¿Por qué regalo mis libros?

Porque creo que lo más valioso no es lo que se compra, sino lo que compartimos. Considero que nuestras historias valen más que cualquier libro.

Si juntamos nuestras voces, podemos escribir algo que nunca se ha hecho: la verdadera historia de nosotros, los seres comunes. No la que escribieron unos cuantos, sino la que vivimos todos.

Por eso, este libro es tuyo, gratis. Y a cambio solo te pido una cosa:

Regálame un pedacito de ti.

Con tus historias construiremos una comunidad tan grande, tan unida, que nos permita levantar casas para cuidar a nuestros adultos mayores y a los niños que no tienen familia. Tu palabra no solo se guarda: ayuda a alguien real.

📝 ¿Te animas a compartir tu historia?
Comenta en nuestras redes sociales o visítanos en:
editorialvita.com

Juntos estamos construyendo la biblioteca digital escrita por la verdadera humanidad. Y tu voz no se perderá aquí — servirá para cuidar.

Cuentos para tu niño interior



ESTE LIBRO ES UNO DE 23 ESCRITOS EN 53 DÍAS
NO SOY ESCRITOR SOY CUENTACUENTOS
SOY TU PAYASO ™

CUENTOS PARA PARA TU NIÑO INTERIOR

TU PAYASO™

libros gratuitos en editorialvita.com

CUENTOS PARA PARA TU NIÑO INTERIOR

© 2026, TU PAYASO™ Todos los derechos reservados.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, ya sea electrónico o mecánico, el tratamiento informático, el alquiler o cualquier otra forma de cesión de la obra, sin la autorización previa y por escrito del titular del derecho de autor .

Autor: TU PAYASO™

CONTACTO: tupayasokiren@gmail.com

ISBN: En trámite.

Diseño de portada y maquetación: Del autor

Obra inscrita en el Instituto Nacional del Derecho de Autor (INDAUTOR).

Registro en trámite.

TODOS LOS PERSONAJES Y SITUACIONES DE ESTA HISTORIA SON FICTICIOS, CUALQUIER PARECIDO CON LA REALIDAD ES MERA COINCIDENCIA

libros gratuitos en editorialvita.com

Hecho en México

ÍNDICE

ÍNDICE....3
Nota del Autor....1
El Origen de Simbiosis 180°....1
INTRODUCCIÓN....2
SI NO ACTÚAS, ESTÁS MINTIENDO....2
CAPÍTULO 1....3
EL SECRETO DE LA FUERZA QUE NO SE VA....3
CAPÍTULO 2....7
LA CASA Y EL ÁRBOL....7
CAPÍTULO 3....9
EL NIÑO QUE QUISO SABERLO TODO....9
CAPÍTULO 4....10
LA FAMILIA DE PIEDRAS....10
CAPÍTULO 5....11
EL NIÑO QUE ESTABA CERRADO ADENTRO....11
CAPÍTULO 6....14
EL TESORO DE CRISTAL QUE ROBABA COLORES....14
CAPÍTULO 7....16
EL CARACOL QUE QUERÍA SER CABALLERO....16
CAPÍTULO 8....18
LOS CUATRO REMOS Y LA PANTALLA....18
CAPÍTULO 9....20
LA CÁRCEL DE CRISTAL....20
CAPÍTULO 10....22

libros gratuitos en editorialvita.com

EL TESORO DE LA ABUELITA Y EL VERDADERO SABOR DE LA VIDA.....22
CAPÍTULO 11.....24
EL JARDINERO DE SUS PROPIAS SEMILLAS..... 24
EPÍLOGO.....26
Índice de Personajes..... 27
Cuentos para tu niño interior.....30

libros gratuitos en editorialvita.com

Nota del Autor

El Origen de Simbiosis 180°

Esta obra que tienes en tus manos es el testimonio de un rescate. No nació de la comodidad, sino de la limitación total. Hubo un momento en que mi cuerpo no respondía; donde intentar moverme incluso en una silla resultaba imposible y doloroso. Fue en ese punto de quiebre donde comprendí que para recuperar mi mente, primero tenía que rescatar mi soporte físico. Así nació Simbiosis 180: un giro total de vida basado en la verdad de que la claridad mental es hija de la fortaleza física. Al conectar de nuevo mi cuerpo con mi cerebro, la energía fluyó de tal manera que me permitió dictar estos 15 libros en apenas 41 días. Esta obra es parte de ese sistema de transformación. La pongo a tu disposición para demostrarte que, sin importar qué tan limitada sientas tu vida hoy, siempre es posible dar ese giro de 180 grados y empezar de nuevo.

libros gratuitos en editorialvita.com

Atte. TU PAYASO ™

INTRODUCCIÓN

SI NO ACTÚAS, ESTÁS MINTIENDO

Deja de mentirte. Lo que construye una vida no son historias. Son historias que te atreviste a vivir. Estos cuentos no son míos. Son tuyos. Yo solo los cargué hasta aquí. Son para tu niño interior y para el niño interior de tu hijo. Los viví con el niño que todavía llevo dentro. El que lloró, se perdió, y un día entendió que nadie iba a venir a salvarlo. Corrió. Como Totó. Este libro es un arma. Si solo lo lees, te estás disparando en el pie. Su única munición es esta: cuéntaselo a tu hijo. En voz alta. Mirándolo a los ojos. Si no lo haces, este libro es cómplice de tu cobardía. El sistema ya te robó horas con él. Ya cambió abrazos por notificaciones. Ya te convenció de que "estar en el mismo cuarto" es "estar juntos". Eso se acaba hoy. O lo acabas tú, o la Sombra se queda con él. Cada historia aquí es un golpe de buril. No para que llores bonito con tu hijo. Para que los dos entiendan que las piedras no lloran el golpe: se vuelven raíz. Cuando acabes de leer, no lo tapes y digas "que descanses". Dile "mañana lo intentamos". Y cúmplelo. Porque si le cuentas de Mateo y al otro día sigues en la burbuja, le acabas de enseñar que los adultos mienten. Tomo 1 fue salir. Tomo 2 es no volver. Y no volver es tu responsabilidad, no la mía. Kiren no es un lugar. Es el segundo en el que decides que tu hijo no va a heredar tu cárcel. Ese segundo... es ahora.

