu objetivo debe ser claro. El Señor anhela que forjes en tus hijos un carácter que lo honre y, para ello, deberás comprometer tu vida en guiar a la próxima generación.

Tu misión no es ser amiga de tus hijos ni confidente de sus travesuras ni terapeuta de sus arranques o incoherencias; tu tarea es marcar un rumbo que ellos deben seguir, colocando límites que les ayuden a crecer protegidos, respetando normas para que sean civilizados, aprendiendo a superar sus limitaciones y a no darse por vencidos ante las dificultades; manteniendo la integridad y sujetando su vida a Dios.

¡Recibe la seguridad en tu espíritu!

Ante tus hijos tú vales más que la más grande reina de belleza. Pues bien, es hora de que asumas ese privilegio. Debes aceptar con orgullo el rol que te compete. No seas como muchas madres en la actualidad que no saben guiar, no saben corregir y por temor a errar terminan haciendo nada, dejando a la deriva a sus hijos, los cuales resultan criados con abundancia de "cosas" pero sin criterios,

con muchos "bienes de consu-mo" pero sin virtudes, con comodidades sin carácter y con desafíos sin la valentía o las agallas necesarias para alcanzar la victoria.

Mamá no eres un adorno, eres indispensable en la tarea formativa. Si no cumples tu labor, nadie podrá hacerla, nadie hará por tus hijos lo que a ti te corresponde. Es verdad que muchas veces ellos se enojarán frente a tus requerimientos o correcciones, no querrán seguir tus órdenes o acatar tu disciplina pero, ¿quieres hijos caprichosos, egoístas y malcriados que fracasen en su vida y aborten sus propósitos eternos? ¿Quieres que terminen enojados con todos, incluso contigo, porque no logran solucionar los problemas de su vida?, ¿o prefieres hijos agradecidos, respetuosos y que tengan criterios para direccionar su propio futuro? De ti depende. **Padres permisivos, inseguros y poco comprometidos engendran hijos tiranos, malcriados y desagradecidos.**

Comprométete con los cambios

Medita y responde

Cari Rogers dijo: "Cuando contemplo una puesta de sol no digo: suavice un poco el naranja en el lado derecho y ponga un poco más de púrpura a lo largo de la base, use más rosa en el color de la nube. No lo hago. No trato de controlar una puesta de sol. La ad-miro a medida que pasa. No la controlo, la dejo ser, y humildemente me pongo a su disposición a ver qué es la puesta de sol y no a manipularla, a hacer de ella lo que yo quiero que sea. Eso es la belleza, enseñaba Kant, algo que no te sirve a ti, sino que tú te pones a su servicio, a fin de tomarla tal cual es en sí, y no para ti. ¿Puedo llegar a contemplar a mi esposa, a mi hijo, como una puesta de sol, y no controlarlo, no manejarlo? No, no puedo y tampoco debo. No son obras de arte, no son arco iris, no son objetos, son sujetos como yo, falibles. **Amar es intervenir, corregir, evitarle al otro la caída, ayudarlo en el ascenso. Ese es mi deber de padre**".

¿Cómo es mi proceder en la tarea materna? ¿Resulta coherente? ¿Marco límites saludables? ¿Mantengo la calma en medio de la tormenta? ¿Puedo serenarme en medio de las exigencias y rutinas de todos los días?

¿Las decisiones que tomo en el presente tienen que ver con el futuro que proyecto para cada uno de mis hijos? ¿Estoy realmente comprometida con el desarrollo del carácter y la madurez en Cristo más que con en el desarrollo de

sus capacidades intelectuales y escolares?

¿Qué tiempo diario y semanal dedico para que conozcan a Dios? ¿Cómo puedo mejorar en mi capacidad para guiarlos a Dios?

Nadie podrá alinearlos con Dios, solo tú

Cada palabra de bendición que tú sueltas sobre tus hijos provoca un eco en su espíritu que los alinea con lo que Dios tiene preparado para ellos. Busca el rostro de Dios, pues Él te revelará los planes que tiene para cada uno de ellos, ¡Él puede hacerse socia en la tarea de formar a ese gran hombre o esa gran mujer que impactará su propia generación! ¡Comprométete con la tarea!

Desafía los estándares sociales y enséñales a tus hijos el valor de una autoestima saludable. Comienza dando el ejemplo. Siéntete orgullosa de quien eres, ya sea con hermosos tacones o joggings gastados, con peinado de peluquería o el cabello revuelto después de haber jugado con tus hijos o trabajado en tareas ordinarias. ¡Sé feliz! Nadie ni nada puede impedírtelo.

Tu actitud determinará la altitud de los que te rodeen. Deja la crítica, abandona el malhumor, apasionate por la vida. Los problemas quizás no desaparezcan, pero tu actitud de fe les dará alas a tus hijos, los forjará como vencedores.

La Madre Teresa de Calcuta dijo: “Esparce amor allá donde vayas, pero, antes que nada, hazlo en tu propia casa. Da amor a tus hijos, a tu esposa o esposo, al vecino que vive al lado de tu casa... Que no haya nadie que venga a ti que no se vaya mejor y más contento. Sé la expresión viviente de la bondad de Dios: la bondad en tu cara, la bondad en tus ojos, la bondad en tu sonrisa, la bondad en tu saludo cálido... No pienses que el amor, para ser genuino, tiene que ser extraordinario. Lo que necesitamos es amar sin cansarnos. Sé fiel en las cosas pequeñas, pues es en ellas donde reside tu fuerza”.

Mamá: ¡Tú puedes mejorar! ¡Tú puedes superarte!

Al estudiar la importancia descolante de la madre en la superación de los traumas asociados al abuso entendemos que sería un error limitar esa influencia al trauma del ASI (Abuso Sexual Infantil). Debemos emplear la potencialidad sanadora de la madre a todas las situaciones adversas en la vida de los niños. Es más, no solo la madre es la que puede propiciar la recuperación de la víctima,

sino alguien que ocupe o asuma ese rol (una hermana adulta, una tía, la abuela).

Ernesto Sábato dijo: “El ser humano sabe hacer de los obstáculos nuevos caminos...”. ¡Cuánto más si esa persona confía en Aquel que todo lo puede!

La Biblia dice en Isaías 43:1-11 y 19: “No tengas miedo... aunque tengas graves problemas, yo siempre estaré contigo; cruzarás ríos y no te ahogarás, caminarás en el fuego y no te quemarás porque yo soy tu Dios y te pondré a salvo. Yo soy el Dios santo de Israel. Israel, yo te amo; tú vales mucho para mí. Para salvarte la vida y para que fueras mi pueblo, tuve que pagar un alto precio... No tengas miedo; yo siempre estaré contigo... Yo los elegí porque quería que ustedes confiaran en mí; los elegí para que entendieran que yo soy el único Dios. No habrá otro, ni antes ni después. Sólo yo soy Dios, sólo yo puedo salvarlos... Yo voy a hacer algo nuevo, y ya he empezado a hacerlo. Estoy abriendo un camino en el desierto y haré brotar ríos en la tierra seca”.

En otras palabras, lo imposible será posible y lo soñado se cumplirá.

Quizás te preguntes: ¿Qué hago con las frustraciones que siento, la angustia, la rabia? ¿Cómo perdono a los que dañaron a mi familia? ¿Cuál es el camino para superar esta crisis?

La respuesta es más sencilla darla de lo que resulta practicarla, pero es posible. ¡Tú podrás! ¡Cristo te ayudará!

Medidas personales que te ayudarán en la superación

1) Participa de un grupo pequeño. El enriquecimiento a partir de las vivencias de otras madres iluminará tu propio camino.

