Un día, conoció a Luna, una gata blanca y sabia, tan silenciosa como el vacío entre las estrellas. Luna tenía ojos de dos colores, uno azul como el cielo despejado, y otro verde como la hierba fresca. Ella se sentó a su lado y le enseñó a respirar, a sentir el aire como una nave que entra y sale de su cuerpo.

"Cada vez que te sientas perdido", le dijo Luna con voz melodiosa, "cierra los ojos e imagina un lugar tranquilo". Esteban cerró los ojos y se imaginó flotando en una nube suave, tan ligera como una pluma, rodeado de un silencio cálido y acogedor, sintiendo el universo en calma, y su respiración lo guiaba.

Desde entonces, Esteban aprendió a equilibrar su universo interior con el exterior, como un bailarín en la cuerda floja. Cuando el mundo real se volvía demasiado ruidoso, cerraba los ojos y viajaba a su nube, donde todo era paz. Y poco a poco aprendió que la calma se expandía.

El Universo de Esteban

Así, Esteban descubrió que dentro de él había un universo entero, tan vasto y maravilloso como el que veía en sus libros. Y que, con la ayuda de su amiga Luna, podía navegar por él sin miedo, encontrando siempre un lugar seguro donde refugiarse y encontrar la calma para poder disfrutarlo.

¿Qué aprendió Esteban de Luna?
¿Cómo se sentía Esteban al principio? ¿Qué hacía Esteban cuando se sentía abrumado? ¿Qué crees que hubiera pasado si Esteban no hubiera conocido a Luna?
¿Cómo te sientes tú cuando tienes muchas cosas en la cabeza? ¿Hay algún animal u objeto que te ayude a sentirte mejor?.

Esteban era un niño con una imaginación tan grande como el cielo estrellado de una noche de verano. En su mente, los planetas eran comidas de colores y las estrellas, juguetes que giraban a los extraterrestres perdidos. Su habitación era su nave espacial, y cada libro, un portal a un mundo diferente, lleno de aventuras y misterios.

Pero a veces, su universo interior chocaba con el mundo real como dos asteroides gigantes. Los deberes, los ruidos, los problemas que no entendía, todo se agolpaba como una tormenta de meteoritos. Esteban se sentía pequeñito y perdido en medio de ese caos, como un extranjero sin brújula en la inmensidad del espacio, abrumado.