

Seamos Padres que Inspiran a sus Hijos

Lic. Ed. Gloria Arce Castañeda

Los padres de familia hacemos lo que podemos para tratar de mantener un clima agradable en el hogar y para ello solemos tener la necesidad de mostrarnos perfectos, que lo podemos todo pero sabemos que ello es irreal, más bien mostremos nuestros sentimientos de miedo a la enfermedad, ante la incertidumbre o pérdida económica entre otras, para que nuestros hijos tengan la oportunidad de un saber actuar en situaciones críticas con verdadera confianza y aprendan lecciones de vida con un valor incalculable.

El mostrar nuestros sentimientos es humano y con ello permitimos que nuestros hijos conozcan su propia fragilidad y vulnerabilidad; debemos dejar fluir las emociones para evitar inconvenientes o dificultades en diferentes aspectos de la vida.

Ahora lo importante es vencer ese miedo, inquietud o inseguridad, siendo capaces de salir adelante aún con esas emociones y transformarlas en algo productivo con nuestro actuar consciente, de esta manera estamos dando a nuestros hijos el mensaje de ser resilientes, al superar una dificultad, fortaleciéndose cada vez más; así los inspiramos a ser capaces de afrontar la adversidad con mayor equilibrio emocional frente a las situaciones de estrés, soportando mejor la presión, según lo respalda la Neurociencia.

Por naturaleza se nos graba más lo que vemos, por ello es una ocasión única que los hijos logren ver dos dimensiones de la personalidad de sus padres, mostrando su humanidad más profunda, sus debilidades pero también sus fortalezas con las cuales sacamos el poder interior que tenemos para transformar toda situación equivocada en un aprendizaje para la superación personal, buscando razones para lograr ese equilibrio en nuestras vidas, proyectándose hacia las personas que nos rodean; que nuestros hijos vean y sientan esa ecuanimidad.

Si nos proponemos, seremos capaces de mantenernos serenos para encontrar solución a cualquier reto, intentémoslo porque hay mucha riqueza y luz por descubrir dentro de nosotros.

Nuestros hijos merecen vivenciar acciones que los inspiren donde se conecta pensamiento, palabra, emociones y acción, siendo maravilloso y enriquecedor que esto parta de sus padres. Lo que tenemos que ver en cada acción que nos ayudarán a superar estos retos son: Las acciones adecuadas que se está gestionando; las acciones equivocadas y lo que se requiere cambiar.

Lo importante de todo este proceso es ver las acciones sin juicio para evitar lastimar y si son las adecuadas tienen que causar satisfacción y alegría sin arrogancia, solo disfrútalo y reconócelo. De esa manera, te darás cuenta inmediatamente de lo que debes cambiar. Cuando estemos en una encrucijada, olvidemos ver lo bueno o malo porque lo valioso es recordar que cada camino o acción tienen sus consecuencias.

Puede ser que algunas situaciones que se afrontan no se superen pero cabe resaltar que nada de lo que no se afronta puede ser superado; reinventémonos cada día, reaprendamos de cada frase que nos han hecho creer para minimizarnos, tomemos las riendas de nuestra vida, conócete como alguien único, valioso e importante y ten tu propia opinión, rescata la esencia de tu SER.

Aprendamos a incorporar equilibradamente el SÍ y el NO, que el SÍ sea para todo aquello que te beneficie a ti y a los demás como las oportunidades, ilusiones, confianza, etc., y el NO para las certezas porque su búsqueda te debilitará y puede que no la encuentres, por eso es mejor buscar opciones. Otro NO es al juzgar el producto de los actos, más bien reflexiona lo que haces. Es momento de sembrar inspiración pues es ahí donde movemos energías que conectan con nuestros hijos y con los demás. De ahora en adelante piensa más en sembrar que solo en cosechar porque todo en la vida está relacionado, toda acción tiene una reacción, toda decisión tiene una consecuencia, todo en la vida es una causalidad.

Comprometámonos a inspirar a nuestros hijos volando juntos ante las adversidades, quizás con miedo pero lo intentamos, nos levantamos cuantas veces sean necesarias porque solo así aprenderemos a vivir cada vez mejor, fortaleciendo nuestro ser interior, atrayendo momentos beneficiosos y avanzar con tranquilidad y alegría.