

RECOPILACIÓN

# CUENTOS TAOÍSTAS



*autores*

**Practicantes de Qigong  
Curso Formación Qigong 11ª Promoción**



e-book editado en Sant Jordi 2020  
Barcelona

Corrección: Lydia Verdeny Pérez

Portada: *mándala de "hojas y frutos de bosque", Núria Leonelli*

## Índice

1	<b>Algarrobo mío</b> , Xavi Elipe .....	4
2	<b>Cambio de mirada</b> , Mar Arola .....	5
3	<b>Cerezo dulce</b> , Teo Sánchez Díaz .....	6
4	<b>El abeto azul</b> , Herminia Lanza Ruíz .....	7
5	<b>El abuelo y la encina</b> , Javier Navarro Sánchez .....	8
6	<b>El amor más puro</b> , Meritxell Soler Colomina .....	9
7	<b>El bello árbol</b> , Juanjo Toré Moreno .....	10
8	<b>El dragón de ojos azules</b> , David Mezcua Maciá .....	11
9	<b>El espíritu del almendro</b> , Alexandra Bartrina Rexach .....	12
10	<b>El garrofer etern de les Terres de l'Ebre</b> , Emma Buera Curto .....	13
11	<b>El hombre y el hijo del leñador</b> , Antonio Galofré Placed .....	14
12	<b>El ipe de fuego</b> , Daniela Pascual .....	15
13	<b>El olivo</b> , Carme Vila Verdú .....	16
14	<b>El olivo <i>wu wei</i></b> , Mercè Salinas Fitó .....	17
15	<b>El ritmo de la vida</b> , Marzena Anna .....	18
16	<b>El sonido del álamo</b> , Asier Odriozola Cuesta .....	19
17	<b>Fluir como el dragón en el agua</b> , Antonio Joaquín Barreto Reyes ...	20
18	<b>L'ametller</b> , Lorena Manonelles Carbonell .....	21
19	<b>La enseñanza del roble</b> , Iñigo Aramendi Abendaño .....	22
20	<b>La caricia del sauce</b> , Laura Castro García .....	23
21	<b>Mi árbol no hace nada</b> , Elisenda Valbuena .....	24
22	<b>Un parque, una secuoya</b> , Nusch. ....	25

## Prólogo

Me gusta mucho este pequeño libro de cuentos. Cada año escribo con satisfacción y alegría el prólogo de una nueva edición. Este libro es la aplicación de un *proceso*, en el que el tiempo es un factor esencial. Es un ciclo que se cumple.

Todo empieza con el primer paso. La lectura de los clásicos taoístas: Laozi, Chuangzi y Liezi. Los conceptos orientales son comprensibles, solo requieren una lectura pausada con atención plena y continua. Se trata de sorber cada porción de sabiduría e integrarla en las células del cuerpo.

¿Y el siguiente paso? Consiste en expresar sobre el papel un relato que conjugue exterior e interior, la sapiencia oriental con la experiencia vivida.

¿Y el siguiente paso? Tejer una trama y urdimbre. La energía de los cuentos se funde y crea una sinergia llamada *libro*.

¿Y el siguiente paso? Armonizar la sinergia del libro en un flujo constante y suave.

Experimentando cada etapa se cumple un ciclo. Entonces, publicamos el libro de cuentos taoístas en un día señalado como indica la tradición.

Recorremos juntos un tramo del camino, integrando, compartiendo y aprendiendo. Un paso y luego otro paso. Esto es el *qigong*.

núria leonelli i sellés

## 1 Algarrobo mío, Xavi Elipe

Kun se sentía cansado y confuso, solo conseguía ver el color gris al mirar por las ventanas. Huyendo de sí mismo, se alejó de la ciudad. Se dirigía a la finca donde creció y al llegar tomó un sendero, se detuvo atraído por una fuerte fragancia y reconoció el algarrobo donde había jugado en su infancia.

De pronto fue sorprendido por unos pasos y escuchó: “¿Kun? ¿Qué haces por aquí?” Era un viejo conocido de su familia... Desconcertado ante la situación, Kun quedó en silencio y el anciano le dijo: “Recuerdo cuando eras un niño y jugabas en este algarrobo, lo contemplabas sin mirarlo, lo recorrías sin saber por qué; cuando te cansabas te sentabas en su compañía y sin ser consciente te sentías bien.”

Kun se preguntó cómo había perdido su naturalidad... El anciano continuó: “Este árbol tiene la respuesta: él vive íntegramente en un vacío que no puede ver ni expresar, no tiene forma ni fin. Este árbol se desarrolla sin prisa, captura la energía y la transforma, está en un perfecto equilibrio y en continuo movimiento, vive conforme con el cambio.”

Kun preguntó qué podría hacer. El anciano dijo: “No utilices la fuerza ni pongas tu sistema en tensión. Igual que este árbol crece sin esfuerzo, no opongas resistencia, como sus ramas no se oponen a la tormenta; experimenta libremente, igual que él fluye con los elementos. Si aprendes los principios básicos tendrás la seguridad de saber cómo relacionarte con las circunstancias.”

Kun seguía confuso y el anciano añadió: “La comprensión surge espontáneamente, no vivas con temor, aprende a aceptar el presente cómo viene; combinar el conocimiento y la actitud será el camino más fácil; todo es perfecto e imperfecto porque está vivo; las ramas del algarrobo crecen, pero el árbol permanece inmóvil y crea una armonía entre sus opuestos.”

Entonces Kun recordó ese estado en el cual la unión con el entorno era natural y no hacía falta nada más. Al levantar la vista, el anciano ya no estaba. Kun miró el algarrobo y agradecido sintió el vacío que le llenó por primera vez en mucho tiempo.

