



# el amor no se hereda

EL AMOR ES EL IDEAL EN LA RELACIÓN DE LOS HIJOS CON LOS PADRES,  
PERO NO UNA NORMA DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO

**E**l amor al padre y a la madre es el más irracional de los amores en los que estamos embarcados, porque en ninguno se siente tanto el deber de amar. Sin embargo, **esa obligación debe ser bien entendida, precisa de voluntad y compromiso, reciprocidad y bases sólidas que generen una relación sana y libre con posibilidades de ser sincera y que procure la felicidad.** Pero los sentimientos de los hijos hacia los padres no siempre están marcados por el amor, lo que puede generar frustración y sentimiento de culpa, que afloran especialmente en fechas como las navideñas, en las que las reuniones familiares adquieren una gran relevancia.

## CONFLICTO POR LA FALTA DE UN SENTIMIENTO "OBLIGADO"

Si se ejercitan estas cualidades, se llegará a un amor donde hay cantidad, calidad y calidez. Pero sucede que el amor filial, aquél que

une a los hijos con sus padres y madres, no es perfecto en sí mismo. No se hace solo.

De hecho, hay padres y madres que no pudieron o no supieron amar. No posibilitaron que se abriesen los cauces para que se desarrollara y anclara el amor. También hay hijos que admiten que no les gusta cómo se guían sus progenitores en la vida y se sienten muy lejos de su esquema de valores. Llega el momento en que constatan que no han sido escuchados ni ayudados, y el vacío del abandono.

## TAMBIÉN SE APRENDE A AMAR

Se asume entonces que no hay amor hacia sus padres. **Pero como persiste la creencia de que este amor es obligado, esa persona se siente coaccionada, por ella misma y la sociedad, para que no admita la realidad, y esto genera conflicto.** A amar también se aprende: en el fondo y en las formas.

En esta situación es muy difícil que los hijos amen a sus padres. Es más, incluso condiciona la forma de amar en el futuro.

Toda carencia en las relaciones con los padres condiciona, pero no debe determinar, la calidad de las relaciones afectivas con amigos o parejas. Siempre que se sea consciente y se recurra al aprendizaje, se pueden reestructurar estos vínculos afectivos. Nunca es tarde, se tenga la edad que se tenga.

### DISTINGUIR EL “CÓMO” Y EL “QUÉ” EN LA RELACIÓN

En una relación de amor en la que hay un interés y una necesidad especial para que funcione, conviene distinguir entre su puesta en práctica y el fundamento, entre el cómo y el qué. En el primero, se puede errar o se puede no estar de acuerdo, se suceden comportamientos que no nos gustan o que incluso podemos rechazar. En ocasiones se puede evidenciar que los padres y madres no supieron estar a la altura de las circunstancias, que no se comportaron de la manera adecuada.

En otras ocasiones, no supieron transmitir el amor, se echaron en falta demostraciones de cariño y ternura. Pero estas carencias no hay que confundirlas con un problema de fondo. Probablemente no supieron hacerlo porque no dispusieron de la posibilidad de aprendizaje.

### LA RESPONSABILIDAD FILIAL SIN AMOR

No es obligatorio querer “porque sí” a los padres y madres. Es más, si esa relación resulta insana en nuestra vida debemos optar por no amarles, como expresión también del respeto que nos debemos a nosotros mismos. En esta tesitura:

- Hay que permitirse no amarles.
- Se puede manifestar algún tipo de conducta cariñosa, sin que implique una relación de amor.
- Cuidarles en sus necesidades básicas.

Pese a todo, surge la polémica y genera desazón y desasosiego cuando la realidad de la falta de amor se materializa, se admite y se decide actuar en consecuencia. Sin embargo, **el grado de compromiso debe ejercitarse y reforzarse cuando los padres y madres pasan a ser dependientes y no se valen por sí**

**mismos.** Habrá que velar por ellos en sus necesidades básicas, si así se decide, pero este compromiso no tiene por qué estar vinculado con el amor.

Este apartado tiene más que ver con la reciprocidad y el agradecimiento. Si se quiere asumir, no significa que en todos los casos tenga que ser personalmente.

Lo imprescindible en el amor, el compromiso que conlleva, es dedicar tiempo, escucha, respeto, ternura y un sinfín de muestras de amor, como son los abrazos, los besos, las caricias y las expresiones cariñosas. **Amar es alimentar la ilusión, la seguridad y la vida.** Si decidimos amarles, ése es el alimento que nos comprometemos a entregar. ◀

**HAY QUE VELAR POR LAS NECESIDADES BÁSICAS DE LOS PADRES, PERO ESTE COMPROMISO NO TIENE POR QUÉ ESTAR VINCULADO CON EL AMOR**



### 6 claves

Para evitar y paliar las consecuencias de estas emociones negativas, no hay que olvidar que al amor, también hacia los padres, se llega con dedicación, atención, comunicación, respeto, ternura y cariño, condiciones que conviene matizar con precisión:

- **DEDICACIÓN:** tiempo de presencia real, de estar “con”, “junto a”, no de coincidir en el mismo espacio físico.
- **ATENCIÓN:** escuchar los requerimientos, las necesidades, las penas y las alegrías de la otra persona.
- **COMUNICACIÓN:** hablarse, compartir la vida, generar una relación.
- **RESPECTO:** aceptación, sin estereotipos ni reproches y, en especial, sin manipulaciones para que cambie y sea como nos gustaría que fuese.
- **TERNURA:** hacer sentir a la otra persona la importancia que tiene en nuestra vida.
- **CARIÑO:** pronunciar palabras de amor, decirle “te quiero” y demostrárselo gestualmente con nuestras caricias.