



El Jardín Interior de Aitana



Aitana tenía sentimientos muy grandes. Eran tan grandes que a veces saltaban de su pecho como palomitas de maíz sin control, ¡o bramaban como una tormenta de invierno!





Un día, cuando la frustración le picaba como mil mosquitos, Aitana cerró los ojos y deseó un lugar tranquilo. Entonces, escuchó un suave susurro: "Tu jardín espera."



Abrió los ojos y no estaba en su cuarto. Estaba de pie en su Jardín Interior. Era un lugar mágico, lleno de colores vivos, pero... ¡qué desorden!



Los arbustos de la Ira eran gigantescos, rojos y espinosos, bloqueando el camino. La Tristeza era un sauce tan caído que ahogaba las pequeñas flores de Alegría.



De la sombra de un
Helecho de Miedo, salió
Lúmina. "Hola, Aitana. Soy
la Guardiana de este lugar.
Veo que tus plantas han
crecido sin guía," dijo con
voz suave.



"No puedo con ellas,"
suspiró Aitana. "Quiero
arrancarlas todas." Lúmina
sonrió. "No, pequeña
jardinera. No las
arrancamos. Aprendemos a
cuidarlas. Las emociones
son la vida del jardín."





"Mira el Arbusto de la Ira,"
dijo Lúmina. "Necesita un
poco de poda firme.
Cortamos las puntas
afiladas para que no
pinchen a nadie, pero
dejamos las raíces para que
nos recuerden dónde poner
límites."





Luego fueron al Sauce Llorón de la Tristeza. "Él necesita ser regado, no ignorado. Déjalo que lllore (llorar es regar), pero luego átale una rama al cielo para que no se doble del todo y reciba la luz del sol."





De repente, un viento fuerte y repentino sopló por el jardín. Era un momento de enojo que venía de fuera. Las espigas querían crecer más rápido.



Aitana regresó a su habitación. Sentía el mismo sentimiento, pero ahora sabía qué hacer. No estaba en el caos, sino al mando, cuidando su jardín interno, una planta a la vez, todos los días.