## 2 Cambio de mirada, Mar Arola

—Mamá explícame una historia. Esta vez no quiero que te la inventes, ¿eh? Esta vez quiero que sea algún secreto. ¿Me cuentas alguna aventura de cuando eras pequeña?

Todos tenemos experiencias que sin intención de esconderlas se convierten en tesoros íntimos.

—Mira, cuando tenía tu edad me gustaba mucho ir al bosque sola. Me sentía libre y feliz. Corría, bailaba, contemplaba Telas de araña resplandecientes, libélulas de alas turquesa, ardillas de pelo reluciente al sol. Todos compartíamos el mismo pulso vital

Había un lugar muy especial para mí. Una encina inmensa, sólida, fiel... con un perfume intenso a tierra. Sus hojas eran como espejitos cuando les daba el sol y en los días nublados, oscuras como la pizarra. Debajo de su copa yo me sentía segura y muy querida. Aquel árbol me daba alegría, valor, fuerza, consuelo...

Un día cuando llegué al bosque la encina ya no estaba allí. La habían cortado. No podía creerlo. Como podían haber perjudicado un ser tan indefenso y a la vez tan digno. A mi alrededor un silencio, cortante, vacío, muy frío...

En mi interior mareas de emoción; rabia, impotencia, tristeza. Observando, sintiendo, respirando aquella intensidad, inmóvil, fue pasando el tiempo. Poco a poco, la tormenta dio paso a una sensación más calmada.

De repente sentí como si alguien estuviera pronunciando mi nombre. Así como mirando de reojo giré la cabeza y me fijé en una encina más pequeña, tremendamente graciosa. Cerca había otra más alta y un poco más lejos un pino esbelto.

No estaba sola.

En lo que dura un rayo entendí que todo lo que me hacía sentir mi árbol nacía de mí, del amor y el respeto que le tenía. Esta sensación cálida apareció también al mirar los otros árboles, al mirar el cielo con sus nubes, la tierra y sus pequeños insectos, al sentir el aire...

Podía reconocer a mi amigo en cada brote de hierba. Entendí que amar y acoger al otro como parte de mi era mi gran tesoro.

### 3 Cerezo dulce, Teo Sánchez Díaz

Por muchos años ha permanecido en un campo abierto un árbol que resulta ser el punto habitual de encuentro de muchos animales peculiares, entre ellos un grupo de gatos recién llegados al mundo. Curiosos e intrépidos formulan todo tipo de preguntas al árbol en un plácido atardecer de primavera.

—¿No te molestan esas abejas que vuelan a tu alrededor?

—No me molestan. De hecho, están recogiendo néctar de mis flores para llevarlas a su panal. Necesito que estén ahí también. Si las apartara de mí sería yo quien las molestaría y estaría interfiriendo.

»Por eso aun pareciendo inmutable estoy realizando una sutil acción para el desarrollo natural.

»Veréis, pueden parecer insignificantes, pero incluso lo más insignificante no deja de ser importante o especial. En esencia no son muy diferentes a vosotros o a mí y eso es extraordinario. Es la armonía natural omnipresente que nos conecta por igual, haciendo que todas las cosas sean una sola fluyendo en el mismo ciclo. Aunque sean abejas, vosotros gatos y yo un árbol, hemos sido engendrados de lo mismo.

Pasado el verano, a mediados de otoño los gatos volvieron a acudir al árbol. Quedaron atónitos y fascinados, su color había cambiado y no tenía tantas hojas.

—Esto es una de las manifestaciones de la armonía de la que estuvimos hablando.

»Simplemente ocurre y es maravilloso. Al mismo compás, todo naturalmente cambiante y perecedero pero eternamente perfecto. Así es la fluidez natural desde un mismo equilibrio.

Los gatos no dejaban de mostrarse entusiastas por todo lo que descubrían.

—¿Veis mis flores blancas? Se marchitan ahora mismo, pero volverán con la misma dulzura con la que se fueron si así lo apreciáis, al igual que mis frutos.

Por eso le llamamos cerezo dulce.

#### 4 El abeto azul, Herminia Lanza Ruíz

Luis y Ana compraron un solar y edificaron su casa en él. Disponían de terreno para ir creando un bonito jardín, así que decidieron que había llegado el momento de plantar y hacer crecer su primer árbol.

Compraron un precioso abeto azul. Cavaron un enorme agujero en el suelo y lo plantaron. Todos los días lo miraban crecer contentos y satisfechos. Pensaban en la sombra que les ofrecería en verano y en lo bonito que quedaría cuando creciera. Aunque era pequeño, empezó a crecer y a sentirse feliz. Sus raíces empezaron a profundizar en la tierra y sus hojas brotaban tornasolando con cada rayo de sol.

No había pasado un año cuando decidieron plantar un nuevo árbol justo al lado y sin darse cuenta de que apenas dejaban terreno suficiente entre ellos; y así, repitieron lo mismo al año siguiente.

Los años fueron pasando. Los abetos crecieron y fueron tomando su espacio, excepto el abeto azul que fue quedando delimitado por el área que ocupaban los otros dos.

Al abeto azul no le llegaban los rayos de sol. El viento no sacudía sus hojas y sus ramas no podían moverse. Iba enfermando lentamente. Cada invierno la nieve cubría de un blanco radiante las hojas de los abetos, pero no cubría las ya marchitas hojas del abeto azul.

“¡Yo soy un árbol fuerte!”, se decía cada día para sí mismo. Así que aprovechó cada pequeño rayo de luz, cada brisa de viento y cada copo de nieve para sobrevivir hasta que llegó el día en que los otros abetos crecieron tanto que tuvieron que ser derribados y desde aquel día el abeto azul pudo crecer en libertad.

