

RECOPILACIÓN

CUENTOS TAOISTAS



autores

Practicantes de Qigong
Curso Formación Qigong 8ª Promoción



e-book editado en Sant Jordi 2017
Barcelona

Pintura portada: Núria Leonelli

Corrección y revisión de estilo: Cortesía de Isabel Finat, El Masnou

Índice

1	Árbol comienza por A de amor , Esther López Álvarez	4
2	Bajo una encina , María del Pilar Quiroga Olivar	5
3	Cal Farreras , Miquel Quixal Martínez	6
4	Conversando con mi hijo , Minerva Jiménez Pera	7
5	Desde el jardín , Hipólito Román Robaina Guerra	8
6	El abuelo Rafael y el árbol guardián , Francisco Garcia Siles	9
7	El árbol , Pedro Jordán Gómez	10
8	El árbol que no conocía su valor , Xiomara del Valle López López	11
9	El maestro del bosque , María Isabel Loízu Martí	12
10	El roble que escuchaba demasiado , Xenia Mercedes Morilla Castillo	13
11	Entre tus ramas , Encarnación Quesada Montiel	14
12	La belleza está dentro de ti , Jihad Masmoudi	15
13	Mo en el camino de piedra , Leire Rosa Oyarzabal	16
14	Nuestro árbol , Ana Martín-Aragón Gelabert	17
15	Petit arbre , Verónica Arroyo Rodríguez	18
16	Ringo, la araucaria y el valor de escucharse , Francesc Boguñá Chesa	19
17	Tu corazón lo entiende , Lisset Expedita Salazar Moreno	20
18	Un pino , Belén Llorens Valverde	21
19	Y si...? Pilar Bellod de Sitjar de Togores	22
20	Yan Ann , Adela Lucia Beiram Martín	23

Prólogo

Los chinos desde la antigüedad rinden culto a los árboles porque son las criaturas energéticas vivientes más grandes, viven mucho más tiempo que las personas, son enormemente adaptables y soportan admirablemente las inclemencias del clima, sin perder en ningún caso una actitud firme y a la vez humilde durante todas las estaciones del año. Las cualidades que más admiran son la permanencia o perennidad y el talante: siempre verde ante cualquier adversidad.

El pueblo chino reconoce y agradece a los árboles toda su generosidad: ofrecen alimento, medicamentos, papel, madera para fabricar herramientas y construir casas, energía para calentar y cocinar...

Las raíces anclan en la madre tierra y el tronco erguido se expande en copa para recoger la energía del cielo. Son un eslabón entre la tierra y el cielo, son el eje del mundo. Es fácil comprender un árbol, solo basta con detenerse y sentir para vivenciar todo su poder.

Cuentos que narran historias de árboles. Cuentos escritos desde el corazón y con el corazón, de forma intuitiva y espontánea.

núria leonelli i sellés

1 **Árbol comienza por A de Amor, Esther López Alvarez**

Dios del bosque, que se despliega ante mí
qué milagro obró la naturaleza...
que te hizo majestuoso, y te nombró Árbol.

Árbol libre de odio, henchido de sabiduría
árbol libre de temor, sin miedo al paso del tiempo
árbol libre, Árbol eterno
espíritu de paz. En paz
Ni el paso del tiempo te achica
ni la gelidez del frío invierno
siempre, inmutable permaneces.
estación tras estación, resurges cual ave fénix
a la llegada de los pájaros y sus alegres cantos.

Como olvidar tu sombra acompañándome en mis días de colegio, día tras día crecimos juntos, compartimos el placer de los días de lluvia, jugamos con el viento y en las largas tardes de verano, tú fuiste mi mejor amigo, en tu sombra aprendí a respirar la naturaleza, nadie como tú me enseñó... tan solo con tu presencia y en silencio, la cadencia del momento presente, querido árbol amigo fiel de mi niñez.

Recuerdo con mucha ternura esos años en los que el tiempo corría lento pausado, en los que jugar en la calle era lo normal de cada día, en los que casi todo dejaba un sabor a sencillez, esos tiempos en los que fuimos uno. Hoy en día los niños corretean a tu alrededor, sin saber que... quien vela sus juegos sus risas, su infancia, es mi árbol, el mismo que veló mi infancia, y hoy por hoy...sigue siendo mi gran amigo, con el que sigo compartiendo mis secretos y anhelos.

Para ti, esta historia, un homenaje a mi Árbol, y a todos los Arboles del mundo que aman la tierra, agradecen la lluvia y respetan la naturaleza.

2 Bajo una encina, María del Pilar Quiroga Olivar

Sentada bajo una encina al refugio del Sol del verano, miro el horizonte y veo una magnífica e imponente montaña, el silencio se expande en mi interior; me tumbo sobre la tierra a los pies del árbol y miro entre sus ramas pasar golondrinas cruzando un cielo azul sin nubes. Sumida en el silencio, protegida por sus ramas, huésped de la tierra que cubre sus raíces... miro las hojas inmóviles bajo el sol, su tronco me sonrío y mis pensamientos navegan a la deriva entre el calor y la quietud.

Cierro los ojos... e imagino... estaría bien que los humanos actuáramos como los árboles. Generosos, no piden, regalan su belleza y utilidad a todo y a todos. Si quisiéramos podríamos dar sin pedir, ofrecer cobijo y alimento sin esperar que se nos agradezca.

