



## La Maria i la bestioleta menja-pensaments

En una casa en mig de Catalunya, amb finestres que donaven a un parc ple d'arbres, vivia una nena de dotze anys anomenada Maria. A la Maria li encantava córrer darrere d'una pilota de futbol, omplir fulles blanques amb les seves pintures de colors brillants i fer pessigolles als gossos que passejaven pel carrer. Tenia un somriure que il·luminava l'habitació i un riure que sonava com campanetes.

Però un dia, una Bestioleta Grisa es va colar a la seva vida.

Era petita i silenciosa, i se li va enredar a l'espatlla, xiuxiuejant-li a l'orella coses que no eren veritat. «Maria, no n'hi ha prou», li deia. «El teu cos no és com hauria de ser. Tot seria millor si fossis... diferent».

La Maria, que era llesta i valenta, al principi no li va fer cas. Però la Bestioleta Grisa era insistents. Els seus xiuxiuejos es van fer més i més forts, fins que van ser l'únic que podia sentir. Poc a poc, va deixar la pilota en un racó, els llapis de colors es van quedar sense fer servir i el seu riure de campanetes es va guardar en un calaix, sota clau. Ja no veia els colors del parc; tot s'havia tornat d'un gris trist.

Els seus pares, veient que la seva alegria s'apagava, la van portar a un lloc especial: la consulta de la Doctora Cor. No era una metgessa



---

normal amb bata blanca i xarops amargs. La seva consulta estava plena de coixins mullats, llibres amb dibuixos i una olor de flors tallades fa poc.



La Doctora Cor va mirar la Maria amb un somriure tranquil·la i li va dir: «Aquesta Bestioleta Grisa que portes a l'espatlla s'alimenta dels pensaments tristos que li dones. Però tinc una bona notícia: tu pots triar alimentar una altra de molt més forta».

D'un calaix, va treure una cosa meravellosa: una Bestioleta Blava, rodona, suau i d'un color blau brillant com el cel d'estiu.

«Aquesta petita és la teva millor amiga», va explicar la metgessa. «És més forta que un ós i més ràpida que un falcó. I el millor de tot és que només menja coses bones».

«Coses bones?», va preguntar la Maria, curiosa.

«Sí!», va dir la metgessa amb entusiasme. «Li encanta un bon plat de Valentia, un batut espès de 'Puc Fer-ho' i, per acabar, una enorme



---

coca de Bondat Cap a una Mateixa».

La Maria, encara que amb una mica de dubte, va decidir provar-ho. Aquella mateixa tarda, quan la Bestioleta Grisa li va xiuxiuejar «no n'hi ha prou», ella, en lloc d'escoltar-la, va buscar un pensament valent: «Soc forta». Li va donar de menjar a la seva Bestioleta Blava.

I llavors va passar alguna cosa màgica. La Bestioleta Blava va créixer una miqueta, i la seva llum blava es va fer més brillant. La Bestioleta Grisa, enfadada, es va encongir una mica.

Dia rere dia, la Maria va seguir alimentant la seva nova amiga. Li donava cullerades de 'M'agrada Tal com Soc', gots plens de 'Mereixo Ser Feliç' i, quan tenia un dia difícil, un reconfortant puré de 'Està Bé Equivocar-se'.

Cada vegada que la Bestioleta Blava creixia, la Bestioleta Grisa es feia més petita, més dèbil i més callada. Fins que va deixar de ser una criatura gran i pesant per convertir-se en una simple mota de pols que a penes es veia.

La Bestioleta Grisa no va desaparèixer per sempre. A vegades, en dies ennuvolats, la Maria nota un petit xiuxiueig. Però ara ella sap exactament què fer. Treu la seva Bestioleta Blava, gran, forta i brillant, i li dóna el millor menjar: una rialla, un record feliç o un simple «soc valuosa».

I el xiuxiueig es calla de seguida.

Avui, la Maria torna a pintar amb colors radiants, corre pel parc sentint el sol a la pell i el seu riure, el de les campanetes, ha sortit del calaix per quedar-se per sempre. Perquè va descobrir que la força per espantar la foscor sempre havia estat dins d'ella, només necessitava recordar alimentar-la.