2) Modifica tus actitudes (enseguida veremos este aspecto).

3) Persevera hasta desarrollar en tus hijos actitudes de fe que honren a Dios. La superación se aprende; por tanto, enseña. Cultiva el ser interior de tus hijos. La conducta, el control de los pensamientos y las actitudes que adoptan no son innatas, por ende trabaja en estos aspectos. La mejor manera de educar es orientar. Necesitarás mucha presencia de Dios si quieres algo realmente sobrenatural. Dios trabaja con las madres a fin de que puedan encaminar a sus

hijos elegidos como siervos suyos.

4) Establece límites claros para todos los integrantes de la familia. Más que reglas pregona a adhesión a principios: el respeto, la amabilidad, la seguridad personal, la gratitud, la fe, la paciencia, el valor del esfuerzo, el premio por el trabajo, etc. También enseña los aspectos que no tolerarás: engañar, mentir, manipular, robar; así como cualquier expresión de violencia. Muchos padres y madres, abrumados por los problemas laborales, familiares o conyugales se desentienden de la formación integral de sus hijos omitiendo aspectos importantes en el desarrollo del carácter y, para cuando llegan a la adolescencia se preguntan, ¿qué sucede con nuestros hijos? Los valores no se compran en la farmacia ni el supermercado, no los enseña la televisión ni los amigos. Los padres son los encargados de forjar el carácter desde la niñez temprana.

¿Cómo modificar las actitudes?

Cada pequeño cambio, al principio, suele generar resistencia y desestabilizar nuestro pequeño mundo. Cuando una, como mujer, está acostumbrada a quejarse, ver lo torcido, mirar lo negativo y centrar la atención en aquello que falta es difícil reestructurar ese esquema interior; tanto a nivel de los pensamientos, como de las palabras y acciones. Pero si seguimos así, el rechazo hacia nosotras mismas y el rechazo de los demás será la norma. En cambio, si hacemos de nuestra vida un bello jardín, todos querrás disfrutar de su belleza. ¿Quién no recibe con agrado las palabras de consuelo y ánimo? ¿Por qué no crear y compartir una atmósfera de fe?

Mujer valiente y fuerte

Si hacemos un estudio bíblico exhaustivo veremos que las mujeres, en general, son más sensibles a la fe, más rápidas en creer a lo sobrenatural y más decididas a avanzar en todos los aspectos de la vida. ¿Cuántas mujeres solas asumen la crianza de sus hijos y el mantenimiento del hogar? ¿Cuántos hombres hacen lo mismo? Las mujeres son valientes y, cuando tienen al Espíritu Santo, son socias de Dios en la transformación del mundo.

Proverbios 12:4a dice: "Una mujer valiente es el orgullo de su marido", (BL95). En otras versiones: "La mujer fuerte es la corona del marido", (N-C); "Mujer

varonil, corona para su marido", (Jünemann).

Suena extraña la expresión : "mujer varonil, fuerte o valiente", pero es bíblica. Muchas versiones suavizan la expresión sustituyendo la palabra "varonil" por "virtuosa", pero es tan amplia la palabra virtud y tan elevada en su esencia que suena como ostentosa y soberbia. Piensa, si alguien dijera: "eres una mujer virtuosa", probablemente te sientas incómoda, pero si alguien te dijera: "mujer valiente, mujer fuerte", seguramente dirías: "claro que sí". Mujer 'varonil' no significa que te crezca el bigote o el vello aparezca de mo-do espeluznante en tus piernas de tacones. No tiene que ver con la apariencia sino con la esencia. Mujer fuerte hace alusión a su resistencia: aguanta los reve-ses de la vida, las decepciones y las dificultades sin darse por vencida, no necesita manipular para hacer que las cosas sucedan ni ser el juguete de un hombre o vestirse de cierta manera para lograr el amor o la felicidad. Todos los que están alrededor de ella confían en su juicio, su lealtad y su sabiduría. Mujer fuerte es la que no precisa gritar para ser oída pero que con su presencia impone respeto, no en los extraños sino a los más cercanos.

Reflexiona:

- ¿Cuál es tu vocabulario?
- ¿Qué pensamientos dominan tu mente?
- ¿Qué gestos acompañan a tus palabras?

Las actitudes reflejan la vida interior. Los senti-mientos provienen de lo que llena la mente, así que para mantener nuestras mentes enfocadas y renova-das en la Palabra de Dios debes cuidar lo que piensas.

Cambiando el ambiente

Deberás comprometerte a realizar las actividades propuestas. Algunas te resultarán insulsas, pero no las juzgues de modo aislado ni por el poder en sí mismas, sino por la transformación que provoca el conjunto.

1) Coloca música en tu casa. Mientras tus hijos dibujan, juegan o corretean por las habitaciones hazles escuchar diversas melodías. No te limites a un género en especial, compila música instrumental, suave, alegre, infantil, etc. Actualmente existe abundante música cristiana de excelente calidad, haz que esté presente en tu hogar.

2) Compra un cuaderno. Hoy es un excelente día para comenzar a relatar las experiencias cotidianas de la mejor etapa de tu vida. Coloca como título en la primera página "Nueva Temporada". Luego, ordena tu día para que puedas disponer de tiempo a solas con Dios sin premuras, obligaciones o ansiedades.

3) Respira profundo y agradece al Señor. Comienza a registrar por escrito los motivos de gratitud, sin importar el tiempo en que hayan ocurrido esos eventos; no tienen que ser en orden cronológico: pue-den corresponder a tu niñez, adolescencia, juventud, etc. Durante esta primera semana de tu "Nueva Temporada", cada recuerdo positivo, bendición grande o pequeña, regalo, palabra de ánimo o cualquier suceso o elemento que represente alegría, será anotado. Por todo puedes agradecer. No es una trivialidad. No des por sentadas las bendiciones. Al contrario, si comienzas a escribir todas y cada una de las cosas que te bendicen te harás consciente de cuánto Dios te regala a cada paso de la vida.

Anotar te obliga a pensar y los pensamientos de gratitud generan sentimientos del cielo. La Biblia que es muy sabia dice que seamos agradecidos. 1a Timoteo 2:1: *"Exhorto ante todo, a que se hagan rogativas, oraciones, peticiones y acciones de gracias..."*. Muchas madres hacen oraciones, rogativas y peticiones, pero fallan en el último mandamiento: las acciones de gracias.

Comenzar tu cuaderno responde a este mandamiento. Si mientras estás cocinando, planchando o desempeñando un trabajo específico en relación a tu profesión o ministerio y recuerdas un motivo de gratitud, anótalo. Llevar ese cuaderno contigo debe ser prioridad. Yo (Silvia) desde hace unos años llevo en mi maleta (la cual es pequeña) mi cuaderno cuando viajo para ministrar o voy de vacaciones y ha sido una estrategia que me ha permitido mantenerme enfocada y consciente de la bondad de Dios.

Si te resulta difícil comenzar puedes leer cartas, mirar fotos familiares o videos; todo lo que te conecte al pasado de una manera positiva. Por supuesto que aflorarán recuerdos negativos, angustiantes o perturbadores. Los dejarás pasar, sólo anotarás lo bueno, positivo y gratificante. Con el tiempo descubrirás el poder que ejerce este hábito sobre tu vida y, también lo agradecerás.

TERCERA SECCIÓN

La ardua tarea que tienes por delante

- Quinto capítulo -

Cómo ayudar a los niños en el camino de la superación - PARTE I

El poder de un niño

El profeta Isaías resalta el poderío de un niño. Comunica no solo lo que será cuando crezca sino que describe el futuro en tiempo presente; es decir, reconoce el potencial actual de ese niño. ¿Por qué? Porque el niño de hoy será el hombre del mañana, sin embargo seguirá siendo la misma persona. ¿En qué clase de ser humano quieres que se convierta tu hijo y tu hija? ¡No puedes retrasar la preparación porque el futuro llega antes de lo que imaginas!