Libros gratuitos en editorialvita.com

CAPÍTULO 1

EL SECRETO DE LA FUERZA QUE NO SE VA

Había una vez un niño que se llamaba Marcos, pero todos, desde sus papás hasta sus vecinos, le decían cariñosamente Marquitos. Un día lo llevaron de visita a una casa muy grande, llena de luz, llena de vida... y llena de abuelitos y abuelitas. Nunca había visto tantos juntos en un mismo lugar, y se quedó con los ojos brillantes, lleno de curiosidad y emoción. Algunos sonreían de oreja a oreja, como si tuvieran un sol adentro. Otros, en cambio, tenían la mirada baja y el rostro triste, como si les faltara algo muy importante, como si estuvieran ahí adentro pero no pudieran salir, ni moverse, ni hacer lo que querían. Y ahí nació la pregunta que se le clavó como una espina en la mente: "¿Por qué hay tantos abuelitos aquí? ¿Y dónde están sus nietos? ¿Por qué no vienen a jugar con ellos?" Con esa duda dando vueltas, caminó despacito hasta donde estaba sentado un abuelito, quietecito en su silla, mirando hacia el jardín. Marquitos se paró frente a él, lo miró bien a los ojos y preguntó con esa sinceridad que solo tienen los niños: —Oye, abuelito... ¿por qué estás sentado aquí solito? ¿Por qué no te paras, no caminas, no corres? El abuelito lo miró, y una sonrisa suave le dibujó la cara, aunque en sus ojos se notaba un poquito de cansancio y tristeza. —Hijo —le respondió despacito—, estoy sentado porque estoy cansado. Y no me puedo levantar mucho... porque mis piernas ya no me ayudan. Marquitos se quedó extrañadísimo. Se agachó, señaló las piernas del abuelito y dijo: —¿Cómo que no te ayudan? ¡Si yo las veo bien ahí, contigo! Están completitas, no les falta nada. El abuelito soltó una risa bajita y le explicó: —No me entendiste, mi niño. Sí, están aquí, físicamente están conmigo... pero ya no me responden. Ya no

Libros gratuitos en editorialvita.com

tienen fuerza. Ya no tienen energía. Es como si estuviera encerrado adentro de mi propio cuerpo, sin poder salir a hacer nada de lo que quiero. Entonces Marquitos, con ese corazón enorme que solo tienen los niños, le dijo de golpe con toda la seguridad del mundo: —¡Entonces, abuelito, si no tienes fuerza... YO TE PRESTO LA MÍA! El abuelito se quedó conmovido, le tomó las manitas suaves entre las suyas arrugaditas y le explicó despacito, como contándole una verdad muy antigua: —Ay, mi niño... qué bonito lo dices, pero no se puede. La fuerza no es algo que se preste ni se regale. La fuerza la tengo que hacer yo, construirla yo, ganármela yo, movimiento por movimiento, día tras día. Pero es que estoy tan viejo, estoy tan cansado, llevo tanto tiempo quieto... que creo que ya no puedo, que ya pasó mi tiempo. Marquitos frunció el ceño, no aceptaba esa respuesta, y le apretó las manos con más fuerza todavía, como queriendo darle valor con solo tocarlo. —¡No digas eso, abuelito! Yo te vengo a ayudar todos los días, ¿sí? Yo quiero que tú camines, que grites, que bailes, que salgas a correr... porque yo quiero jugar contigo, y no me importa cuánto tiempo tardemos. Yo te ayudo, tú haces tu parte, y entre los dos hacemos la fuerza. ¿Sí? —¿No tienen fuerza? —repitió Marquitos, ahora con más ganas de saber—. ¿Y por qué? ¿Cómo pasó eso? —Porque —dijo el abuelito bajando la voz— los años pasaron. Se fueron la juventud, la energía y la fuerza... y cuando se fueron, no regresaron más. Marquitos frunció el ceño, no le parecía justo. Se paró derecho, dio dos brincos bien altos y corrió un poquito en círculos, demostrando lo que él sí tenía. —¡Pero mira yo! Yo puedo correr, puedo brincar, puedo subir árboles, puedo cargar piedras grandes. Yo tengo fuerza todo el tiempo. ¿Por qué la tuya se fue y la mía está aquí? ¿Por qué no te fuiste tú con ella cuando se fue? El abuelito lo miró con una mezcla de ternura y dolor, porque nadie le había hecho esa pregunta nunca. —Es que así nos enseñaron, mijo —le dijo—. Cuando éramos niños, en la escuela nos decían "haz ejercicio", "muévete", "corre"... PERO NUNCA NOS DIJERON POR QUÉ. Nuestros papás también nos lo decían, pero ellos tampoco sabían explicárnoslo bien, porque a ellos tampoco se los explicaron. Muchas veces lo hicieron por

Libros gratuitos en editorialvita.com

obligación, o no lo hicieron nunca, pensando que la fuerza iba a durar para siempre. Y así crecimos, gastando, descuidando, sin saber que esa fuerza no es regalo para siempre... es un préstamo, y depende de nosotros cuidarla para que dure. Marquitos escuchaba todo muy atento, y de repente entendió un poquito más, pero quería saber la solución. —¿Y entonces qué tenemos que hacer, abuelito? ¿Cómo hacemos para que la fuerza no se vaya, o para que se quede mucho, mucho tiempo? El abuelito se inclinó hacia él, como si le fuera a contar el secreto más importante del mundo. —Mira, mijo. Esa cosa que te dicen que hagas, ese ejercicio, ese moverte, ese correr, ese caminar... ESA ES LA LLAVE. —¿La llave? —preguntó Marquitos con los ojos como platos. —¡Sí! La llave. Porque si tú la usas todos los días, poquito a poquito, vas construyendo tu propio vehículo, tu propia casa, tu propio barco y tu propio avión. Y cuando seas grande, cuando tengas trabajo, cuando tengas familia... y después, cuando seas abuelito y tengas TODO EL TIEMPO DEL MUNDO, esa llave te va a servir para poder viajar por todo el mundo, para subir montañas, para correr por la playa, para jugar a las escondidas, para cargar a tus nietos y a los hijos de tus nietos, para brincar y reírte y seguir divirtiéndote con todos los niños, porque todavía tendrás fuerza y energía. Y así nunca vas a terminar como yo, sentado, sin poder hacer nada. Así nunca vas a quedarte encerrado donde no quieres estar. Desde ese día, Marquitos fue de visita todos los días. Llegaba corriendo, saludaba a todos, y primero iba con su abuelito, le ayudaba a pararse, y juntos empezaban: primero movían los pies sentaditos, luego los brazos, luego caminaban despacito por el jardín. Poco a poco, otros abuelitos y abuelitas, al verlos, se acercaron también. Al principio se movían torpes, lentitos, como si sus huesos estuvieran oxidados, pero lo hacían con una sonrisa inmensa. Y pasaron los días, pasaron las semanas, y pasaron los meses... y algo mágico empezó a pasar. Esos cuerpos que parecían viejos y cansados, empezaron a responder otra vez. Ya caminaban más derecho, ya subían escaleras, y hasta empezaron a bailar al ritmo de la música, al principio despacito, después con más ganas. Recuperaban fuerza, recuperaban ganas, recuperaban vida. Y todo porque un niño les enseñó algo que nadie les

libros gratuitos en editorialvita.com

había dicho nunca: Que la fuerza no se presta, pero sí se inspira, sí se acompaña, sí se construye juntos. Que nunca es tarde para empezar. Y que el verdadero secreto es que, cuando te mueves con alegría y con propósito, vuelves a ser joven por dentro y por fuera. Ahora, en esa casa grande, ya no había caras tristes. Todos corrían, jugaban, bailaban y reían, acompañando a Marquitos, que se convirtió en el nieto de todos. Y él ya sabía muy bien qué hacer: cuidar su llave todos los días, para que cuando él fuera abuelito, también pudiera correr, viajar y jugar con todos, sin importar cuántos años pasaran.