## 5 El abuelo y la encina, Javier Navarro Sánchez

El niño jugaba en el campo cuando de repente se acercó a su abuelo y le exclamó: “¡¡ Abuelo!!  
¡¡ De mayor quiero ser como tú!!”

El abuelo, sintiendo curiosidad por el comentario de su nieto, le preguntó: “¿Y por qué quieres ser como yo?”

Y el niño le respondió: “Porque eres muy grande y me siento protegido cuando estoy a tu lado. Da igual que sea otoño, invierno, primavera o verano, pues aún con el paso del tiempo veo que consigues mantenerte igual de fuerte y siempre me das mucho cariño y amor.”

El abuelo, sonrió y dio un fuerte abrazo a su nieto, quien, sin más, volvió a preguntarle: “Abuelo, ¿dónde está el secreto para ser así?”

Y el abuelo le respondió: “En la encina...”

El abuelo cogió en brazos a su nieto y señalando al horizonte le dijo: “Observa esa inmensa llanura y contempla la belleza de cada una de sus encinas. Tienen diferentes tamaños, pero la frondosidad de su copa protege del sol al viajero que se refugia en su sombra bajo el techo de sus ramas.

»La perennidad de sus hojas verdes la hacen eterna tras el paso de las estaciones. Su hoja pequeña y vigorosa es capaz de aguantar el calor del verano y el intenso frío del invierno. Su fuerte tronco, y su corteza agrietada siguen el flujo de su propia naturaleza.

»Su fruto, la bellota, envuelta en su cascarón de color marrón, es un sustento para el ganado. Por eso, la encina es un árbol que representa la fuerza, la firmeza y la ancianidad.”



## 6 El amor más puro, Meritxell Soler Colomina

En Tasmania se encuentra el árbol más alto del mundo. Se trata de un Eucalyptus Regnans.

Había nacido con una esencia que le caracterizaba por ser muy presumido. Sabía que era bello en forma y olor. Cuando se sentía pleno de satisfacción cambiaba su corteza para así enseñar la particular combinación de colores que se forma en su tronco. Le gustaba agradar a todos.

Resultó estar situado en una zona muy pantanosa junto a un pueblo, lo que hacía que se sintiese muy útil ya que a él le gustaba mucho el agua y absorbía grandes cantidades; de esa manera, a los aldeanos no les llegaba humedad con exceso.

Cuentan que el motivo real de que creciese tanto fue porque también era admirado en el cielo. Una estrella se enamoró de su presencia e iba a visitarlo todas las noches para charlar con él. Durante el día ayudaba además con la gran sombra que proporcionaba y que era aprovechada para encuentros, descansos... mientras que de noche se comunicaba con su estrella favorita y entre charla y charla nació el amor más puro. Ella brillaba más que ninguna.

Pasaron los días y la estrella cada vez brillaba menos. ¿Qué debía pasar? ¿Estaría enferma? ¿No le quería ver más? Al eucaliptus cada vez le costaba más encontrarla. Estiraba su tronco y sus ramas lo máximo posible. Durante el día cogía fuerzas bebiendo mucha agua y por la noche buscaba a su estrella. De esa manera creció hasta conectar con el cielo y una vez allí comprendió que simplemente la tierra se había movido respecto al firmamento, que ese era el orden natural de las cosas.

Los dos, a pesar de todo, formaron una conexión entre el cielo y la tierra y con los años la gente de los alrededores descubrió que abrazando a aquel árbol podía recibir y alimentarse del amor más puro que fluía, creado por ellos. Y de esa manera entendieron que el hombre, la tierra y el firmamento formaba un solo todo y la armonía de la tierra con el cosmos. El tao.

## 7 El bello árbol, Juanjo Toré Moreno

Existía un roble precioso, esplendido, radiante, único en el hermoso bosque. Un roble amable, fuerte y de gran corazón.

Todos los animales lo admiraban porque incondicionalmente acogía en sus ramas sin distinción a todo ser necesitado de cobijo. Era querido por todos.

Un día de tormenta un rayo dañó el roble, lo dejó tullido, partido y deforme.

El árbol, de la desgracia hizo su fuerza, no le dio importancia a su aspecto magullado. Se comportó como invariablemente lo había hecho, servicial y amable con quien quería acercarse a él y eso hizo que su incapacidad física no se viese como tal, fue un ejemplo para muchos y la admiración del bosque.

## 8 El Dragón de ojos azules, David Mezcua Maciá

En la *noche de Kampaku*, los adolescentes subían al monte Ugi para amaestrar a su animal de poder. Después bajaban a las tierras de Sekkan y eran nombrados *Kampaku* (ayudante divino). Muchos emprendían la arriesgada escalada por alcanzar la cima donde se encontraban los animales. Allí los humanos intentarían amaestrar a los animales.

Todos los muchachos estaban alegres menos uno, Iezane, un niño al que le faltaba un brazo que había perdido cuando era pequeño, al caer de un árbol. En el monte Ugi, había lobos, águilas, osos, bisontes y también dragones. Había un dragón al que faltaba una pata. Era Enshin, un pequeño dragón de ojos azules.

Enshin la perdió cuando aprendía a volar. Cayó desgarrándose en los árboles hasta que la perdió. Enshin era muy valiente y querido.

Al día siguiente, los muchachos empezaron a escalar hasta la cima. Iezane miraba la escena desde el pie de la montaña: con un solo brazo era incapaz de escalar.

En la cima de la montaña todos luchaban: unos por intentar amaestrar a su animal y otros por escapar. Enshin pensaba que la esclavitud de unos no podía ser la felicidad de otros.

