

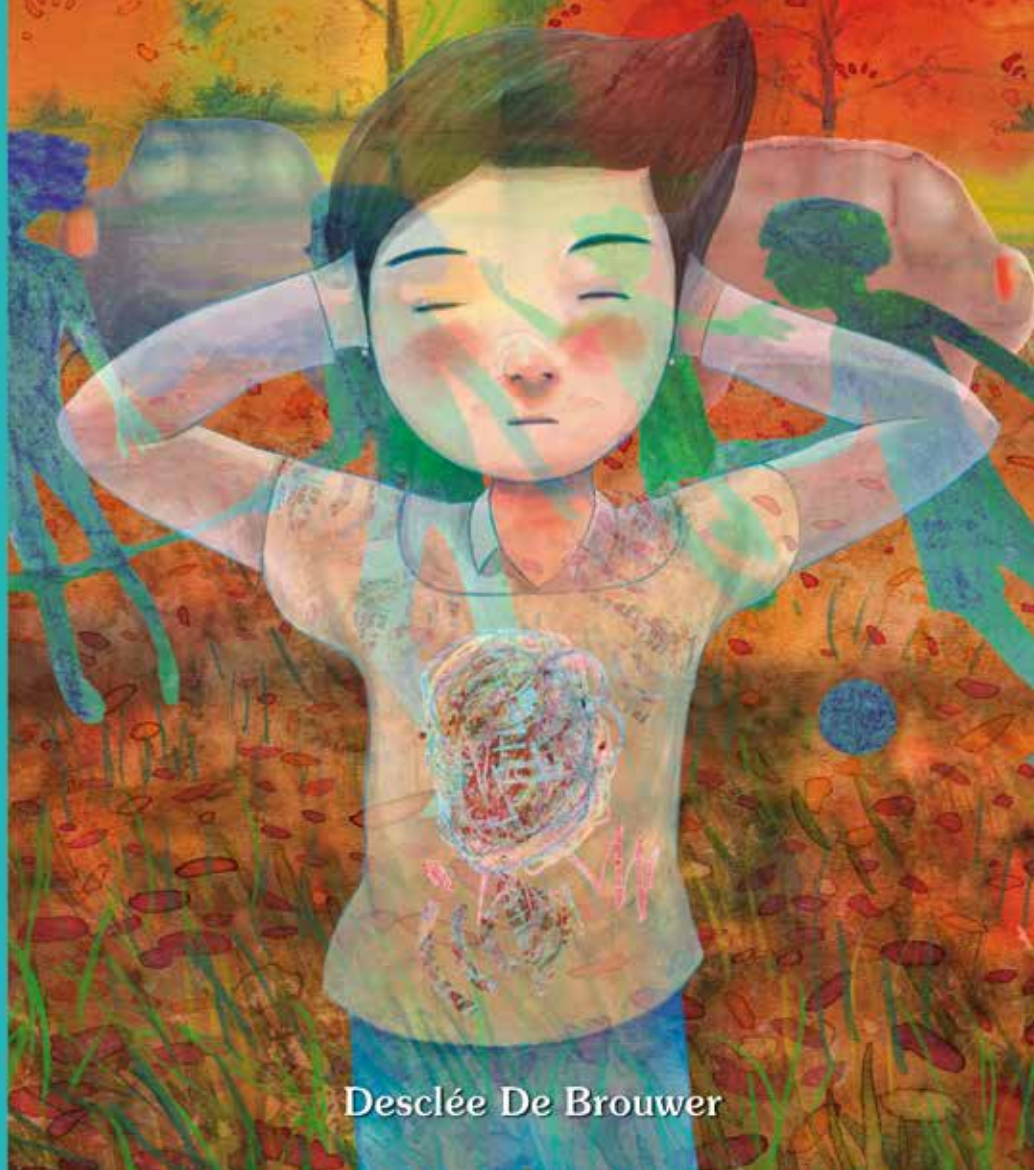
Mindfulness para niños



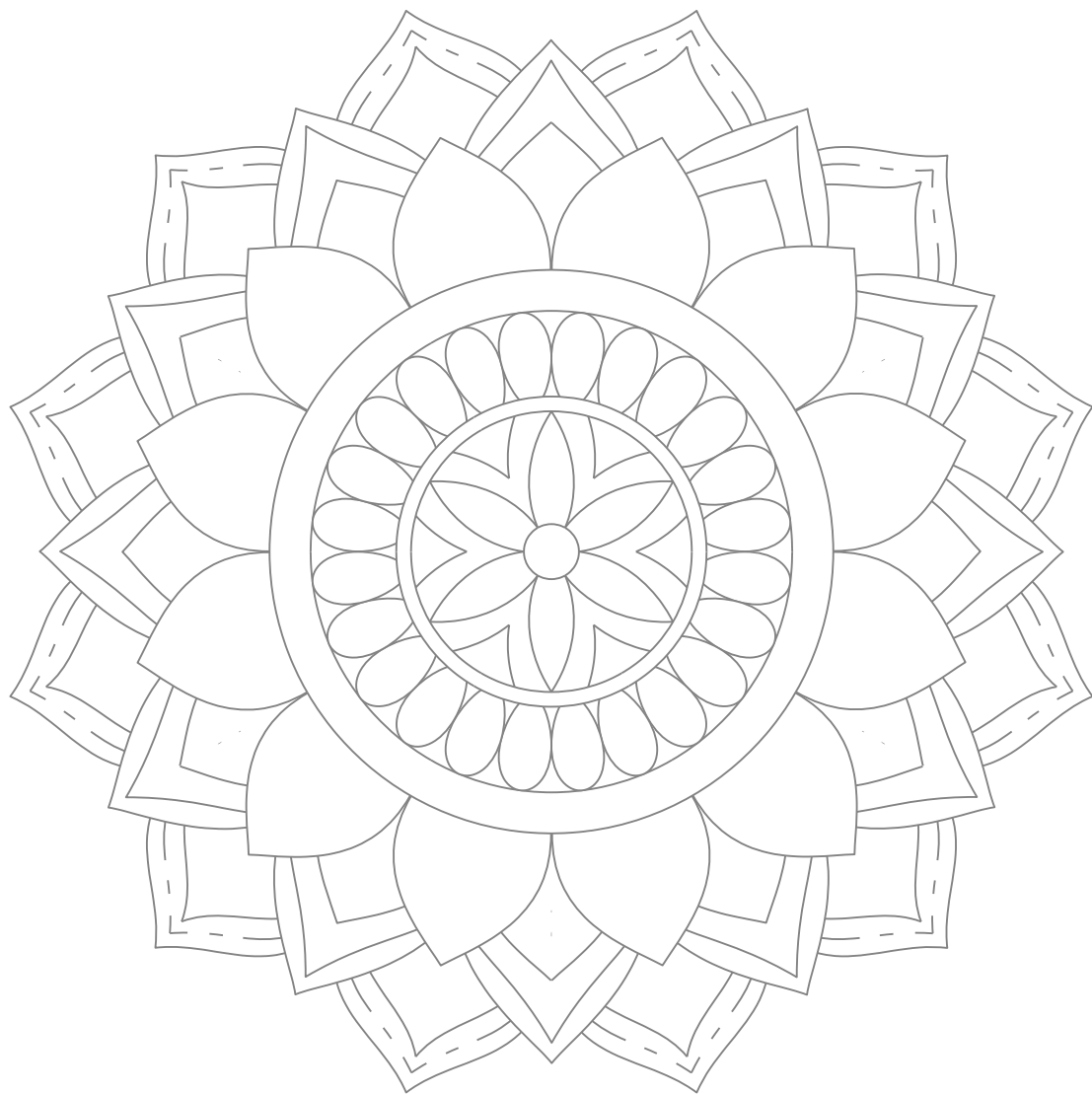
Ilustrado por José Luis Navarro

BEGOÑA IBARROLA

EVA NO ES UN FANTASMA



Desclée De Brouwer



Colorea tu mandala

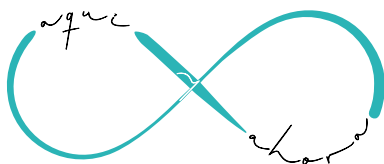
BEGOÑA IBARROLA

EVA NO ES UN
FANTASMA

Ilustrado por **José Luis Navarro**

Mindfulness para niños

A partir de 6 años



Desclée De Brouwer

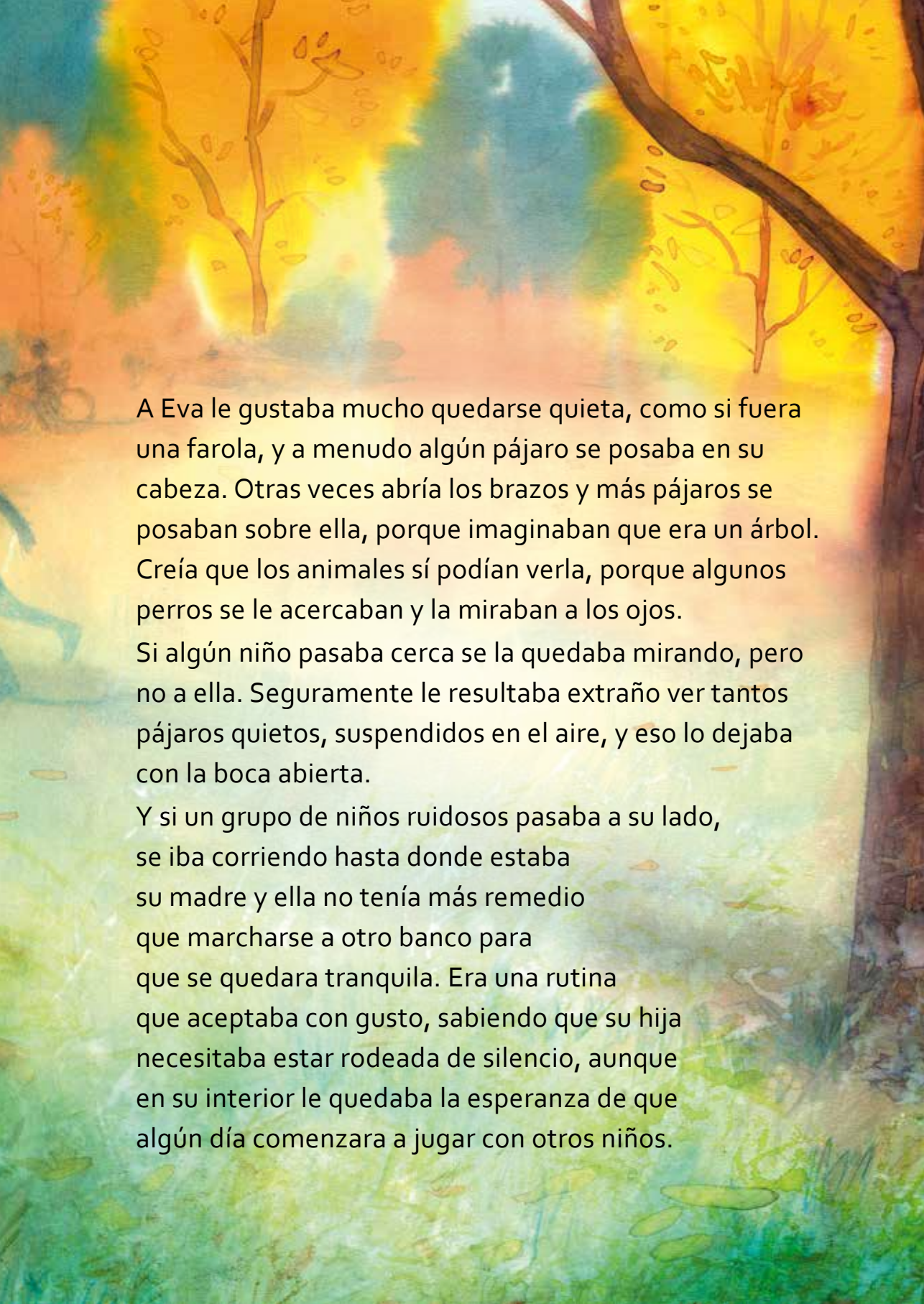


Eva era una niña diferente. Apenas hablaba, apenas sonreía, y pensaba que nadie podía verla porque era transparente, como un fantasma, y que el mundo a su alrededor era muy ruidoso y complicado.

Sus padres estaban separados y ella vivía con su madre, Alicia, y su hermano mayor, Rober, aunque algunos fines de semana los pasaba con su padre, Antón. Le quería mucho, pero cambiar de calle, de casa y de cama no le gustaba nada, y el viernes por la tarde lo pasaba fatal. Todos los días, al salir del colegio, iba al parque, pero ella