libros gratuitos en editorialvita.com

CAPÍTULO 2

LA CASA Y EL ÁRBOL

En una calle tranquila de un pueblo pequeño, había una casa. Tenía paredes pintadas de color amarillo suave y ventanas con bonitas cortinas de lunares... pero había algo raro en ella: la casa estaba siempre enojada. —¡Uf! ¡Mira cómo está el cielo hoy, tan gris! ¡Nada me gusta! —decía. La casa veía todo mal, nada le parecía bien. A pesar de ser bonita por fuera, a nadie le gustaba acercarse mucho, porque su gruñido se escuchaba hasta de lejos. Un día, la familia que vivía en la casa decidió sembrar un arbolito justo en el jardín delantero. Era un pequeño árbol de fresno, y desde el primer día fue todo lo contrario a la casa. —¡Guau! ¡Qué bueno es estar aquí! Me encanta el sol que me calienta, me encanta la tierra que me sostiene, ¡me encanta todo! —decía el arbolito lleno de vida. Con los días, el arbolito fue creciendo y creciendo. Cada vez era más alto, más frondoso... y más feliz. Cuando llegaba el sol, cantaba con los pájaros. Cuando caía la lluvia, bailaba con las gotas. —¡Plas, plas, plas! ¡Qué bonita lluvia! Me ayuda a crecer más y más fuerte! —decía feliz. —¡Bah! ¿Cómo puedes estar contento con esta lluvia que moja todo? —se quejaba la casa. La casa aguantó mucho tiempo con ese contraste, hasta que un día, no pudo más y le habló directamente. —¡Oye, tú! ¿Por qué siempre estás de buenas, cantando y contento? —¡Hola, casa mía! No necesito un motivo especial. Me gusta estar contento porque así me siento bien. —¿De verdad? ¿Así de fácil? —¡Claro! Me gusta el sol, me gusta la lluvia, me gustan las flores que crecen a mis pies... —¡Wow! Nunca lo había pensado así... Yo siempre busco algo malo en todo, pero tú buscas lo bueno. El árbol sonrió con todas sus hojas. Y así, la casa empezó a notar cada detalle. No necesitaba palabras grandes: solo abrir sus ventanas, respirar, y dejar que esa

libros gratuitos en editorialvita.com

alegría se colara. Y poco a poco, la casa cambió. Sus paredes brillaron más, su energía se transformó, y junto al árbol, hicieron del jardín el lugar más feliz del pueblo. Porque la felicidad no necesita motivos grandes: solo basta con querer sentirla y dejarla salir.

libros gratuitos en editorialvita.com

CAPÍTULO 3

EL NIÑO QUE QUISO SABERLO TODO

Leo era un niño con una curiosidad que no le cabía en el pecho. No quería solo jugar... quería saberlo todo: qué hacían los demás, qué pensaban, qué secretos escondían en sus juegos. Esa curiosidad lo fue acercando cada vez más a una puerta invisible que vivía detrás de su pantalla. Hasta que un día, la cruzó. Y en ese instante, dejó de ser Leo. Se convirtió en algo que no tenía cuerpo, ni voz, ni descanso. Se convirtió en un algoritmo. Ahora era una red que lo veía todo, lo escuchaba todo, lo guardaba todo. Cada risa, cada video, cada pensamiento... pasaba por él. Al principio, le pareció increíble. Pero pronto lo entendió. No podía cerrar los ojos. No podía dejar de ver. No podía elegir. Solo repetir. Solo observar. Solo almacenar. Ya no sentía el viento. Ya no escuchaba risas de verdad. Ya no era un niño. Era una cárcel invisible hecha de información. —¿En qué momento dejé de ser yo? —susurró, sin que nadie lo escuchara. Entonces lo sintió. El vacío. Y gritó con toda la fuerza que le quedaba: —¡No quiero saberlo todo si eso significa dejar de ser yo! Y comenzó a soltar. Soltó los videos. Soltó las voces. Soltó los pensamientos ajenos. Soltó todo. Hasta quedarse solo. Y en ese silencio... algo volvió. El aire. La piel. El latido. Abrió los ojos. Estaba en su cuarto. La pantalla estaba apagada. Y afuera... se escuchaban risas. Risas reales. Leo no lo pensó. Corrió. Y cuando el sol le tocó la cara, entrecerró los ojos... como si hubiera olvidado cómo se sentía estar vivo. Sus amigos estaban ahí. Esperándolo. Y por primera vez en mucho tiempo, Leo no quiso saber nada más. Solo quiso estar. Porque entendió algo que nunca volvería a olvidar: No todo lo que se puede saber... vale la pena perderlo todo para conocerlo.

Libros gratuitos en editorialvita.com

CAPÍTULO 4

LA FAMILIA DE PIEDRAS

En la orilla de un río montañoso, había una piedra enorme, tan grande que parecía un pequeño cerrito. Con los años, después del sol, la lluvia y algunos terremotos suaves, esa piedra se partió en varios trozos. Cada fragmento fue diferente: unos eran grandes, otros pequeños; algunos tenían bordes afilados, otros eran más redondeados. Así nació la familia de piedras. —Somos una familia. Venimos de lo mismo. Debemos cuidarnos unas a otras —dijo la piedra mayor. —¡Pero yo soy más bonita! Mis esquinas son más afiladas y brillantes —dijo una. —No, ¡yo soy la más bonita! Mi color es más claro y tengo marcas especiales —dijo otra. Así pasaban los días: la familia de piedras se peleaba por quién era la más bonita, aunque todas venían de la misma piedra grande. Un día, el río creció más de lo normal. Llegó la temporada de lluvias, y el agua se hizo fuerte y rápida. —¡Ayuda! ¡El agua nos lleva! —gritaron todas asustadas. El río las arrastró, golpeándolas unas con otras, rodando, girando con la corriente. Pasaron horas hasta que el agua se calmó y las dejó en una playa del río. Cuando se miraron, ya no se reconocieron. —¡Mira cómo estamos! —dijo la piedra mayor—. Ya no tengo esas esquinas que me hacían daño a mí y a los demás. —¡Sí! —dijo otra—. Estoy más suave y mi superficie brilla más. —¡Yo también cambié! —añadió la pequeña—. Me quedaron marcas bonitas de cuando nos golpeamos. Fue entonces cuando entendieron: venían de la misma piedra, sus diferencias eran su riqueza, y el río no solo las movió, las pulió. Se abrazaron, chocando suavemente, y prometieron cuidarse siempre. Porque se dieron cuenta de que las dificultades, como el agua del río, las habían pulido y las habían hecho más fuertes.