Enshin echó a volar y vio abajo a un niño, jugando solo. Iezane no vio al dragón hasta que giró la cabeza. Iezane preguntó a Enshin si quería jugar con él. Así fue como Enshin y Iezane se hicieron muy amigos.

Las personas se asombraron al ver a Iezane, montado en un dragón de ojos azules y tres patas. Los otros muchachos acabaron derrotados y extenuados. Kashikoi el maestro dijo:

—Ningún pueblo puede emprender un camino de conocimiento con luchas y disputas; solo la felicidad, el amor y la amistad pueden ser la base de un gran reino.

## 9 El espíritu del almendro, Alexandra Bartrina Rexach

En medio de una montaña muy grande había una pequeña casa de piedra donde todo fluía con una gran armonía: los animales, los árboles, la gente que vivía ahí, todo era un estado de paz absoluto. En esta casita vivían dos personas muy conectadas a la naturaleza.

Un día llegó una yegua blanca preciosa. Se llamaba Cendra. Era muy grande y cariñosa, sus ojos eran enormes i negros, su cola larguísima y rubia. Cendra siempre se paseaba bajo un gran almendro, un árbol precioso.

De pronto, el árbol empezó a bajar las ramas y a perderlas, pero Cendra siempre estaba con él. En pocos días, la yegua empezó a enfermar dado que su edad ya era muy avanzada. Una mañana escucharon como otros caballos se juntaban todos debajo del almendro. La familia que vivía ahí se acercó y vio a la yegua tumbada en el suelo: se estaba apagando. En pocas horas, vieron como su enorme corazón empezó a latir cada vez más lento hasta que finalmente se apagó del todo.

Entre todos decidieron enterrar a Cendra debajo del almendro y así se hizo. Fueron pasando los días y poco a poco el árbol empezó a levantarse, sus grandes ramas empezaron a crecer y en pocos días sus hojas también comenzaron a salir de nuevo.

El espíritu de Cendra empezó a brillar dentro del almendro, y esa unión del animal y el gran árbol fue disfrutada por toda la familia que vivía ahí y más aún por todos los caballos y animales que fueron a despedir a Cendra. Porque desde aquel día todos notaron como su espíritu se quedaba en el almendro, convirtiéndose en un lugar de unión donde todos ellos iban ahí cada día para sentir su espíritu.

## 10 – El garrofer etern de les Terres de l'Ebre, Emma Buera

Hi havia una vegada, a les Terres de l'Ebre, un garrofer majestuós: era gegant, verd i molt frondós. A la tardor, regalava centenars de garrofes a la família que cuidava. Quantes garrofes! Quants anys deu tenir? Qui dels nostres avantpassats el va plantar?

El garrofer formava part del paisatge. De manera natural estava integrat a la terra. Cap dels membres de la família es podia imaginar la vida sense el garrofer perquè per sempre més s'havia adaptat a les inclemències meteorològiques de la zona. El garrofer, un lluitador, creixia i creixia... i també en silenci vivia el pas del temps. Ell anava fent quiet i calmat, anava produint arrels i més arrels que bussejaven en una terra fèrtil i humida.

Un matí, el pare de la família, es va aixecar molt aviat, i mirant al sol, no el va poder veure... Què havia passat?

Llavors, en adonar-se que s'havia fet tant gran i tant frondós el garrofer, i que tapava els raigs del sol, en un rampell de ràbia, va decidir tallar-lo.

L'avi de la família enfadat el va advertir que estava anant contra la natura i que faria una barbaritat.

El pare tot cabut va començar la tasca de talar-lo i de tant gran i majestuós com era, va tardar quasi cinc hores en acabar de tallar-lo.

Va quedar una imatge desoladora, quedava un buit. Silenci. Pena per a la resta de la família.

Ningú no s'atrevia a trepitjar aquell terra que havia estat ple d'aquella catifa de garrofes... En fi... Va arribar l'hivern, les pluges i el temps passava, i la vida també.

Però cap al mes d'abril, quan el sol escalfa suaument, tota la família va decidir sortir a fer una passejada conjunta.

—Pare, pare —cridaven els nens—, un miracle! Les pluges de l'hivern i les carícies del sol havien fet brotar les fortes arrels que bussejaven des del seu inici, i aquell vell garrofer, poc a poc havia esdevingut un garrofer jove que creixia amb alegria.

Aquell dia va ser una festa per a la resta de la família que tan afectada havia quedat després de la tala, sobretot, l'avi de la família. El pare tot emocionat, es va adonar de tot, de la veritat de la vida.

El garrofer els havia donat una lliçó: malgrat les dificultats havia tornat a nàixer.

Tant les coses bones com dolentes passen, perquè som un canvi constant, tant se val ser un garrofer, com un jove, l'important és seguir l'essència de viure.

## 11 El hombre y el hijo del leñador, Antonio Galofré Placed

Los rayos de sol empezaron a asomar tras el monte Hermón trayendo la fuerza de la corriente del río Jordán en su camino hacia el mar de Galilea. A su paso por Ramot-Naftalí, en el bello valle de Hula, junto al frondoso bosque de cedros de Nabi-Yesha, sus aguas ralentizaban su paso.

Ya había pasado aquella violenta tempestad que se inició la noche anterior. Los estremecedores rayos habían roto la oscuridad de la noche, provocando incendios que las trombas de agua sofocaban rápidamente.

Mi padre, al que siempre había amado y respetado a pesar de que su trabajo de leñador me causaba tristeza por herir mortalmente con su afilado metal a aquellos cedros que yo tanto amaba, se puso al mando de los hombres del pueblo, dirigiéndose al bosque para iniciar la tala. Yo ayudé cargando la madera cortada en el carro y llevándola hasta el pueblo.

