

Hoy es un día muy especial para Alejandra y Sergio, hermanos mellizos de diez años e hijos de Yago y de Sofía. Su padre les ha dicho que este fin de semana tiene preparada una sorpresa para ellos. Sergio y Alejandra son unos chicos muy especiales, alegres y entusiastas de la vida, amantes de los animales y la naturaleza, dispuestos a vivir aventuras y a devorar cada experiencia al máximo.

Hoy Yago les ha invitado a un refresco porque les quiere contar la aventura que van a vivir este fin de semana.

Los hermanos se sientan nerviosos y expectantes ante lo que su padre tiene que contarles.

YAGO: Bueno hijos, este viernes vamos a hacer un viaje muy importante.

ALEJANDRA: ¡Qué bien! y...¿dónde vamos a ir?

YAGO: Nos vamos los tres a pasar el fin de semana a la sierra, dormiremos en tienda de campaña, en medio del bosque, caminaremos hasta el Pico del Diablo y una vez allí...lo escalaremos.

SERGIO: ¡Guau! Alguna vez ya nos has hablado del Pico del Diablo, ya tenía ganas de ir. ¿Y mamá? ¿No viene con nosotros?

YAGO: No, mamá este fin de semana tiene mucho trabajo con los exámenes de Selectividad, y no quiero desaprovechar las condiciones meteorológicas para esos días, pues son perfectas. Así que iremos nosotros y a la vuelta le contaremos todo con detalle ¿de acuerdo?

ALEJANDRA: ¡Vale! Yo haré muchas fotos, pero... si no sabemos escalar, papá.

YAGO: No te preocupes hija, es una escalada muy sencilla y llevo cuerdas para protegeros y ayudaros a subir si hace falta.

SERGIO.- Yo sí que me atrevo porque me gusta escalar.

ALEJANDRA: Yo no he dicho que no me atreva, solo digo que no hemos escalado nunca.

YAGO: Igual da que consigáis escalar el pico o no, pues ese no es el fin de este viaje. El propósito de este viaje es mucho más importante... es un viaje de iniciación a otra aventura mayor...la vida. Quiero explicaros algunas cosas importantes que vais a tener que afrontar en este camino maravilloso que es la vida.

Se quedaron un rato hablando, organizando, pensando en todo lo que llevarían en sus mochilas: saco, cantimplora, linternas, cámara, no querían dejarse nada... Mientras hablaban, un grupo de música callejero tocaba una de las canciones favoritas de su padre. Alejandra y Sergio le pidieron unas monedas a su padre para los músicos y él se las dio encantado de colaborar con el Arte en la calle.



Por fin llegó el tan esperado viernes. Antes de que sonara el despertador, los chicos ya estaban en pie. Apenas habían podido dormir en toda la noche...sus mentes inquietas ya estaban en el Pico del Diablo descargando adrenalina.

Después de desayunar, abrazaron con fuerza a su madre que les pidió que aprovecharan al máximo la experiencia y disfrutaran de cada momento. Así se lo prometieron y tras un último beso, cogieron sus mochilas y se dispusieron a emprender su viaje.

En poco más de dos horas llegaron al punto elegido por su padre donde podrían dejar el coche antes de adentrarse en el bosque.

Descargaron el equipaje, se acomodaron bien las mochilas a la espalda y comenzaron a caminar. En un par de horas harían la primera parada para comer, para después continuar camino hasta encontrar un lugar adecuado donde acampar y pasar la noche.

Mientras caminaban iban relajando los nervios y poco a poco fueron acusando el cansancio de no haber dormido la noche anterior.

Después de varias horas caminando, llegaron a un pequeño claro dominado por dos grandes rocas. Yago pensó que aquel era un buen sitio para acampar y que sus hijos agradecerían descansar después de aquel intenso día.

Descargaron sus mochilas y montaron la tienda. Yago sacó una luz portátil, que había ido cargando durante el día con la luz solar y la colocó en el suelo. Ya estaba empezando a anochecer y quería tenerlo todo listo para cenar, antes de que anocheciera del todo. Se sentaron los tres alrededor de la luz como si de una hoguera se tratase y se pusieron sus forros polares pues ya empezaba a refrescar.

Mientras cenaban los bocadillos que su madre les había preparado se dieron cuenta de que el cielo estaba especialmente bonito aquella noche.

Yago aprovechó para explicarles a sus hijos que el cúmulo de estrellas que tenían sobre ellos era la Vía Láctea, la Galaxia donde se encontraba el Sistema Solar y el lugar donde estaban los planetas y la Tierra y ellos mismos mirando aquella noche estrellada. Mientras escuchaban a su padre se dieron cuenta del punto tan pequeño que eran dentro del Universo.

