



CONVERSACIÓN PADRE A HIJA

Hoy presentamos un ejemplo de conversación de padre a hija. Esta es solo una guía, ya que cada diálogo será diferente según la familia y las circunstancias.

Es fundamental que el padre tenga claridad sobre los temas tratados anteriormente, de modo que pueda explicarlos con seguridad y estar preparado para las preguntas que puedan surgir.

Conviene buscar un momento tranquilo, con tiempo y calma para hablar. El tema puede introducirse de manera natural, dejando que la conversación fluya sin forzarla y procurando terminar con un tono positivo para que no quede tensión. También ayuda preguntar primero qué sabe o qué piensa la hija, así podremos adaptar la información a su nivel y a su lenguaje, facilitando que la comprenda y la asimile mejor.

Sobre todo, es fundamental mantener una actitud serena, como cuando hablamos de cualquier otro aspecto de la vida. De este modo, la niña no lo percibirá como algo secreto o preocupante, y se sentirá con la confianza necesaria para expresar sus dudas.

Hicimos el ejemplo con el padre, pero también puede ser la madre. Lo importante es que sea la persona que tenga la confianza y el conocimiento necesarios para abordar el tema de manera adecuada.

Ejemplo de una conversación

Papá:

Hija, quería que platiquemos un poco.

Baruj Hashem ya estás creciendo.

Sabes, hay varias etapas en la vida. Una de ellas es la adolescencia, que es la que nos lleva de niñas a mujeres.

Hija:

¿Yo ya estoy en esa etapa?

Papá:

Sí. Normalmente comienza alrededor de los 10 u 11 años, aunque cada niña es diferente.

En esta etapa empiezan cambios en el cuerpo: el cuerpo va tomando forma más adulta, puede crecer el pecho, aparece un poco de vello en ciertas partes del cuerpo.



Además de los cambios físicos, también hay cambios emocionales: más sensibilidad, más profundidad en los pensamientos, más necesidad de privacidad. Es parte de convertirte en una mujer con identidad propia, tener pensamientos y valores que empiezan a consolidarse.

Todos pasamos por esta etapa, sé que no siempre es fácil, es donde te construyes como mujer.

No tienes que caminar sola.

Tanto yo, como mamá y tus morot, estamos aquí para ayudarte. A veces, desde afuera, nosotros podemos ver ese potencial y esos detalles que a ti se te escapan. y cualquier duda que tengas estamos aquí para apoyarte

Papá:

Otro cambio que puede empezar a pasar es que notes que los hombres comienzan a llamarte la atención.

Hija:

¿Eso no está mal?

Papá:

No. Sentir atracción no es algo malo. Es parte de cómo Hashem creó el mundo.

Cómo mujer, tienes una necesidad de crear un vínculo con las personas, especialmente con un hombre, Hashem creó en las mujeres esta necesidad, esto quiere decir que esto no está mal.

Esta atracción es la que te va a llevar, en un futuro, a buscar a un hombre para casarte, por eso esta atracción es esencial.

Lo importante es aprender a manejarlo y cuidarlo para el momento indicado. Por eso tenemos la Torá y las halajot, que nos enseñan cómo vivir con kedushá.

Hija:

interesante..

Papá:

Como parte de estos cambios, va a comenzar algo muy importante que se llama menstruación.

**Hija:**

¿Menstruación? ¿Qué es eso?

Papá:

La menstruación es cuando el cuerpo empieza a prepararse para, algún día, poder formar una familia.

Cada mes, el cuerpo de la mujer se prepara para la posibilidad de un embarazo. Si no hay embarazo, el cuerpo elimina esa preparación a través de un pequeño sangrado que sale por la parte íntima, que en español se llama vagina.

Eso es completamente normal. No es una enfermedad, no es algo malo, es una señal de que tu cuerpo está funcionando como Hashem lo diseñó.

A veces puede venir acompañado de cólicos o cambios de humor. Todo eso también es parte del proceso.

Hija:

¿Qué tiene que ver esto con embarazo?

Papá:

Te explico.

Para que una mujer se embarace, hay algo que se llama bia, o sexo en español.

¿Sabes qué es esto?