Sería hermoso ser como ellos.

Un poco ya nos parecemos.

Como el árbol nacemos de una pequeña semilla que creció en la humedad oscura del vientre de la tierra, y crece hacia el cielo porque sus raíces le apoyan y nutren ¿acaso nosotros no crecemos por el amor y los cuidados de nuestros padres, y parientes?

Como él cuando niños somos tiernos, flexibles; nos movemos libremente, reímos felices como hojas y ramas nuevas que bailan movidas por el viento.

¿No buscan nuestros pensamientos la luz del cielo como lo hacen sus ramas? La lluvia lo humedece como las lágrimas enternecen nuestro corazón, y queremos que nuestros brazos tengan su fuerza para proteger lo que amamos como él hace con el nido del pájaro.

Como el árbol nos secamos con el tiempo y ardemos en el fuego como tronco cortado sin vida y nuestras cenizas pasean como hojas movidas por el viento de otoño, en tanto que nuestra semilla espera paciente el soplo dulce del aire que nos deposite de nuevo en la tierra amiga y acogedora como el vientre de una madre, para que el calor de los rayos del sol nos despierte y volvamos una vez más a crecer entre el cielo y la tierra.

Abro los ojos, respiro profundamente... tumbada bajo esta encina... me fundo con ella... una única y misma vida.

3 Cal Farreras, Miquel Quixal Martínez

A la serra de l'Ordal, entre Olivella i El Pagò, hi havia un mas construït a finals del segle XVIII on vivia la família Farreras: el Josep, la Carme i els seus tres fills, dos nois i una noia. Però els dos fills grans van marxar a estudiar a Barcelona i van trobar feina allà.

Al voltant del mas hi havia un trentena d'arbres de diferents varietats: pins, roures, avets, oms, palmeres i xiprers; molts d'ells els hi havien plantat arran del naixement d'un fill. De fet, els arbres que envoltaven la casa parlaven per si sols i si els miraves et quedaves perplex, ja que tenies pensaments agradables, sensacions de tranquil·litat i pau al cor i a la ment.

A la tardor el vent bufava i deixava una catifa de fulles pel voltant de la casa i creava remolins semblants a un ball. Cap a la primavera tot començava a florir, els arbres lluien un color verd intens i al contemplar-los senties com si tornessis a néixer, podies veure la força de la natura reflectida en els brots dels arbres. Uns feien flors, d'altres pinyes que començaven a obrir-se, o desprenien boletes que eren petites llavors que queien a terra. El vent de primavera els movia de lloc, els ocells feien els seus nius per deixar els ous dels nouvinguts. Aleshores començava l'explosió de la natura.

Així que per la família Farreras els arbres no només eren uns productors de fusta, sinó uns éssers conscients amb esperit. Eren els canals de llum entre el cel i la terra; els protectors del mas, ja que el protegien dels forts vents i l'intensa xafugor de l'estiu; a més, feien que les terres del voltant fossin més riques i humides, i els hi donaven fruits i un espectacle contemplatiu sanador i purificador. Per tal de mantenir la casa era necessari saber conviure amb l'entorn natural que envoltava el mas.

Un estiu, a un dels germans li van diagnosticar una malaltia pulmonar amb difícil solució. El metge va dir-li a la família que viviria pocs mesos, així que van decidir que el noi es quedés al mas a viure els últims dies de la seva vida. El Ramon es seia davant dels arbres i, de forma inconscient, feia una meditació visualitzant l'arbre que van plantar els seus pares el dia que va néixer; contemplava com de mica en mica perdia totes les fulles i es quedava només amb les branques seques i mort. Però, afortunadament, el Ramon va superar la malaltia que els metges donaven per incurable i en recuperar la salut va seguir treballant al mas amb la seva família, i va viure molts anys gràcies a l'arbre que va donar-li tota la seva energia perquè ell pogués seguir el seu camí.

4 Conversando con mi hijo, Minerva Jiménez Pera

Mamá ¿por qué te gusta tanto sentarte debajo de un árbol? -preguntó el niño siempre atento a su madre.

Porque acercándome a él—respondió ella- entiendo la naturaleza del universo y de la vida.

En ese instante el niño sonrió; su curiosidad se leía en sus brillantes ojos abiertos de par en par deseando seguir escuchando lo que su madre tenía que explicarle.

-Mira, el árbol nace de una pequeña semilla, como naciste tú en la barriga de mamá. Después, hunde sus raíces en la tierra buscando el agua y los minerales que en ella hay para alimentarse, y levanta su tronco y sus ramas buscando la luz del sol y el oxígeno del aire,....

-Y ¿para qué, mamá?

-Para transformarlo todo en energía. Así consigue estar en equilibrio yin-yang-le explicaba la madre mientras el niño escuchaba tan atentamente que parecía estar en un sueño mientras miraba el árbol.

-¿A que tú también necesitas comer y respirar?-le dijo la madre.

-Si mami, pero siempre me dices que cuando como los alimentos van a la sangre para obtener esta energía-le respondió el niño riéndose con picardía.