Isaías 9:6-7 dice: *"Nos ha nacido un niño, Dios nos ha dado un hijo: a ese niño se le ha dado el poder de gobernar; y se le darán estos nombres: Consejero admirable, Dios invencible, Padre eterno, Príncipe de paz. Él se sentará en el trono de David, y reinará sobre todo el mundo y por siempre habrá paz. Su reino será invencible, y para siempre reinarán la justicia y el derecho. Esto lo hará el Dios todopoderoso por el gran amor que nos tiene", (TLA).*

Si aprendemos a ver el futuro de nuestros hijos como sucesos cercanos no seremos escasos en darles palabras de fe, a la vez que estimularemos el crecimiento, la autonomía y el desarrollo de sus capacidades. ¡Esto es fe auténtica!

Cultivar amistades saludables

Una consecuencia habitual del abuso es la tendencia al aislamiento y al ostracismo que presentan las víctimas; se transforman en personitas taciturnas y poco optimistas que repelen el contacto con otros y evitan con distintas estrategias la proximidad, tanto física como emocional.

En una primera instancia, el entorno no abusivo (incluyendo a los padres) en un intento de protección mantienen a la víctima bajo su cuidado directo y constante, lo cual si bien es entendible en los días posteriores a la revelación debemos evitar que se perpetúe en el tiempo porque interferirá en el normal desarrollo. Para la superación de cualquier trauma la adquisición progresiva de apertura y confianza hacia otras personas, fundamentalmente sus pares, debe ser un objetivo claro del entorno positivo. Con este fin, como madre deberás:

- **Animar a tus hijos a realizar las tareas del colegio en tu propia casa.** Una de las alternativas para que, tanto los padres como el niño o niña traumatizado se sientan cómodos es alentar la realización de las actividades escolares en el propio hogar del niño y bajo la supervisión directa de los progenitores, pero en compañía de otros niños del colegio. Mamá, puedes encargarte de una merienda e invitar a los 'nuevos amiguitos' a compartirla, una vez finalizada la tarea.

- **Compartir tiempo en las fiestas infantiles.** Otra estrategia para mejorar la capacidad de relacionamiento y evitar el aislamiento de nuestro hijo o hija es acompañarlo/a a las fiestas infantiles, aunque se resista diciendo que prefiere quedarse en casa, o cuando yendo no quiera participar y se quede a nuestro lado. La actitud positiva y conciliadora de la madre marcará un cambio positivo, a pesar de que en la primera, segunda o tercera salida el niño le haya reprochado el haberlo llevado. Los altibajos emocionales son comunes en el camino hacia la recuperación, incluso con enojos o explosiones de ira que generalmente direccionará hacia quienes están cerca (la madre). Mantener la calma es el secreto para transmitirle la paz que necesita en el proceso de superación.

- **Organizar un día de campo o de pesca, un fin de semana de campamento, una excursión ecuestre, etc.** Incluso se puede invitar a otra familia que tenga hijos de edades que permitan relacionarse con el niño/a que ha padecido abuso o ha sufrido algún trauma.

- **Preparar fiestas en el hogar por motivos diversos:** el comienzo del otoño, del invierno, la primavera, el día de la madre, del padre, el día del animal, de la vida silvestre, etc. Esta estrategia de celebración permite crear ambientes

festivos y afianzar esos recuerdos de manera periódica, colaborando de formas prácticas en la superación.

Ayudar a los demás

El sentimiento de indefensión que provoca el abuso se conoce con el nombre de indefensión aprendida. Se manifiesta a la hora de **enfrentar desafíos**. Cuando aparece una crisis la víctima no sabe cómo reaccionar; siente un desamparo descomunal y miedo hacia el futuro. Cree que nunca podrá controlar lo que le pasa o el resultado de las acciones que emprenda. Suele adoptar un rol pasivo y se muestra retraída. Vive en una prisión interior llena de culpa y vergüenza. Se siente ahogada y no logra confiar en quienes la rodean. Siempre abriga sospechas, temores de traición y malos pensamientos hacia los que se acercan. Ha perdido la capacidad de superación y de confianza en sí misma. Una de las maneras en que romperá el círculo vicioso de indefensión y pasividad es haciendo una buena acción por otro, ya sea un ser humano o un animalito. Superar el 'nada puedo hacer', 'todo me sale mal' o 'haga lo que haga el resultado es igual' por el 'puedo ayudar', 'todo saldrá bien' y 'cambiaré la realidad', es absolutamente posible. Las actividades en las que pueden sumarse los niños son variadas. Centros comunitarios, hospitales, consultorios pediátricos, orfanatos, cuidado de mascotas, etc., siempre acompañados por un adulto responsable. La ayuda social y la compasión hacia los demás otorga vigor y genera salud. Compartir la fe en Cristo a quienes sufren aumenta el sentido de pertenencia a la fe y refuerza su autoestima. En la casa se le debe encomendar tareas sencillas, pero que representan un reto para su edad. En caso de que algo salga mal, minimizar el resultado. Felicitar todo avance y festejar cada logro.

Mantener una rutina en casa

La rutina puede parecer tediosa pero brinda una sensación de seguridad, tanto a los adultos como a los niños (sobre todo post trauma).

Se define como rutina a las costumbres o hábitos adquiridos que permiten hacer algo de un modo determinado, casi sin pensar. Y en ello está la clave: como no hay que decidir no aparece el estrés asociado a la acción.

Rutina no significa siempre igual, todos los días, ni actividades aburridas a la

misma hora, sino más bien hábitos saludables sostenidos en el tiempo. La rutina del lunes puede ser diferente a la de los martes, pero se mantendrá en el tiempo. Con espacios para jugar, divertirse y aprender, pero cuidando los tiempos de higiene, descanso y alimentación e intentando que estas actividades sean en el mismo rango horario, sin obsesionarse.

La rutina le permite al niño/a desarrollar destrezas y saber que está cumpliendo con las expectativas de sus padres. Aumenta su seguridad porque conoce el próximo paso y sabe qué esperar. Toda incertidumbre y temor se desvanece con una rutina flexible, en un ambiente armónico que permita las variaciones sin generar ansiedades o reprimendas.

Dentro de la rutina diaria es aconsejable incluir "tareas" que se relacionan con la convivencia en el hogar, como arreglar los juguetes, ayudar a levantar los platos luego del almuerzo o cena, barrer la cocina, sacar la basura, etc., siempre acordes a la edad de los niños. Es una manera de que colaboren en el mantenimiento del orden y se responsabilicen por el funcionamiento hogareño.

Establecer límites claros que se mantendrán en el tiempo

Jaime Barylko en su libro ***Los padres y los límites*** enseña la importancia de establecer límites y respetar aquellos que han sido instaurados. Usa la analogía de un conductor en la oscuridad de la noche. Solo las líneas demarcatorias le brindan seguridad. Justamente los 'límites' lo liberan para viajar a mayor velocidad, a la vez que lo protegen. "Sin esas rayas a los costados, sin esos límites señalados, la gran libertad del camino era un caos de ceguera y miedo, incertidumbre y vacilación. Ahora es distinto. Faltaban esas rayas. Ahora están, y los límites, lejos de oprimir al viajante, lo liberan, lo protegen... ¿En qué consisten los límites? En eso, en delimitaciones del camino, en cercos protectores, en marcos contenedores y referenciales. No son un fin en sí, son un instrumento para realizar fines. Cuando ellos están uno puede actuar y elegir...".

