

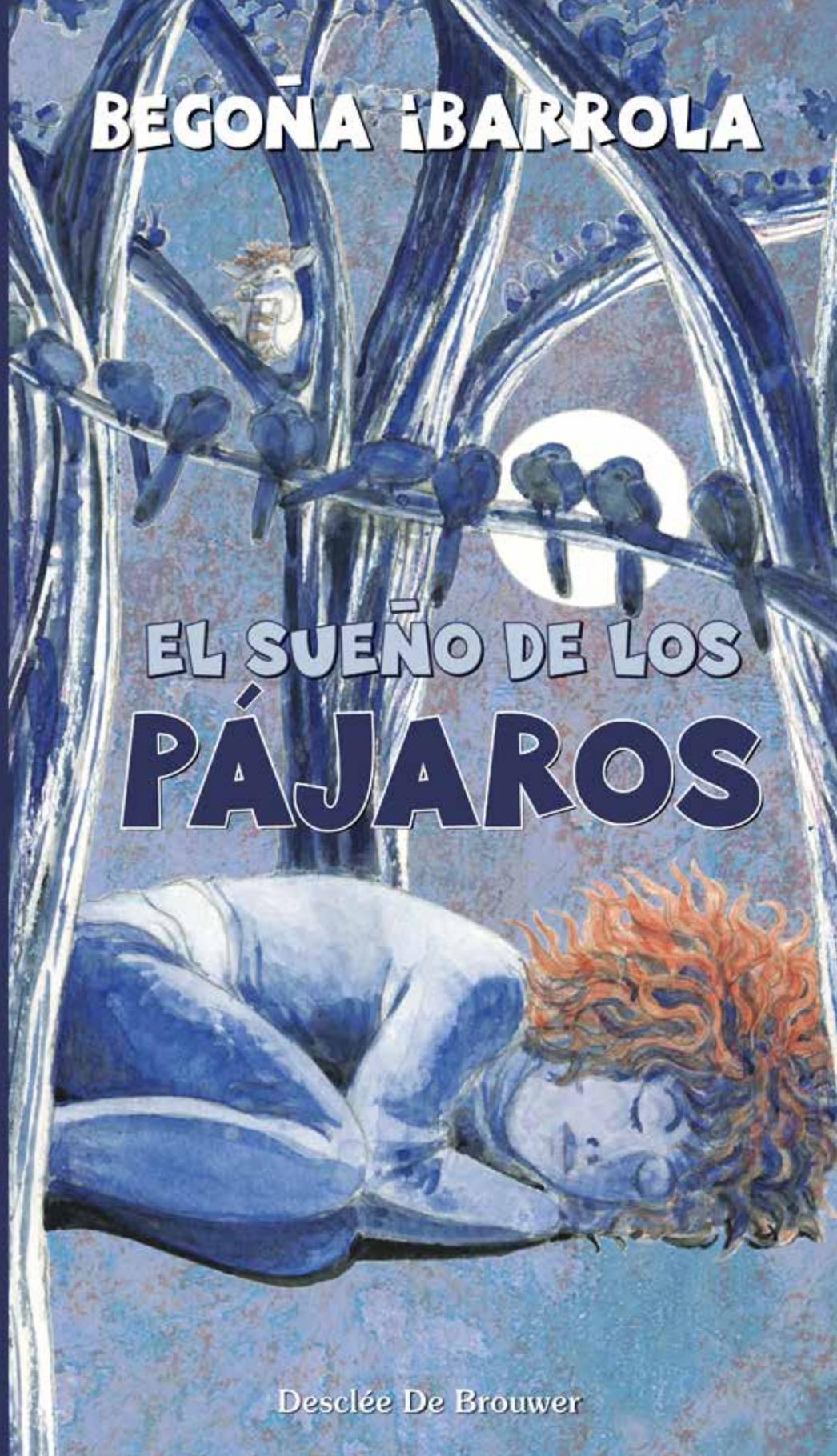
Mindfulness para niños 

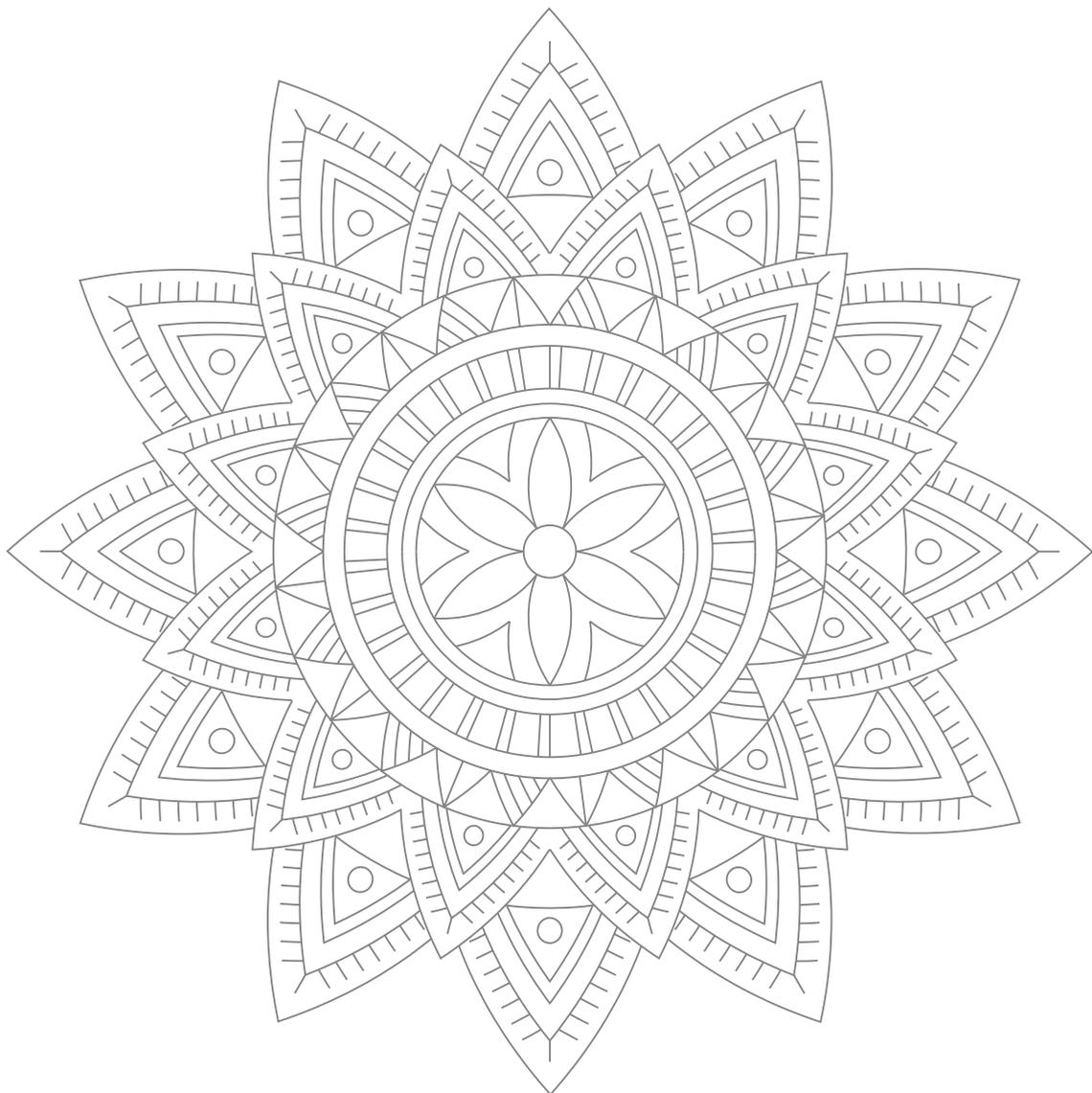
Ilustrado por Jesús Gabán

BEGOÑA IBARROLA

**EL SUEÑO DE LOS
PÁJAROS**

Desclée De Brouwer





Colorea tu mandala

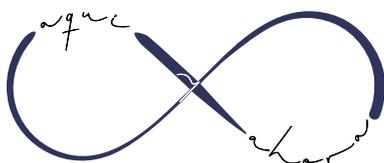
BEGOÑA IBARROLA

EL SUEÑO DE LOS
PÁJAROS

Ilustrado por **Jesús Gabán**

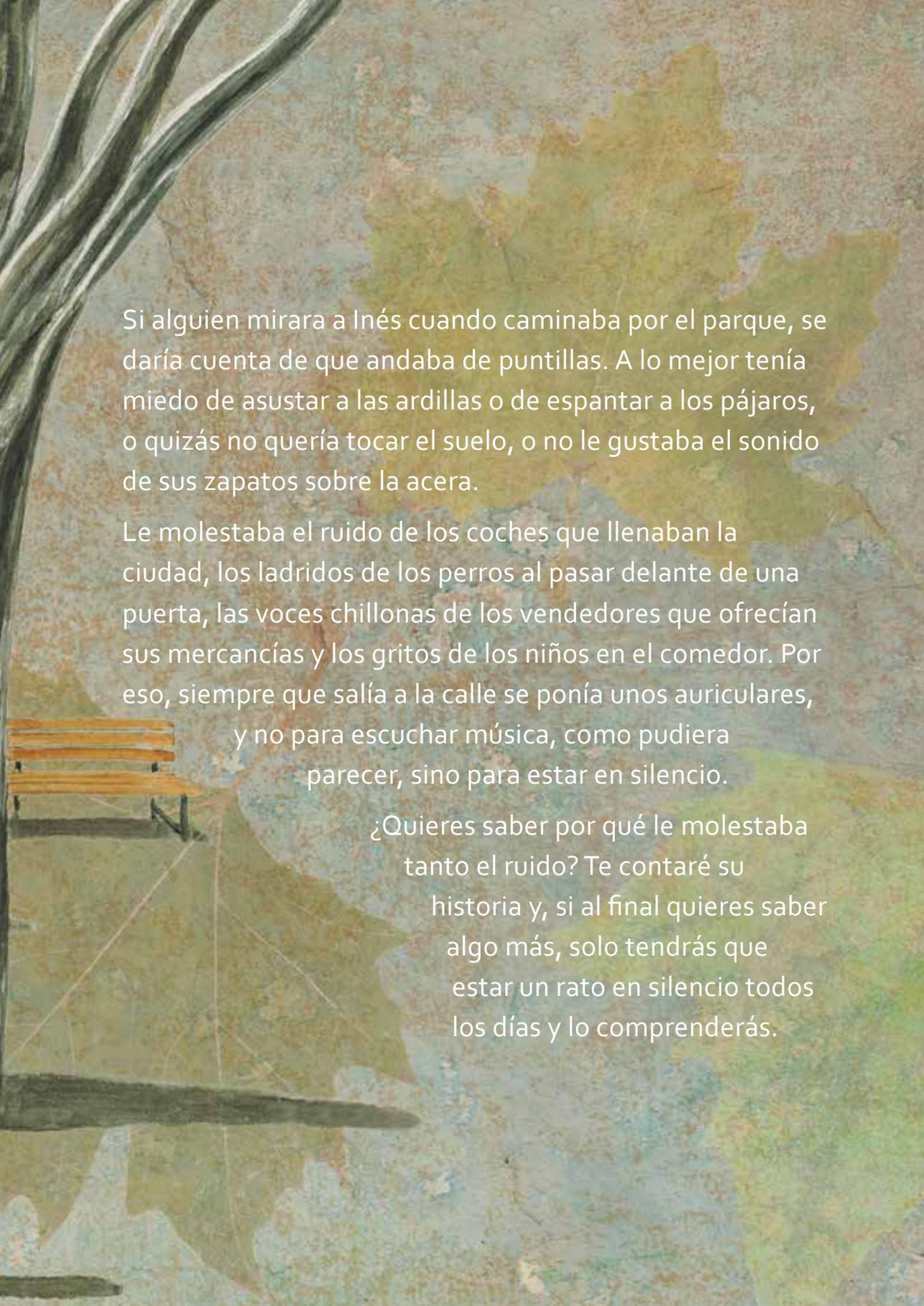
Mindfulness para niños

A partir de 6 años



Desclée De Brouwer





Si alguien mirara a Inés cuando caminaba por el parque, se daría cuenta de que andaba de puntillas. A lo mejor tenía miedo de asustar a las ardillas o de espantar a los pájaros, o quizás no quería tocar el suelo, o no le gustaba el sonido de sus zapatos sobre la acera.