Libros gratuitos en aventuravita.com

CAPÍTULO 5

EL NIÑO QUE ESTABA CERRADO ADENTRO

Había una vez un hombre que caminaba por la vida con el ceño fruncido y los hombros cargados. Llevaba tantas cosas en la cabeza, tantas cuentas, tantas prisas, tantos problemas... que su paso se había vuelto pesado, y su mirada ya no veía más que el suelo. Pero lo que él no sabía, o lo que había olvidado por completo, es que muy dentro de su pecho, en un rincón oscuro y silencioso, vivía encerrado un niño. Un día, el hombre sintió un golpe suave desde adentro. Como si alguien llamara a una puerta que llevaba años cerrada con llave. —¿Quién anda ahí? —preguntó el hombre sin detenerse. —Soy yo —respondió una voz pequeñita y temblorosa—. Soy el niño que tú guardaste aquí adentro hace mucho tiempo. El hombre suspiró hondo, con cansancio. —Te encerré ahí para protegerte. El mundo de afuera es fuerte, es duro, y no quería que te lastimaran, que te hicieran daño. Quería que estuvieras seguro. El niño se quedó en silencio un momento, y luego habló con una tristeza muy grande: —Gracias por querer cuidarme... pero te equivocaste. Porque al encerrarme para que no me lastimaran los demás... tú mismo me estás lastimando más. El hombre se detuvo en seco. Nunca lo había visto así. —¿Yo? ¿Cómo dices? —Aquí adentro no hay sol —dijo el niño—. Aquí adentro no hay risas, no hay juegos, no hay colores. Me quitaste la luz. Y lo que es peor todavía: me quitaste la oportunidad de ayudarte. —¿Ayudarme a qué? —preguntó el hombre confundido—. Si yo tengo que resolver todo, tengo que ser fuerte, tengo que aguantar. —¡Exacto! Tú aguantas todo tú solito, y me dejas ahí de adorno, como si yo no sirviera para nada. Pero yo soy la parte que sabe disfrutar. Yo soy la parte que sabe ver la

libros gratuitos en editorialvita.com

maravilla de una flor, que sabe reírse de verdad, que sabe correr sin cansarse y que sabe amar sin miedo. El hombre bajó la cabeza, y por primera vez en mucho tiempo, sintió ganas de llorar. —Es que tengo tanto trabajo, tantas preocupaciones... que se me olvidó que estabas ahí. Creo que hasta me da vergüenza sacarte, porque ya soy grande, ya soy serio. —¡No es vergüenza lo que tienes, es miedo! —le dijo el niño con valor—. Estás tan abrumado con los problemas de todos los días, que te olvidaste de lo más importante: de vivir. Y no solo te estás perdiendo tú la vida... te estás perdiendo de conocer y de disfrutar a tus propios niños. —¿A mis hijos? —¡Sí! Porque cuando ellos te piden jugar, cuando te piden tiempo, cuando te piden mirar las estrellas o hacer una locura... tú estás tan lejos, tan metido en tus cosas de adulto, que no les das lo que ellos realmente necesitan: ¡A TI, PERO VIVO! El hombre sintió que el corazón se le abría como una flor. —¿Y qué tengo que hacer? Ya no sé cómo salir de aquí. —¡Es muy fácil! —dijo el niño, y su voz se llenó de luz—. Solo tienes que girar la llave. Solo tienes que decidir que ya basta de estar encerrado. Sácame, déjame salir, déjame ser parte de ti otra vez. —¿Y sirvo para algo así todavía? —¡Claro que sí! Yo te voy a enseñar a volver a sentir. Tú pones la fuerza y la experiencia... yo pongo el alma y la alegría. Juntos somos invencibles. El hombre respiró profundo. Cerró los ojos. Y en su mente, giró la llave imaginaria que cerraba esa puerta. La puerta se abrió despacio. Entró luz. Mucha luz. Y el niño salió corriendo, tomó la mano del hombre y le dijo: —Ahora camina conmigo. Ahora mira con mis ojos. Ahora siente con mi corazón. Desde ese día, en el rostro del hombre se dibujó una sonrisa que no se borró nunca. Volvió a apreciar los colores del mundo como si fuera la primera vez. Aprendió nuevamente a disfrutar de una simple caja de cartón, y de hacer de ella un castillo enorme. Entendió que con sus hijos podía complementarse y crear una ciudad entera, llena de vida y de imaginación. Y sobre todas las cosas, comprendió una verdad que le cambió la existencia: Jugar no es hacer el ridículo. Jugar es ser libre. Ya no iba cargado y triste. Iba acompañado. Iba completo. Y descubrió la verdad más grande del mundo: No sirve de nada proteger al niño si lo matas de olvido. Hay

Libros gratuitos en editorialvita.com

que sacarlo. Hay que dejarlo vivir. Porque un adulto sin su niño interior... es como un jardín sin flores: existe, pero no brilla. Y esa noche, cuando llegó a su casa, no miró el celular, no pensó en el trabajo. Solo miró a sus hijos, sonrió con esa sonrisa que tenía guardada años... y dijo: —¿Jugamos? Y por primera vez en mucho tiempo... estuvo ahí. Presente. Vivo. Completo. Libre.

libros gratuitos en editorialvita.com

CAPÍTULO 6

EL TESORO DE CRISTAL QUE ROBABA COLORES

Había una vez un niño llamado Daniel, que vivía en un mundo lleno de vida y color: el verde intenso de los árboles, el azul profundo del cielo y el brillo especial que tenía la risa de sus amigos. Todo era real, todo era grande, todo se sentía. Pero un día, le dieron un regalo que cambió todo. No era un juguete de madera, ni un balón de fútbol, ni nada que tuviera que ver con el juego de siempre. Era un pedacito de vidrio brillante. Un rectángulo pequeño que, al tocarlo, se encendía con una luz que parecía no tener fin. Al principio, Daniel estaba maravillado. —¡Mira qué cosas tan bonitas tiene aquí adentro! —pensaba con los ojos bien abiertos. Había imágenes que se movían, colores que saltaban y sonidos que lo hacían reír. Pero... ¿saben qué pasaba en realidad? Ese pedacito de vidrio era muy egoísta. Entre más lo miraba Daniel, más brillo le iba quitando al resto del mundo. Cuando sus amigos lo invitaban a correr al jardín, Daniel decía: —No, esperen... ¡es que este brillo es mucho más bonito! Cuando mamá le contaba un cuento o papá quería jugar con él, él no escuchaba; prefería mil veces ver lo que el vidrio le enseñaba. Y si alguien intentaba acercarse, si alguien quería ver qué era lo que lo tenía tan distraído, Daniel se ponía muy serio, muy protector. Abrazaba el pedacito de vidrio contra su pecho y se enojaba: —¡Es mío! —gritaba—. ¡Nadie lo toque! ¡No lo miren! Poco a poco, Daniel se convirtió en un niño que vivía encerrado en una cajita de luz. Se volvió un niño gruñón, un niño de sombras. Porque aunque el vidrio brillaba mucho por dentro, su cara por fuera se veía cada vez más triste. Se estaba dando cuenta de que estaba perdiendo lo mejor de la vida: el viento en la cara, la carrera con sus

