



## ¡Mamá, búscate un amante!

Muchas mamás después de cierto tiempo caen en la monotonía y entran en depresión. Deciden venir al a mi consultorio para decirme que están tristes o que tienen distintos síntomas como insomnio, falta de voluntad, pesimismo, crisis de llanto o los más diversos dolores. Me cuentan que sus vidas transcurren de manera monótona y sin expectativas, que trabajan nada más que para subsistir y que no saben en qué ocupar su tiempo libre. En fin, palabras más, palabras menos, están verdaderamente desesperanzadas. Antes de contarme esto ya habían visitado otros consultorios en los que recibieron la condolencia de un diagnóstico seguro: "Depresión" Entonces, después de que las escucho atentamente, les digo que no necesitan un antidepresivo; que lo que realmente necesitan, **¡ES UN AMANTE!** Es increíble ver la expresión de sus ojos cuando reciben mi veredicto. Están las que piensan: ¿Cómo es posible que un profesional se despache alegremente con una sugerencia tan poco científica? Y también están las que escandalizadas se despiden y no vuelven nunca más. A las que deciden quedarse y no salen espantadas por el

consejo, les doy la siguiente definición: **Amante es:** "Lo que nos apasiona". Lo que ocupa nuestro pensamiento antes de quedarnos dormidos y es también quien a veces, no nos deja dormir. Nuestro amante es lo que nos vuelve distraídos frente al entorno. Lo que nos deja saber que la vida tiene motivación y sentido. A veces a nuestro amante lo encontramos en nuestra pareja, en otros casos en alguien que no es nuestra pareja, también solemos hallarlo en la investigación científica, en la literatura, en la música, en la política, en el deporte, en el trabajo cuando es vocacional, en la necesidad de trascender espiritualmente, en la amistad, en la buena mesa, en el estudio, o en el obsesivo placer de un hobby... En fin, es "alguien" o "algo" que nos pone de "novio con la vida" y nos aparta del triste destino de durar. ¿Y que es durar? - Durar es tener miedo a vivir. Es dedicarse a espiar como viven los demás, es tomarse la presión, deambular por consultorios médicos, tomar remedios multicolores, alejarse de las gratificaciones, observar con decepción cada nueva arruga que nos devuelve el espejo, cuidarnos del frío, del calor, de la humedad, del sol y de la lluvia. Durar, es postergar la posibilidad de disfrutar hoy, esgrimiendo el incierto y frágil razonamiento de que quizás podamos hacerlo mañana. Por favor no te empeñes en durar, búscate un amante, sé tú también un amante y un protagonista... de la vida...