Avanzaba el día y mi tristeza por ver tanta naturaleza destruida. En uno de los viajes, una rueda se atascó entre unas piedras. Empecé a llorar desconsoladamente. Poco después oí una voz cálida, amable y profunda, ofreciendo su ayuda. Era un hombre muy alto, con barba y larga cabellera, vestido con una resplandeciente túnica blanca.

Con su cayado y entre los dos pudimos liberar la rueda. Me pidió que le llevara hasta la fuente de la entrada del pueblo. Durante el camino me empezó a hablar como si ya me conociese, leyendo mis pensamientos y sabiendo de mis sentimientos.

Me explicó la importancia de los ciclos en la naturaleza, de los elementos que dan vida y que pueden quitarla, como el metal del hacha, el fuego de un incendio, el agua torrencial, la madera de un cayado, la tierra sobre la que vivimos. Me explicó como su padre, carpintero, le había enseñado a trabajar con los cinco elementos para crear belleza y armonía y beneficiar a toda su comunidad.

Entendí la grandeza de vivir entre el cielo y la tierra; comprendí el verdadero sentido de la vida, aceptando que los elementos de la naturaleza se manifiestan tanto en su fase de reposo como en su estado más violento, que ambas formas son necesarias y deben coexistir para renovar la vida.

Cuando llegamos, me llamó por mi nombre, colocó su mano sobre mi cabeza transmitiéndome una sensación de amor puro y sabiduría, me sonrió y bajó. Tardé unos segundos en reaccionar; quería expresarle mi agradecimiento y preguntarle su nombre, pero incomprensiblemente, había desaparecido. Solo encontré su cayado, que tenía incrustado una extraña pieza redonda, mitad piedra blanca, mitad negro metal, de la que salía un fino hilo de humo, como acabada de soldar.

## 12 El *ipe* de fuego, Daniela Pascual

Aún era invierno y al otro lado de la calle estaba el *ipe* dorado, ascendente como el sol, caliente como el fuego, mostrando la transformación, mostrando con sus hojas amarillas el color del cambio de las estaciones.

Desde pequeña miraba el *ipe* con admiración; eran los ciclos transformadores de la naturaleza y el ser humano que se sucedían para trasladar a las personas desde el invierno a la primavera, que en esta tierra es tan caliente como el verano. Observaba el cambio, una auténtica espiración que a la vez inspiraba a todas las personas.

Una conexión entre el cielo y la tierra, su color se mezclaba con el sol que se escondía, conexión de fuego; el cielo tiene su mismo color brillante al final del día. Fuego que arde en rojo y naranja, uniéndose al *ipe* amarillo que aporta tanto sol en el brillo de la mirada. Era como la fuerza de un dragón.

Al mismo tiempo que florecían los *ipes* amarillos, florecían los *ipes* blancos que expresaban frío, calma, plenitud y la certeza de que los hermosos árboles amarillos traían esperanza, oro, calor y la excitación de un verano caluroso y cercano. Sus hojas blancas yacían en el suelo como la nieve que abraza el invierno. Sus flores descendían como el agua, confiriendo la ligereza de un invierno tardío. Eran luna, noche y quietud en su esencia. El momento final.

Un escenario que contenía oposición, interdependencia, cantidad y proporcionalidad en su divisibilidad, toda una transformación en su propia esencia. Energía en movimiento, emoción. Yin transformándose en yang. Era primavera.

¡Ah, los *ipes*! Expresividad en forma de árbol. Transformación de todo lo existente en el universo. Así es. El fluir del *tao*.

### 13 El olivo, Carme Vila Verdú

Cuando nació Arés, su abuela Filo le regaló un olivo; era un olivo chiquitín, en una pequeña maceta.

A medida que la niña se fue haciendo mayor, sus padres decidieron que debían trasplantarlo, porque ya no cabía en su pequeña maceta. Eligieron una zona del jardín de su casa, un espacio en el que no había ningún otro árbol; así, pensaron que tendría todo el espacio necesario para crecer a su antojo.

Cada tarde, la pequeña Arés iba a jugar al jardín con su abuela, corría y saltaba alrededor del olivo, viendo como día, tras día, ella y el olivo se hacían un poco mayores, más altos, más grandes, más fuertes, y la abuela, un poco más anciana, más débil, más frágil.

Un invierno, después de una gran nevada, abu Filo se apagó. Arés lloró su pérdida desconsoladamente. ¿Con quién iría a jugar al jardín alrededor del olivo?

Después de varios inviernos y otras tantas primaveras, la joven Arés fue a la casa de sus padres. Hacía tiempo que no los visitaba, esta vez tenía una noticia especial que compartir. Al llegar, visitó el jardín, su jardín. Se sentó bajo el olivo, de raíces profundas y tronco grueso, de sombra discreta y hojas juguetonas. Percibió el paso del tiempo, ya no era una niñita, pero a la vez pensó: “¿Qué era el tiempo?” Desde ese lugar, percibió paz, su paz interior, un espacio seguro intemporal, un lugar llamado *tao*, o no...



## 14 El olivo *wu wei*, Mercè Salinas Fitó

Durante años realicé la misma rutina cada mañana al levantarme. Durante años acostumbraba a salir al jardín a tomar mi té en solitario, en silencio, nadie más, solo yo y mi taza de té. Bueno sí, también estaba él, también estaba el olivo que al fondo del jardín me acompañó durante años.

Solía salir y sentarme en silencio, respirar en calma y llenarme de la paz de la mañana, no hacía nada, solo mirar al frente y contemplarlo, contemplar al viejo olivo que en silencio sin importarle nada, permanecía firme y majestuoso al fondo del jardín.