Muchas madres creen que si acarician perpetuamente y consienten a sus hijos en todas las situaciones - aun sabiendo que están equivocados o adoptan conductas erradas - recibirán amor perpetuo pero, ¡no te confundas! Tu caricia surgida de tu comodidad y el no estar dispuesta a poner límites saludables se volverá en tu contra. Si en vez de pagar el precio para moldear el carácter de tus hijos prefieres la pasividad, la indolencia y la pereza que implica la caricia cómoda y la

permisividad absoluta estarás destinando a tus hijos al fracaso. Cuando la autoridad no se ejerce en pro de la siguiente generación los logros se esfuman y la civilización se desvanece.

Enseñarles que son valiosos

La autoestima se construye por medio de las palabras, las actitudes y las acciones. Promover una cultura de bendición en el hogar es una manera sobrenatural de atraer el poder para prosperar en todas las áreas. Cada día, al despertar, coloca las manos sobre tus hijos y bendícelos con bendiciones de bien. Declara salud, sabiduría, inteligencia, fuerza, habilidad y poder para superar toda oposición. Declara que el cielo los ayudará y los ángeles los guardarán. Busca música de alabanza para niños que los motiven a confiar en Dios. Escribe en una pizarra en su dormitorio o en un papel sobre su cama cuán importante son, diles que Dios los ama y que serán campeones para el Señor.

Cada jornada llénala de la presencia de Dios para que ellos puedan fortalecerse espiritualmente a partir de la visión positiva y de fe vital que tiene su propia mamá. El desarrollo de su autoestima se produce en primera instancia a partir de tus creencias profundas. ¡No puedes darte licencias! ¡Busca el rostro de Dios para alinearte con sus proyectos! ¡Hoy es el tiempo!

Cómo ayudar a los niños en el camino de la superación - PARTE II

Desafiarlos a soñar

Este principio entraña la responsabilidad de fijar metas en la actualidad para alcanzar cada ambicioso proyecto en el más allá, ya sea en la juventud o incluso en la vida adulta.

Tal vez el sueño de alguno de tus hijos sea componer canciones o cantar. ¿Cómo iniciamos el proceso? Aprendiendo música. Y aunque muchos niños tienen sueños que luego tomarán otras formas, en todos los casos podemos guiarlos para forjar el conocimiento y las actitudes que les permitan avanzar.

Algunas madres resguardan a sus hijos de todo tipo de decepción creyendo que la sobreprotección les evitará el fracaso, pero es al contrario. Un hijo que crece sin frustraciones y sin obstáculos (porque mami soluciona todos los problemas) será inmaduro y, probablemente se desmorone ante la más mínima contrariedad. No asumas que será débil si hoy enfrenta problemas. Acompáñalo, ayúdalo, sostenlo y anímalo con tus palabras y acciones, pero declara que esta dificultad lo capacitará con más fortaleza y mayor entereza.

En toda disciplina que se aplique (música, danza, deportes, idiomas, etc.) al final de cada curso o año lectivo o cuando logre avances significativos celebra con él y el resto de la familia. Ser conscientes de la capacidad para superar los obstáculos lo hará más 'grande'.

El libro de Génesis nos relata la historia de José, al que se le conoce como 'el soñador'. ¿Has notado el proceder de su padre Jacob? La Biblia nos cuenta que cuando José contaba sus sueños, su padre trataba de entender el significado de los mismos; es decir, escuchó y meditó en los sueños de su hijo (Génesis 37:11). Imitemos esta actitud. Que tus propios miedos no limiten a la siguiente generación, no los maldigas a partir de tus temores o dolores por los fracasos experimentados.

Fomentar una autoestima saludable

Charles H. Cooley desarrolló el concepto de la “personalidad espejo” para explicar cómo se gesta la autoestima. Este postulado dice que el concepto que una persona tiene de sí misma está determinado por la opinión que las personas más importantes de su vida tienen de ella. Para un niño las personas más importantes son sus padres. Según el concepto que ellos tengan de su hijo será la autoestima que desarrolle el pequeño; en otras palabras, el concepto de valía personal dependerá de lo que sus padres piensen de él. Si los padres creen en él y le hacen sentir que es alguien especial, talentoso e inteligente y que, además, es posible que logre grandes metas, el niño crecerá con un concepto positivo de sí mismo y desarrollará no solo sus potencialidades, sino relaciones saludables en su entorno social.

Potenciar la memoria de gratos recuerdos y batallas ganadas

Recordarle selectivamente a tus hijos las veces en que superaron dificultades, hicieron frente a un desafío o atravesaron una prueba es la semilla para lograr mucho más en el futuro cercano. Potenciar la memoria de gratos recuerdos constituye un tesoro etéreo de gran peso porque tus hijos aprenderán a confiar en ellos mismos para resolver los nuevos problemas, a la vez que los estimulará a responsabilizarse de las decisiones que tomen. La autoestima saludable incluye una gran dosis de humor hacia la vida, hacia las pruebas y hasta consigo mismo. Enseñarles a reír y a recuperar la alegría tras una derrota o fracaso es esencial para mantener vigorosa y saludable la propia valía. Cuidar la autoestima no significa darle todo lo que pide, omitir las consecuencias por sus malos actos y solucionar por él todos los problemas. Este error de los progenitores determina adultos dependientes, egocéntricos e irresponsables. Comprométete a elevar la autoestima sin perjudicar su futuro, ¡aunque no sea popular en estos días!

La historia de Sonya Carson

Sonya abandonó la escuela en tercer grado y con tan solo trece años se casó con Robert Carson. Robert, en un principio mantenía el hogar, pero el alcohol y las drogas destruyeron su vida y su familia. Sonya asumió la tarea de criar a sus

hijos (Ben y Curtis) como madre soltera.

“Trabajó mucho”, recuerda su hijo Ben “A veces no la veíamos en toda la semana. Salía a las cinco de la mañana y volvía a las once o doce de la noche. Iba de un trabajo al otro y al otro, porque estaba decidida a no ser una de esas madres que reciben asistencia social”.

Ben manifestó dificultades en su educación llegando a ser el peor alumno de su clase. Se convirtió en objeto de insultos por parte de sus compañeros y desarrolló un temperamento agresivo e incontrolable; pero Sonya nunca se rindió. En su trabajo en las casas de familias ricas observó que los niños estudiaban y leían después de regresar de la escuela, mientras que los suyos jugaban afuera o miraban la televisión. Decidida a cambiar la vida de sus hijos, Sonya limitó en extremo el tiempo dedicado a la televisión y les impuso a Ben y Curtis una serie de tareas diarias, reduciendo también sus horas de juego en la calle.

“Así que un día, después de rezar por largo tiempo, mi madre llegó a casa y nos dijo: ‘Esto es lo que vamos a hacer de ahora en adelante. Ustedes van a empezar a leer libros y van a apagar esa tonta televisión. Para asegurarme de que estén leyendo, me van a entregar informes sobre los libros’”, recuerda Ben. “Naturalmente, pensé que eso era ridículo”.

Sus hijos obedecieron las órdenes de leer dos libros por semana, que tomaban prestados de la biblioteca pública y de escribir informes acerca de cada uno de ellos. Además de otras tareas como aprender las tablas de multiplicar.

Ben comenzó a disfrutar de la lectura y pronto sorprendería a sus compañeros y profesores con sus nuevos conocimientos. *“Fue en ese momento que me di cuenta que no era estúpido”*, recuerda Ben. Un año más tarde, se transformó en el mejor alumno de su clase. Ben Carson es un prestigioso neurocirujano, mientras que su hermano un reconocido ingeniero. ¿Qué te impide ser la precursora de grandes hombres y mujeres de Dios para esta generación?