YAGO: Que preciosidad... **(se quedó mirando unos segundos en silencio)**, es increíble todo lo que nos rodea, desde el Universo con su inmensidad, grandeza y belleza hasta toda la naturaleza con sus formas, colores... millones de especies diferentes de animales y vegetación... el agua, las montañas formando cordilleras...por lo importante que es todo esto que nos rodea y sobre todo, por lo importantes que somos cada uno de nosotros en ese universo... es por lo que estamos haciendo este viaje.

ALEJANDRA: Papá, tengo mucho sueño...

YAGO: Muy bien hija, tienes el saco preparado, si quieres ya te puedes ir metiendo en la tienda.

ALEJANDRA: Acompáñame papá, me da miedo.

YAGO: Claro hija, te acompaño. Pero recuerda lo que hemos hablado otras veces, el miedo está en la imaginación. Fíjate, estamos en un entorno precioso, un sitio donde no hay animales peligrosos y si los hubiera antes huirían que atacarnos, pero aun así tu cabeza te dice que tienes que tener miedo... y eso está bien pues te hace pensar y analizar la situación, pero la situación es agradable. ¿Hay motivos para tener miedo?

Pero no te preocupes que te acompaño.

ALEJANDRA: Tienes razón...voy yo sola pero...venís ahora ¿no?

SERGIO: Yo voy contigo Alejandra...que también tengo sueño.

YAGO: Muy bien hija, aprendes rápido. Recuerda que hay que confiar más en lo que te va a ofrecer la vida.

Los chicos cogieron sus linternas y se estaban dirigiendo hacia la tienda cuando Sergio gritó:

SERGIO: Papá, papá, ven!!

Yago se levantó rápido alertado por el grito de su hijo.

SERGIO Y ALEJANDRA: ¡Mira papá!

En el suelo, al pie de un árbol, unos puntos pequeños y luminosos. Yago sonrió y estirando la mano cogió una de esas luces.

YAGO: ¡Qué suerte hijos! No solo has controlado tu miedo Alejandra, sino que el Universo, la vida, te recompensa con este pequeño regalo. Son luciérnagas y pocas veces en vuestra vida las vais a ver. Encienden su luz para buscar pareja y si se sienten amenazadas la apagan. Por lo que parece, no nos tiene miedo pues la mantiene encendida.

ALEJANDRA: Jo, qué bonita, ¿nos la podemos llevar?

SERGIO: Eso, nos la llevamos para que la vea mamá.

YAGO: No podemos hijos, moriría. Hay que dejarla con su familia. Le hacemos una foto y se la enseñamos a mamá.

Después de hacer algunas fotos, aún se quedaron unos minutos embelesados mirando las luciérnagas. Por fin, Yago habló.

YAGO: Bueno, vamos a dormir que mañana nos espera un largo día de aventura. Creo que hoy habéis aprendido que el miedo es una señal que hay que observar y valorar su importancia pero..., que no hay que dejarse llevar por él.

Los tres se metieron en sus sacos y no tardaron mucho en quedarse dormidos. Al día siguiente Alejandra fue la primera en despertarse y salir de la tienda. Se sentía bien, oía el canto de los pájaros y notaba la fresca brisa de la mañana. A unos metros dos pájaros revoloteaban y Alejandra se sentó en una roca a observarlos.

Al cabo de un rato Sergio y Yago salieron de la tienda de campaña con unos batidos en la mano y unos croissants para desayunar. Se sentaron los tres en las rocas mientras desayunaban y planeaban el día.

YAGO.- Bueno hijos, nuestro plan de hoy es simplemente disfrutar de la naturaleza, estar atentos y ver lo que nos depara el día. No sabemos lo que nos va a poner delante la vida y hay que estar despiertos.

SERGIO.- Pues ya estamos despiertos, papá **(dice sonriendo)**.

YAGO.- Sí, pero hoy te vas a dar cuenta de que no estamos tan despiertos como creemos. Siempre estamos pensando en algo que nos ha ocurrido o en algo que queremos o debemos hacer y estamos más en el pensamiento que en la realidad. Puedes estar andando y en lugar de estar viendo el paisaje, sentir el aire, el sol, escuchar, oler...puedes estar pensando en alguna otra cosa y la experiencia que estabas viviendo pasa sin darte cuenta, sin disfrutarla ... viviendo más en tus pensamientos que en el momento. Esto, nos pasa a todos, pero debemos ser conscientes y decidir si queremos estar en el pensamiento, en la fantasía... en lugar de en la realidad, en el aquí y ahora.

Ya veréis haced la prueba, empezad a andar y en poco tiempo estaréis pensando en algo sin que os deis cuenta. Pero no intentéis controlarlo simplemente observad que sucede así.

