



## **Carta a mi hija que crece rápido**

Hija mía,

No sé en qué momento dejaste de necesitar mis brazos para dormir.  
Cuándo tus piernas empezaron a correr más lejos. Cuando tu voz empezó a discutir, a cuestionar, a decidir.

Te veo crecer.

A veces tan deprisa, que no me da tiempo a soltar del todo a la niña que fuiste antes de recibir a la que estás siendo ahora.

Me emociona ver tu fuerza.

Me enorgullece tu mirada cuando defiende lo que siente.

Pero también me duele un poco cuando me apartas con palabras que duelen, cuando quieres hacer sola lo que antes hacíamos juntas.

Y sé que es parte del camino.

Que crecer también es alejarse un poco.

Que madurar es ensayar independencia mientras aún se necesita apego.

A veces tengo miedo de perderte.

Y en ese miedo me olvido de que no eres mía. Eres tuya.

Solo quiero que sepas que, aunque no siempre lo diga, aunque a veces me equivoque...

Estoy aquí.

Y seguiré estando cuando necesites volver.

Aunque no te abrace tan seguido. Aunque ya no me cuentes todo. Aunque a veces discutamos o me mires con distancia.

Eres mi hija.

Y eso no cambia con los años.

Aquí está mi amor.

Del mismo tamaño. Solo que ahora, más silencioso, más profundo, más respetuoso con tus pasos.

Y sí...

Me cuesta un poco dejarte crecer.

Pero estoy aprendiendo.

**¿Cómo puede usarse esta carta?**

- Para acompañar transiciones: preadolescencia, cambios de etapa, distanciamiento emocional.
- Para leerla en voz alta a la hija (si hay vínculo abierto), o escribir una versión personal a modo de diario.

**Preguntas para reflexionar:**

- ¿Qué emociones me despierta ver a mi hija crecer y cambiar, y cómo puedo expresarlas de forma que la acompañen sin limitar su autonomía?
- ¿De qué maneras puedo seguir mostrándole mi amor y apoyo, aun cuando ella busque mayor independencia?
- ¿Qué aprendizajes sobre mí misma y sobre la maternidad estoy descubriendo en este nuevo momento de nuestra relación?