Priorizar el ser por encima del hacer

Las actitudes más que las aptitudes (capacitación y títulos académicos) determinarán el grado de triunfo personal. Las aflicciones, los reveses y las dificultades son parte de la vida. No creas que los problemas destruirán el futuro

de sus hijos, al contrario. Si determinas crear una atmósfera de fe genuina, afianzada en una vida de oración poderosa en el Espíritu Santo, todo lo que venga a la vida será para bien. Así lo proclama Romanos 8:28. Extraer lo positivo aun de los sucesos negativos son instrumentos poderosos que les otorgarán a tus hijos las armas para forjar destinos de gloria.

Valora a tus hijos por lo que son y no por lo que hacen. En el Antiguo Testamento, en el libro de Números, se halla escondido un pasaje que narra la historia de un padre que valoraba la vida de sus hijos, sin hacer diferencias de algún tipo. *“Zelofejad hijo de Héfer no tuvo hijos, sino solo hijas, cuyos nombres eran Majla, Noa, Joglá, Milca y Tirsá”*, Números 26:33. Zelfejad murió en el desierto durante los cuarenta años de peregrinaje del pueblo de Israel.

Cuando llegó el momento de repartirse la tierra, las hijas no recibían herencia. Entonces, las cinco muchachas fueron a Moisés y le dijeron que estaba por cometer una gran injusticia al dejarlas sin herencia: *“¿Por qué ha de ser quitado el nombre de nuestro padre de su clan, por no haber tenido hijo varón?”* (Números 27:1-11; 36:1-12; Josué 17:3-6). En otras palabras, ellas dijeron: ¿Somos nosotras menos valiosas que los hijos varones? De su padre habían aprendido que eran especiales, únicas y muy capaces y, aunque la sociedad consideraba que había muchas cosas que ellas 'no podían hacer' por ser mujeres, su padre se encargó de quitarles todo tope para lanzarlas hacia el futuro con gallardía. La historia termina diciendo que ellas, por mandato de Dios, consiguieron lo que habían reclamado. Es decir, cambiaron las leyes imperantes sobre miles de ciudadanos con su osadía. El padre fue responsable de estas hijas valientes y decididas. ¡Cuántas miles y millones de mujeres dejan que otros pisoteen sus derechos, sus sueños y sus vidas! Se conforman con mucho menos de lo que alguna vez soñaron. Hombres impíos, violentos, egoístas, borrachos, infieles o viciosos que les roban la oportunidad de vivir con dignidad. ¡Cuántos hombres en su rol de padres deberían imitar a Zelofejad! ¡No permitamos que las mujeres sean maltratadas!

Zelofejad valoró a sus hijas y las afirmó mediante el nombre que le dio a cada una de ellas. A la primera la llamó Majla que significa “liderazgo, autoconfianza”. A su segunda hija le puso por nombre Noa que significa “movimiento, también descanso y tranquilidad”. Su tercera hija recibió el nombre de Jogla "luchadora". El nombre de la cuarta fue Milca que significa “reina”. Por último, a la menor le puso por nombre Tirsá que representa

“deleite”. El haber tenido cinco hijas no fue una desilusión para este varón; al contrario, se sintió agradecido por tenerlas y vivió para demostrarlo. Ze-lofejad fue en contra de la cultura y con su acción cambió la cultura. Sus hijas hubieran vivido en situación de mendicidad, pero por la aprobación de su padre tuvieron legítima herencia entre los hombres cambiando, además, las leyes de toda una nación.

¿Quién sabe si tus hijos harán lo mismo? Quizás ellos cambien leyes, transformen naciones o den a luz movimientos espirituales que afecten a multitudes. Tal vez tu hijo o tu hija, quizás la más pequeña, la que menos parece a vista de otros, termine transformando la historia como jamás hubieras imaginado.

Si no lo crees, ¡ya le estás poniendo límites a tus hijos! Que tú no lo hayas logrado no significa que ellos no lo lograrán. ¡Habilítalos con tu fe! Este padre, Zelo-fejad, recibió su herencia aun después de muerto porque la forma en que crió a sus hijas las habilitó a que la obtuvieran.

¿Qué tienes que hacer en este día? Busca formas y oportunidades para mejorar la autoestima de tus hijos. Investiga qué significa el nombre de cada uno de ellos, comienza a bendecirlos. Valóralos por lo que son y no por lo que hacen. Diles cuánto los amas y en voz alta agradece a Dios por sus vidas. Afírmalos con sus palabras y elógielos más allá de su desempeño. Re-cuerda que los niños que se sienten valorados por sus padres, se valoran a sí mismos y aprenden a valorar a los demás.

Estimular la curiosidad por investigar y aprender

Toda disciplina, por más ardua y complicada que sea, terminará haciéndose sencilla con la práctica. ¿Quién no ha visto a un patinador sobre hielo haciendo piruetas que parecen tan simples? (Hasta que uno intenta y se da de bruces contra el suelo). Aprender permite entender los procesos e incorporar el conocimiento de modo paulatino, asumiendo grados crecientes de dificultad.

Nadie nace sabiendo. Todo se aprende y todo sirve para crecer. Esta convicción debes transmitirla a tus hijos a fin de darles la oportunidad para que sueñen y trabajen hasta ver concretadas sus aspiraciones, sin importar las veces que fallen o se equivoquen.

¿Por qué prospera la gente judía?

Craig Hill en su libro ***El poder de la bendición paternal*** dice: "No importa si uno está en Nueva York, París, Tel Aviv, San Pablo, Sydney o Hong Kong, las familias judías tienden a prosperar por encima de las otras en la cultura...". Luego relata que su respuesta vino de mano de Steven Silbiger, quien es judío y dice que sus propios padres esperaban que él fuera exitoso en lo económico y educacional, ya que tuvo muchos modelos para seguir en su familia y en su comunidad. Este autor relata que en EE.UU. las familias judías duplican sus ingresos en relación a cualquier otra familia, que el 40% de las primeras 40 compañías según Forbes son judías, que un tercio de los multimillonarios estadounidenses son judíos, que el 20% de los profesores en las mejores universidades son judíos, que el 30% de los ganadores estadounidenses del premio Nobel en ciencias y el 25% de todos los ganadores del mismo premio son judíos. ¿Cómo un porcentaje tan pequeño de la población (solo el 2% de EE.UU.) forma parte del más alto grupo de educados, ricos e influ-yentes de la sociedad? En la cultura judía los padres son profetas para sus hijos. Los bendicen con sus ceremonias. Cada semana con el encuentro familiar y durante toda la vida, en cada etapa. ¡Tú puedes hacer lo mismo a partir de este día!

Enseñar que el cambio es parte de la vida

En las víctimas de abuso infantil, así como en las personas traumatizadas, suele haber una resistencia al cambio, al crecimiento; a enfrentar las nuevas etapas o desafíos. Se niegan a asumir responsabilidades o concretar anhelos. Tienen ideas geniales y muchos sueños pero solo son eso; jamás las llevan a la acción. Los invalida el miedo a fracasar, los persigue el temor.

Como madre debes acompañar con bendición y paciencia a cada hijo/a hasta que lo que le digas sea creído por él o ella. Enseñar que el cambio es positivo porque indica que estamos vivos, que cumpliremos nuestro propósito porque Dios está de nuestro lado, y que alcanzaremos muchos logros porque estamos destinados a triunfar, los proyecta a la vida con victoria.