(Después de recoger la basura y guardar todo en sus mochilas se dispusieron a seguir su camino hacia el Pico del Diablo. Como Yago venía con su padre, cuando era pequeño, conocía bien el camino.

Al cabo de dos horas caminando, encontraron un riachuelo. La senda que seguían discurría paralela al agua y hacía que el paisaje fuera todavía más espectacular. Alejandra y Sergio estaban un poco cansados y Yago propuso hacer una parada para descansar un poco más adelante, donde recordaba había una cascada de tres metros de altura que formaba una poza suficientemente honda como para bañarse.

Así pues decidieron parar y disfrutar de ese momento. Sergio y Alejandra se pusieron sus bañadores y se metieron poco a poco en el agua helada. A los pocos segundos ya estaban nadando.

Yago los observaba mientras pensaba en uno de los grandes misterios de la vida... el aguante de los niños a extremas temperaturas con tal de jugar un rato).

ALEJANDRA.- Uff yo me salgo ya, que frío.

SERGIO.- Papá, papá báñate!

YAGO.- Huy no hijo, prefiero estar aquí sentado mirando cómo disfrutas.

(Alejandra salió tiritando y se envolvió en la toalla sentándose al lado de su padre).

ALEJANDRA.- Papá sí que es verdad que estamos pensando todo el rato, aunque queramos estar en silencio dentro de nosotros.

YAGO.- Claro hija, eso nos pasa a todos y no tienes que esforzarte en silenciar tus pensamientos, solo obsérvalos para ser consciente, para no dejarte llevar por ellos.

ALEJANDRA.- ¿Qué es ser consciente?

YAGO.- Darte cuenta de las cosas, así luego puedes razonar y decidir. Muchas veces te vienen pensamientos que te hacen sentir mal sin ni siquiera saber por qué, si te acostumbras a observarlos entonces te das cuenta y puedes parar a tiempo. Un truco es centrarte en el presente, mira: empiezas respirando por la nariz y notas como entra el aire por las fosas nasales... baja al estómago... hazlo...fíjate también cuando sale el aire... repítelo una vez...dos veces...

YAGO.- Ahora céntrate en tus manos. ¿Notas la energía que fluye por ellas?

ALEJANDRA.- Sí, la noto.

YAGO.- Este rato has estado en el presente con la mente en silencio y te has relajado un poco. Siempre que te encuentres mal, que algo te agobie y quieras controlar más tu estado de ánimo, haz esto un rato, respira unas cuantas veces, intentando hacerlo tranquilamente, notando como entra y sale el aire, céntrate en tu cuerpo, en las manos, los brazos, la cabeza...sintiendo esa energía y te darás cuenta de que en el presente no está pasando nada que está todo en tu cabeza. Ese es el principal motivo de este viaje, empezar a educar los pensamientos para conseguir, con el tiempo y paciencia, dirigir nuestra vida con más libertad.

(Sergio que seguía en el agua, se dio cuenta de que a unos cuantos metros de distancia había un ciervo bebiendo agua del río, se giró despacio hacia su padre y su hermana y les dijo en voz baja mientras señalaba al ciervo)

SERGIO.- Alejandra, papá mirad.

YAGO.-¡Hala qué bonito!, no os mováis, que no se asuste, le quiero hacer una foto.

(Yago se levantó muy despacio y cogió la cámara. Buscó la posición donde salieran Ale, Sergio el río y el ciervo. CLICK, perfecto).

