



Kim y las olas

En un pequeño pueblo costero, rodeado de playas doradas y aguas azules, vivía Kim. Tenía cinco años y le encantaba el surf. Desde muy pequeño disfrutaba acercándose al mar y aprendiendo a deslizarse sobre las olas con su tabla, siempre acompañado por un adulto.

A pesar de su edad, había aprendido a observar el océano. Escuchaba el viento, miraba cómo se formaban las olas y sabía que debía respetar su fuerza. Pero todavía había algo que le costaba entender: los nervios.

Antes de cada clase de surf sentía un revoloteo en el estómago. El corazón le latía deprisa, las manos le sudaban y las piernas le temblaban un poquito. Quería aprender a manejar aquellas sensaciones para disfrutar.

Una mañana luminosa, mientras el sol empezaba a iluminar el mar, cogió su tabla y fue a la playa con su abuelo. Los nervios lo acompañaban como mariposas inquietas.

A lo lejos vio olas grandes y poderosas. Al notar que se ponía más nervioso, recordó un consejo de su abuelo: —Respira despacio e imagina una hoja flotando suavemente en el agua.



Eligieron juntos una zona de olas pequeñas, adecuada para él. Kim entró acompañado y sintió cómo el agua lo mecía. Se concentró en respirar y observar cómo nacían y desaparecían las olas.

Entonces se acercó una algo mayor que las anteriores. Kim dudó. Su abuelo, a su lado, le recordó: —Cuando tengas un reto, respira y confía en lo que has aprendido. Y si no te sientes preparado, podemos esperar.

Kim decidió intentarlo. Remó y notó cómo la tabla subía sobre la ola. Después se deslizó con una sensación de libertad que le hizo sonreír. Los nervios se fueron aflojando.

Comprendió que sentirse nervioso no lo convertía en un mal surfista. Aquellas sensaciones le recordaban que algo le importaba y que podía ir paso a paso, pedir ayuda y elegir cuándo intentarlo.

Desde entonces siguió aprendiendo los secretos del mar, siempre con compañía y respeto por el agua. Cuando las mariposas volvían a su estómago, respiraba, hablaba de lo que sentía y se preparaba para una nueva pequeña aventura.