



BSCAM

# Quando llega la noche

BRUNO FERRERO

“Por la tarde, algunas veces, no quiero volver a casa”, comenta en el bus una buena mamá. Es que sabe que apenas abra la puerta de su casa, tras una agotadora jornada de trabajo, se sentirá inmediatamente interpelada por la vorágine de las preguntas de los hijos y por las necesidades domésticas.

## Tiempo de encuentros

La hora del **anochecer** se ha ido convirtiendo en un tiempo normal de la familia. Podría llegar a ser un momento magnífico, el puerto que recibe a los náufragos de la jornada, como dirían los poetas. Sin embargo, en la mayor parte de los casos, es un volcán que acumuló energías durante todo el día y que explota al anochecer, sacudiendo la tranquilidad de todos.

Los padres tienen que entender que los hijos los molestan cuando llegan a casa porque los quieren y porque han sentido su ausencia. Han ido amontonando durante el día todo tipo de emociones y necesitan volcarlas sobre sus padres para poder comprenderlas y asumirlas. Si los padres no tienen tiempo para escucharlos, seguramente se cansan y se refugian en el silencio. Se conformarán con un vago refunfuñar, se sumergirán en el sofá delante de la televisión o en el estruendo ensordecedor del estéreo, o se encerrarán en su habitación. Es su modo de decir: **“aquí estoy yo”**.

El remedio para no caer en el stress es tener un mínimo de organización de “las tardecitas”. Los horarios de regreso a casa deberían estar combinados y las tareas a cumplir

subdivididas. Los padres tienen que exigir a sus hijos que se respeten los momentos del día, que los materiales escolares estén ordenados, que los deberes y lecciones estén cumplidos, que los horarios de televisión sean respetados, etc.

Quando llega la noche, todos deberían tener alguna responsabilidad concreta para cumplir: preparar la mesa, cuidar el perro, sacar la basura, etc. El momento de la cena es uno de los más fáciles de ritualizar. Se puede transformar en un momento de calidad, en el que cada uno escucha y es escuchado, respetando las reglas de la comunicación, e instaurando un verdadero clima de respeto a los demás. Por ejemplo: nadie deja la mesa antes de haber terminado de comer, el que termina primero espera a los otros

sin gritar quince veces “ya terminé”. Los padres tienen que evitar las discusiones que se refieren sólo a ellos dos o a sus trabajos: los hijos se sentirían excluidos y buscarían llamar la atención con caprichos y problemas.

**Formas de presencia**

Y algo muy importante: los hijos saben distinguir muy bien instintivamente entre **presencia física y presencia psicológica**. Los padres tienen que estar disponibles “en la cabeza” antes que “en los hechos”. Tienen que poner entre paréntesis las tensiones del día y de la vida profesional. En la vida familiar de hoy, es muy fácil despojarse y cruzarse sin “estar”.

Muchos padres buscan en la televisión, una forma de descanso que les permite estar al tanto de los acontecimientos del mundo y, al mismo tiempo, evitar que los hijos los saturen con preguntas. La televisión parece ser la única que, cuando llega la noche, no habla de las complicaciones vividas durante el día. No hay nada más impersonal que la televisión. Y en muchos casos termina siendo la forma de comunicación más frecuente que se tiene, de noche, con los niños.

En cambio, es fundamental que padres e hijos -quizás recostados en un sofá- encuentren **momentos de afectuosa complicidad** para escucharse, para mirar una película, para estar abrazados. Puede ser el modo de serenar el ambiente familiar y de aplacar las tempestades del día. La noche puede convertirse también en un tiempo de evaluación.

En las noches, casi siempre alguien llora... Es bueno que, ante cualquier situación, mamá y papá decidan verdaderamente de acuerdo. Si él llega más tarde, la madre podrá decir: “lo hablamos cuando llegue papá”. Los niños se darán cuenta así que la autoridad está compartida y que los padres toman las decisiones en común. Esta actitud da seguridad y permite a los niños conocer claramente los límites dentro de los que pueden moverse.

Los padres tienen que recordar, además, que jamás “se manda” a los hijos a la cama: los niños “se llevan” a la cama. Este puede ser también un momento de **intensa experiencia emotiva**. Los niños adoran ser mimados en la cama. Los hijos en “posición horizontal” son mucho más dóciles que cuando están en “posición vertical”. Cada tanto, una linda batalla con almohadas sobre la cama grande resulta distensiva. El modo más intenso para terminar el día sigue siendo **rezar juntos**, leer o contar una página de la Biblia. Si

esto se hace así, los hijos tendrán un recuerdo indeleble que los acompañará durante toda la vida.

Una mamá me contaba: “Uno de los recuerdos más vivos de mi infancia es cuando mi padre regresaba del trabajo. Yo y mi hermano lo oíamos tocar la campanilla una y más veces, por gusto, hasta que uno de los dos iba a abrirle. Nosotros estábamos generalmente en el piso de arriba haciendo los deberes o mirando la televisión y cuando sentíamos aquella campanilla tan familiar gritábamos de entusiasmo. Bajábamos corriendo la escalera, abríamos la puerta y en ese momento, él nos decía: ‘¿cómo han hecho para correr tanto?’ Era el mejor momento del día. Tengo otro recuerdo que me acompañará siempre, y se refiere a la cena, que para él era un verdadero rito cotidiano. Nos sentábamos a la mesa y él, apoyando una mano sobre el brazo de mamá, decía: ‘¿Ustedes dos saben que tienen la mamá más extraordinaria del mundo?’. Era una frase que gozaba en repetir todas las noches.



BSCAM