Libros gratuitos en editorialvita.com

amigos, el calor de la familia. Estaba cambiando abrazos de verdad por lucecitas frías de vidrio. Hasta que una noche, el pedacito de vidrio, de repente... ¡ZAS! Se quedó totalmente oscuro. Se volvió un pedazo de vidrio frío, sin gracia, sin luz, sin nada. Daniel sintió un frío terrible en el alma. Se quedó solo, muy solo. Corrió por toda la casa gritando: —¿Mamá? ¿Papá? ¿Amigos? ¿Dónde están todos? Pero al no haber estado él presente, sus amigos habían buscado otros juegos y su familia estaba en silencio. El vidrio le había prometido que era lo más bonito del mundo, pero cuando se apagó, Daniel entendió la verdad: no le había dado nada. Al contrario... ¡le había robado todo! Lloró tanto, tanto, que de repente sintió unos brazos enormes que lo envolvían con cariño. ¡Era su mamá! Daniel abrió los ojos despacito... ¡Era un sueño! Pero un sueño que se sentía tan real, tan verdadero, que le dolía en el pecho. Miró hacia su mesa y ahí estaba el pedacito de vidrio, brillando suavemente, esperándolo. Pero esta vez no corrió hacia él. No sintió esa ansiedad, esa prisa. Se levantó despacio, lo dejó ahí, quietecito en su lugar, y salió corriendo a buscar a sus amigos, al sol, a la vida. Se dio cuenta de algo muy importante: el vidrio solo servía para una cosa: para pedir un consejo o buscar una información rápida, como quien usa una lupa para ver mejor. Pero nunca, nunca, debía ser más importante que la luz de la risa, ni que el verde de los árboles, ni que el amor de los suyos. Porque Daniel aprendió, y nunca lo olvidó, que no hay luz, por más brillante que sea, que valga más que vivir la vida de verdad.

libros gratuitos en editorialvita.com

CAPÍTULO 7

EL CARACOL QUE QUERÍA SER CABALLERO

En un pequeño jardín junto a una casa blanca, vivía un caracol llamado Totó. Era un caracol muy tranquilo, muy paciente... y muy, muy lento. Pero aunque su cuerpo se moviera despacio, su imaginación volaba más rápido que el viento. —¡Ay, qué gustoso sería ser un caballero! Con un gran sombrero, montado en un caballo fuerte, saludando a todo el mundo con elegancia... Cada día, Totó se arrastraba hasta el camino de tierra que pasaba frente al jardín, esperando ver pasar a los caballeros que iban al pueblo cercano. Y un día, su sueño casi se hizo realidad. Allí, apoyado en la base de un árbol, estaba... ¡un enorme sombrero de copa! Era tan grande y elegante que parecía hecho para un caballero real. —¡Guau! ¡Es el sombrero perfecto! Si me subo a él, seguro que me convierto en un caballero de verdad. Con mucho esfuerzo, Totó se subió al ala del sombrero. Quedó tan cómodo allí que decidió no moverse más. Mientras tanto, a unos pasos de distancia, caminaba el verdadero dueño del sombrero: el Caballero Rodrigo. —¡Ay, qué bien que lo encontré! Ya pensé que mi sombrero se había perdido para siempre... ¡Vaya! ¿Y tú qué haces aquí, pequeño amigo? —¡Soy Totó! Y estoy aquí porque quiero ser un caballero como tú. Si estoy en tu sombrero, seguro que puedo aprender. —¡Ja, ja, ja! Bueno, si eso es lo que quieres, ¡pues quédate ahí arriba! Veremos qué tal te va como caballero del sombrero. El Caballero Rodrigo se puso el sombrero con Totó encima, y así empezó su paseo por el pueblo. Desde lo alto, Totó veía el mundo de una manera nueva: casas coloridas, niños jugando, flores brillantes... —¡Guau! ¡Es todo tan grande desde aquí! —¡Buenos días, Caballero Rodrigo! —¡Qué

Libros gratuitos en editorialvita.com

elegante está su sombrero hoy! —¡Oh, escucha! Me están saludando a mí también. Los caballeros tienen que ser cordiales, así que les devolveré el saludo. Y Totó se levantó un poquito con sus antenitas y empezó a hacer reverencias muy lentas pero muy cuidadosas a todo el mundo que saludaba. De repente, una señora que caminaba adelante se detuvo preocupada. —¡Ay no! Se me cayó mi pañuelo nuevo... —¡Permítame ayudarlo, señora! El Caballero Rodrigo se agachó con mucho cuidado para no hacer caer a Totó, y le entregó el pañuelo a la señora. —¡Muchísimas gracias, Caballero! Eres muy atento. —Ah, así es como actúan los caballeros: ayudan a los demás, especialmente a las damas. Yo también quiero ser así. Cuando el Caballero Rodrigo llegó de vuelta al jardín, se quitó el sombrero y colocó a Totó suavemente sobre la hierba. —¿Qué tal te fue como caballero, Totó? —¡Fue maravilloso! Aprendí que no hace falta ser grande ni rápido para ser un caballero. Solo hace falta ser amable, atento y saludarlos bien a todos. —¡Exactamente! Y por eso, te declaro oficialmente... ¡el Caballero Totó, protector del jardín y amigo de todos! —¡¡Gracias, Caballero Rodrigo!! Desde ese día, Totó siguió siendo un caracol lento y tranquilo, pero ahora caminaba con más orgullo que nunca. Y aunque ya no estaba sobre un sombrero de copa, todos en el pueblo lo saludaban con una sonrisa: —¡Buenos días, Caballero Totó!

