

## Carta para acompañar el crecimiento de mi hija

Muchas madres y padres atravesamos el vértigo de ver a nuestras hijas crecer.
Esta carta busca dar palabras a ese proceso, para acompañar y soltar, para querer con respeto.
Si te identificas con estas palabras, puedes escribir tu propia carta o compartirlas con quien sientas que las necesita.

## A mi hija, mientras crece

No sé en qué momento dejaste de buscar mis brazos para dormir.
Cuándo tus pasos se alejaron un poco más de los míos.
Cuándo tu voz decidió discutir, preguntar, elegir.

Te veo crecer tan de prisa que casi no alcanzo a despedirme de la niña que fuiste, antes de conocer a la persona que eres ahora.

Me emociona ver tu fuerza.
Admiro profundamente tu valentía para defender lo que sientes.
A veces me duele cuando me apartas con palabras que hieren, o cuando decides hacer sola lo que antes compartíamos.

Sé que esto es parte del camino.
Que crecer significa separarse un poco.

Que madurar es aprender a ser independiente mientras todavía hace falta sentir cerca el amor.

A veces, me invade el miedo de perderte. Y en ese miedo olvido que no eres mía: eres tuya.

Solo quiero que sepas que aquí estoy.
Puede que ya no te abrace tan seguido, que no me cuentes todo, que discutamos o me mires desde lejos.
Pero mi amor no cambia con los años.
Sigue siendo del mismo tamaño: ahora es más silencioso, más profundo, más respetuoso de tus pasos.

Me cuesta dejarte crecer, pero aprendo cada día a hacerlo con ternura y confianza.

Aquí está mi amor. Siempre.

Si te resuena esta carta:

- Anímate a escribir la tuya, aunque no la entregues.
- Léela en voz alta si lo sientes oportuno, o guárdala como huella de tu proceso.
- Recuerda: acompañar también es soltar, y tu amor sigue siendo guía aun en la distancia.

Preguntas para reflexionar:

- ¿Qué emociones me despierta ver a mi hija crecer y cómo puedo expresarlas acompañando su autonomía?
- ¿De qué maneras puedo seguir mostrándole mi amor y apoyo, incluso cuando busque mayor independencia?
- ¿Qué aprendo de mí misma y de la maternidad en este nuevo momento de nuestra relación?