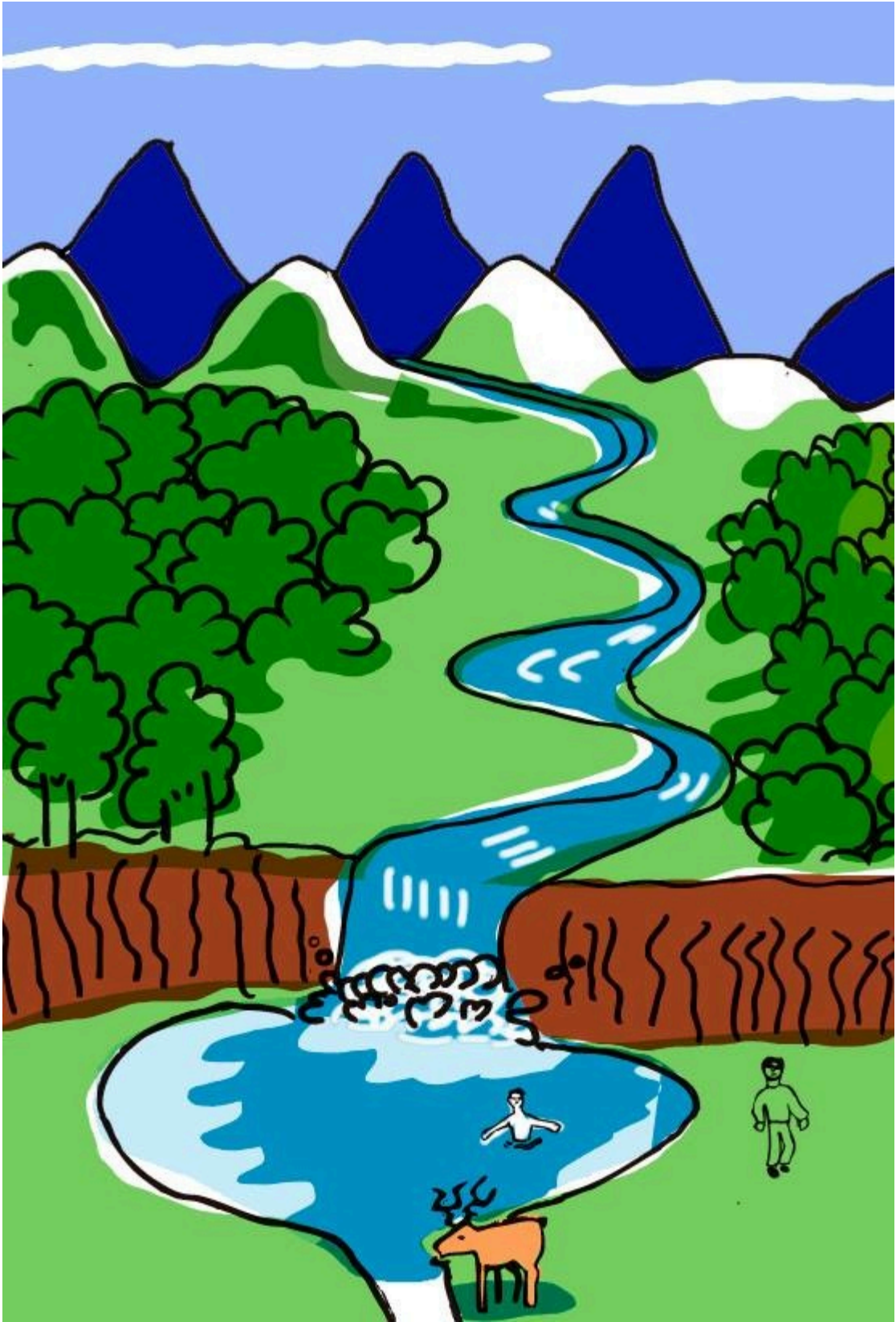
YAGO.- Guau!! la tengo, no nos ha visto.

(Sergio salió del agua y aprovecharon para comer. Sacaron de la mochila una ensalada de arroz que habían preparado Alejandra y él, bajo la supervisión de Yago. La llevaban en un recipiente de donde comieron los tres directamente.

Una vez que acabaron de comer, se colocaron sus mochilas al hombro y se prepararon para seguir camino. La verdad es que los dos se estaban portando genial, ninguno se había quejado ni una sola vez.

Se dirigieron a la parte alta de la cascada, siguiendo el camino que ahora estaba muy empinado. Una vez que llegaron arriba... allí delante de ellos, al fondo, se veía el Pico del Diablo).

YAGO.- ¡Mirad chicos! ¡Allí está el Pico!



SERGIO.- ¿Ya estamos llegando, papá?

YAGO.- Bueno la verdad es que la imagen engaña un poco, faltará una hora y media pero por camino llano y con un entorno precioso.

(Y así fue, después de una hora y media de un camino precioso, de muchos árboles robustos que debían tener muchos, muchos años de vida, del sonido del riachuelo, que bajaba con bastante agua, de una temperatura ideal...llegaron por fin al Pico del Diablo. Se quedaron los tres mirando hacia arriba. No era excesivamente alto pero sí que había un tramo bastante vertical, parecía algo complicado de subir, pero Yago ya había estado varias veces y sabía lo que se hacía.

Yago les explicó a sus hijos que le llamaban el Pico del Diablo porque la montaña parecía una cara. Tenía dos cuevas a una altura de 6 metros, que parecían los ojos y terminaba en dos picos, uno un poco más grande que el otro que formaban dos cuernos. Los días de mucho viento entraba el aire por las cuevas y hacía un ruido muy especial, una especie de silbido suave).

ALEJANDRA.- Madre mía, sí que parece una cara y los picos parecen dos cuernos.

YAGO.- Bueno vamos allá, seguidme. Id despacio y muy atentos. Es importante estar bien “despiertos”. Se ahorran muchos accidentes estando en lo que estás.