La madre sonriendo cariñosamente le contestó:

-Los árboles contienen la savia, hijo. A través de ella se distribuye la energía, igualito que la sangre y los meridianos en nuestro cuerpo. De hecho, si los observáramos atentamente podríamos aprender mucho de ellos. Por ejemplo, su aspecto y color cambian según la estación del año. Se adaptan al invierno, primavera, verano y otoño acumulando energía, floreciendo, dando frutos y posteriormente dejando ir las hojas, es el camino de la naturaleza, el camino de fundirse con la armonía esencial de todas las cosas, el camino de la vida, ...

-El Tao!

-Eso es-respondió la madre dejando escapar una carcajada al oír la espontánea respuesta - Los árboles están en el estado normal de paz y evolución, que es el orden natural de las cosas: fluyen, no se resisten al viento sino que bailan con él permitiéndole al viento cantar entre sus hojas. ¿Lo escuchas?

-Sí mamá, creo que sí.

-Los árboles al nacer tienen las ramas tiernas y flexibles y al morir quedan duras y secas. Lo duro y rígido son propiedades de la muerte. Lo flexible y blando son propiedades de la vida.

-Lo entiendo mamá, pero ¿por qué este árbol?-le preguntó el hijo.

-El sauce no es alto como un pino, ni de tronco fuerte como un roble, ni da frutos como el limonero de casa. Se abstiene de actuar.

-Su función es la de ser...-respondió el hijo acompañándose de un suspiro.

En ese instante, madre e hijo se fundieron en una sola respiración, se miraron con complicidad y se abrazaron en la misma emoción.

-Así como siempre te explico cuando nos estiramos a respirar-le susurró la madre

En ese instante, ella supo que la semilla se había hecho árbol con su propia esencia. En ese instante, ella supo que no dejaría de aprender.

5 Desde el jardín, Hipólito Román Robaina Guerra

Al atardecer Luna salió al jardín donde su abuelo regaba las plantas y señalando al ciprés preguntó: “¿Abuelo has visto que alto está el ciprés?”

Si, muy alto. Todo en él es primavera, su follaje, siempre verde, resiste el calor del verano, sus hojas soportan el viento del otoño y en el rigor del invierno es cuando su verdor parece más majestuoso. Simboliza la Unión entre el Cielo y la Tierra – dijo el abuelo

¿Y no se aburre de estar siempre ahí sin hacer nada?

No Luna, no se aburre. El aburrimiento es asunto de los humanos no de la Naturaleza. Él representa esa otra parte quieta y serena que se conforma con ser lo que es y quien está conforme con si mismo desconoce el aburrimiento. Es un árbol de eterna prestancia.

¿Eterna qué...?

Prestancia..., elegancia. En cuanto a no hacer nada, te lo puede parecer, pero en las plantas la acción está en su presencia y no en el movimiento. “No hagas nada y todo se hará” decía un sabio chino. No-acción. No- hacer.

Pero abuelo, ¿cómo puedes hacer algo si no se hace nada?

Es algo que a la naturaleza humana le cuesta entender. Solamente se trata de hacer lo que haya que hacer, pero como si no se hiciera.

¡¡¡Qué difícil de entender!!!

No te preocupes, porque es algo que no se puede explicar.

Cómo explicar que ese majestuoso árbol estaba contenido en toda su potencia en una pequeña semilla que dio al ciprés todos sus secretos, sin el más mínimo afán de protagonismo, cómo explicar que ese árbol no es más que otra dimensión de su semilla.

Luna fue hacia al ciprés y se quedó contemplándolo en silencio, sin ansiedad y sin preocupación. Una brisa despeinó sus cabellos y por un instante creyó que era un árbol. Miró a su abuelo y sonrió.

“Desde el silencio todo vuelve al origen y lo incompleto se volverá entero.”

6 El abuelo Rafael y el árbol guardián, Francisco Garcia Siles

Una mañana de otoño el abuelo Rafael y su esposa contemplaban desde la ventana el cielo amanecer, sabían qué tiempo podía llegar a hacer ese día ya que veían nubes viniendo del norte frío. Ya eran mayores pero él seguía siendo pastor desde hacía muchos años. Tenía un rebaño de ovejas que necesitaban comer.

Decidió pasturar en la ladera sur del monte más alto, no estaba lejos. A medio camino las nubes oscurecidas por encima de las montañas se acercaban. Dar marcha atrás sería dejar hambrientas a las ovejas, por lo que decidió continuar su travesía por el valle y llegar al lugar más seguro que conocía si había tormenta, bajo un gran árbol, un pino resinero, retorcido y antiguo que desde lejos ya se veía.

Bajo la lluvia a las ovejas les costaba moverse y las presionó con la ayuda de su perro pastor. Con esfuerzo y barro subieron hasta el pino, que resguardaba todo a su alrededor. Sus raíces se extendían visiblemente por todas partes, como formando una sola unidad con la tierra. Entre ellas las ovejas se acurrucaban y descansaban. El abuelo Rafael se quedó a gusto bajo ese árbol, que lo llamaban el guardián de la montaña y decían que era mágico. Con esa tormenta y sus agitadas ramas por el viento, de lejos parecía que se iba a derrumbar, pero si observabas su tronco y raíces, veías su estabilidad.

