Mi lugar en el mundo



Cuento para niños y niñas sobre salud mental

Dirigido a niñas y niños de entre 6 y 12 años

Autora: **Clara Redondo Sastre.** Ilustrador: **El Rubencio**

CEAPA

Mi lugar en el mundo

Cuento para niños y niñas sobre salud mental

Dirigido a niñas y niños de entre 6 y 12 años

Autora: **Clara Redondo Sastre**

Ilustrador: **El Rubencio**

CEAPA

Autora:
Clara Redondo Sastre

Ilustrador:
El Rubencio

Coordinación:
L. María Capellán
Leticia Cardenal
Virginia Romero
María Sánchez
Lola Ramírez

Edita:
CEAPA
Puerta del Sol, 4 - 6º A
28013 MADRID

Primera edición:
Diciembre 2022

Maquetación:
IO Sistemas de Comunicación

Imprime:
IO Sistemas de Comunicación
Enrique Granados, 24
28523 MADRID

JUNTA DIRECTIVA DE CEAPA:
L. María Capellán Romero, Leticia Cardenal Salazar, Virginia Romero Pinto, María Sánchez Martín, Belén Navarro Montalbán, Miguel Ángel Sanz Gómez, Gema Valdés Barbao, Cristina Conti Oliver, Grimanesa González Rodríguez, José Manuel Torre Calderón, Mª Teresa Macías Joaquín, Sonia González del Río, Daniel Butti Julià, Luis María Perdiguero González, José Antonio Álvarez Caride, Ángela Sesto Yagüe, Juan Manuel Casares Rey, Francisco Cantero Dengra, Noelia Echarri Arana, Javier López Hernáez y Rubén Pacheco Díaz.

INTRODUCCIÓN

El objetivo de esta publicación es aportar un instrumento a padres y madres para trabajar con sus hijos e hijas de entre 6 y 12 años la educación para la salud mental.

Los menores aprenden a través del juego, la actividad lúdica es su manera de conocerse y conocer también la realidad que les rodea. El juego les permite interiorizar conceptos, habilidades y valores que les permitirán tener un desarrollo integral y que les serán útiles para manejarse con sus amigos y con ellos mismos.

Los cuentos, la imaginación, son los idiomas que más les motivan. Leídos conjuntamente con padres y madres aportan una herramienta divertida y mágica que facilita muchísimo el abordaje de temas de interés con los hijos e hijas dentro de un marco lúdico, relajado y cálido que fortalecerá el vínculo con ellos, clave para su desarrollo afectivo y personal.

Por este motivo, hemos escogido el lenguaje de los cuentos para enseñar a los niños conceptos, actitudes y valores relacionados con la educación para la salud mental. Como hemos señalado, el cuento es un instrumento ideal para que padres e hijos se unan en torno a una misma actividad, convirtiéndose así en un vehículo excelente para

establecer una comunicación cálida y positiva que permita a padres y madres educar en hábitos saludables.

Con el fin de ayudaros a dialogar sobre este tema, os proponemos una serie de preguntas cuya lectura puede serviros de guía en la conversación con vuestros hijos e hijas para favorecer una reflexión conjunta sobre la salud mental.

- ¿Qué le ocurre a la protagonista del cuento?
- ¿Qué consecuencias tienen las diferentes decisiones que van tomando los personajes del cuento?
- ¿Cómo resuelve el protagonista el conflicto que ocurre en el cuento?
- ¿Es importante la intervención de los adultos para resolver el conflicto?
- ¿Qué valores nuevos ha aprendido en el desenlace del cuento?

Para mi amiga Irene,
con agradecimiento y cariño.

¡MUCHAS FELICIDADES!

El viernes, primer día de las vacaciones, celebramos una fiesta sorpresa en honor a Roberta. Las fiestas sorpresa están pensadas para las personas que no tienen problemas de corazón, porque, buah, menudo susto que se llevan. Los que la preparan te engatusan diciéndote que van a hacer unos planes normalitos contigo (tipo ir al cine) y sin venir a cuento los cambian, te llevan de improviso al sitio en cuestión y, zas, ahí tienes a mil millones de ojos mirándote, cientos de bocas coreando tu nombre y tropecientas manos aplaudiendo como si fueras la mismísima reina de Inglaterra. ¿Que soy un exagerado? Puede ser, sí.

La de Roberta —la fiesta, digo— la organizaron sus padres para celebrar que había ganado a la Gran Maestra de ajedrez, Susan P., en el Campeonato de Europa Absoluto. Para los amantes del ajedrez, esto es lo más de lo más que te puede pasar con doce años. Era el último torneo de la temporada antes de que llegara el parón del verano.

Estábamos invitados: los amigos de Roberta, los amigos de los padres de Roberta, los abuelos de Roberta, los tíos y los primos de Roberta,

los vecinos de Roberta... ¿Había alguien a quien no hubieran invitado? Eso me pregunté al ver a tantas personas allí reunidas.

El plan era: debíamos estar sesenta minutos antes de que ella llegara para que nos dieran instrucciones. Nos entregarían a cada uno un chaleco fosforito con «ROBERTA, CAMPEONA» escrito por detrás, dos pompones (uno negro y otro blanco, como el tablero de ajedrez) y unas serpentinas. Nos dirían que nos colocáramos al fondo de su jardín, detrás de un seto enorme. Porque allí iba a ser la fiesta: en su mismísima casa. Yo pensé que, ya que se ponían, podían haber elegido un sitio más original (Roberta ya tiene su casa muy vista). Aunque tampoco era mala idea, la verdad, es enorme y su jardín, más todavía. Cuando ya lleváramos ahí detrás un buen rato, nos llegaría una señal para avisarnos de que Roberta estaba a pocos minutos de hacer su aparición por la puerta que da al jardín donde estaríamos nosotros escondidos. Ahí todos arrejuntados y diciéndonos unos a otros que nos calláramos, shhhhhh, que nos iba a oír, pero al mismo tiempo armando un gran jaleo de susurros, como si fuéramos un montón de abejas alocadas en plena mudanza a otra colmena.

Esos minutos previos fueron emocionantes, la verdad.

La señal de que estaba a punto de llegar sería un wasap enviado al tío de Roberta, Chete, el hermano de su madre, Lucía, y que es, como ella, pelirrojo a tope y se le distingue a la legua también por su altura. Pasados esos minutos, Lucía se asomaría por la puerta del patio,

levantaría el pulgar hacia arriba y detrás aparecería por fin su hija. Y luego ya pues los mil millones de ojos mirándola, los cientos de bocas coreando «¡Felicidades, Roberta!» y las tropecientas manos aplaudiéndola como si fuera la mismísima reina de Inglaterra.