(Empezaron a subir un tramo algo empinado, pero aun faltaba un poco para llegar a la parte complicada donde había que escalar. Al llegar justo debajo de esa parte totalmente vertical Yago les dijo que se sentaran alejados del borde pues tenía que sacar las cuerdas y prepararlo todo para la escalada final).

SERGIO.- ¿Papá vamos a escalar por aquí? No sé si vamos a poder.

YAGO.- No te preocupes y confía en mí, no voy a dejar que os caigáis. Cuando empiece a escalar fijaos bien dónde apoyo los pies y las manos, yo os guiaré pero debéis fijaos bien.

(Yago sacó la cuerda y con una de sus puntas aseguró a Alejandra. La otra punta se la ató a la cintura y empezó a subir. Se notaba que lo había subido más veces pues lo hizo con una agilidad que sorprendió a sus hijos. Cuando llegó a la altura de las cuevas miró hacia abajo).

YAGO.- ¡Hola hijos!!!

ALEJANDRA.- ¡Jolín papá! ¡Qué bien has subido!

YAGO.- Gracias hija, ahora te toca a ti. ¿Ves los salientes dónde me he agarrado? Tienes varios en los primeros metros, intenta no mirar abajo y sobre todo antes de cada impulso que des para subir, prueba que no te resbalen las manos ni los pies. Siente que estás bien agarrada antes de avanzar.

(Alejandra comenzó su ascenso, por fuera parecía segura, pero por dentro el miedo ya empezaba a actuar. Había subido dos metros con bastante seguridad pero miró hacia abajo y el miedo se apoderó de ella quedándose parada, sin poder moverse).

ALEJANDRA.- Papá, papá **(con voz muy asustada)** no puedo moverme, tengo mucho miedo, me voy a caer.

YAGO.- Hija tranquila. Mírame, estás totalmente segura.

(Yago había pasado la cuerda por un anclaje de escalada que había desde hacía años, en el mismo sitio donde ahora se situaba él. Podría tranquilamente dejarla atada y bajar a por ella y así se lo explicó).

Mírame hija, mírame a los ojos **(Alejandra le miró, con su cara asustada, casi con lágrimas en los ojos, por sentirse tan paralizada. Yago tensó la cuerda, ella sentía como le subía a pulso. Según la iba subiendo, pasaba la cuerda por el agujero del anclaje).** ¿Ves? Ahora mismo estás suelta y no te caes. Cierra los ojos, respira hondo por la nariz y suéltalo tranquilamente, una vez... muy bien hija, otra vez... y otra... **(Alejandra respiraba e iba notando cómo se tranquilizaba).** Abre los ojos y mírame. ¿Estás mejor?

ALEJANDRA.- Sí, papá.

YAGO.- Bien, pues ahora mira la roca, la montaña...estira la mano y agárrate...muy bien Alejandra, muy bien...ahora empieza a escalar.

(Alejandra comenzó otra vez a escalar, pero un poco más arriba se bloqueó otra vez y Yago ya no le insistió más y la subió a pulso. Arriba se dieron un gran abrazo que duró unos cuantos segundos. Alejandra lloró por no haberlo conseguido, pero Yago la felicitó con fuerza por lo valiente que había sido al intentarlo otra vez a mitad de camino y no darse la vuelta. Una vez que la dejó asegurada y tranquila, Yago bajó para atar la cuerda a Sergio y volvió a subir).

YAGO.- Vamos hijo te toca, puedes empezar.

(Sergio empezó a subir, despacio pero seguro, cuando llegó a mitad de camino se paró un momento, Yago le dijo que no mirara hacia abajo y este le hizo caso y miró hacia arriba y siguió escalando, sin pensar, solo sintiendo como se agarraba y notando la fuerza que tenía que hacer con las manos, los pies... hasta llegar arriba con su padre y su hermana.

Ya estaban los tres a la altura de las cuevas, pararon unos minutos para disfrutar de la vista. Se veía el riachuelo, el bosque y el camino por dónde habían venido...Miraron hacia abajo y se sorprendieron de la altura que habían subido. Yago orgulloso de sus dos hijos, les dio un fuerte abrazo).

ALEJANDRA.- No he podido hacerlo, lo siento papá. Habíamos venido hasta aquí para escalarlo y yo no lo he conseguido. No quiero que se lo cuentes a nadie...se reirán de mí.

SERGIO.- ¿Cómo que no lo has conseguido? Era muy difícil. Yo también he tenido miedo. Solo has necesitado un poco de ayuda para subir.