El escollo más grande para cumplir con los sueños no son los niños ni sus

traumas sino la displicencia de los padres sumada a la poca fe en el futuro de sus propios hijos. Son los padres los que rápidamente se desalientan cuando son enfrentados con el pesimismo de sus hijos, las tareas que no logran cumplir o los desafíos que no logran superar. Los padres son los que se transforman en agentes de Satanás porque dejan de bendecir, dejan de proclamar que sí podrán y se rinden en vez de enseñar y reiterar. No es enseñarles a "ser el mejor" o "lograr las mejores notas" sino a superarse a ellos mismos.

Si aprender las tablas de multiplicar requiere repetir, insistir y volver a enseñar y repasar, ¡cuánto más una actitud de vencedor!

¡Incluye a Dios en todos los procesos!

No esperes a que sean adultos para que maduren en su fe. Tus hijos deben ser discípulos de Jesús desde niños y ejercer sus dones y talentos desde pequeños.

Uno de los males de todos los tiempos es acallar la voz de los más jóvenes. Un adulto responsable se hace a partir de un niño responsable. Crear espacios de servicio, motivar a que descubran sus dones y a que sirvan conforme a ellos, acompañarlos a que experimenten encuentros vivenciales con Jesús, a que evangelicen a otros y compartan todo lo bueno que tienen, ya sea palabras, juguetes, ropas e incluso la familia, son maneras saludables de darles el mayor secreto de una vida victoriosa y plena: aquella que es vivida no solo para sí, sino para Dios y el servicio a los demás.

Cada semana repasarás todos los puntos, a fin de verificar si los estás aplicando. No puedes optar por alguno y olvidar el resto. Pídele a Dios que te capacite para acompañar eficazmente.

¿Qué es la resiliencia?

La palabra *resiliencia* significa “volver atrás”, “regresar de un salto”, “rebotar”, “volver al estado inicial”. El *American Heritage Dictionary* la ha definido como la habilidad para recuperarse tras una enfermedad, cambio o infortunio.

La palabra resiliente se aplica a las personas que se sobreponen a las adversidades. La gran pregunta que nos cabe es si la resiliencia es innata o se desarrolla. **Todos los especialistas coinciden en que puede desarrollarse.** ¡Por eso estamos aquí! Todos podemos cambiar hoy para vivir un mejor mañana. ¡Con el Señor será posible!

La Biblia manifiesta resiliencia en su máxima expresión

¿Por qué? Porque relata todos los males que pueden pasarle a las personas, pero de todos ellos es capaz de escribir buenos finales, a veces diferidos en el tiempo por varios siglos, lo cual nos permite comprender que todo tiene un propósito aunque al presente no lo veamos. ¡Este es el poder de nuestra fe! La Biblia compila historias dramáticas que por el poder de Dios se transforman, cambian y terminan bendiciendo no solo a los protagonistas sino a todos quienes la leen. Es el único libro que ve la muerte como un paso y la resurrección como cierta. Además, condena el mal e invita a no dejarse dominar por él. Fortalece las convicciones aunque otros se opongan y nos estimula a perdonar de manera repetida sin guardar rencor ni aferrarse a sentimientos de venganza. Es el libro de los libros porque muestra, vez tras vez, cómo el bien triunfa sobre el mal y cómo cada evento se enmarca en un plano más amplio, con trascendencia eterna.

El libro de los Salmos, por ejemplo, describe todos y cada uno de los sentimientos que un ser humano puede experimentar. No niega el sufrimiento; al contrario, lo narra vívidamente. Tampoco niega la ira, la desilusión, el deseo de ser vindicado por las injusticias sufridas, la soledad, la traición, el sentirse incomprendido y abandonado. Es un libro auténticamente humano y auténticamente divino porque frente a todo lo malo que sobreviene a la vida antepone la fe, desde la óptica pura de que todo redundará para bien. Dios hará

justicia, el dolor cesará, el quebranto sanará y la felicidad será la porción venidera. ¡La fe permite disfrutar por adelantado de las victorias que vendrán!

¡Podemos decir que la resiliencia es una demostración de fe auténtica! ¡Nos gozamos por adelantado de lo bueno que vendrá!

A los catorce años compré un libro en el círculo de lectores **El coronel no tiene quien le escriba**, de Gabriel García Márquez (escribe Silvia) en su versión de lujo: tapa dura y con relieve, letras repujadas y doradas; una ostentación para la recién iniciada década de los '80. Abrí el paquete con la avidez propia de la adolescencia y comencé a leer el relato como si fuera a transportarme a vaya saber qué lugar. Cuando terminé de leerlo sentí las entrañas del escritor pero también su propia decepción. El sabor que me produjo fue de muerte, no de vida; de oscuridad y fatalismo existencialista. Todavía conservo el libro en la biblioteca. Hace poco volví a releerlo y debo decir que prefiero mil veces leer la Biblia.

Muchos escritores hacen de la desesperanza el hilo conductor de la historia y, una vez finalizada 'su obra maestra' solo queda un sabor amargo, como si la vida fuera de esa manera. Para quien concibe esa realidad, pues bien, esa será su única realidad. En cambio, la Palabra de Dios muestra la desesperanza como la puerta a lo sobrenatural, los fracasos como el trampolín para un nuevo camino, y la muerte, no como el final sino como un nuevo comienzo.

¡Qué maravillosa es la fe! Realmente es un don de Dios porque quien la posee tiene el poder de transformar toda circunstancia a fin de que coopere en su creatividad, potencial y resultados.

La fe abre la puerta a la oración en el Espíritu y a esperar oponiéndose a la desesperanza, mientras se hace todo lo que se puede para experimentar la victoria sin depender de la respuesta.

La fe es confiar aunque parezca que nada cambia; es mantener en alto las expectativas cuando todo dice lo contrario. La fe se sustenta en el Invisible y esa clase de resiliencia es imposible de ser adquirida por ejercicios o técnicas de humana sabiduría, pero puedes pedírsela a Dios. ¡Que tu esperanza esté en Él! Comienza tomando la decisión de confiar en Dios y nutre tu confianza por medio de las promesas contenidas en Su Palabra. Ruega al Espíritu Santo que venga con poder y fuego. Pídele al Señor Jesucristo que te bautice en el Espíritu

Santo. Dios nunca falla, nunca te abandona y siempre te sustenta. Con el Espíritu Santo sobre tu vida tú obedecerás a Dios y alegrarás su corazón acrecentando tu conocimiento de Él de manera directa e íntima.

José, 'el soñador'

José es un hermoso ejemplo de resiliencia, pero el error más grande de los cristianos (fundamentalmente los maestros y padres) es enseñar tremendas verdades como anécdotas del pasado; cual si fueran simples historias en vez de desmenuzarlas como experiencias de vida para extraer principios que revolucionen la propia existencia y cambien el curso de las generaciones venideras.

Si las compartiéramos desde la superación personal, de las batallas épicas que enfrentaron y desde las debilidades que atravesaron; pero también desde la audacia que mostraron, la inquebrantable voluntad frente a las injusticias y el deseo de victoria, independientemente de sus vicisitudes, estaríamos equipando a nuestros hijos y discípulos para mantenerse firmes en la adversidad y salir más fortalecidos luego de cada batalla.

El enfoque a la hora de compartir la Biblia marcará un abismo de diferencia en la capacidad de superación de nuestros hijos.

José pudo prevalecer frente a los tragos amargos que la vida le puso por delante: fue brutalmente maltratado por sus hermanos, traicionado por los más cercanos, vendido como esclavo, manipulado por una mujer, acusado por intento de violación y encarcelado sin juicio. Pasó años viviendo en condiciones paupérrimas, olvidado por quienes ayudó. Si él pudo, todos podemos superar lo que la vida nos presente. Aprendamos de la historia, primero para nuestro propio provecho; luego, para provecho de los que amamos.