Esas fueron las instrucciones y todo transcurrió sin percances. Bueno, casi. Que te dé un ataque de risa nerviosa en el último momento, justo unos minutos antes de que Roberta aparezca por la puerta, no es lo ideal que te puede pasar. Y eso fue lo que le ocurrió a mi amiga Carol. De pronto empezó a convulsionar, a taparse ella misma la boca y a ponerse como un tomate. Jajaja, jajaja, jajaja, jajaja. No podía parar de reír. Cuanto más le decíamos que se callara, más fuerte se reía y, como el efecto dominó, empezó a contagiar la risa a más personas. La cuestión, que alguien le lanzó una botella de agua para que se entretuviera bebiendo y por fin se callara unos segundos antes del gran momento.

Carol, Roberta y yo (yo soy Salva, por cierto) vamos a la misma clase y somos muy amigos. Aunque allí en el jardín estábamos mezclados con los demás, Carol y yo sabíamos que nosotros dos éramos muy importantes y que ella nos localizaría a la primera de entre tantas cabezas. Como les ocurre a las crías de las cebras, que se aprenden el dibujo de las rayas blancas y negras de su madre para distinguirla entre todas las madres de la manada. Pues igual.

La verdad es que el plan, salvo por la risa tonta de Carol, se cumplió a la perfección. Lucía asomó la cabeza por la puerta, levantó el pulgar



y a continuación fue nuestra amiga la que apareció en plan «para qué me dices que salga, si no hay nada nuevo en el jardín». Pero sí lo había, ¡claro que lo había!, un montón de gente que al unísono gritó «¡Felicidades, Roberta!» mientras agitaban pompones y tiraban serpentinas al aire, y se acercaron a ella para ser los primeros en felicitarla por su éxito. Carol y yo nos quedamos en el sitio —ya tendríamos nuestro momento con ella cuando se hubiera calmado la cosa— y lo presenciamos todo desde lejos.

Y, la verdad, no fue lo que esperábamos. Durante un segundo breve y extraño, vimos como la cara de Roberta se paralizaba con un gesto que desde luego no era de alegría, más bien de cansancio o algo parecido. No sé cómo explicarlo. Roberta tiene el pelo como su padre, muy negro, y lo lleva siempre cortísimo. Tan rapado que se le distingue la silueta del cráneo y parece un peluche cuando se lo tocas. Nada que ver con el de su madre, que es rizado y muy naranja. A Carol y a mí no nos gustó ese gesto extraño: las comisuras de su boca se le cayeron hacia abajo. La vimos agradecer con una sonrisa forzada los abrazos y las palmaditas en la espalda de los que la rodeaban. Y también la vimos empinarse y buscarnos con la mirada. Cuando nos localizó, se escabulló de todos, se acercó corriendo y se nos abrazó. La verdad, no me pareció un abrazo de alegría, sino un abrazo de «por favor, rescatadme», que era precisamente lo contrario a lo que todo el mundo esperaba de ella en ese momento. ¿Cómo no iba a estar contenta una auténtica campeona como ella?

RATATATATATA

Carol, Roberta y yo vamos a la misma clase y vivimos en el mismo barrio, solo que Carol y yo estamos en la zona de edificios altos y ella en la zona de casas bajas. Todas las mañanas, Carol y yo quedamos en nuestra zona y vamos hasta la plaza de los Madroños, que es donde empieza el barrio de las casas bajas, allí nos encontramos con Roberta. Podríamos ir cada uno por nuestro lado, pero nos gusta llegar al cole los tres a la vez. Y a Roberta y a mí siempre nos hacen gracia las tonterías que se le ocurren a Carol por el camino. De Carol tengo que añadir que le encantan las ratas. Su carpeta está forrada de siluetas de ratas, y cualquier cosa en la que aparece una rata se la lleva. No sé la gracia que le ve a esto, pero no me importa. Es mi amiga.

Si vamos puntuales, por el camino a veces nos encontramos con Antonio, el hijo del panadero, y eso nos gusta a los tres porque él siempre pasa antes por la panadería de su padre, coge una barra de pan recién hecha y, todavía caliente, nos va dando pellizquitos hasta que llegamos a clase. Es muy amable Antonio. Por la tarde, a la salida del colegio, volvemos solos Carol y yo. A Roberta la recoge su padre y la lleva al club de ajedrez donde entrena de lunes a viernes. A mí el ajedrez siempre me ha parecido muy difícil, no me entra en la cabeza, la verdad. Pero yo veo que Roberta se sabe un montón de jugadas

(¡cómo no!, ¡es campeona!), a las que llama por su nombre. Hay uno que me gusta mucho, «Gambito de dama». Además de ser una forma de empezar una partida de ajedrez, es el título de una serie de televisión que va de una chica huérfana que llegó a ser la mejor jugadora de ajedrez del mundo. Me gustó verla. Era muy emocionante ver cómo ganaba a todos con los que se enfrentaba, y eso que a principios del siglo XX la mayoría de los ajedrecistas eran hombres y no era normal que una chica compitiera contra ellos. Menos mal que las cosas han cambiado en la actualidad.

✲✲✲

Ya habíamos terminado el colegio y estábamos de vacaciones. Nuestras familias son amigos entre ellos y todos los veranos desde que nos conocimos lo que han hecho para que no nos quedemos solos en el mes de julio mientras ellos se van a trabajar es contratar a alguien que nos acompañe a nosotros tres y a nuestras hermanas. En total somos cinco. Este año contrataron a Chete, el tío de Roberta. Nosotros ya no somos unos niños a los que hay que cuidar, tenemos doce años. Así que Chete sobre todo tenía que cuidar de mi hermana, que tiene siete, y de la hermana de Carol, que también tiene siete. Roberta, Carol y yo éramos libres de salir por ahí, a la calle. La única condición era que cada dos horas teníamos que pasar por casa para que Chete supiera que estábamos bien. A las seis de la tarde solían llegar del trabajo nuestros padres para recogernos.

Chete es un tipo divertido. Y lo mejor de todo: tiene un canal de cocina y, como tenía que subir sus videos cada pocos días, se dedicó a experimentar con nosotros nuevas recetas.

Al lunes siguiente de la fiesta, nuestros padres nos dejaron en la casa de Roberta: era el primer día con Chete. Al llegar, vi a los padres de Roberta que estaban en la cocina hablando con Chete. Este afirmaba con la cabeza. No sé lo que le estarían diciendo. Lo mismo le estaban dando instrucciones de última hora para que no nos descontroláramos. Pobre Chete, pensé, a él también le estaba cayendo una buena chapa. Luego me fijé en la casa: estaba limpísima, no parecía que el día anterior hubiéramos estado allí tanta gente. Se había quedado silenciosa, como si el ruido se hubiera esfumado a cualquier otra fiesta.