YAGO.- Muy bien Sergio. Mira hija, yo estoy muy orgulloso de los dos. En la vida cada uno tiene sus habilidades y no nos podemos comparar unos con otros pues todos somos distintos. No tienes que juzgarte. Tú querías subir pero, los músculos se te han paralizado.

De todo en la vida hay que aprender y de esta situación podemos aprender dos cosas: la primera NO NOS TENEMOS QUE JUZGAR, pues estamos en un continuo aprendizaje y es normal fallar y la segunda: NO NOS TIENE QUE AFECTAR LO QUE DIGAN LOS DEMÁS. No dependes de los demás, tú eres única, increíblemente única.

Es normal que te imagines lo que dirán los demás sobre ti, pero lo más normal es que los demás estén pensando más en ellos mismos que en ti. Si te ha pasado algo, los amigos que valen la pena se preocuparán por ti, si hay otros que se ríen peor para ellos, pero si no te afecta, simplemente tú estarás bien.

(Se quedaron un rato sentados mirando el paisaje, luego se metieron en las cuevas, gritaron un poco para oír como retumbaban sus voces dentro de ellas...así siguieron un rato hasta que Yago dijo de seguir camino. Había que bordear el Pico para bajar por la parte suroeste y llegar al segundo punto donde Yago quería montar la tienda para pasar la segunda noche y había que llegar con tiempo antes de que anocheciera. Mientras se ponían en marcha Sergio preguntó a su padre...).

SERGIO.- ¿Papá y el Diablo existe de verdad?

YAGO.- ¡Ja,ja,ja, no hijo no! Lo del Diablo se lo inventaron para meter miedo, “si te portas mal irás al infierno” decían, pero no hijo. El Diablo no existe. Lo más parecido que hay al Diablo, somos nosotros mismos cuando estamos llenos de ira. Nosotros vamos a trabajar para controlar esa ira, pues estar en una situación de ira nos hace mucho daño en nuestro interior y eso no lo podemos permitir, hay que trabajar para estar bien con uno mismo. Pensad que vuestra felicidad es beneficiosa para todos los que os rodean. Intentar ser felices es una obligación en la vida. Aprender a controlar los pensamientos de ira hacia nosotros mismos o hacia los demás es algo que tenemos que trabajar pues es a nosotros mismos a quién hacemos más daño.

(Estaban empezando a bordear la montaña a la altura de las cuevas, cuando apareció un sendero estrecho que debían seguir con cuidado, apoyándose en la pared de la montaña para no correr riesgos. Luego empezaron a bajar la falda de la montaña, despacio y con calma, hasta que llegaron a la base donde les esperaba el bosque que era un poco más abierto, menos tupido, que el de la otra cara del Pico del Diablo. Como estaban cansados y empezaba a atardecer, Yago prefirió acampar antes de adentrarse en el bosque. Así se aseguraba de que no les pillaría la noche para montar la tienda de campaña y también aprovecharían para ver la noche estrellada sin árboles que les taparan.

Mientras montaba la tienda, dejó a sus hijos jugando un rato antes de preparar la cena.

Cuando terminó de montar, sacó un recipiente con unas pechugas empanadas y una bolsa de patatas fritas, y los llamó para disfrutar de la cena después del intenso día que habían vivido.

YAGO.- Bueno hijos... menudo día.

ALEJANDRA.- Sí ha sido genial, cuando le digamos a mamá lo del ciervo...

SERGIO.- Y lo de las luciérnagas... y lo de las cuevas del Pico del Diablo.

YAGO.- Me alegro mucho de que os haya gustado. Quiero que sepáis que estoy muy orgulloso de lo que habéis conseguido hoy y de cómo habéis disfrutado la experiencia.

(Se quedaron hablando un rato de todo lo que habían vivido durante el día y sin darse cuenta se les echó la noche encima. Así que recogieron y antes de irse a dormir se tumbaron en el suelo mirando hacia el cielo, admiraron las estrellas y Yago les ayudó a localizar la Osa Mayor y el Cinturón de Orión. Ellos ya las conocían pues sus padres se las habían pintado en su habitación, cuando ellos estaban a punto de nacer. Yago les dijo que era la hora de descansar y que quería enseñarles unas fotos que había traído dónde podrían comprender toda la grandeza del Universo.

A los mellizos les gustó la idea y se metieron rápidamente en los sacos de dormir, poniéndose uno a cada lado de su padre. Yago se sentó con los pies dentro del saco y sacó tres fotos de una carpeta: una del planeta Tierra con la Luna, otra del Sistema Solar donde se veía la diferencia de tamaño entre planetas y el Sol y otra de “La Vía Láctea” en la que aparecía un pequeño punto donde se situaba el Sistema Solar. Alejandra y Sergio estaban con la boca abierta, no se podía creer que el Universo fuera tan inmenso y que la tierra fuera un punto minúsculo dentro de él. Yago les explicó que había más de cien mil millones de Galaxias...100.000.000.000 de Galaxias).