Las comparaciones y el favoritismo

¡Vivimos comparando! Ya sea en la compra de ropa, electrodomésticos, un auto o una casa, se comparan precios, calidad, ventajas y prestaciones. Siempre se diferencia un artículo de otro. Sin darnos cuenta, actuamos de manera similar en otros planos de la vida. Nos encontramos analizando, comparando, viendo

ventajas y desventajas en nuestras amistades, matrimonio, nuestros hijos, etc. Entendemos que la forma de 'calificar' una cosa no se aplica a una relación interpersonal, pero a veces resulta difícil.

¿Son comunes los celos entre hermanos?

Probablemente coincidamos en que se describen como 'algo natural'. En realidad la Biblia los define como 'carnales'. Los celos desagradan a Dios y debemos desterrarlos. Un viejo adagio nos recuerda que es más fácil llorar con los que lloran que alegrarse con las grandes bendiciones de los que se gozan. ¿Qué piensas al respecto? ¿Coincides con esta afirmación?

Los progenitores: ¿inciden en los celos entre los hermanos?

Muchas veces, deseando la superación de todos, tendemos a señalar los aciertos de uno de nuestros hijos pidiendo que el resto lo imite. Cada vez que comparamos, dañamos.

Jacob mostró favoritismo hacia José. Veamos el texto bíblico: *"Jacob amaba a José más que a sus otros hijos, pues había nacido cuando ya era muy anciano. Por eso le hizo una capa de muchos colores. Pero sus hermanos lo odiaban, y ni siquiera le hablaban, pues veían que su padre lo quería más que a ellos",* Génesis 37:3-4 (TLA).

A causa del favoritismo de su padre, ¿hasta qué punto se exacerbaron los celos contra José? ...*José siguió buscando a sus hermanos... Cuando ellos lo vieron acercarse, antes de que él llegara a donde ellos estaban, se pusieron de acuerdo para matarlo. Unos a otros se decían: "¡Vaya, vaya! ¡Aquí viene ese gran soñador! Vamos a matarlo y a echarlo en uno de estos pozos, y diremos que algún animal feroz se lo comió. ¡Ya vamos a ver si se cumplen sus sueños!",* Génesis 37:17-20 (TLA).

José no tenía más que sus hermanos, al contrario: era el menor, no disponía de dinero, no poseía propiedades o influencias, no tomaba decisiones ni ejercía responsabilidades. En todo caso era el chico de los mandados, pero una túnica de colores y un par de sueños encendieron el odio tenaz y homicida de sus propios hermanos. Se pusieron de acuerdo para matarlo. ¿No resulta ilógico? ¿Nadie lo

defendió diciendo: "es nuestra sangre", "es parte de nuestra familia" o "nuestro padre morirá por la noticia"? **"Si hay algo que viaja más rápido que la luz es la envidia en el corazón humano"**.

Podrían haber hablado con él o dirimido las diferencias, podrían haberle enseñado a ser humilde; también podrían haber ridiculizado sus sueños o descreer de ellos, pero la envidia no obra de esa manera. La envidia actúa desde lejos sobre los más cercanos. No busca aquietar las aguas sino destruir la diferencia aunque eso cueste destruir a quien porta la diferencia. En esto radica la calumnia, el chisme y toda división; es la expresión de que el 'otro' desaparezca o muera.

Los hermanos querían matar a Josecito; robarle la herencia y abortarle el futuro. *"Vamos matémoslo... Así veremos si se le cumplen los sueños"*, Génesis 37:20 (PDT).

Molesta el potencial ajeno aunque sea incipiente.

¿Cómo sabemos si la envidia está creciendo en nuestra vida?

Si llevamos registro de los bienes, beneficios o privilegios que otro tiene por encima de los nuestros vamos en el mismo camino que los hermanos de José. ¿A quiénes se envidia? A los cercanos. Alguien iba a gobernar, pero los hermanos no toleraban que fuera él, el más pequeño, el mimado. ¿Por qué no ellos? Pues bien, si lo mataban anulaban su ascenso. **La envidia solo concibe muerte.**

Pero los planes más pensados que proceden del in-fierno y se dirigen a personas que cuentan con el respaldo de Dios jamás prosperan. En todo caso, cada mala acción e intento de destrucción será usado para el cumplimiento de las promesas. ¡Nadie detiene los designios de Dios!

Las injusticias y la superación en Dios

¿Qué implicaba vender a José como esclavo? ¿Salvaban su vida? ¿O la agonía lenta era otra forma de humillarlo? La esclavitud entraña la pérdida de la libertad personal. Ya no sería sujeto con derechos o persona con libre albedrío sino una mera 'propiedad u objeto'. La esclavitud abría la puerta a todo tipo de maltrato, vejámenes, abusos y ultrajes. Matarlo significaba acabar con su sufrimiento,

mientras que la esclavitud era una forma de venganza más refinada porque imponía una desconsuelo permanente.

Pero, ¿qué ocurrió? Dios mantuvo en José la llama de la fe que Él mismo había encendido por medio de los sueños y lo condujo en toda situación hacia la superación. Para quienes cuentan con esa luz interior y eterna que surge en Dios les será posible capitalizar hasta las desventajas. José se caracterizó por prosperar en medio de las más terribles adversidades y, cuando eso ocurre, es presagio de una explosión de avances apenas mejoren las condiciones.

No te desalientes al punto de abandonar los anhelos de tu corazón. Por pocos avances que tengas en es-ta etapa, ellos son la primicia de los que vendrán. Querida mamá: cuando lleguen los vientos favorables el resultado de tu trabajo será magnífico y abundante porque fuiste preparada en la oposición y prosperaste en la adversidad.

Piensa por un momento en aspectos que la Biblia no menciona de la vida de José, por ejemplo: ¿dónde aprendió economía, si nunca asistió a la universidad? La pericia debe haber sido muy impactante porque Potifar le confió la administración de su cuantiosa fortuna. Más adelante, José administraría todo el imperio Egipto, manteniendo la estabilidad y el crecimiento en medio de una crisis global que persistió por años.

La Biblia no relata esos pormenores, pero podemos deducir que cuando estuvo con los mercaderes aprendió el oficio de 'comerciar'. No perdió tiempo lamentando su 'mala suerte' sino que aprovechó toda oportunidad disfrazada de problema como parte esencial en el cumplimiento de su sueño. Nadie sabe qué vendrá, ¡pero si confías en Dios tu futuro será glorioso! Concíbelo en tu espíritu. Aprende todo cuanto puedas, aprovecha cada desventaja, no pases el tiempo buscando un hombro para llorar. Si quieres llorar, llora mientras avanzas y buscas respuestas en el trono de la gracia profundizando tu comunión con el Dios Todopoderoso. ¡Si José lo hizo tú también podrás!

José era diligente y proactivo. ¿Cómo lo sabemos? Los líderes poseen la capacidad de reconocer a los potenciales triunfadores. Potifar, al poco tiempo de tenerlo a su servicio, colocó todo su patrimonio bajo la supervisión de José. Nadie tomaría semejante decisión si no viera aptitud y actitud. Aquello que José tocaba prosperaba.

¿Cómo te das cuenta de que alguien es favorecido por Dios? A simple vista no puede decirse que José fuera un 'favorecido' porque fue odiado por sus hermanos, vendido como esclavo, sobreexigido con responsabilidades (podríamos decir explotado laboralmente), acosado sexualmente, echado a la cárcel sin juicio y, siendo absolutamente inocente fue olvidado por aquellos a quienes ayudó. Cualquiera podría preguntar: ¿dónde está el favor de Dios?