Qué tranquilidad, qué bienestar, qué seguridad que me aportaban aquellos momentos.

El olivo daba muchos frutos que ofrecía a los numerosos pajarillos que cada otoño se posaban en sus ramas. A cambio y en agradecimiento ellos nos regalaban preciosos cantos que hacían de mis mañanas otoñales algo muy especial.

Un día a la familia se le ocurrió que sería genial si instaláramos una piscina en el jardín. Deberíamos quitar el viejo olivo ya que ocupaba un espacio necesario. A nadie le pareció un gran inconveniente; total, aquel viejo olivo no aportaba nada, no hacía nada allí, solo, al fondo del jardín.

En menos de un mes tuvimos nuestra piscina. ¡Qué bien!, ¡qué bien lo pasaríamos en verano!

Poco a poco, sin darme cuenta, dejé de salir a tomar mi té al jardín, poco a poco aquellos momentos desaparecieron de mi vida. Un día los recordé y tomé la decisión de recuperarlos, pero ya no eran igual, ¿qué había pasado? A la llegada del otoño tampoco nos visitaban los pajarillos, ¿dónde habían ido?

Tardé en comprender que lo que hacía de mis momentos “algo especial”, lo que los hacía “mágicos”, era el viejo olivo, que hacía sin hacer.

No hacía nada y lo hacía todo.

## 15 El ritmo de la vida, Marzena Anna

Había una vez una perrita que de pequeña llevaron de viaje a un lugar lejano donde la esperaba su nueva familia. Era un pueblo situado cerca del mar y rodeado por un bosque de abedules. Sus largos troncos cubiertos de corteza blanca impresionaban con su ligereza y elegancia. A los niños le encantaba jugar allí al escondite, todos esperaban ilusionados la llegada de la perrita.

La perrita estaba un poco asustada ante lo desconocido, no sabía dónde la llevaban ni qué iba a pasar. En la puerta de casa la esperaba un matrimonio con un niño de diez años. Recibieron la perrita con alegría y cariño. Desde el primer momento ella y el niño se hicieron inseparables. Cada momento libre lo pasaban juntos corriendo por la playa, bañándose en el mar, jugando con la pelota en el bosque, disfrutando en cada momento.

Un día de verano se levantaron muy temprano para ir a bañarse en el mar, emocionados y con prisas; antes de llegar a la orilla la perrita sufrió un accidente y se rompió una de sus patitas. Era necesario operarla urgentemente. Por suerte, todo salió bien: solo necesitaba dos meses para recuperarse. La familia y el niño le dieron todo el cariño y la cuidaban día y noche. Estaban seguros de que volvería a caminar pronto. La perrita se dejaba cuidar y con naturalidad aceptaba su situación, pacientemente pasaba el día tomando el sol en la terraza. Finalmente llegó el momento que empezó a correr de nuevo.

Pasaban los años y la perrita fue madre de tres preciosos cachorros. Era muy atenta y vigilaba cada paso de sus pequeños. Ya pronto disfrutaban juntos corriendo por el bosque y la playa.

Pasaron meses y la perrita tuvo que separarse de sus hijos. Ella entendía que eran grandes y ya no la necesitaban. Al estar muy conectada con los ritmos de naturaleza lo aceptaba y simplemente seguía su instinto.

Pasaban años. La perrita enfermó y de nuevo consiguió recuperarse. Gracias a su paciencia de nuevo disfrutaba sus paseos. Con el tiempo el niño, ya hecho un hombre, decidió marcharse de casa para hacer su vida. Al despedirse de la perrita, supieron los dos que un día volverían a verse. Y así fue. Una mañana la perrita estaba en la terraza y desde lejos vio un hombre que llevaba en los brazos una niña. Efectivamente era él, su mejor amigo. Ha vuelto a casa para presentarle su preciosa hija Lara. Pasaron días juntos paseando y corriendo por la playa...

La vida de todos seguía su ritmo. El mismo ritmo que la naturaleza y todo el universo.

## 16 El sonido del álamo, Asier Odriozola Cuesta

Una mañana de otoño un joven con expresión circunspecta se acercó a un maestro que permanecía en estado de quietud y meditación a los pies de un álamo centenario. El joven le preguntó: “No sé quién soy, maestro, y me gustaría saberlo.” El maestro le respondió cálidamente: “Te invito a que me acompañes hasta el próximo otoño.” El joven, algo perplejo, aceptó la sugerencia del maestro.

Y así pasó cada estación, una tras otra, hasta que el primer día del siguiente otoño el maestro abrió los ojos y le consultó al joven si ya sabía quién era. El joven respondió: “He escuchado cómo la savia del álamo subía en primavera y verano hasta su copa y bajaba a sus raíces en otoño, cómo en invierno el árbol permanecía en latencia sin movilizar savia alguna, cómo la vida se hacía paso en primavera y la energía emergía hasta desencadenarse en fruto, cómo sus ramas y brotes eran el hogar de una comunidad de seres vivos, y cómo sus hojas al marchitarse en otoño caían y se disolvían en el manto del suelo para alimentar sus raíces, o cómo sus ramas y hojas se extendían y desplegaban buscando la luz del sol sin vacilar.

»Pero maestro, también he sufrido en el estío el sudor, el cual me secaste y el calor del sol ardiente, del cual me apartaste colocándome a la sombra de este sabio árbol; el agua fría y gélida del invierno que me hizo tiritar hasta casi enfermar, de la cual me protegiste con una cobija; el agitado viento de la primavera que me perturbaba y secaba mis ojos, del cual me resguardaste con un sombrero de paja; o la humedad acumulada en la tierra del otoño que me estremecía, de la cual me preservaste con una planta de anís. Gracias maestro por acompañarme, pero no sé si lo volvería a repetir.”