SERGIO.- ¡Qué barbaridad, lo pequeñitos que somos!

ALEJANDRA.- Y mira la diferencia entre el Sol y la Tierra, increíble, desde aquí no parece tan grande.

YAGO.- Imaginad por un momento un viaje volando por el Universo, entre Galaxias y nebulosas... y de repente, allí al fondo veis una Galaxia en forma de espiral, ¡LA VÍA LÁCTEA!. Os acercáis a toda velocidad volando cerca de ella cada vez más cerca hasta que distinguís el Sistema Solar. Os adentráis en el Sistema Solar pasando por varios planetas: Saturno con sus anillos, Júpiter el planeta gigante y justo después Marte, tan chiquitito a comparación... y un poco más allá el planeta Tierra. Os acercáis un poco más y veis la Luna, dais dos vueltas a la Tierra distinguiendo los continentes, los mares y océanos...bajáis volando a Los Andes, cordillera de América del Sur, pasáis entre las nubes, bajáis al océano donde se ve una ballena y voláis a su lado. Os eleváis un poco y os dirigís hacia la selva del Amazonas y la sobre voláis.

Ahora se pone a vuestro lado un águila americana con su cara blanca y su pico curvado amarillento, voláis un rato a su lado...os alejáis y pasáis por otros continentes, también por los polos, pensando por un momento la cantidad de animales increíblemente preciosos que hay en este planeta y árboles, plantas y flores...¡cuánta vida!. Ahora subís otra vez y os ponéis a la altura de la Luna. Os detenéis un momento para admirar el precioso planeta donde vivimos, donde existimos...EL SER HUMANO, esta es la perspectiva donde podéis distinguir que TODOS SOMOS UNO...El Ser humano. Y ¿por qué sabemos que estamos unidos y conectados como uno? Porque cuando ves sufrir a alguien te duele, si ves a un padre con su hijo muerto en sus brazos en la televisión, por culpa de una guerra, te duele y te parece injusto. Cuando ves los incendios provocados, las catástrofes que generamos, como los vertidos de petróleo o mil cosas más... Todo eso nos duele y ese dolor lo genera una energía que nos une a todos y que se llama AMOR, no el amor romántico sino el AMOR UNIVERSAL que debemos fomentar y alimentar, porque el miedo a lo desconocido ha hecho que mucha gente se haya aprovechado de los demás y haya llevado al ser humano a ser tan destructivo. Pero hijos tenéis que tener muy claro, que el mundo no es así, así lo hemos construido porque lo hemos dirigido desde la inconsciencia, desde el miedo a la vida. Pero vosotros sois una generación nueva y hoy empezáis a descubrir que a la vida no hay que tenerle tanto miedo, que el miedo está en la imaginación y que muchos de esos miedos se pueden apaciguar controlando un poco los pensamientos y las emociones, enfrentándonos a esas situaciones que nos causan miedo, algo que solo hacen los auténticos GUERREROS. Hay muchos tipos de miedo: miedo a sufrir un daño físico o morir es el más importante y al que hay que hacer más caso, pero también hay otros menos importantes como miedo al fracaso, al ridículo, miedos a muchas cosas que fantaseamos que nos pueden pasar... miedos que nos van a bloquear nuestras capacidades, nuestras virtudes.

Primero, ya sabéis que hay que analizar la situación y razonar, si en el presente no está pasando nada hay que aprender a silenciar los pensamientos que nos van a estar invadiendo y eso solo se consigue con práctica. Hay que confiar más en la vida y aventurarse, confiar en que lo malo que fantaseas no va a pasar.

¿Cómo podéis empezar a trabajar? practicando el silencio mental, practicar todos los días, dos minutos de silencio en la cabecita, centrados en sentir el cuerpo. Parece fácil pero no lo es y si hacéis esto cuando estáis bien os ayudará a parar los pensamientos cuando os encontréis mal. En un momento de tranquilidad os sentáis en la cama o una silla donde no os molesten, respiráis hondo y despacio como ya os he explicado y cuando estéis relajados..."shhhh" silencio pensamientos. No es fácil, ni un minuto es fácil, no hay que forzar solo intentarlo y sentir el cuerpo.

(Yago miró a sus hijos. Se habían quedado dormidos. Sonrió y les dio un beso. Él tampoco tardó en quedarse dormido.