Le molestaba el ruido de los coches que llenaban la ciudad, los ladridos de los perros al pasar delante de una puerta, las voces chillonas de los vendedores que ofrecían sus mercancías y los gritos de los niños en el comedor. Por eso, siempre que salía a la calle se ponía unos auriculares, y no para escuchar música, como pudiera parecer, sino para estar en silencio.

¿Quieres saber por qué le molestaba tanto el ruido? Te contaré su historia y, si al final quieres saber algo más, solo tendrás que estar un rato en silencio todos los días y lo comprenderás.

Inés había nacido en un pueblecito a las afueras de una gran ciudad, cerca de un caudaloso río que llevaba el agua del deshielo desde las altas montañas que había a unos pocos kilómetros del pueblo.

Desde pequeña le gustaba ir al bosque a escuchar el canto de los pájaros, de los grillos y de las ranas en verano; también pasaba largos ratos escuchando el río.

Le gustaba cantar y oír cantar a su madre mientras cocinaba o tendía la ropa al sol, escuchaba con atención los relatos de su abuelo durante las noches de invierno y repetía los trabalenguas de su padre, a quien le gustaba recitar de memoria algunos que aprendió cuando era pequeño.

Cada vez quedaba menos gente en el pueblo y, como no había niños de su edad con los que jugar, se inventó juegos para ella sola y encontró un amigo invisible que la acompañaba a todas partes.