No te centres en el marco general, observa al Dios personal que revela José en cada incidente de su vida. Si puedes mantener enfocada tu fe en el que tiene todo poder, aunque no veas a Dios en las circunstancias sí lo verás en el resultado de lo que emprendas.

¿En qué escuela estudió los distintos idiomas que requería su función? Las vicisitudes fueron la puerta de acceso, primero a la preparación y luego a la promoción. Aprovecha tus desventajas. Tal vez te envidiaron, traicionaron o tuviste una gran tentación; quizás incluso fuiste a la cárcel, sufriste castigos o las personas a quienes ayudaste y de quienes esperabas ayuda te olvidaron pero, ¡ese no es tu final! ¡Ese no es tu destino! Los sueños más íntimos de tu corazón se cumplirán. No pierdas la fe. No vaciles en el camino. Absorbe las enseñanzas y sigue. Aguanta el dolor, pero apenas puedas, recupérate.

Dios, que habita en la luz inaccesible, se place de iluminar nuestro más oscuro momento y sacarnos de cualquier prisión de oscuridad. ¡Gloria al que es tan íntimo, cercano y amoroso!

La resiliencia en David

En el rey David la capacidad para superar las adversidades no estaba sustentada en su propia persona o en el conocimiento de técnicas positivas de superación sino, en conocer cómo era Dios. Evidentemente su fe le permitía verse respaldado por Él. David sentía una profunda y sincera devoción hacia Dios, así como una profunda confianza en su poder y en que sería ayudado por Él. Sin embargo, al repasar su vida por medio de las Escrituras vemos que su vida no careció de dificultades, al contrario, padeció muchas injusticias y dolores pero a todos los pudo superar con éxito, preparándole para un nuevo y más grande desafío. Por un momento pensemos juntos, ¿qué habrá sentido 'Davicito' cuando vio por primera vez al león o al oso que finalmente despedazó?

La Biblia relata que la carta de presentación de este joven pastor de ovejas ante el rey Saúl fue: *"... Tu siervo era pastor de las ovejas de su padre; y cuando venía un león, o un oso, y tomaba algún cordero de la manada, salía yo tras él, y lo hería, y lo libraba de su boca; y si se levantaba contra mí, yo le echaba mano de la quijada, y lo hería y lo mataba. Fuese león, fuese oso, tu siervo lo mataba; y este filisteo incircunciso será como uno de ellos, porque ha provocado al ejército del Dios viviente. Añadió David: Jehová, que me ha librado de las garras del león y de las garras del oso, él también me librará de la mano de este filisteo. Y dijo Saúl a David: Ve, y Jehová esté contigo", 1º Samuel 17:34-37.*

Toda dificultad es una oportunidad de crecimiento. Algunas serán visibles, tanto para ti como para quienes te rodean; mientras que otras son obras de Dios en lo profundo del corazón, pero no dudes de su amor y su tierno cuidado. Él siempre está en control de todas las circunstancias, sean cuales fueren. ¡Confía! ¡Búscalos en lo secreto para que renueve tus fuerzas!

El valor de los desiertos

Una máxima popular reza: "Hasta un tonto puede aprovechar una ventaja, pero solo los sabios transforman una desventaja para su provecho". Otro adagio dice: "si la vida te da un limón, conviértelo en limonada".

Algunos van al desierto porque no tienen opción, otros por propia decisión. Ejemplos de los primeros son David huyendo de Saúl o Elías escapando de Jezabel. Pero entre quienes fueron en búsqueda del desierto podemos mencionar a Juan el Bautista, a Jesús y a Pablo. Para la mayoría de las personas, cuando se habla de desierto, la asociación resulta incómoda y desagradable porque evoca falta de agua, intenso calor, alimañas, privaciones extremas y la cercanía de la muerte que acecha de manera permanente.

En el ámbito espiritual solemos referirnos al desierto como el tiempo en el que escasean los frutos o se experimenta aridez de revelación o dirección. Sin embargo, bíblicamente, descubrimos que los desiertos aluden a una variedad innumerable de situaciones que siempre bendicen y perfeccionan a quien los atraviesa para situarlo con victoria en el siguiente nivel:

- En el desierto, Moisés fue forjado como líder.
- En el desierto, David compuso sus mejores salmos.

- En el desierto, Jesús venció a Satanás.
- En el desierto, Elías fue sustentado sobrenaturalmente.
- En el desierto, Pablo afirmó su fe.
- En el desierto, Juan tuvo la revelación del Apocalipsis.

El comentario *Diario Vivir*, en relación a Apocalipsis 12:6 dice lo siguiente: "El desierto representa un lugar de refugio espiritual y protección de Satanás. Al ayudar en la fuga de la mujer hacia el desierto, Dios ofrece seguridad a todo creyente fiel. Satanás siempre ataca al pueblo de Dios, pero Dios los mantiene seguros espiritualmente. Algunos experimentarán daño físico, pero todos serán protegidos de daño espiritual. Dios no permitirá que Satanás tome las almas de sus verdaderos seguidores. Cuando la mujer debe enfrentarse con el dragón, dice que huyó al desierto. Allí Dios había preparado un lugar para que la cuidaran. ¿Dónde? En el desierto".

Quizás este escrito llegue en medio de tu desierto, por favor no cercenes tu fe. No entres en angustia. El objetivo primario del diablo es que desconfíes del cuidado amoroso y completo de Dios. ¡No lo hagas! Que tus pensamientos expresen tu fe y cooperen para que el milagro se plasme en el mundo físico.

No rebajes tus expectativas, no entregues a tus hijos al mundo, lucha espiritualmente y reclama sobre ellos el cumplimiento completo de los designios de Dios. Mientras oras, reclámalos para el Señor. Mientras ellos duermen profetiza sobre sus vidas. No dejes de orar y proclamar que toda tu familia y las siguientes generaciones serán de Jehová. Recuerda siempre: "¡Madres que afirman, hijos que prosperan!".

Bibliografía citada

1. <https://es.wikipedia.org/wiki/Entretenimiento>
2. <https://casadecosas.wordpress.com/tag/psicologia/>
3. https://es.wikipedia.org/wiki/Car%C3%A1cter_%28psicolog%C3%ADa%29
4. Banyard, Englund & Rozelle, 2001; Crawford, 1999; Hopper, 1994/1992; Malacrea, 2000/1998; Myer, 1985 citado en Print & Dey, 1998; Ovaris, 1991 citado en Womack et al., 1999; Timmons-Mitchell et al., 1997.
5. STANLEY, C. *Las bendiciones del quebrantamiento*. Editorial Vida. Miami, EE.UU. 1998.
6. Banyard, Englund & Rozelle, 2001; Crawford, 1999; Hopper, 1994/1992; Malacrea, 2000/1998; Myer, 1985 citado en Print & Dey, 1998; Ovaris, 1991 citado en Womack et al., 1999; Timmons-Mitchell et al., 1997.

Bibliografía consultada

Diez pasos para superar el trauma: Fuente consultada: Asociación Americana de Psicología.

STANLEY, C. *Las bendiciones del quebrantamiento*. Editorial Vida. Miami, EE.UU. 1998.

<https://diarioenabierto.wordpress.com/2013/01/27/la-historia-de-ben-carson/><https://es.wikipedia.org/wiki/Entretenimiento>

<https://casadecosas.wordpress.com/tag/psicologia/>

https://es.wikipedia.org/wiki/Car%C3%A1cter_%28psicolog%C3%ADa%29.