Había un recoveco en el tronco, donde encajaba su cuerpo sentado, el abuelo muy cansado inevitablemente se durmió. Entre sueños oyó una voz, tan profunda como su espíritu. Era el sonido del árbol nutriéndose de la tierra, el agua y el sol, así como respirando aire. De forma continua, lenta pero firme. Creando vida de la no vida, haciendo orgánico lo inorgánico, en su interior, desde las puntas de sus raíces hasta la más pequeña de las hojas. De repente, un rayo y un estruendoso trueno lo despierta, sorprendido, sin saber cómo ha llegado ahí, se ve descendiendo por el valle, se gira y ve de lejos cómo su árbol preciado esta ardiendo por el mismo rayo y se derrumba. Confundido, se queda mirando el fuego que se apaga rápidamente por la lluvia. Con cierta dificultad reúne a sus ovejas dispersas y atemorizadas.

Retorno a casa su esposa ve las manchas de resina, barro y ceniza en la ropa, le dice: “- ¿volviste a ir a ése árbol?” “- Es hora de que me jubile.” Responde el abuelo Rafael.

7 El árbol, Pedro Jordán Gómez

Pablo iba aquel día caminando por el sendero, ensimismado en todo lo que a lo largo del recién finalizado curso había aprendido a través de charlas, prácticas y libros para conocer el Tao. Necesitaba ordenar el vasto aprendizaje acumulado y para ello había elegido el silencio del bosque.

Muy centrado en sus pensamientos y un poco cansado, se sentó a la refrescante sombra de un gran árbol, situado en la ladera umbría de la montaña que le protegía de los despiadados rayos solares. Con el cansancio acumulado se quedó dormido.

Sonó con el tronco del árbol bajo el que se había cobijado, como si del gran cosmos se tratara. De él surgían sus altas y fuertes ramas. Cada una de ellas le hablaba y le daba su mensaje: una, de la existencia de tres fuerzas, Yin, Yang y la conciliadora o Tao; otra, de que la vida consiste en cambio y transformación y que nada permanece igual; la otra señalaba que todos somos hijos de la naturaleza y debemos cuidarla; la más alta decía que el mundo es una unidad integrada y el hombre afecta al cosmos y es afectado por él; y la última, dejar hacer a la naturaleza y vivir en profunda calma interior cada instante de la vida.

Al despertar Pablo estaba fascinado, mirando a su alrededor veía y sentía que todo aquello que había soñado estaba allí, y se le daba gratuitamente. Le recordaba que debía llevar una vida en armonía con el cosmos, con autodisciplina, valor, estudio, contemplación, práctica diaria, recuperando y volviendo a experimentar los valores: el respeto, amor, confianza, integridad, justicia, paciencia y cuidado de nuestro mundo moderno.

Miró con agradecimiento al árbol que, como un regalo, le había mostrado que aquello que tanto había buscado fuera, lo tenía dentro y resolvía su conflicto.

8 El árbol que no conocía su valor, Xiomara del Valle López López

En tiempos lejanos... en un país muy alejado y de un clima muy cálido, el espíritu del Gran poder reunió a todos los árboles para dotarlos de talento. Cada uno exponía su deseo y así fue concedido. Sin embargo, hubo uno, que tenía muchas dudas de lo que quería ser. Y el Gran Poder decidió por él, pasaron los años y su desilusión e inconformidad se hacían cada día más evidente. Él veía con celos a los caminantes sentarse al pie de los árboles frutales y descansar bajo el amparo de sus ramas y alimentarse de los frutos que de ellos pendían. Y su tristeza se iba acrecentando con el pasar el tiempo.

Un día un sabio que cada año recorría esos caminos y siempre le observaba, se sentó a sus faldas y le preguntó ¿podrías explicarme el porqué de tu tristeza? Y él... expuso su sentir diario... el sabio le escuchó con mucha atención y le dijo: ¿Acaso crees que sólo el alimento anima a los hombres a vivir? Has notado que cuando todos los árboles están resecos por el inclemente sol de estos parajes. Tú, por unos días cada año, puntualmente te despojas de tus hojas y vistes de flores de oro, ofreciendo una alfombra a los pies de los caminantes; y tus flores forman el más bello de los paisajes que los anima a terminar su camino.

Recuerda pues, que los hombres también necesitan del alimento del alma y el confort de su espíritu. No sólo hace falta el alimento para vivir sino también el motivo para hacerlo. Desde entonces comprendió su destino y esperaba cada año para vestirse de gala y es conocido hoy como el Araguaney.

9 El maestro del bosque, María Isabel Loízu Martí

Jan era un niño bueno, obediente, respetuoso y curioso. Vivía cerca de una aldea, junto al río, con su abuela. Ella era una mujer valiente y muy trabajadora, había tenido que hacerse cargo de Jan desde muy pequeño. Siempre lo protegía e intentaba inculcarle la virtud mediante el trabajo, la meditación, y las buenas obras. Nunca le dejaba solo y no permitía que nadie se acercara a él para que no contaminase su virtud.

Un día Jan empezó a sentirse triste, sin más; sentía que podía dejar libres sus pensamientos, sin el permiso de su abuela. Jan la quería muchísimo y no quería hacerla sufrir; sin embargo, el sentimiento de asfixia era tan grande, que su cuerpo empezó a actuar por él. Sin darse cuenta, empezó a caminar y caminar, sin rumbo, aparentemente sin sentido. Fue alejándose del río, y también de la aldea. Ascendía por la ladera de la montaña con esfuerzo, y esto le hacía sentir bien.