A lo que el maestro añadió: “Hiciste lo más difícil, que fue permanecer. Solo te queda aceptar: es ahí donde sabrás quién eres, donde el *tao* se expresa como este álamo que no pretende ser ni el sol ni el agua ni la tierra que lo sustenta ni el viento que lo mece, pero sí permanece erguido y acepta lo que cada uno de ellos le enseña.”

## 17 Fluir como el dragón en el agua, Antonio Joaquín Barreto Reyes

Fondo del océano, una grieta, fuego y agua moldearon una isla. En mirlo llegó una esfera. Depositada en tierra. Con calor, humedad y oscuridad desarrolló su virtualidad un drago.

“Mi *de*, virtualidad, expresa un brote blanco; desde su superficie se expande y bifurca, del uno al dos. Yin: raíces blancas y naranjas hacia la oscuridad, la tierra. Yang: verdes espadañas hacia la luz, el cielo. Soy hierba majestuosa. Tronco gris plateado, espadañas en su extremo, mis flores amarillas cambiando a frutos verdes luego anaranjados.

»*Wu wei*, sin forzar, mis raíces penetran entre los resquicios de las grietas y se expanden en la tierra permeando su esencia y mis espadañas surcando el aire hacia el cielo absorbiendo luz. Ser entre cielo y tierra. No sé explicarte cómo se desarrollan las raíces en la oscuridad de la tierra, el líquido en las entrañas, las fibras de mi interior, la dura corteza, la expansión de ramas, delicadas flores, frutos anaranjados en baleos, pipas esféricas, las hojas verdes con forma de espadas. . . Todo mi ser elaborado de aire, luz y líquido mediante el *wu wei*. Todo queda realizado sin hacer.

»Pasados catorce años un baleo de flores brotó por primera vez. Dejó en el tronco un hueco y brotaron troncos a su alrededor.

»Tras catorce años nuevas flores y frutos. Raíces más profundas, ramas más altas. Mis telómeros expresan tiempo de vida. Espadañas secas nutren plantas; flores, alimento de insectos, mutadas en frutos naranjas, comida de lagartos y pájaros.

»Todo lo tomado de Gaia vuelve, al cabo de cientos de años, a ella. Soy ser de Gaia que viaja en la superficie de un grano de estrella. Adapté mi existencia al *dáo*, inescrutable, generador y transformador de diez mil seres.

El *yu*, la manera correcta de seguir el camino, espontáneamente, fue experiencia *autotélica*.”

## 18 L'ametller, Lorena Manonelles Carbonell

Hi havia una nena a qui, en tornar de l'escola, agradava veure el seu iaio treballant a l'hort. Cada tarda l'observava encuriosida mentre ell contemplava l'ametller florit. Fins que un dia va entrar a l'hort, i li va explicar que trobava misteriós el que feia cada tarda. Aquell home de mirada bondadosa li va xiuxiuejar que aquell arbre era un mestre i ell n'estava aprenent.

La nena es va quedar confosa i sense paraules. Així que va somriure tímidament i va marxar. Estava capficada en el que li havia dit el seu iaio i va tornar a l'hort. El va trobar palplantat davant l'ametller. La nena es va quedar dreta al seu costat i el va imitar tot contemplant aquell arbre tan bonic. Mentrestant li va preguntar per segon cop per què mirava tan concentrat l'ametller, si creia que així faria més ametlles o viuria més anys. L'home li va dir que l'ametller era el seu mestre justament pel motiu contrari.

—El pots contemplar, admirar, li pots cantar cançons o hi pots parlar, però també és possible que ningú el miri durant setmanes o fins i tot mesos, però ell no s'immuta, i continua el seu cicle vital, passant per aquest estat encisador.

La noieta encara estava desconcertada. Aquell bon home, li va demanar que segués i l'escoltés.

—En dir-nos que som guapos, intel·ligents, simpàtics, i tot allò que ens fa sentir bé creiem que tenim aquestes qualitats. Però l'ametller no necessita que li reconeguim la seva bellesa per ser bell. Tu ets bona persona perquè ho ets, no perquè algú t'ho digui.

La nena va fer una abraçada llarguíssima al seu iaio i un somriure a l'ametller i va marxar tan encantada que semblava que volés.

## 19 La enseñanza del roble, Iñigo Aramendi Abendaño

Aquella tarde, el maestro les permitió meditar en el jardín. Él, ligero, marchó hacia el viejo roble. Le encantaba aquel árbol, símbolo de su tierra, expresión de la fuerza de su pueblo, de su permanencia, de su continuidad. Cerca del roble se sentía fuerte, con mucha energía. Mientras, su cabeza bullía, dándole vueltas a la última frase que les había dirigido el maestro: “En todo lo que hagas, no hagas nada”. “¿Cómo es eso posible?”, se decía. No tenía sentido.

Sentado en la postura correcta, contempló el roble. Una hilera de hormigas recorría la base del árbol. ¡Las raíces! Algunas sobresalían del suelo. De un modo invisible nutren al árbol y, al mismo tiempo, le dan soporte. Siguió el recorrido de las hormigas hacia el ramaje. Allí descubrió un nido de gorriones. Las ramas sostenían aquella pequeña casa, acogiendo y guardando la vida que albergaba. Observó las hojas verdes, de puntas redondeadas, y tomó conciencia del proceso de intercambio de gases que se producía en ellas, siempre de un modo callado. ¡Vida! El roble, sin jactarse de ello, era sustentador de la vida. Y, de repente, comprendió. Toda aquella actividad desplegada por el roble era sencillamente expresión de su propio ser y, sin pretensión, sin objetivo, sin deseo... hacía. Se trataba de un hacer sin hacer. Se sintió, al mismo tiempo, muy alegre y conmovido.