—¿Qué haces ahí?

El salón tiene una cristalera enorme que da al jardín. Roberta estaba sentada en el suelo y la espalda apoyada en el cristal.

—Nada, pensando.

No me dio tiempo a preguntar más, porque Carol entró gritando que Chete nos había preparado unas tortitas con nata para desayunar.

Esa primera mañana, decidimos irnos a dar una vuelta por el barrio a ver qué nos encontrábamos. A veces vamos a un parque que está cerca de la plaza de los Madroños. Es un sitio chulo, tiene aparatos

de todo tipo para que los deportistas hagan su gimnasia. Nosotros la verdad es que nunca nos subimos; sentados en un banco, miramos cómo se suben los demás mientras escuchamos la música que yo les pongo. Ese día, antes de llegar, nos cruzamos con Antonio, que iba a pasar la mañana a la panadería de su padre:

—¡Enhorabuena, Roberta! Ya me he enterado de lo tuyo.

Roberta lo miró y le dedicó una minisonrisa.

—¿Moló tu fiesta? Ya me contaron estos —«estos» éramos Carol y yo— que iba a ser sorpresa.

Lo volvió a mirar y a dedicarle la misma sonrisa de antes.

—¡Espabila, rata, que te ha preguntado por la fiesta de ayer! —Carol a todo el mundo le llama «rata».

—Sí... moló —le contestó Roberta al tiempo que bajaba la cabeza y se miraba sus sandalias con atención.

—¿Solo moló? Mira, ratilla Antonio, la fiesta fue a-lu-ci-nan-te. Hasta trajeron a una maga que nos hizo un montón de trucos con las cartas. ¡Fue alucinante! Que te cuente ella, venga, cuenta, cuenta...

—Otro día —respondió seca—. Adiós, Antonio.

Se puso a andar y nos dejó atrás. Estaba claro que Roberta no tenía ganas de hablar de la fiesta, cosa bastante extraña, porque de verdad que fue la fiesta que todo el mundo querría que le prepararan al menos una vez en la vida.

Ese día, Carol y yo nos lo pasamos intentando animar a Roberta, sobre todo Carol, diciendo sus tonterías y haciendo sus bromas. No sabíamos bien por qué estaba así de rara después de un día tan increíble



como el anterior y, sobre todo, después de haber conseguido un éxito tan grande en lo suyo. Es verdad que, aunque Roberta entrena casi todos los días, no suele hablar de ajedrez con nosotros. Ni cuando se va a jugar torneos, que es muchas veces. Casi siempre me entero de que ha ganado porque me lo cuentan mis padres.

—Venid, os necesito para mi video de hoy —nos dijo Chete cuando llegamos a casa.

Había colocado cinco sillas alrededor de la mesa de la cocina, y a mi hermana y a la hermana de Carol sentadas en dos de ellas. Y había otras tres sillas vacías.

—Os explico: mientras grabo, os voy a traer a cada uno un plato con lo que he cocinado y...

—¿¿Qué hay de comer?? —le interrumpió mi hermana.

—¡Paciencia! Como os decía, os los dejaré encima de la mesa. Cada uno con su tenedor, tenéis que ir cogiendo pedacitos y os los coméis. Vuestras caras no van a salir, claro. Solo vuestras manos y, cuando yo os pregunte si os ha gustado, vosotros... ¿qué vais a decir?

—¡Que está para chuparse los dedos! —dijo Carol—. Tú sí que sabes, ratilla. —Carol ya se había sentado en la mesa—. Venga, no te enrolles y al lío.

—He preparado unos riquísimos canelones, ¡son *delicatessen*!

Las dos pequeñas empezaron a aporrear la mesa con sus cubiertos, que en el lenguaje de los primitivos significa «o no nos das de comer ya o no venimos más a este restaurante». Estaban armando tanto jaleo, que apenas escuchamos la vocecilla de Roberta:

—Yo no quiero salir en el video. Me voy. No tengo hambre.

—No pasa nada, no sales en el video y ya está —contestó Chete—. Otro día. Ahora nos podemos poner ciegos a canelones.

—¿Pero qué te pasa, que parece que te has comido un limón? —añadió Carol apretando un poquito más las tuercas, como es su costumbre.

Miré a Roberta y vi que su cara se iba poniendo más y más colorada, se rascaba la nariz un par de veces, miraba al techo, se ponía de pie y, como si la hubiera poseído el diablo, daba un puñetazo en la mesa.

—¡He dicho que no! ¡Y dejadme en paz!

Salió de la cocina dando un portazo y nos quedamos mirándonos en silencio sin comprender qué había pasado.

Pasamos la tarde en casa, jugando al rumi y viendo la tele, y más silenciosos que de costumbre. Roberta no quiso salir a la calle y, cuando Chete se acercó para interesarse de nuevo por ella, nos repitió muy seria y mirándonos a cada uno a los ojos que la dejáramos en paz. Me sentí mal. Es una situación rara no tener ni idea de qué hacer cuando sabes que alguien no está bien.

EL CABALLO Y LA REINA

Esa primera semana no fue como imaginábamos. Cada día hacíamos más o menos lo mismo: salíamos a la calle, dábamos vueltas por el barrio, nos sentábamos a la sombra en nuestro parque. Pero estábamos como atascados, ni las bromas de Carol conseguían animar el ambiente. El mejor rato era al volver a casa a mediodía: Chete nos tenía preparado un plato distinto y nos divertía ayudarle a grabar la parte del video en la que salíamos nosotros (sin que se nos viera la cara) comiendo y explicando por qué nos había gustado tanto lo que nos habíamos zampado. Todos menos Roberta, claro. Chete tenía un montón de seguidores y en los comentarios le decían que les gustaba ver cómo disfrutábamos comiendo. Eso animaba a otros padres a preparar esos mismos platos para sus hijos. Aunque Roberta seguía sin querer salir en los videos. Él la invitaba un día y otro día a que participase, pero ella nada, estaba escondida en su caparazón. Y es difícil entrar en el caparazón de alguien cuando no quiere que entres. Eso era lo que nos pasaba a nosotros, a Carol y a mí; la veíamos triste y no sabíamos qué hacer. Y así nos pasamos la primera semana de vacaciones.

Al lunes siguiente sucedió algo inesperado. Habíamos decidido no salir a la calle. Nosotros tres estábamos sentados en el porche del jardín mirando cómo jugaban en el césped las pequeñas. Una se había disfrazado de caballero con una capa, un casco y una espada de madera, y se había montado en un palo que tenía una cabeza de caballo en el extremo. La otra se había disfrazado de reina, con un vestido



azul chillón hasta los pies, una corona de brillantes y otra espada en la mano.