Poco a poco se adentró en un bosque de robles. Al cabo de unas horas de andar entre sus sombras, se sintió por primera vez profundamente relajado y agradecido. Se detuvo y gracias a un rayo de luz que pudo colarse, vio iluminado ante él algo que captó totalmente su atención. Era un gran roble. Era tan bello, tan fuerte, tan adecuado a todo... Jan estaba maravillado. Sintió el impulso de decírselo, pero se quedó callado, y continuó contemplándolo con una sonrisa boba y placentera. Se preguntó en su interior, ¿cómo debería hacer él para cultivar las buenas virtudes? De repente escuchó una voz fuerte pero acogedora decirle: - ¿A qué vienen tantas preguntas?, eres un joven muy curioso. Jan no daba crédito a sus oídos, ni a sus ojos...! El roble le había hablado! Y continuó: -Nunca he necesitado preguntas para saber hacia donde tengo que orientar mis ramas. Ni tan siquiera sé si el límite de mi ser está junto a las estrellas o está aquí, junto a ti. No importa el tiempo que haga que estoy aquí, mi existencia no depende de quién me mire, de alguna manera siempre estoy aquí y cuando no puedas mirarme seguiré estando aquí. No hay belleza en un instante y en otro no, he vivido diez mil primaveras apuntando con toda mi fuerza interior hacia el cielo. He vivido mil veranos, dejándome acariciar por la brisa de la corta noche. Me he desprendido desinteresadamente de diez mil hojas doradas cada otoño y he esperado, recogido en silencio, mil inviernos tempestuosos. ¿Qué hace de mí, la imagen que tú ves?, las ramas que se extienden de mí en todas las direcciones o los espacios de cielo que quedan entre ellas. ¿Acaso crees que te hubiera interesado si un rayo de luz no me hubiera iluminado? Cualquiera de mis compañeros te diría lo mismo que yo te digo ahora. Tú no eres tan diferente a mí, ni al gorrión que está en mis ramas; solo tienes que estar aquí y ahora, sin preguntar y esperar, las respuestas llegan solas.

10 El roble que escuchaba demasiado, Xenia Mercedes Morilla Castillo

Era una tarde de verano, en la que apenas corría una leve brisa de aire para calmar la temperatura estival. Cada día, el joven roble escuchaba a otros árboles que estaban esparcidos por el campo las indicaciones de cómo tenía que hacer las cosas. Si sus raíces estaban dentro del agua, le decían que debía retirarse; si sus ramas estaban inclinadas hacia un lado, le decían que debía cambiar la orientación... Desalentado, el árbol intentaba hacer todo lo que le decían, pero cada día que pasaba, aumentaba su tristeza y desesperación.

Una de las noches más estrelladas del firmamento, en la que la luna lucía con toda su plenitud, apareció un búho que decidió posarse en una de sus ramas. El búho le preguntó al árbol por qué se encontraba decaído y mientras éste le explicaba, el murmullo del agua se iba haciendo cómplice de sus sentimientos.

No puedes dedicar tu vida a escuchar y a hacer lo que otros te digan; no permitas que otros decidan cuál ha de ser tu vida y cómo vivirla. Eres uno de los árboles más longevos de la historia y reconocido como sagrado para culturas como: la Griega, la Romana, la Celta... Das cobijo y sombra al caminante con tus hermosas ramas, alimentas a algunos animales y evitas con tus enormes raíces descubiertas, la erosión del margen del río, ¿y eso no te parece maravilloso?

Debes ser tú mismo. Observa el agua que corre delante, no tiene forma, y eso no le impide atravesar las piedras que encuentra en su camino. La vida es un fluir y apegarse a según qué preceptos, provoca sufrimiento y desazón. Vuelve a tu origen mirando tu interior y tu corazón se adentrará en la Madre Tierra.

El joven roble tras escuchar esas sabias enseñanzas dedicó su tiempo a ser él mismo, consiguiendo engrandecer su tronco, armonizar su espíritu con el Tao y crecer queriendo tocar el cielo con sus ramas.

11 Entre tus ramas, Encarnación Quesada Montiel

-¡Sauce Llorón, buenos días!

Cada mañana, al levantarme y mirar por mi ventana, eres lo primero que veo. Alto, fuerte, vasto, majestuoso....

Entre tus ramas río y lloro, juego a esconderme entre ellas, largas, ¡tocan el suelo!, y suaves, acarician mi cara, mis brazos, mis piernas, mi alma. Todo mi ser.

Y el viento, unas veces tranquilo, otras impetuoso y travieso, se cuele entre ellas, entre tus hojas, alborotándolas, y me susurras. Me gusta lo que me cuentas. Me gusta sentirte.

Eres mi refugio, amigo mío. Inquietudes, alegrías, tristezas... todo te lo cuento, todo te lo comparto. Siempre estás ahí, sereno, dispuesto, puro.

Compañero de juegos, me encaramo en tus ramas. Compañero de vida, recostándome en tu tronco, descanso, con los ojos cerrados y la puerta de mi alma abierta de par en par. No pensar en nada. Solo estar. Solo ser. Silencio que compartimos. Unidos en el todo. Girando sin movernos. Dejándonos llevar. Confiando.