En este punto debemos escuchar lo que ella tenga que decir, no es relevante si sabe del tema o no, o qué nos diga en ese momento, de igual manera debemos explicar el tema de forma completa para que conozca la información de forma ordenada y de una fuente confiable.

Es importante recalcar, que no importa lo que nos diga en ese momento, debemos reaccionar de forma tranquila, es fundamental que no sienta que nos sorprendió.

Cuando una pareja se casa, hay una unión especial entre ellos que se llama en la Torá biá, o sexo en español.

El hombre y la mujer se unen físicamente, el hombre mete su parte íntima, que en español se llama pene, y eber en hebreo, en la vagina de la mujer, que es un orificio que tienes abajo que sirve para esto, la guemará le llama oto makom.

El hombre saca un líquido llamado semen, o zera en hebreo, este líquido es como una semilla, si esta semilla se encuentra con una célula de la mujer que se llama óvulo, la mujer puede quedar embarazada

**Hija:**

Suena raro...

Papá:

Puede sonar extraño porque no es un tema que se hable mucho, pero no es algo sucio ni vergonzoso.

Al contrario, es una mitzvá muy grande cuando se da en su tiempo, dentro del matrimonio. Es la manera que Hashem eligió para traer vida al mundo.

También es importante que sepas algo más.

En los hombres, la atracción funciona de una forma diferente, para ellos lo físico los atrae más que la conexión.

Para un hombre, la atracción es más un impulso, por esto, la tora ordena que las mujeres se vistan con tzeniut, y a los hombres les prohíbe fijarse en mujeres, o cualquier cosa que despierte este impulso

Por eso, a veces vas a ver hombres que hablan con mujeres, y la mujer piensa o siente que hay una conexión real, mientras el hombre sí tiene un interés en ella, sólo que de una forma diferente, esto provoca, a veces, que la mujer, cuando se da cuenta de esto, se sienta usada o engañada.

Por esto, es importante cuidarte de no hablar con hombres de "juego" antes de que llegue el momento.

Otro punto que es relevante es que nunca puedes saber cómo cada quien maneja este impulso, hay hombres que no saben manejarlo eso los lleva a hacer cosas que no están bien, por eso, siempre tienes que cuidarte de otras personas, no importa quien sea, con esto puedes entender mejor lo que hemos hablado sobre cuidar tu cuerpo, y que nadie, no importa quien sea, tiene derecho a tocarlo.

Hija:

Sí, eso lo recuerdo.

Papá:

Ahora, esto no quiere decir que todos los hombres sean así, de hecho la mayoría de los hombres aprenden a manejarlo, sólo es importante que sepas que existe para lo tomes en cuenta y te cuides si algo te incomoda.

Hashem nos dió sentimientos, si algo te incomoda, puedes y debes decir que no, y siempre cuentas con mi ayuda, no importa de qué o quién se trate.

**Hija:**

Entiendo..

Papá:

¿Tienes alguna duda?

Es importante que aclaremos sus dudas, como mencionamos, no es necesario dar toda la información, pero sus dudas deben quedar resueltas para evitar que busque las respuestas por su cuenta.

Si tienes preguntas o curiosidad puedes acercarte con nosotros, no hay preguntas prohibidas cuando se hacen con respeto.

Este no es un tema para bromas ni para hablarlo entre amigas como juego, muchas veces se usa en forma de juego o burla, esto no está bien, si quieres hablar, siempre cuentas con nosotros.

De igual manera, cuando llegue el momento de casarte, tendrás una madrijá que te explicará con más detalle lo que necesites saber.

Hija:

Entonces, ¿no me dijiste todo?

Papá (sonríe):

No me referí a eso.

Te doy un ejemplo: después de la jupá, los novios entran a un cuarto que se llama jéder ijud.

Muchos creen cosas equivocadas. La realidad es que hablan tranquilos, comen algo, comparten un momento especial.

Los detalles más específicos se aprenden en su tiempo correcto.

Dudas y consultas:

Línea Anónima de Yedidim: 📞 55 9709 2231 🌐 yedidim.mx

R' David Heskell: 📞 55 3596 3893 - R' David Hemsani: 📞 55 6817 5765