—Vaya dos ratas —dijo Carol—. Se divierten con cualquier tontería. Un caballo y una reina...

—Un caballo y una reina... —repetí yo—, eso te suena, ¿verdad, Roberta?

—Me suena, pero prefiero que no me habléis de eso.

—¿Te puedo preguntar qué te pasa? —Por fin me atreví. Carol me interrumpió:

—¿Por qué preguntas si se lo puedes preguntar si ya se lo has preguntado?

En el césped, el caballero montado en su caballo y la reina se batían en duelo con sus espadas.

—¿Te sentó mal la fiesta? ¿Por eso estás así? Cuando asomaste la cabeza y nos viste, se te puso un careto...

—No, no es eso.

—¿Entonces qué? ¡Venga, suéltalo! —Carol es que no se corta.

En el césped, la reina le dio un porrazo en la cabeza al caballero, y esta se puso a llorar como si quisiera que se enterara el barrio entero.

—Oh, socorro, no aguanto los berridos de mi querida hermanita —dijo Carol—. Ya veréis, esto lo paro yo en un instante. —Y se dirigió a las niñas a voz en grito—: ¡Eh, chicas! ¡Mirad! ¡Una rata! ¡Se os sube una rata por las piernas!

Las chicas empezaron a chillar y a levantar las piernas como si estuvieran bailando charlestón, y estaban tan divertidas que hasta Roberta se sonrió. Cuando se dieron cuenta de la broma, las dos vinieron furiosas, querían romperle la cabeza a Carol con la espada. No lo consiguieron, menos mal.

—Bueno, qué, ¿nos vas a contar por qué no te gustó la fiesta? Todos estaban locos por felicitarte.

Y, entonces, Roberta la armó:

—¡Que sí me gustó la fiesta y ya está! ¡Me encantó la fiesta! ¡La mejor fiesta del mundo! No quiero hablar más. ¿Me oís? ¡No quiero hablar más de la fiesta! ¿Es que no podéis hablar de otra cosa que no sea la fiesta, la fiesta, la fiesta...? ¡A la mierda la fiesta!

Después de soltar lo que soltó, se levantó y se fue a su habitación.

—¿Pero qué pasa aquí?

Era Chete, que había oído jaleo. La hermana de Carol se acercó corriendo y, aprovechando la visita del adulto, soltó:

—¡Me ha dado con la espada! ¡Y luego una rata, una rata que decía Carol que se nos subía! ¡Pero era mentira!

—¡Cállate, tú sí que eres una rata! —le soltó Carol enfadada—. Cállate inmediatamente, que no está el horno para bollos.

—A ver, haya paz, por favor, y que alguien me explique este lío que hay aquí montado.

Cuando le contamos lo que había pasado, Chete fue a la habitación de Roberta y estuvo unos minutos dentro. Al rato, Roberta salió de la habitación y se sentó con nosotros de nuevo en el porche.

—Lo siento —nos dijo—. Os he hablado fatal. No sé qué me pasa. —Y después de una larga pausa remató—: El mundo es feo.

Era una afirmación tan oscura, tan oscura, que no supimos qué decir. Nuestra amiga lo tenía todo para estar feliz y sin embargo el mundo le parecía feo. ¿Qué podíamos hacer por ella?

Chete nos llamó para comer. Había preparado unas patatas con bechamel y tomate. Muy buenas, la verdad. Pero ese día no fue nada bueno: las palabras de Roberta habían provocado nubarrones en nuestra cabeza.

ROBERTA EN SU MUNDO

Unos días después, me quedé con Chete en la cocina ayudándole a preparar una *pizza*. No es que me interese mucho aprender a cocinar; solo quería hablar con él. De Roberta, claro. Lo que nos soltó de que el mundo era feo se me había quedado metido dentro, no me podía quitar de la cabeza sus palabras y su vocecilla al decirlo, como si la hubieran desenchufado de la corriente. Yo no podía comprender que alguien como ella, con tanto éxito en lo suyo, pudiera sentirse mal. Aunque también otra duda me corría por dentro: ¿y si la causa éramos Carol y yo? ¿Quizá éramos nosotros lo feo de su mundo? ¿Se había cansado de nuestra amistad? Éramos amigos desde pequeños, quizá quería cambiar de amigos y no sabía cómo decírnoslo. Esa idea se hizo fuerte sobre todas las demás.

Llevábamos un buen rato amasando sobre la encimera la masa para la *pizza* y Chete rompió el silencio:

—¿Quieres contarme algo?

—Ehhh... Sí. —Me pilló desprevenido, pero sí, quería contarle algo—. Es por Roberta.

—¿Qué te pasa con ella?



—A mí nada. Bueno, sí. Está rara, muy triste, y creo que es porque se ha cansado de nosotros.

—¿A quién te refieres con «nosotros»?

—Pues a Carol y a mí. A nosotros no nos interesa el ajedrez y para ella el ajedrez es su mundo.

—¿En serio piensas eso?

—¿El qué? ¿Que el ajedrez es su mundo?

—No, lo de que se ha cansado de vosotros.

—Sí, bueno, no, no lo sé. Estoy echo un lío. Me siento mal porque no sé qué puedo hacer. Está metida en su caparazón y no nos deja entrar.

—Yo tampoco sé muy bien qué le pasa —me contestó preocupado y siguió amasando—. ¿Sabes? Tengo una intuición, creo que sé por qué está así.

—¿Ah, sí? ¿Por qué?

—Vosotros no os preocupéis. A ver si se me ocurre algo para que salga de su caparazón. Alguna salida tiene que haber. Seguro. Es cuestión de dar con ella.

Amasar relaja. Amasar con Chete está guay.

Durante los días siguientes de esa segunda semana de julio, aparentemente, no cambió mucho la cosa. Lo más divertido de cada día era cuando nos reuníamos un rato antes de comer y grabábamos el video de Chete. Siempre hacíamos alguna broma y nos reíamos. Luego nos gustaba vernos en su canal de cocina y leer los comentarios que hacía la gente. Era motivador para el siguiente día. Y además teníamos asegurado un menú rico. Pero iban pasando los días y Carol y yo seguíamos pensando que Roberta se había aburrido de nosotros.

El viernes por la tarde después de comer, Chete nos reunió en la cocina. Ante nuestra expectación, él rompió el silencio:

—He pensado hacer una fiesta.

Con el rabillo del ojo pude ver la cara de Roberta: cambiaba de color. Miré después a Chete; su expresión me dio tranquilidad, sonreía como confiado de que era el mejor plan de todos los planes. Lo que dijo a continuación me hizo recordar lo que me había dicho mientras amasábamos: que él encontraría una salida.