Te contemplo en tu presencia. Eres un regalo en mi vida. Para siempre.

Desde mi ventana, casi, puedo tocarte, antes de irme a dormir, amigo mío. A tu lado, Sauce Llorón.

12 La belleza está dentro de ti, Jihad Masmoudi

Érase una vez un árbol llamado Arbolito, de la familia de los Robles, que vivía en medio de la selva. Pero le faltaba algo para ser completamente feliz.

Los murmullos de toda la selva le hacían llegar imágenes y descripciones del valle vecino que sólo podían ver las Hayas, esa familia vecina de los Robles.

Su deseo de ver y admirar el valle era tan grande que Arbolito se volvió muy triste y muy enfadado con la naturaleza.

Su abuelo, antes de morir, le había revelado que él también tuvo ese mismo deseo ardiente de ver el valle y le había dado un consejo “La belleza del valle está dentro de ti”.

Un día un parásito atacó la selva y estuvo matando a los árboles uno a uno. Un árbol de las Hayas consiguió transmitir informaciones sobre el enemigo a toda la selva.

Lamentablemente, las informaciones recolectadas eran insuficientes para salvar la selva. Nadie entre los Robles encontraba solución. Arbolito empezaba a entrar en pánico. De repente tuvo una visión de su abuelo y se acordó que éste practicaba la meditación. Sin saber por qué, sentía que eso era lo que tenía que hacer en ese momento difícil: meditar.

Alrededor de Arbolito todo era pánico y muerte. En cambio, nuestro protagonista era imperturbable. Estaba en su sitio en medio de la selva, pero al mismo tiempo estaba fuera. Se sentía completamente conectado a la tierra, pero también al cielo.

Después de varios días así, tuvo una intuición. De repente sabía lo que tenía que hacer. Sabía que eso iba a funcionar.

Con una señal de Arbolito que solo los Robles podían entender, propagaron al mismo momento un olor que hizo huir al parásito.

Arbolito comprendió por fin el significado profundo de los consejos de su abuelo. Entendió que la naturaleza había elegido ponerlo en medio de la selva por una razón. Cada árbol tenía un papel bien determinado y el suyo, de hecho, era el más importante. Con la conexión que pudo alcanzar con la tierra y el cielo ya podía ver todos los valles que él quería.

13 Mo en el camino de piedras, Leire Rosa Oyarzabal

Era otoño y el viento soplaba amarillo. Mo subió a la montaña perseguido por sus pensamientos, sufría porque su mente cabalgaba desbocada en busca de respuestas y conclusiones conceptuales. A cada paso se sobresaltaba, sumergido en la confusión. Insistía en tomar atajos por los que no hacía más que girar y girar sobre los mismos romeros. Tras un largo tiempo caminando, el cansancio le ayudó a detener la marea de pensamientos y llegó a la cima. Mo se sentó sobre una piedra y sacó algo de comer, solamente llevaba una naranja, aunque la mochila le pesaba demasiado. Con la mirada distraída en el paisaje, un árbol solitario le llamó la atención. El Árbol vive en lo alto de un gran risco. Se alza, delicado y persistente, trazando sus raíces entre las piedras. Mo se asombró de su delicada fortaleza, de su bello semblante sobre el terreno más difícil, de su presencia entre el cielo y la tierra siendo uno con las piedras.

Dejándose llevar, Mo se abandonó en la armonía del silencio recordando aquella pregunta: “¿cómo podríamos entenderlo todo en un solo día?”.

Y, contemplando la sabiduría que aquel árbol le ofrecía, se fue quedando ligero, dormido. Despertó, lleno de hojas, abrazado a la piedra y en el olvido de sí. En aquel momento sentía su respiración junto a todas las cosas. El paisaje se convertía en un diálogo entre seres inmensos y vacíos. Todo Mo se serenó, nada en Mo parecía agitado.

14 Nuestro árbol, Ana Martín-Aragón Gelabert

- ¡Buenos días, mamá! ¿¡Qué haces!?

- ¡Buenos días, Adela! Quiero escribir un cuento para entregárselo a mi profe de Qigong... Es un trabajo que nos ha pedido...

- ¿¡Un cuento!? ¿Y qué has escrito?

- Bueno... tiene que ser acerca del Tao, el Wu Wei y el Te.

- ¡Uy! ¡Qué palabras, mamá!

- Estas palabras son de origen chino. Tao significa “camino o vía”. Observemos nuestro gran árbol: algunas veces se le ve frondoso, otras no tanto, y otras, hasta con flores. Va fluyendo conforme a las estaciones. Eso es el Tao, el curso que sigue la naturaleza.

¿Recuerdas cuando se levantó una tormenta con mucho viento?

- ¡Sí!!! ¡Decíamos que sus ramas parecían de goma!

- Sus ramas, flexibles, se adaptaban al fuerte viento. En ese momento, tal vez nos estaba enseñando cómo fluir en la vida ante las distintas situaciones.

El Wu Wei significa “no acción” o “acción sin esfuerzo”. ¿Qué le hubiera pasado al árbol de haberse resistido, empleando todas sus fuerzas para luchar contra el viento, manteniendo sus ramas bien rígidas y fuertes?

- Uy, mamá, yo creo que se le habrían partido.