Escuchó, entonces, el sonido de la campana que le indicaba que era momento de regresar. Se levantó y, sintiendo un enorme respeto, ofreció al roble un gesto de agradecimiento. Antes de marcharse, abrazó a su nuevo maestro.

## 20 La caricia del sauce, Laura Castro García

La cálida caricia de un rayo de luz me despierta de la siesta. Abro los ojos y veo al sol colarse entre las largas ramas del sauce llorón. Su nombre melancólico no le hace justicia. Es un árbol hermoso y elegante, de ramas largas y flexibles, que posee fuertes raíces. Y le encanta el agua, la fuente de la vida. Es habitual ver sus ramas acariciando el agua, o el agua acariciando sus ramas, quién sabe...

Sus hojas alargadas aumentan su belleza. Y su corteza nos ofrece un remedio natural contra la fiebre y el dolor. Por eso, siempre que vengo me gusta acariciar su tronco, en señal de agradecimiento.

He pasado muchas tardes sentada con mi abuelo debajo de este árbol, en silencio, observando su majestuosidad. A veces, abría los ojos mientras mi abuelo descansaba con la espalda apoyada en el tronco y me quedaba observándole. Parecía estar dormido, pero cuando la brisa movía las ramas del sauce y estas acariciaban su rostro podía apreciar cómo se dibujaba una débil sonrisa en sus labios. Parecía como si el árbol le susurrara algo al oído y él le respondiera con su sonrisa. Cuando les observaba a los dos sentía esa relación de respeto mutuo que había entre ellos. Era como si los dos se fundieran en un solo ser...

Ahora, me gusta venir aquí siempre que puedo, lejos de la ciudad, y sentarme debajo de su imponente copa, mientras mi mente se relaja y voy sintiendo poco a poco esa profunda conexión con el sauce, con mi abuelo y con todo lo que me rodea.

## **21 Mi árbol no hace nada, Elisenda Valbuena**

Mi árbol sin hacer nada, ofrece todo lo que es propio de su naturaleza, en el momento apropiado, en el lugar apropiado: ahora, en agosto, está lleno de hojas de color verde intenso, firmes, agarradas fuertemente a las ramas, ofreciendo sombra y cobijo a personas y animales.

Su propia existencia, sin proponérselo, aporta oxígeno y transforma la luz en materia orgánica, para alimentar a otros seres, y no hace nada...

Poco a poco, sin hacer nada, siguiendo el ritmo de las estaciones, simplemente siendo sin hacer, sus hojas irán cambiando a un color verde más claro, luego amarillo, luego marrón, hasta que suave y lentamente con una ligera brisa se irán desprendiendo, unas antes, otras después, sin obedecer a ninguna orden, caerán al suelo; el árbol no hace nada, todo sucede por sí solo, en un cambio constante, hasta que sus ramas peladas, como palitroques inertes, sin queja ni impaciencia, siendo sin hacer, sin esperar la primavera, siendo cada día según las condiciones, en un cambio constante instante a instante...

Y yo que vivo mis días con reloj y calendario, un día de marzo me sorprenderé al ver asomar unos diminutos brotes verde primavera.

Unas nuevas condiciones harán que sucedan otros acontecimientos, sin hacer nada.

Mi árbol no hace nada y nada queda por hacer.



## 22 Un parque, una secuoya, Nusch

Érase una vez, en un lugar no muy lejano y una época bastante cercana, un parque con árboles majestuosos de esencias y orígenes muy diversos. Entre ellos, una secuoya. Género conocido por su longevidad y por ser de los más altos del mundo.

Después de décadas de armonioso desarrollo, parte de sus hojas empezaron a secarse y caer. Los jardineros encargados del parque empezaron a buscar la causa del problema. Enviaron una muestra de las hojas enfermas a un laboratorio, mas los diferentes análisis y opiniones de los expertos no elucidaron el problema. Hasta que un día, un grupo de personas que se reunían regularmente en el parque para beneficiarse de la armoniosa energía que emanaba de sus árboles observó que se había producido un cambio sustancial en el entorno del árbol.

El parque había sido creado en unos parajes naturales donde se respiraba aire limpio y puro, alejado del centro urbano, en un ambiente de paz y tranquilidad donde reinaba el silencio. Pero con los años, el pueblo se había extendido y se habían construido viviendas ya en las inmediaciones del parque y un ancho paseo donde los niños venían a jugar y los jóvenes a pasear en moto. Los vecinos habían tomado la costumbre de reunirse allí, no para disfrutar de la serenidad de los árboles, sino para charlar, pero a menudo discutían, hablando a voces, criticando e intercambiando experiencias e informaciones mayormente negativas.

Se tardó bastante en pensar que esos nuevos factores: el ruido, la contaminación acústica, los coches y las motos, la contaminación del aire y las relaciones basadas en intercambios negativos podían tener algo que ver con el malestar del árbol. La secuoya ya no crecía y seguía perdiendo muchas hojas hasta que se cerró el paseo para reubicarlo más cerca del centro urbano. Cuando los alrededores del parque volvieron a las condiciones primitivas de silencio, paz y tranquilidad, la secuoya reemprendió su crecimiento.

Intentemos no interferir con la naturaleza, dejar nuestro afán de dominarla para aprender a observarla y respetarla. Todos saldremos ganando, es decir creciendo más serena y armoniosamente.