—Nada de fiestas sorpresa, que nadie se alarme —aclaró—. Sería una fiesta de celebración por la llegada del verano. Prepararla nos servirá de entretenimiento y nos mantendrá la cabeza ocupada en algo ilusionante. ¿Qué os parece?

—¡Genial! —A Carol le faltó dar volteretas en el aire.

—¿Te refieres a celebrar el solsticio de verano? —pregunté, porque precisamente mis padres habían hablado de ello hacía unos días.

—Buena idea, Salva, sí, puede ser, no se me había ocurrido —dijo Chete.

—Pero el solsticio de verano ya ha pasado.

—Sí, tienes razón. Hace casi un mes que ha pasado, se celebra entre el 20 y 22 de junio, cada año cae en un día distinto. Pero no importa, nosotros lo celebramos un mes después. Puede ser bonito, ¿no os parece?

—Pero qué es el solsticio de verano, que no me entero —preguntó Carol.

—Pues es cuando acaba la primavera y empieza el verano, ¿no? —contesté—, es el día más largo aquí en el hemisferio norte, cuando más horas de luz hay.

—La noche de san Juan, ¿no habéis oído hablar de ella? —dijo Chete—. Es una manera bonita de darle la bienvenida al verano, a una nueva etapa del ciclo vital de la naturaleza y de nosotros, los seres humanos.

—En muchos lugares se hacen hogueras y se quema en ellas lo que nos estorba y no nos deja vivir en paz —añadí.

—Cargar pilas, vamos —soltó Carol—. Me parece perfecto. Yo voy a quemar los libros del año que viene, para no tener que estudiármelos.

—¿Pero qué dices, Carol? —le contestó Chete—. Se quema simbólicamente. Lo escribes en un papel y con eso es suficiente. Bueno, qué decís. Roberta, estás muy callada.

—A mí me da igual —dijo Roberta como apagada.

Carol y Chete empezaron entre ellos una batería de preguntas y respuestas:

—¿Y dónde sería? ¿A quién invitamos? ¿Nos podemos disfrazar?

—Yo había pensado hacerla aquí, con el permiso de tus padres, claro, Roberta.

—¿Pero cuándo? —Carol estaba nerviosita perdida.

—El último viernes del mes. Tenemos por delante quince días para prepararlo todo. Así celebramos nuestra despedida después de haber estado este mesecito juntos. ¡Ah! Y se me había ocurrido que fuera una especie de «fiesta de los regalos».

—¡Guau! Esto sí que me gusta, ¿vamos a recibir regalos? ¿Puedo pedir lo que yo quiera?

—Sí, habrá regalos, pero no de los que se compran en la tienda. Mi idea es que cada uno de los invitados comparta con los demás algo que se le da bien.

—Mmmm, no lo pillo.

—Todos nacemos con un don, y qué mejor que regalárselo al mundo, en este caso, a los que vengan a la fiesta.

—¿Y yo qué haría?

—¿Qué es lo que se te da bien y te gusta, Carol?

—Masajes, me gusta dar masajes. De mayor voy a ser fisioterapeuta.

—Perfecto. Adjudicado. Tú regalarás tus masajes a quien te lo pida.

—Yo, como podréis adivinar, prepararé comida rica para agasajar a los invitados —dijo Chete con la seguridad de un chef—. ¿Y tú, Salva?

—¿Yo? —Me quedé en blanco—. Ni idea. No sé qué se me da bien.

—Venga, piensa... —me animó Chete, pero no se me venía nada a la cabeza. Para mi sorpresa, Roberta me dijo:

—A mí me gusta la música que nos pones cuando estamos en el parque. Me gustó que me lo dijera. Nunca me lo había dicho.

—¿Y tú, Roberta? ¿Cuál es ese don que tienes para regalar? —preguntó Chete.

—No lo sé. Tengo que pensarlo.

Más o menos ahí se acabó la conversación. Pensé que Chete no quería presionar a su sobrina porque precisamente por ella estaba haciendo todo esto, estaba claro. Pero no sabía bien qué pretendía con ello, celebrar una fiesta no parecía la mejor de las ideas después de lo regular que le había sentado la suya propia. Pero, bueno, debía confiar en él. De esa reunión salió que celebraríamos la «fiesta de los regalos» el último viernes del mes de julio y que redactaríamos una invitación para explicarles a los amigos en qué consistía la fiesta, lo del solsticio, la hoguera, lo de los regalos...

Nos pusimos manos a la obra esa misma tarde nosotros tres en el porche del jardín antes de que nuestros padres nos recogieran.

—¿Entonces os parece buena idea lo de la fiesta? ¿A ti también, Roberta?

—No lo sé, Salva. No me apetecen más fiestas, ya tuve suficiente con la del otro día. Pero si a vosotros os parece bien...

—¿Por qué no te gustó la fiesta? Fue genial.

—No lo sé. Tanta gente pendiente de mí y yo... —lo dijo y de pronto se puso a llorar.

—¡Eh, ratilla! No llores, que me pongo yo a llorar también. Ven aquí. —Carol la espachurró contra ella y luego se puso frente a frente agitándola por los hombros—. Qué narices te pasa. Venga, vale, llora todo lo que quieras y luego paras y nos dices qué te pasa.

—Ya, lo siento. Lo que me pasa es que... No sé...

—Venga, suéltalo ya.

—Vale, os lo cuento. Lo que me pasa es que no quiero competir.

Bombazo. La que acababa de ganar a la super Gran Maestra de ajedrez en el Campeonato de Europa Absoluto... no quería competir. Carol y yo nos quedamos mudos. Aunque yo la verdad es que durante un segundo sentí alivio porque eso significaba que no se había cansado de nosotros, de Carol y de mí. Seguíamos siendo sus mejores amigos, como siempre. Y, como siempre, Carol opinaba sin morderse la lengua:

—Vale, ¿y qué problema hay? ¡Pues no compitas!

—Claro, qué fácil. ¿Sabes? La noche después de la fiesta, cuando me quedé a solas con mis padres, pasó algo...

—¡Cuenta, cuenta!

—Me dijeron que había una televisión interesada en hacerme una entrevista. Estaban tan ilusionados por mí, por mi premio, y sin embargo yo... Yo exploté. Me puse histérica, no me acuerdo de lo que dije, pero seguro que cosas muy feas. Después me puse a llorar y no paré hasta que mi padre me dio una tila y me acostó.

—¿Esto te pasa desde hace mucho?

—Sí, desde hace un montón. La presión de los torneos me angustia. Tanta gente y tantos ojos puestos en mí. Es obligatorio que sea la mejor siempre. ¡No lo soporto! Yo quiero dedicarme al ajedrez, pero no quiero competir.

—¿Y qué vamos a hacer ahora? ¡Menudo problema! —dijo Carol alarmada.