- Así es, tal vez. Y sin embargo, no hizo nada, no mostró ninguna resistencia, se dejó llevar por el viento.

- ¿...como cuando me dices: “*¡be water my friend!*”?

- Jajaja ¡Exacto! Si el árbol tuviera una mente similar a la humana, hubiera comenzado a preocuparse y a preguntarse: ¿Mis ramas son lo suficientemente fuertes? ¿Tendría que haber tomado un poco de fertilizante o vigorizante? ¿Dónde lo venden? ¿Cuánto cuesta? ¿Seré lo suficientemente fuerte? ¿Seré más grande que el de al lado?

El Te, que no es el té de beber, es la virtud o el poder aparentemente mágico que surge por haber seguido este camino sin resistencia. Mira nuestro árbol. ¿No te parece mágico?

- Mamá, ese cuento que tenías que escribirle a la profe... ¡Que sea de nuestro árbol!

Y así fue. ¡Por fin me vino la inspiración para desarrollar mi trabajo! Y acabé el cuento como a Adela le gustaba: “...y este cuento se acabó, y el viento se lo llevó, y cuando lo vuelva a encontrar, te lo volveré a contar.”

15 Petit arbre, Verónica Arroyo Rodriguez

Essent tant petit i innocent, que no entén ni tan sols es pregunta com ha arribat fins aquí. Certa misteriosa intel·ligència ha creat un equilibri bipolar entre les arrels interiors i les branques exteriors. Està sostingut. La paciència li portarà força i majestuositat. I, perquè no, serà algun dia beneït amb un tresor de flors i fruits. I una rera l'altra les estacions faran que es vesteixi i es despulli segons l'ocasió. Resistirà la duresa dels vents i les tempestes, guanyant-se la dignitat del qui accepta i persisteix.

Una remor subtil i taciturna, des de la llunyania de l'interior més recòndit, sembla que digui:

-”Fill, estén ben endins les teves arrels en la meva foscor. No has de tenir por. Amb el nostre abraç t'oferiré l'aigua i els nutrients per viure. Si algun dia has de morir, no serà per sempre, doncs una part teva sóc jo mateixa”.

I la saviesa del silenci es convertirà en la seva morada, allà on el temps perd els seus límits i es confessa il·lusori. Així la vida es transmuta a l'empar de l'eternitat.

Entre silenci i silenci la brisa suau xisclarà més d'un secret. Tant se val si l'entén o no, actuarà.

-”Fill, obre els ulls. Estén fort les branques ben amunt com si vulguessis abraçar-me, i podràs agafar l'aire i la llum que vulguis per viure. Si algun dia has de morir, no serà per sempre, doncs una part teva sóc jo mateix”.

I així, Mare Terra i Pare Cel bressolen al petit arbre a cada volta, tomba que tomba, arreu de l'Univers.

16 Ringo, la araucaria y el valor de escucharse, Francesc Boguñá Chesa

Ringo salió aquella soleada tarde -como solía hacer- para sentarse bajo la majestuosa Araucaria. Le impresionaban sus fuertes hojas puntiagudas, su altura, la dimensión de su recio tronco. Bajo su sombra se sentía seguro y ello le invitaba a soñar, a fantasear con las posibilidades que le aguardaba el futuro con tantos años disponibles para vivirlas. Sin darse cuenta las horas pasaban y a veces sucedía un cambio meteorológico imprevisto. Cuando Ringo volvió a la realidad se dio cuenta de que el claro atardecer anaranjado había dejado paso a un cielo lleno de variadas tonalidades grisáceas. Masas de nubes densas llegaban empujadas por un viento a cada momento más contundente. El joven muchacho sintió en su cuerpo la reacción de la alerta. Le resonaban en los oídos las advertencias que siempre oía en su casa ante la llegada de la tormenta: “corre hacia casa a protegerte”. Súbitamente se encontró en un dilema: Mientras su intelecto le martilleaba con ese consejo, algo en su interior, indescifrable, irracional, le impulsaba a vivir una aventura, algo nuevo, revolucionario.

Las primeras gotas de lluvia se reflejaban en el prado verde lleno de las multicolores flores veraniegas. El viento reclamaba por momentos su presencia con más firmeza. ¿Y Ringo? Ringo permanecía quieto reclinado en la base del tronco de la Araucaria, aún a sabiendas que el follaje de su querido árbol no iba a protegerle de la lluvia que ya caía con intensidad. Sin saber cómo, una claridad interior se le hizo presente. Lo llenó de serenidad. Una sonrisa se dibujó en su cara. Se puso en pie y comenzó a andar por el prado, a correr extendiendo los brazos y a gritar de felicidad a pleno pulmón.

Por primera vez había escuchado en su Interior y era capaz de seguir el impulso que brotaba de lo más íntimo. Por vez primera había sido él mismo, dejando que su Verdad pudiera expresarse.

