

El día en que dejé de decir "date prisa"

Publicado: 19/08/2013 07:27 CEST Actualizado: 18/10/2013 11:12 CEST

Cuando estás viviendo una vida apretada, cada minuto cuenta. Sientes que deberías tachar algo de la lista de cosas pendientes, mirar una pantalla, o salir corriendo hacia el siguiente destino. Y no importa en cuántas partes dividas tu tiempo y atención, no importa cuántas tareas trates de hacer a la vez, nunca hay suficiente tiempo para ponerse al día.

Esa fue mi vida durante dos años frenéticos. Mis pensamientos y acciones estaban controlados por notificaciones electrónicas, melodías para el móvil y agendas repletas. Y aunque cada fibra de mi sargento interior quería llegar a tiempo a todas las actividades de mi programa, yo no.

Verás, hace seis años, fui bendecida con una niña relajada, sin preocupaciones, del tipo de quienes se paran a oler las rosas.

Cuando tenía que estar ya fuera de casa, ella estaba ahí, toda dulzura, tomándose su tiempo para elegir un bolso y una corona con purpurina.

Cuando tenía que estar en algún sitio desde hacía cinco minutos, ella insistía en intentar sentar y ponerle el cinturón de seguridad a su peluche.

Cuando necesitaba pasar rápidamente a comprar un bocadillo en Subway, se paraba a hablar con la señora mayor que se parecía a su abuela.

Cuando tenía 30 minutos para ir a correr, quería que parase la sillita para acariciar a cada perro con el que nos cruzábamos. Cuando tenía la agenda completa desde las seis de la mañana, me pedía que le dejase cascar y batir los huevos con todo cuidado.



Mi niña despreocupada fue un regalo para mi personalidad de tipo A, orientada al trabajo, pero yo no lo vi. Oh no, cuando tienes una vida apretada, tienes visión de túnel - solo ves el siguiente punto en tu agenda. Y todo lo que no se pueda tachar de la lista es una pérdida de tiempo.

Cada vez que mi hija me desviaba de mi horario, me decía a mí misma: "No tenemos tiempo para esto". Así que las dos palabras que más usaba con mi pequeña amante de la vida eran: "Date prisa".

Empezaba mis frases con esas dos palabras.

Date prisa, vamos a llegar tarde.

Y las terminaba igual.

Nos lo vamos a perder todo si no te das prisa.

Comenzaba el día así.

Date prisa y cómete el desayuno.

Date prisa y vístete.

Terminaba el día de la misma forma.

Date prisa y lávate los dientes.

Date prisa y métete en la cama.

Y aunque las palabras "date prisa" conseguían poco o nada para aumentar la velocidad de mi hija, las pronunciaba igualmente. Tal vez incluso más que las palabras "te quiero".

La verdad duele, pero la verdad cura... y me acerca a la madre que quiero ser.

Entonces, un día trascendental, las cosas cambiaron. Habíamos recogido a mi hija mayor del cole y estábamos saliendo del coche. Como no iba lo suficientemente deprisa para su gusto, mi hija mayor le dijo a su hermana: "Eres muy lenta". Y cuando se cruzó de brazos y dejó escapar un suspiro exasperado, me vi a mí misma - la visión fue desgarradora.

Yo era una matona que empujaba y presionaba y acosaba a una niña pequeña que sólo quería disfrutar de la vida.

Se me abrieron los ojos, vi con claridad el daño que mi existencia apresurada infligía a mis dos hijas.

Aunque me temblaba la voz, miré a los ojos de mi hija pequeña y le dije: "Siento mucho haberte metido prisa. Me encanta que te tomes tu tiempo, y me gustaría ser más como tú".

Mis dos hijas me miraban igualmente sorprendidas por mi dolorosa admisión, pero la cara de mi hija menor tenía un brillo inconfundible de validación y aceptación.

"Prometo ser más paciente a partir de ahora", dije mientras abrazaba a mi pequeña, que sonreía con la promesa de su madre.

Fue bastante fácil desterrar las palabras "date prisa" de mi vocabulario. Lo que no fue tan fácil era conseguir la paciencia necesaria para esperar a mi lenta hija. Para ayudarnos a las dos, empecé a darle un poco más de tiempo para prepararse si teníamos que ir a alguna parte. Y a veces, incluso así, todavía llegábamos tarde. En esos momentos me tranquilizaba pensar que solo llegaría tarde a los sitios unos pocos años, mientras ella fuese pequeña.

Cuando mi hija y yo íbamos a pasear o a la tienda, le dejaba marcar el ritmo. Y cuando se paraba para admirar algo, intentaba quitarme la agenda de la cabeza para simplemente observar lo que hacía. Vi expresiones en su cara que no había visto nunca antes. Estudié los hoyuelos de sus manos y la forma en que sus ojos se arrugan cuando sonríe. Vi cómo otras personas respondían cuando se paraba para hablar con ellos. Observé cómo descubría bichos interesantes y flores bonitas. Era una observadora, y aprendí rápidamente que los observadores del mundo son regalos raros y hermosos. Ahí fue cuando por fin me di cuenta de que era un regalo para mi alma frenética.



Mi promesa de frenar es de hace casi tres años, y al mismo tiempo empezó mi viaje para dejar de lado la distracción diaria y atrapar lo que de verdad importa en la vida. Vivir en un ritmo más lento todavía requiere un esfuerzo extra. Mi hija pequeña es el vivo recuerdo de por qué tengo que seguir intentándolo. De hecho, el otro día, me lo volvió a recordar.

Habíamos salido a dar un paseo en bicicleta durante las vacaciones. Después de comprarle un helado, se sentó en una mesa de picnic para admirar con deleite la torre de hielo que tenía en la mano.

De repente, una mirada de preocupación cruzó su rostro. "¿Tengo que darme prisa, mamá?"

Casi lloro. Tal vez las cicatrices de una vida acelerada no desaparecen por completo, pensé con tristeza.

Mientras mi hija me miraba esperando a saber si podía tomarse su tiempo, supe que tenía una opción. Podía sentarme allí y sufrir pensando en la cantidad de veces que le había metido prisa a mi hija en la vida... o podía celebrar el hecho de que hoy intento hacer algo distinto.

Elegí vivir el hoy.



"No tienes que darte prisa. Tómate tu tiempo", le dije tranquilamente. Su rostro se iluminó al instante y se le relajaron los hombros.

Y así estuvimos hablando de las cosas de las que hablan las niñas de seis años que tocan el ukelele. Incluso hubo momentos en que nos sentamos en silencio simplemente sonriendo la una a la otra y admirando las vistas y sonidos que nos rodeaban.

Pensé que mi hija se iba a comer toda la maldita cosa - pero cuando llegó al último pedazo, me pasó la cuchara con lo que quedaba de helado. "He guardado el último bocado para ti, mamá", me dijo con orgullo.

Mientras el manjar saciaba mi sed, me dí cuenta de que había hecho el negocio de mi vida.

Le di a mi hija un poco de tiempo ... y, a cambio, ella me dio su último sorbo y me recordó que las cosas son más dulces y el amor llega con más facilidad cuando dejas de correr por la vida.



Ya se trate de ...

Tomarse un helado

Coger flores

Ponerse el cinturón de seguridad

Batir huevos

Buscar conchas en la playa

Ver mariquitas y otros bichos

Pasear por la calle

No diré: "No tenemos tiempo para esto". Porque básicamente estaría diciendo: "No tenemos tiempo para vivir".

Hacer una pausa para deleitarse con los placeres simples de la vida es la única manera de vivir de verdad.

(Confía en mí, he aprendido de la mejor experta del mundo.)