—¿Ves? Os he asustado, como a mis padres, como a Chete. Ahora todos os asustáis y yo me siento responsable. No os puedo fallar —contestó Roberta a punto de llorar.

—¿Por qué no hablas con Chete o con tus padres? —le dije yo.

—Sí, ya he hablado con Chete. Me ha dicho que hoy me quiere proponer algo. No sé qué será.

—¡Roberta! ¿Puedes venir un momento?



Justo. Era Chete, que la llamaba desde la cocina. La vimos ir al encuentro de Chete, que estaba haciendo una videollamada con alguien y no supimos más porque cerraron la puerta.

Ese mismo día no nos dio tiempo a enterarnos de qué era eso que le había propuesto Chete, porque, antes de que se abriera de nuevo la puerta de la cocina, vinieron nuestros padres y nos tuvimos que ir. Pero al día siguiente fue lo primero que le preguntamos a Roberta. En concreto, Carol le preguntó que con qué rata misteriosa había estado hablando ayer en la cocina:

—Estefanía.

—¿Cómo?

—Se llama Estefanía y es amiga de mi tío. Es una persona especializada en problemas de jóvenes.

—O sea, tú. O sea, que vas a hablar con ella todo este lío que tienes con el ajedrez.

—Eso es.

—¿Y?

—¿Y qué?

—Y que si te gustó.

—La verdad es que sí. Ella vive en Cádiz y nos veremos por videollamada. Habla muy despacio y me gusta. Ayer me gustó.

—¿Y va a ser en plan consejos todo el rato?

—No lo sé. Ayer simplemente me escuchó. Y eso me hizo bien.

—Ahhh, buena rata entonces. Me gusta.

—¿Y tus padres lo saben?

—Claro, ha sido una cosa entre Chete y ellos.

—¿Y ellos que te han dicho?

—Pues... Solo me han dicho que confían en mí.

FAROLILLOS EN EL JARDÍN

Preparar una fiesta es emocionante. Ahora entiendo a los padres de Roberta, lo entusiasmados que estaban. Durante la última semana de julio preparamos en cuerpo y alma la fiesta:

1. Preparamos la lista de nuestros amigos, que en total eran diez. A los que había que añadir a mi hermana y a la de Carol, y a tres amiguitos de ellas. Van quince. Y un primo mío y una de Roberta. Suman diecisiete. Con nosotros tres, veinte. El único adulto invitado fue Chete. Nada de padres ni madres ni tíos. Total, veintiuno.

2. Escribimos una invitación explicando en qué consistía la fiesta. No tenían que traer nada, solo lo que necesitaran para ofrecer a los demás su regalo personal. Fue un poco difícil redactarla porque era raro lo del regalo, lo del don que nos contó Chete. Explicar eso nos costó bastante, pero creo que lo conseguimos. Estábamos intrigados por saber qué ofrecería cada cual.

3. Hicimos fotocopias de la invitación y durante una mañana entera nos dedicamos a repartirlas casa por casa.

4. Cuidamos de nuestras hermanas mientras Chete iba a hacer la compra para lo que tenía pensado cocinar.

5. El mismo viernes por la mañana decoramos el jardín con farolillos de papel que, colgados de largas cuerdas, lo atravesaban de lado a lado.

El día antes de la fiesta, cuando nos despedimos, yo todavía no sabía cuál iba a ser mi regalo, aunque Roberta me había dado una pista. Sin embargo, ella decía que no lo sabía:

—¿En serio no lo sabes todavía? Tú misma dijiste que jugar al ajedrez era tu don.

—Sí, pero no. No lo sé. Tengo que decidirlo —contestó, pero había algo en su expresión que me decía que por supuesto que lo sabía, que lo tenía muy clarito.

—¿Y creéis que nuestros amigos van a entender de qué va la fiesta? ¡Van a pensar que estamos locos! —dijo Carol, qué exagerada.

—No tengo ni idea. Puede ser genial o una *shit*. Pero hay que confiar en Chete, se lo ha currado un montón con nosotros —dije yo para compensar.

Chete me cae bien. Muy bien. Estaba claro que lo de la fiesta y todo lo demás lo hacía por nuestra amiga y por eso debíamos darlo todo.

***

Por fin llegó el día. Viernes a las seis de la tarde en el jardín de la casa de Roberta. Lo teníamos todo preparado. Solo faltaban los invitados. Como no sabíamos qué iba a regalar cada uno, habíamos repartido unas sillas por el jardín, por si acaso alguien las necesitaba. Chete no nos había dejado pasar a la cocina, quería que su regalo fuera sorpresa. A las seis y cinco empezaron a llegar nuestros amigos, que entraban con cara de expectación y miraban hacia todos los lados. Quizá pensaban que había una cámara oculta o algo parecido. Fui yo el que rompió el hielo y dije que mi regalo iba a ser poner la música de la fiesta. Estuvo genial. Por el altavoz que me habían dejado mis padres empezó a sonar nuestra música favorita, la que suelo poner cuando estamos Carol, Roberta y yo. Y parece que les gustó a los demás, porque empezaron a mover el esqueleto. A ver, tampoco muchísimo, porque no era de bailar bailar, pero con la música se notaba que ya había ambiente. Y lo que definitivamente nos animó a todos fue cuando Chete apareció con una bandeja de sándwiches en cada mano. No eran de los normales de jamón y queso, no, no, ¡estaban riquísimos! Y entre la música y la comida, la fiesta se empezó a animar. Fue Carol la que puso orden a lo de los regalos. Se subió a la mesa del porche y...:

—¡Atención, atención! ¡A ver, ratas, silencio! Ha llegado el momento de que digamos cuál es nuestro regalo. ¿Cómo lo hacemos? ¿Nos subimos aquí arriba de uno en uno y lo decimos?

—¡A mí me da vergüenza! —dijo una, y varios dijeron lo mismo.



—Bueno, pues me lo decís a mí y lo digo yo, ¿vale? —Le encanta ser protagonista.

Los amigos se arremolinaron en torno a Carol, que iba apuntando en un papel. Como yo ya había hecho mi regalo, no me acerqué a ella. Y desde allí vi que Roberta estaba separada del grupo. Chete, desde la puerta de la casa, también observaba. Cuando terminó de apuntar todos los regalos, Carol miró a Roberta, que no se había acercado, pero no le dijo nada. Se subió de nuevo a la mesa:

—¡Atención, atención! Aquí los tengo. Los regalos de los que vais a poder disfrutar son los siguientes: Susi, ya lo sabéis, dibuja de miedo, y se ofrece a hacer un retrato a quien se lo pida. Se colocará en aquella mesa del fondo. Y... ¿pensabais que Antonio os iba a regalar un riquísimo pan hecho por su padre? Pues estáis equivocados. Antonio os escribirá una poesía con el tema que le digáis. ¡Una o las que queráis, porque es un gran poeta y las escribe muy rápido! Se colocará aquí en el porche.