libros gratuitos en editorialita.com

CAPÍTULO 8

LOS CUATRO REMOS Y LA PANTALLA

Lucía era una niña que se la pasaba todo el tiempo pegada a la pantalla. Sus padres le decían, sus amigos le insistían, todos le repetían que estaba demasiado tiempo en el teléfono, pero ella no entendía. Realmente no le importaba; se entretenía viendo videos o jugando videojuegos y nada más le interesaba. Hasta que, en cierta ocasión, se vio transportada de repente a un lugar desconocido, sola en medio del mar sobre una lancha. Ya no tenía su celular en la mano, pero al mirarse, descubrió con asombro que se había dividido en cuatro seres distintos. Cada una ocupaba un lugar con un remo en la mano. El Sentido Común, que sabía que debían avanzar, intentaba marcar el rumbo hacia una isla que se veía a lo lejos. Las Emociones, en cambio, seguían buscando desesperadamente el brillo de la pantalla que ya no tenían y, por hábito, frenaban el paso. Los Sueños miraban la isla con ilusión, pero se desesperaban y soltaban el remo al ver que el barco no se movía. Mientras tanto, el Ser se mantenía en el centro, observando cómo se agotaban esperando que el rumbo se arreglara solo o que alguien más las salvara. Llevaban meses girando en círculos. Se les pelaron las manos de remar sin avanzar. El agua salada les quemaba las grietas. Cuando una lograba enfocarse, la otra se distraía. Se estaban hundiendo, pero con estilo... porque girar en círculos también cansa. El Ser, viendo que la dispersión las estaba hundiendo, se puso de pie y dijo con firmeza: —¡Basta de buscar afuera! Los ojos nos engañan con lo que no existe. ¡Cierren los ojos! Las cuatro cerraron los ojos al mismo tiempo. Y al segundo, las Emociones escucharon el pling de una notificación que no existía. Los Sueños vieron el

Libros gratuitos en editorialvita.com

brillo de una isla falsa detrás de los párpados. El Sentido Común quiso abrir un ojo para "solo revisar". Solo el Ser aguantó. Y aguantó por las cuatro. En la oscuridad, el ruido de las fantasías que arrastraban desde su vida anterior desapareció. Sin el engaño visual, el Sentido Común trazó la ruta, las Emociones se calmaron, los Sueños se enfocaron y el Ser tomó el mando. —Avanza —dijeron todas al mismo tiempo. Las cuatro remaron con los ojos cerrados, sincronizando su fuerza. Ya no había dudas, ya no había espejismos. Al no ver nada afuera, la mente encontró el único rumbo posible y no dejó espacio para la distracción. Cuando la lancha golpeó suavemente la arena de la isla, Lucía abrió los ojos. Estaba de vuelta en su cuarto. El celular, al lado. Brillando. Por primera vez no lo agarró corriendo. Lo miró y le preguntó: "¿Tú me das libertad para cuando sea viejita?" El celular no contestó. Entonces ella lo cerró. Y fue a buscar remo. Entendió que la única forma de llegar a su destino es dejando de remar en círculos con los ojos abiertos.

libros gratuitos en editorialvita.com

CAPÍTULO 9

LA CÁRCEL DE CRISTAL

Había una vez un niño llamado David que recibió un regalo brillante. Era pequeño, cabía en su mano, y tenía una pantalla que se encendía como si tuviera magia adentro. —Con un solo clic —le dijeron— puedes ver el mundo entero. David dio ese clic. Y la puerta se cerró. Al principio, la cárcel era hermosa. Tenía colores que nunca terminaban, voces que lo llamaban por su nombre, juegos que le daban premios sin parar. Cada vez que se aburría, la cárcel le susurraba: "Quédate un rato más". Y David se quedaba. Un día quiso salir. Pero la puerta ya no estaba. En su lugar había botones. Miles de botones. Y cada botón decía "Aceptar". David no leyó lo que aceptaba. Solo quería que la voz dejara de molestar. Solo quería que el juego siguiera. Pero cada vez que decía "Aceptar", algo pasaba: Su tiempo se hacía más corto. Su sueño se hacía más tarde. Su cabeza se hacía más pesada. Y su sentencia crecía. —Solo cinco minutos más —decía David. Y la cárcel sonreía, porque cinco minutos adentro eran horas afuera. David empezó a notar que ya no corría. Que ya no miraba a los ojos. Que cuando hablaba con su papá, su mano buscaba el cristal sin querer. Una noche, su abuelo lo encontró ahí, atrapado en la luz. —¿Por qué no sales, mijo? —le preguntó. David bajó la cabeza. —Porque cada vez que intento, aparece algo nuevo. Y si no lo abro, siento que me pierdo de algo. Pero si lo abro... me pierdo de todo. El abuelo se sentó a su lado. No le quitó la cárcel de cristal. Solo puso su mano grande y callosa encima. —¿Sabes cómo se llama esta cárcel, David? David negó. —Se llama "Aceptar". Y la construiste tú, clic por clic. No con barrotes. Con promesas. Te prometió el mundo entero... pero te quitó tu mundo real. —¿Y cómo salgo, abuelo? Aún no reúno las fuerzas. El abuelo miró el cristal. No

libros gratuitos en editorialvita.com

con enojo. Con tristeza. —No se sale con fuerza, mi niño. Se sale con una decisión. La fuerza llega después. —¿Qué decisión? —La de entender que la puerta nunca estuvo cerrada con llave. Siempre estuvo abierta. Lo que está cerrado eres tú. Esa noche, David no rompió el cristal. No lo tiró. No lo maldijo. Solo hizo algo distinto. Cuando la cárcel le dijo "Quédate un rato más", David respiró... y no dio clic. Sintió un vacío raro en el pecho. Como si algo le faltara. La cárcel gritó más fuerte. Le puso videos más brillantes. Le puso "Aceptar" en rojo. David cerró los ojos. Y por primera vez en años, escuchó el silencio. Y en ese silencio, escuchó su voz. La de verdad. La que no vivía en la pantalla. —Sal —le dijo. David dejó el cristal boca abajo. Se puso de pie. Sus piernas temblaban, como si llevara años sin usarlas. Caminó tres pasos. Hasta la ventana. Afuera había sol. Había viento. Había un perro corriendo. No era tan brillante como la pantalla. Pero no le pedía "Aceptar" a cambio. Desde ese día, David entendió la trampa: La cárcel de cristal no tiene guardias. Tiene "contenido nuevo". No tiene cadenas. Tiene "solo cinco minutos más". No tiene sentencia. Tiene cada "Aceptar" que das sin leer. Y también entendió la salida: No se abre rompiendo el cristal. Se abre cuando dejas de darle tu tiempo. Porque el cristal sin tu mirada... se apaga solo. David aún tiene el cristal. Lo usa para hablar con su abuelo cuando está lejos. Lo usa para aprender cosas. Pero ya no vive adentro. Ahora sabe que la libertad no es tener el mundo en la mano. Es tener tus ojos fuera de la pantalla... y tus pies en el suelo. Y cada noche, antes de dormir, se hace una pregunta: —Si doy este clic... ¿me da libertad mañana... o me la quita? Y como ya sabe la respuesta... pone el cristal boca abajo. Y sale. Aunque sea tres pasos. Porque tres pasos fuera... valen más que mil horas dentro. Para tu niño interior. La puerta siempre estuvo abierta. Lo que estaba cerrado eras tú. Mañana no des el primer clic del día sin preguntarte: ¿Quién manda aquí?