no quería jugar; se quedaba quieta, detrás de un árbol, mirando a los niños gritar y correr mientras su madre leía. De vez en cuando se balanceaba siguiendo el ritmo de una canción que solo podían oír las ardillas si estaban cerca, quietas y atentas.







A Eva le gustaba mucho quedarse quieta, como si fuera una farola, y a menudo algún pájaro se posaba en su cabeza. Otras veces abría los brazos y más pájaros se posaban sobre ella, porque imaginaban que era un árbol. Creía que los animales sí podían verla, porque algunos perros se le acercaban y la miraban a los ojos.

Si algún niño pasaba cerca se la quedaba mirando, pero no a ella. Seguramente le resultaba extraño ver tantos pájaros quietos, suspendidos en el aire, y eso lo dejaba con la boca abierta.

Y si un grupo de niños ruidosos pasaba a su lado, se iba corriendo hasta donde estaba su madre y ella no tenía más remedio que marcharse a otro banco para que se quedara tranquila. Era una rutina que aceptaba con gusto, sabiendo que su hija necesitaba estar rodeada de silencio, aunque en su interior le quedaba la esperanza de que algún día comenzara a jugar con otros niños.

Eva iba todas las tardes al parque porque la llevaban, pero a ella le hubiera gustado más poder volar hasta el cielo, tumbarse encima de una nube blandita, y allí cantar bajito. En clase no cantaba aunque se aprendía con facilidad las canciones y, cuando sus compañeros lo hacían, ella se tapaba las orejas con las manos porque sus voces eran demasiado fuertes.

Entre las nubes sentía el silencio, ese silencio que tanto le gustaba y que solo rompía su voz aguda y cristalina, acompañada algunas veces por el sonido del viento.

—¿Por qué no puedo volar como los pájaros? —le preguntó un día a su madre.

Y ella le contestó:

—Porque eres una niña, no un pájaro, y las niñas andan, corren, saltan, juegan, cantan y montan en bicicleta.

Su respuesta no la convenció, porque en sueños ella sí podía volar, aunque fuera una niña.