Y así fue uno a uno. Había quien regalaba figuritas hechas de papel. Otro que leía el futuro en las líneas de la mano. Carol por supuesto dijo que ella daría un masaje a todo aquel que se lo pidiera. Otro dijo que a las ocho nos convocaba a todos en el centro del jardín porque había preparado una coreografía para que bailáramos a la vez. Otra que enseñaría a hacer malabares con tres pelotas... ¡Qué de cosas sabían hacer nuestros amigos!

Yo me fui directo a Susi para que me hiciera un dibujo, pero estaba ocupada dándose un masaje, así que me fui donde Cristina a aprender lo de los malabares.

Todos estábamos entretenidos y de vez en cuando venía Chete con una bandeja de alguna cosita rica que nos alegraba la vista y el paladar. En un momento dado, me di cuenta de que Roberta no estaba. La busqué por todo el jardín, pero ni rastro de ella. Quizá estaba en la casa. Cuando entré, me la encontré sentada en el suelo con la espalda apoyada en el cristal del salón.

—Qué pasa, por qué no estás ahí con nosotros.

—Tengo miedo, Salva.

—¿Pero por qué?

—Tengo miedo de salir ahí afuera y hacerlo mal, que me dé un ataque de pánico y ponerme a llorar como el otro día. Me da miedo fastidiarlo todo. Defraudar a mis padres.

—¡Eso no va a pasar, Rober! ¡Venga! Haz lo que me dijiste el otro día. Eso de respirar despacito por la nariz. Eso que te ha enseñado la terapeuta... ¿cómo se llama?

—Estefanía.

—Pues seguro que funciona.

De repente, entró Carol como un torbellino:

—¿Qué hacéis aquí metidos? ¡No os encontraba por ningún lado! ¡Ostras, ostras, ostras! ¡Vaya exitazo lo de los regalos! Yo no paro de dar masajes, y Antonio me ha regalado una poesía preciosa sobre las ratas. ¡Venga, vamos afuera! Y tú, Roberta, ya estás espabilando. ¡Dinos de una vez cuál va a ser tu regalo! Te he visto esta mañana en tu habitación preparando algo, ¿o no? Y me muero de curiosidad.

Roberta se tapó unos segundos la cara con las manos y al instante se las quitó. Su expresión había cambiado, parecía ilusionada:

—Me da vergüenza decíroslo. Es una locura. No sé si voy a ser capaz de hacerlo delante de tanta gente.

—¡Venga, suéltalo!

Antes de que contestara, entró Chete:

—¿Qué hacéis aquí?

—Esta rata, que no nos quiere decir cuál es el regalo con el que nos va a sorprender.

—Vale, os lo digo ya: me quiero dedicar a hacer tutoriales de ajedrez. Dejar la competición y dedicarme a los videos.

—¿Cómo? ¿Le vas a quitar la fama a tu tío? ¿Es eso? —mientras le decía esto se sentó en el suelo a su lado y se puso a hacerle cosquillas—. Di, ¿es eso?

—¡Tío, déjame! —decía Roberta mientras se retorcía de las cosquillas—. Es en serio, tío. No quiero competir más, pero seguro que mis padres se enfadan.

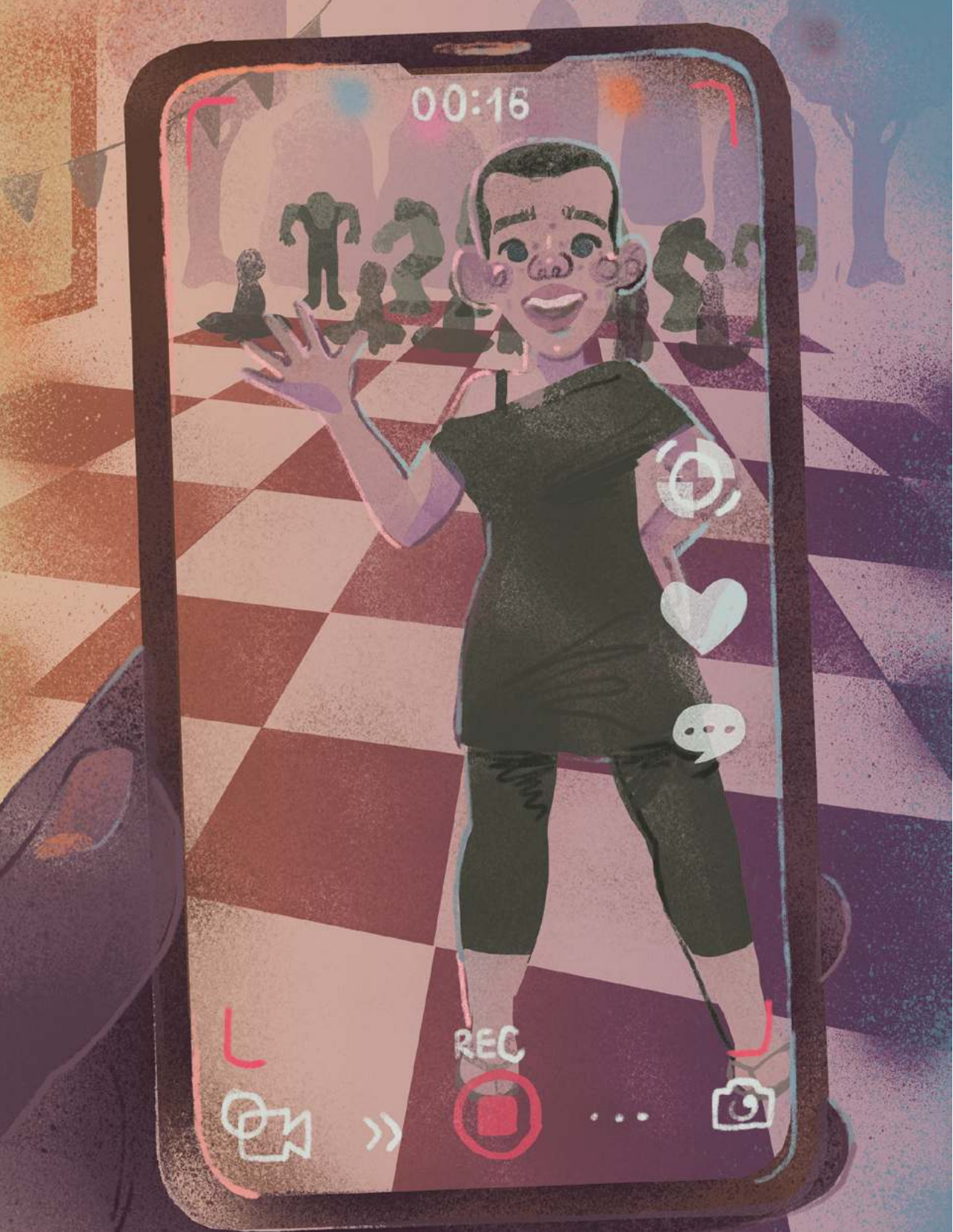
—Querida sobrina —dijo Chete, ya poniéndose serio—, tú eres lo que más quieren en este mundo y solo desean que estés bien. Si esa es tu decisión, adelante. Confía en que Estefanía te va a ayudar a dar ese paso y, sobre todo, confía en ti.