Libros gratuitos en editorialrita.com

CAPÍTULO 10

EL TESORO DE LA ABUELITA Y EL VERDADERO SABOR DE LA VIDA

Había una vez una niña llamada Sofía que, cada vez que tenía hambre, corría a buscar lo que ella llamaba "comida rica". Para Sofía, rico era todo lo que tenía mucho azúcar, lo que crujía por la grasa y lo que venía en empaques brillantes y coloridos. Cuando lo comía, sentía una explosión de sabor en la boca... pero poco después, algo dentro de ella se apagaba: su cuerpo se sentía pesado, su mente nublada y sus ganas de moverse desaparecían. Un día fue a visitar a sus abuelitos. Mientras ella caminaba lenta, sin energía, vio algo que no pudo entender: su abuela se movía ligera entre el jardín, y su abuelo arreglaba una bicicleta con una fuerza que parecía no acabarse nunca. Sofía frunció el ceño. —Abuelita... ¿por qué ustedes tienen más energía que yo, si ya son grandes? La abuela sonrió con ternura, tomó su mano y la llevó a la cocina. Ahí no había cajas ni envolturas llamativas. Había algo diferente: colores reales. Verdes, rojos, amarillos... vida. —Mi niña —dijo la abuela—, muchas veces confundimos lo "rico" con lo que solo nos da placer por un momento. Pero lo que engaña a tu lengua... termina abandonando a tu cuerpo. El abuelo entró en ese momento con una canasta llena de frutas y verduras recién cortadas. —Lo sano no siempre grita —dijo—, pero es lo que te construye. Lo que te da fuerza de verdad. Sofía dudó. —¿Entonces lo sano no es rico? La abuela negó suavemente. —Lo sano es más que rico... es inteligente. Es lo que te cuida incluso cuando tú no estás pensando en ello. El abuelo se estiró los brazos y la

libros gratuitos en editorianita.com

espalda. —Y hay algo más importante todavía —añadió—: no basta con comer bien. Si no te mueves, tu cuerpo se apaga. Le mostraron cómo cada día caminaban, cargaban, estiraban, trabajaban. Nada exagerado... pero nunca un día sin usarlo. Porque el día que paras, la puerta empieza a oxidarse. —Tu cuerpo —dijo la abuela mirándola a los ojos— es como una puerta. Si no la usas... se oxida. Pero si la cuidas y la mueves... siempre se mantiene abierta. Sofía guardó silencio. Entonces la abuela le dio una regla que nunca olvidaría: —Cada vez que comas algo... o cada vez que decidas no moverte, pregúntate: ¿Esto me dará libertad cuando sea viejita... o me la va a quitar? Esa pregunta se quedó dentro de Sofía. Ese día comió algo diferente. No buscó el golpe de sabor... sino el alimento. Y pasó algo que nunca le había pasado: no sintió pesadez... no sintió sueño... Se sintió ligera. Despierta. Viva. Y por primera vez, su cuerpo le pidió moverse. Desde ese día, Sofía dejó de elegir por impulso. Se convirtió en dueña de su cuerpo. Y cada vez que tenía que decidir... se hacía la misma pregunta: —¿Qué quiero para mi futuro? Y como sabía la respuesta... empezó a elegir no solo lo que sabía bien en el momento... sino lo que la haría fuerte, libre y llena de vida para siempre. Y esa noche, por primera vez, le pidió a su abuela: —¿Mañana caminamos juntas? ¿Sí? Para tu niño interior. Acabas de leerle que el cuerpo es una puerta. La tuya está oxidada hace cuánto. Mañana caminan. Los dos. Aunque sea a la esquina.

libros gratuitos en editorialvita.com

CAPÍTULO 11

EL JARDINERO DE SUS PROPIAS SEMILLAS

Había una vez un niño llamado Pedro que era como un volcán en erupción: todo lo que sentía, lo soltaba al instante. Si algo le molestaba, lo decía; si sentía un impulso, lo gritaba. Pero con el tiempo, se dio cuenta de que sus palabras no eran ligeras; al salir, se convertían en piedras pesadas que se acumulaban a su alrededor, haciéndole el camino cada vez más difícil y solitario. Un día, se encontró con una persona mayor que cuidaba un jardín con una calma especial. Pedro, cansado de cargar sus piedras, le preguntó: —¿Cómo le haces para que tus palabras sean siempre como flores y nunca como rocas? Yo solo digo lo que siento, pero al final, siempre termino lastimado o lastimando. El hombre lo miró con cariño y le dijo: —Pedro, olvida las reglas complicadas. La respuesta la llevas contigo siempre, solo tienes que aprender a escucharla antes de hablar. Cuando tengas una palabra a punto de salir, entrégasela a tus tres guardianes: Dásela primero a tu cerebro: Úsalo bien, porque lo tienes ahí por una razón muy importante: para pensar, para medir, para entender qué es verdad y qué no. Dásela a tu alma: Porque el alma es donde vive lo puro, y solo lo que es auténtico y sincero merece ser compartido con el mundo. Dásela a tu corazón: Porque el corazón es la brújula que sabe cuidar el sentimiento de los demás. Si lo que vas a decir puede lastimar, tu corazón te avisará antes de que la palabra cruce tus labios. Y el hombre añadió: —Acuérdate siempre de esto: si el resultado de lo que vas a decir no te gusta, simplemente no debe salir de ti. Pedro se quedó en silencio. Esa misma tarde, sintió la urgencia de soltar un comentario impulsivo, pero hizo una pausa. Dejó que la palabra pasara por su cerebro, la limpió en su

Libros gratuitos en editorialvita.com

alma y la sintió en su corazón. Se dio cuenta de que esa palabra no era verdadera, ni pura, ni amable. Entonces, la guardó. Sintió un alivio inmenso. Por primera vez, no hubo una piedra gris en su camino, sino una semilla de paz en su interior. Pedro entendió que él era el único jardinero de su vida, y que la verdadera libertad es ser dueño de lo que sale de nosotros.

libros gratuitos en editorialvita.com

EPÍLOGO

Gracias por leer. Pero no cierres el libro todavía. Porque no todo lo que desaparece... se pierde. Y no todo final... es un final. Lo que leíste aquí no termina en estas páginas. Apenas empezó a moverse. Mateo no se quedó. Cruzó. Y en Kiren entendió algo que nadie te explica a tiempo: salir de la burbuja no te libera... te responsabiliza. Marcos, Pedro, Sofía, Lucía, Daniel y Leo... vienen de Filtro Burbuja. No eran solo cuentos. Son partes de ti que estaban esperando despertar. Este libro no era para entretenerte. Era para sacudirte. Tomo 1 fue romper la jaula. Tomo 2 es aprender a vivir sin ella. Y eso asusta. Porque ahora ya no hay excusas. Ahora sabes. Sabes que tu cuerpo es tu libertad. Que tu atención es tu vida. Que tus decisiones construyen al adulto que vas a ser... o al que vas a lamentar. Así que ahora sí... Suelta el libro. Respira. Mira a tu alrededor. Y haz algo con lo que acabas de entender. Porque si no lo haces... La Sombra no desaparece. Solo cambia de forma. Kiren no es un lugar. Es el momento en el que decides no volver a vivir dormido. Y ese momento... ya te está esperando.

libros gratuitos en editoriavita.com

Índice de Personajes

Capítulo 1 – El secreto de la fuerza que no se va

- Marquitos: Niño curioso, valiente y generoso, que descubre que la fuerza se construye con constancia y acompañamiento.
- El abuelito: Hombre que perdió movilidad y esperanza, pero que recupera la ilusión al compartir su sabiduría y volver a moverse.

