

Maria y el bicho come-pensamientos

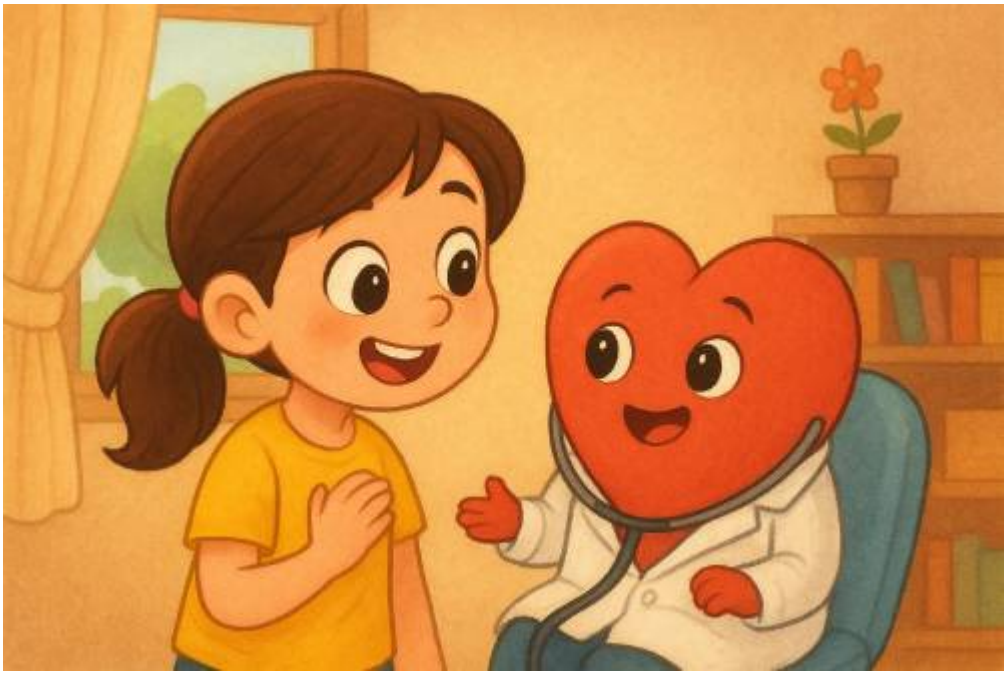
En una casa en medio de Cataluña, con ventanas que daban a un parque lleno de árboles, vivía una niña de doce años llamada Maria. A Maria le encantaba correr detrás de una pelota de fútbol, llenar hojas blancas con sus pinturas de colores brillantes y hacer cosquillas a los perros que paseaban por la calle. Tenía una sonrisa que iluminaba la habitación y una risa que sonaba como campanillas.

Pero un día, un Bichito Gris se coló en su vida.

Era pequeño y silencioso, y se le enredó en el hombro, susurrándole al oído cosas que no eran verdad. «Maria, no es suficiente», le decía. «Tu cuerpo no es cómo debería ser. Todo sería mejor si fueras... distinto.

Maria, que era lista y valiente, al principio no le hizo caso. Pero el Bicho Gris era insistente. Sus susurros se hicieron más y más fuertes, hasta que fueron lo único que podía oír. Poco a poco, dejó el balón en un rincón, los lápices de colores se quedaron sin utilizar y su risa de campanillas se guardó en un cajón, bajo llave. Ya no veía los colores del parque; todo se había vuelto de un gris triste.

Sus padres, viendo que su alegría se apagaba, la llevaron a un sitio especial: la consulta de la Doctora Corazón. No era una médica normal con bata blanca y jarabes amargos. Su consulta estaba llena de almohadas mojadas, libros con dibujos y un olor a flores cortadas recientemente.



Doctora Corazón miró a Maria con una sonrisa tranquila y le dijo: «Este Bicho Gris que llevas al hombro se alimenta de los pensamientos tristes que le das. Pero tengo una buena noticia: tú puedes elegir alimentar a otra mucho más fuerte.

De un cajón, sacó algo maravilloso: un Bichito Azul, redondo, suave y de un color azul brillante como el cielo de verano.

«Esta pequeña es tu mejor amiga», explicó la médica. «Es más fuerte que un oso y más rápida que un halcón. Y lo mejor de todo es que solo come cosas buenas.

«¿Cosas buenas?, preguntó Maria, curiosa.

«¡Sí!, dijo la médica con entusiasmo. «Le encanta un buen plato de valentía, un batido espeso de ‘Puedo Hacerlo’ y, por último, una enorme torta de Bondad Hacia una misma.

Maria, aunque con un poco de duda, decidió probarlo. Esa misma tarde, cuando el Bicho Gris le susurró «no es suficiente», ella, en lugar de escucharlo, buscó un pensamiento valiente: «Soy fuerte. Le dio de comer a su Bichito Azul.

Y entonces ocurrió algo mágico. El Bichito Azul creció un poquito, y su luz azul se hizo más brillante. El Bicho Gris, enfadado, se encogió un poco.

Día tras día, Maria siguió alimentando a su nueva amiga. Le daba cucharadas de ‘Me gusta Tal como Soy’, vasos llenos de ‘Merezco Ser Feliz’ y, cuando tenía un día difícil, un reconfortante puré de ‘Está Bien Equivocarse’.

Cada vez que el Bichito Azul crecía, el Bichito Gris se hacía más pequeño, más débil y más callado. Hasta que dejó de ser una criatura grande y pesada para convertirse en una simple mota de polvo que apenas se veía.

El Bicho Gris no desapareció para siempre. A veces, en días nublados, Maria nota un pequeño susurro. Pero ahora ella sabe exactamente qué hacer. Saca a su Bichito Azul, grande, fuerte y brillante, y le da la mejor comida: una carcajada, un recuerdo feliz o un simple «soy valiosa.

Y el susurro se calla enseguida.

Hoy, Maria vuelve a pintar con colores radiantes, corre por el parque sintiendo el sol en la piel y su risa, la de las campanillas, ha salido del cajón para quedarse para siempre. Porque descubrió que la fuerza

para asustar a la oscuridad siempre había estado dentro de ella, sólo necesitaba recordar alimentarla.