¡ASÍ SE HABLA!

La fiesta estaba a punto de acabar. Pero faltaba la traca final: la hoguera que abría las puertas al solsticio de verano.

La tarde había sido perfecta, para todos nosotros, y sobre todo para Roberta. Después de que su tío la animara para tomar la decisión que quisiera, fue a su habitación y sacó al jardín todo lo que necesitaba para ofrecer su regalo a los demás. ¿Qué sería? Pues algo tan sencillo como su increíble conocimiento del ajedrez. Colocó en mitad del jardín una tela enorme de cuadrados blancos y negros simulando un gran tablero de ajedrez. Nosotros la rodeamos expectantes. Enseguida apareció Chete, con el móvil con el que grababa sus tutoriales, dispuesto a grabar a su sobrina. Roberta, dirigiéndose a su tío, comenzó su lección virtual:

Buenas tardes, amigas y amigos. ¿Os interesa el ajedrez, pero pensáis que es demasiado difícil para vosotros? No os preocupéis, aquí estoy yo. Me llamo Roberta y soy... soy bastante experta. Os voy a contar todo lo que necesitáis saber para disfrutar con el ajedrez. Os aseguro que os vais a enamorar de este juego tanto como lo estoy yo. Como veis, varios voluntarios me van a ayudar para esta primera lección.


00:16
REC

Y así fue como Roberta se inició en esta nueva aventura. Se la veía relajada y segura, ¡cómo no! Quizá los novatos que vieran el video no sabían quién era ella, la flamante campeona de Europa, pero pronto lo sabrían y los tutoriales de nuestra amiga se harían virales en el mundillo del ajedrez. Carol y yo estábamos seguros de ello.

Su primera clase consistió en contar el origen del ajedrez:

Se empezó a jugar en la lejana India, en el siglo V. En ese país había un rey que tenía esclavizada a la población, y fue un sabio bramán de la India, Sissa, el que le llevó un juego para que se distrajera y dejara de fastidiar a sus ciudadanos. Era el chaturanga, lo que hoy llamamos ajedrez.

Habló después del tablero, de cómo se colocaban los jugadores y las piezas, treinta y dos en total, dieciséis por cada jugador, unas blancas y otras negras. Para ello, les pidió a algunos de los voluntarios que rodeaban el gran tablero que se colocaran una especie de gorritos de papel con la forma de la reina, del rey, los alfiles, los caballos, los peones y las torres. Y poquito a poco y de forma sencilla fue explicando sobre el gran tablero del suelo cómo se podía mover cada uno de ellos.

La torre, como las demás piezas, no salta. Eso solo pueden hacerlo los caballos (...). El movimiento del alfil solo es en diagonal, tanto hacia adelante como hacia atrás (...).

Todos estábamos muy atentos escuchando esta clase magistral guay que nos estaba dando sobre el ajedrez. No sé por qué, se me vino a la mente la chica de la serie Gambito de dama.

Y esto es todo por hoy. Espero que os hayáis quedado con ganas de más, porque Roberta la experta tiene mucho que contaros. ¡Hasta la siguiente conexión! Si os ha gustado, me encantará que me lo contéis.

Estaba crecidísima cuando pronunció la última palabra. Empezamos a aplaudir. Chete dejó de grabar y se abrazó a Roberta.

—¡Así se habla! Eres muy valiente, sobrina.

¡Menudo regalo chulísimo! En la cara de Roberta ahora sí que había una inmensa sonrisa, de las de verdad. De pronto, empezamos a escuchar unos poquitos aplausos más al otro extremo del jardín. Eran los padres de Roberta, que debían de haber presenciado la escena. Los amigos se fueron repartiendo en corrillos, y Carol, Chete y yo vimos a Roberta que se dirigía hacia sus padres. Desde la distancia, como espectadores que sabíamos bien lo que estaba sucediendo, pudimos presenciar una breve charla y un gran abrazo entre los tres. Nosotros respiramos, porque sabíamos el peso de encima que se había quitado Roberta.

Buah, menuda fiesta. Lo último que sucedió fue que Chete y nosotros preparamos la hoguera (con maderos amontonados en el suelo

y protegidos por un círculo de piedras). Aquello empezó a arder y las llamas se revolvían furiosas. No era una hoguera muy grande, pero... ¡menudo espectáculo! Nos quedamos hipnotizados mirando cómo ardían los maderos. Repartimos un papel a cada uno, donde cada cual escribió en secreto lo que quería dejar atrás. Hicimos un gran círculo alrededor de la hoguera y de uno en uno los fuimos echando al fuego. Así dimos la bienvenida al verano.

***

Por la noche, ya en la cama, saqué el dibujo que me había regalado mi amiga Susi. Me gustaba, me gustaba mucho. En realidad, no es que se pareciera muchísimo a mí, pero... no sé cómo explicarlo, era como si hubiera sacado una parte buena de mí. La sonrisa, sí, eso era. Me sentía identificado con la sonrisa del retrato. Lo pondría en un marco y lo colgaría en mi habitación. Luego me empezaron a venir imágenes de la fiesta. Los masajes de Carol, los malabares, la coreografía que preparó Pepito, las poesías de Antonio... Buah, había sido increíble. Y lo de la hoguera. Fue mágico cuando nos pusimos todos alrededor y fuimos echando al fuego los papeles. Se me vino de pronto la imagen de Roberta echando el suyo. En ese momento supe qué era lo que Roberta había escrito en su papel y había tirado para siempre a la hoguera: «EL MUNDO ES FEO».

FIN

Mi lugar en el mundo

Cuento para niños y niñas sobre salud mental

Dirigido a niñas y niños de entre 6 y 12 años



Financiado por:

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

CEAPA

CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES Y MADRES DEL ALUMNADO
Puerta del Sol, 4 | 6º A | 28013 MADRID | Teléfono 91 701 47 10
ceapa@ceapa.es | **www.ceapa.es**