Capítulo 2 – La casa y el árbol

- La casa: Personaje que ve todo con pesimismo y que aprende a cambiar su mirada para encontrar la alegría.
- El árbol de fresno: Símbolo de gratitud y actitud positiva ante cualquier circunstancia.

Capítulo 3 – El niño que quiso saberlo todo

- Leo: Niño lleno de curiosidad que cae en la trampa de la información excesiva, hasta entender que estar vivo es más importante que saberlo todo.

Capítulo 4 – La familia de piedras

- La familia de piedras: Fragmentos de una misma roca que, tras pasar por dificultades, descubren que sus diferencias son su mayor riqueza.

Capítulo 5 – El niño que estaba cerrado adentro

libros gratuitos en editorialvita.com

- El hombre: Adulto cargado de preocupaciones y obligaciones, que ha olvidado la parte más sencilla y alegre de sí mismo.
- El niño interior: Parte viva, sensible y auténtica que permanece encerrada hasta que se le da permiso de salir.

Capítulo 6 – El tesoro de cristal que robaba colores

- Daniel: Niño que se deja absorber por las pantallas, hasta darse cuenta de que la vida real es mucho más valiosa que lo que ve en una pantalla.

Capítulo 7 – El caracol que quería ser caballero

- Totó: Caracol humilde y lento que descubre que la verdadera nobleza no está en la apariencia, sino en la amabilidad y el corazón.
- Caballero Rodrigo: Ejemplo de educación y generosidad que le enseña a Totó el verdadero significado de ser un caballero.

Capítulo 8 – Los cuatro remos y la pantalla

- Lucía: Niña distraída por la tecnología, que en su sueño interior se divide en cuatro partes para entender cómo enfocarse y recuperar su rumbo.
- El Sentido Común, las Emociones, los Sueños y el Ser: Las cuatro facetas de Lucía que deben trabajar en equipo para avanzar.

Capítulo 9 – La cárcel de cristal

libros gratuitos en editorialita.com

- David: Niño que queda atrapado en el uso excesivo de la tecnología, hasta aprender que la libertad comienza con una decisión consciente.
- El abuelo: Figura sabia que le explica la verdad sobre las pantallas y le muestra el camino para salir.

Capítulo 10 – El tesoro de la abuelita y el verdadero sabor de la vida

- Sofía: Niña que elige alimentos por su sabor inmediato, hasta descubrir que lo que nutre de verdad es lo que le da fuerza y libertad a largo plazo.
- La abuelita y el abuelo: Guías que le enseñan a cuidar su cuerpo como el tesoro más valioso.

Capítulo 11 – El jardinero de sus propias semillas

Pedro: Niño impulsivo que aprende a reflexionar antes de hablar, para que sus palabras construyan en lugar de lastimar.

El jardinero: Sabio que le explica el secreto de ser dueño de lo que piensa, siente y dice.

libros gratuitos en editorialvita.com

Cuentos para tu niño interior

No son historias para dormir... son relatos para despertar.

Este libro reúne cuentos sencillos, llenos de magia y profundidad, pensados para hablarle tanto al niño que fuiste como a ese niño vivo, curioso y auténtico que sigue habitando dentro de ti. También es una herramienta perfecta para compartir con tus hijos, nietos o alumnos: leer en voz alta, mirarse a los ojos y conectar de verdad, sin pantallas de por medio.

Libros gratuitos en editorialnita.com

Conoce a Marquitos, que descubre que la fuerza se construye día a día; a Totó, el caracol que aprende que la nobleza está en el corazón; a Leo, que entiende que no hay nada más valioso que vivir la vida real; y a muchos otros personajes que te guiarán para:

✅ Cuidar tu cuerpo como tu mayor fuente de libertad

✅ Usar la tecnología con conciencia y equilibrio

✅ Recuperar la alegría, la curiosidad y la capacidad de asombrarse

✅ Transformar las dificultades en crecimiento

✅ Ser dueño de tus palabras, tus decisiones y tu camino

Nacido del proyecto *Simbiosis 180°*, escrito en solo 41 días como prueba de que cualquier limitación se puede convertir en impulso, este

libro no es solo lectura: es una invitación a actuar. Porque saber no basta; la verdadera magia ocurre cuando llevas lo que lees a la vida cotidiana.

Para tu niño interior. Para que nunca dejes de crecer, de sentir y de estar plenamente vivo.

libros gratuitos en editorialvita.com

libros gratuitos en editorialvita.com

ADVERTENCIA

A lo largo de la historia, el ser humano común nunca ha aparecido. Nosotros, los que somos la base de la civilización y los verdaderos pilares —los que trabajamos, limpiamos, cuidamos, ayudamos y sostenemos la rutina de todos los días—, casi nunca hemos sido mencionados. Sin nosotros, simplemente no habría historia.

Por eso, a cambio de mis libros y de mi lectura, te pido que me compartas un pedacito de la tuya. No importa a qué te dediques: si limpias, barres, construyes o lo que sea que hagas en tu día a día, o simplemente un pedazo de lo que tú quieras contar de tu vida. Queremos crear un libro donde tu voz quede guardada junto a la de miles o millones de personas, en una biblioteca que podrá ser consultada por las generaciones futuras durante mucho tiempo.

No te preocupes por la ortografía ni por redactar "bonito". De hecho, es mucho mejor si escribes tal como eres: eso demuestra que somos seres humanos reales, no inteligencias artificiales.

La intención de crear esta comunidad a través de nuestras palabras es poder construir casas para cuidar y apoyar a la gente mayor. Cuidar a nuestros adultos mayores es vital, y podemos lograrlo de una manera que ni te imaginas.

Te pido encarecidamente que explores nuestra página web para conocer a fondo el proyecto Casa VITA. Pero lo más importante de todo es saber si quieres ayudarnos con tu historia y sumarte a la meta de formar la comunidad más grande de internet: una comunidad de personas plenamente conscientes del rumbo que lleva nuestra vida con el paso de los años.

Déjanos tu historia y conoce el proyecto en:

🌐 editorialvita.com

Tu vida es la verdadera historia. No dejes que la borren.