Por la mañana tardaron bastante en salir de la tienda de campaña. Se notaba el cansancio del día anterior y Yago los dejó dormir un poco más. Pero al poco rato Sergio abrió los ojos y miró a su hermana que parecía estar dormida. Pasó por encima de su padre y empezó a hacerle cosquillas a su hermana. Ésta seguía haciéndose la dormida pero la sonrisa en la boca le delataba. Claro está que con los dos revoloteando por la tienda, a Yago se le acabó el dormir. Cogió a los dos y se puso a jugar con ellos.

Estuvieron así un rato hasta que Yago les dijo que debían recoger y dirigirse al pueblo que se encontraba a una hora y media. Recogieron y se tomaron un zumo pues habían decidido que al llegar al pueblo se tomarían un buen almuerzo como premio final.

Cuando llegaron al pueblo se dirigieron al bar. Allí les atendió Antonio, un hombre de cuarenta y tantos, grande y que siempre estaba de buen humor. Los chicos le contaron la aventura, mientras él les prestaba mucha atención y los felicitaba por su hazaña. Se ofreció a llevarles en coche hasta el punto de partida. Yago dejó que decidieran sus hijos. Al fin y al cabo ya habían hecho lo que tenían que hacer y no pasaba nada por perdonar el último tramo y hacerlo en coche, pero ni Alejandra ni Sergio quisieron).

SERGIO.- Yo prefiero acabar sin ayuda.

ALEJANDRA.- Yo también, lo estoy disfrutando mucho.

YAGO.- ¡Caray hijos, qué bien! Ahora mientras esperamos a que Antonio nos traiga algo de comer os quiero dar un regalo.

(Se sentaron en una mesa del bar y mientras esperaban, Yago sacó unos papeles enrollados. Sergio y Alejandra los abrieron nerviosos. Eran dos "diplomas" donde ponía que se habían iniciado como "GUERREROS de la PAZ". En ellos se podía leer unos consejos a seguir. Yago les dijo que lo podían colgar en la habitación para verlo todos los días.

Mientras Alejandra y Sergio leían sus diplomas, apareció Antonio con los tres platos).

ANTONIO.- Bueno, aquí os traigo un buen plato con huevos, patatas y unas croquetas caseras, que os ayudará a reponer fuerzas. Rico, rico...

YAGO.- ¡Vaya qué hambre! Esto nos va a sentar genial.

Y así fue como los tres aventureros empezaron a comer sin decir nada, ya se sabe...oveja que bala...

Cuando acabaron el almuerzo, descansaron un poco y después de despedirse de Antonio se pusieron en marcha. En dos horas llegarían al coche y volverían a casa. Tenían muchas ganas de contarle a su madre su aventura. Una experiencia que nunca olvidarían.

YAGO.- Hijos, en este viaje os habéis iniciado como guerreros y os queda mucho trabajo, pero la próxima aventura, dentro de unos años, será para iniciarnos como MAGOS de la VIDA donde descubriréis que somos responsables de casi todo lo que nos pasa... que el poder del pensamiento bien dirigido, unido al poder de la acción nos convierte en creadores de nuestra propia realidad, creadores de nuestros sueños. Aprenderéis que gracias a estar bien despiertos observaréis que hay “casualidades” en la vida que os ayudarán a seguir el camino tomado...Pero esto será más adelante... Y recordad siempre lo que decía la canción de ese grupo que me gusta tanto y que escuchamos en la plaza*:

RESPETARTE A TI MISMO: física y verbalmente pero sobretodo mentalmente, no te juzgues, no te menosprecies, ni dejes de valorarte pues eres único/a en el Universo no hay nadie como tú, no te puedes comparar con nadie.

RESPETAR A LOS DEMÁS: Tampoco los juzgues pues también son únicos y no sabes por qué actúan como actúan.

RESPETAR LO QUE TE RODEA: La Naturaleza y todo lo demás, todo es parte de esta creación, de toda esta magia...de tu realidad.

SIMPLEMENTE RESPETAR.

Al llegar a casa su madre les estaba esperando en la entrada..., al ver sus caras sonrió de oreja a oreja pues estaba al corriente de todo lo que había pasado. Yago quería vivir esta experiencia con sus hijos y la llamaba cada día, mientras Sergio y Alejandra dormían, para contarle todo y para que estuviera tranquila.

Por sus caras supo que jamás olvidarían la experiencia.

Los chicos corrieron hacia ella y se abrazaron fuerte.

A mis hijos Alejandro y Judith, a los que solo puedo decir:
Gracias por elegirme como padre en esta aventura.

GRACIAS a mi amigo Tony Alcaine a mis sobrinos Germán y Fernando Alcaine por los dibujos y a mi mujer Sonia por los arreglos en la redacción.

*Canción “Respeto”, El Tio Calambres (Calambre Records)