17 Tu corazón lo entiende, Lisset Expedita Salazar Moreno

Cuando llegaba a su casa, me cogía en brazos y nos íbamos al patio donde tenía colgada la hamaca. Nos echábamos en ella a jugar, a conversar, a echar maíz a los pollitos, a comer mandarinas o a nada. La hamaca estaba debajo de un árbol que él había plantado cuando era niño. A veces se quedaba fascinado mirándolo y me decía: -“¿Verdad que es hermoso?”. Claro, si lo comparaba con el que tenía al lado -más grande, con muchas más hojas y llenito de mangos-, la verdad es que no me gustaba tanto. Él veía mi cara y se reía, ¡Cómo me gustaba su risa! Y entonces me decía: -“Tu corazón lo entiende”, y ponía su mano grandísima aquí, en el centro de mi pecho. Días después, mientras nos mecíamos bajo el árbol, me preguntó: -“¿Te acuerdas de su nombre?” -“Arayaguaney!” -“¡Nooo! Es precioso, ¿verdad?” Y yo no entendía por qué decía eso si ahora no tenía hojas. Puse cara de “no sé” y me vio de esa manera que no sé explicar; entonces me dijo: -“Tu corazón lo entiende”. Tiempo después al llegar a su casa, en vez de cogerme en brazos, me tapó los ojos con sus manos y me llevó así hasta el patio. Cuando me dejó ver exclamé: ¡Oh! El árbol parecía un sol; las flores amarillas cubrían el suelo, la hamaca, mi cabello, el sombrero del abuelo... Llovían flores y a mí solo me salía la risa. Todo era flor: el Araguaney, él, yo. Y mi corazón latía con fuerza porque entendía. Ahora mi abuelo no está, bueno eso me dicen, que se fue al cielo y esas cosas que repiten los mayores a los niños. Pero yo sé que no se ha ido, porque cuando me estiro en su hamaca y miro el Araguaney, siempre cambiando, siempre bonito, le digo a mi abuelo que está dentro de mí: -“¡Abuelito, mi corazón entiende!”, entonces escucho su risa y reímos juntos.

18 Un pino, Belén Llorens Valverde

A Carla le habían recomendado un baño de bosque, últimamente y por el ritmo de vida tan ajetreado que llevaba, su sistema inmunológico se había visto muy afectado y las visitas al médico eran muy frecuentes.

Había leído sobre la ayuda que los árboles podían brindarnos para mejorar nuestra salud, de como al inhalar los iones negativos existente en zonas de montaña y en bosques podían disminuir el estrés y la ansiedad entre otros muchos beneficios. Así pues pensó que podía comenzar a caminar por una zona boscosa próxima a su casa, para comprobar si realmente los árboles ejercían el efecto sanador para el cuerpo, mente y espíritu, del que tanto se hablaba.

Y ese fin de semana comenzó a caminar de manera sosegada y con atención plena en su respiración y en las sensaciones que percibía al adentrarse en el bosque. Se fijó en un pino de majestuoso porte, de recio tronco y una gran copa. Se dirigió hacia él y acarició los surcos de su corteza con delicadeza, y estableciendo una comunicación más íntima, depositó su malestar físico y emocional, absorbiendo a su vez, la energía, que de manera tan generosa aquel árbol le ofrecía. Percibió como una luz muy blanca y brillante penetraba a través de sus manos, recorriendo todo su cuerpo, y sintió una fuerte energía a la vez que un profundo bienestar físico y emocional. Quiso ser como aquel árbol, que recogía la luz del sol para introducirla en la tierra, iluminando todo a su alrededor.

Cuando despertó sintió que era aquel árbol.

19 Y si...? Pilar Bellod de Sitjar de Togores

Hubo un tiempo en el que Pin vivía muy cerca de un bosque donde cada otoño veía caer semillas que luego brotaban en primavera. Pin, que era de natural curioso, no tardó en preguntarse: ¿y si planto una semilla en una maceta? Un día, plantó la semilla de un roble y la semilla no pudo dejar de crecer.

Mientras el roble crecía, le surgían nuevas preguntas: ¿Y si lo cambio de maceta? ¿Y si lo abono? ¿Y si lo podo?... por cada nueva pregunta, a veces surgía una acción y a veces Pin dejaba hacer. El roble se adaptaba siempre y no podía dejar de crecer.

Llego el día en el que a Pin le pareció que el roble tenía un problema que no sabía cómo resolver. Entonces pensó que ya era hora de aprender algo más del cuidado de los árboles en maceta. Pin empezó a preguntar y, mejor o peor, aplicó lo que le explicaban. El roble se adaptaba siempre y no podía dejar de crecer.

Durante todo este tiempo, el Roble sufrió sequías, frío, plagas, cambios de lugar y errores, ... pero también recibió sol, agua y abono; y por todo ello, no pudo dejar de crecer. Y Pin no dejó de aprender: sobre los árboles, sobre adaptarse, sobre dejar hacer, sobre ser uno mismo...

Ni el Roble ni Pin dejaron de ser lo que eran y sin embargo ahora eran otros. Unos dirán que Pin ha hecho al Roble; y otros que Pin y el Roble se han hecho a sí mismos. Yo diría que Pin y el Roble se han hecho a sí mismos y han hecho al otro, pero que curiosamente, en Pin hay más del Roble que en el Roble de Pin.

20 Yan Ann, Adela Lucia Beiram Martín

Yan Ann había entrado en la vida monástica desde muy joven con la firme determinación de comprender la filosofía del Tao.

Leía vorazmente cada libro relacionado con la práctica y el camino. Escuchaba a cada Maestro disertar sobre el tema aunque tuviese que peregrinar kilómetros para verle. Ponía toda su atención en captar algún mensaje que le diese respuesta a su inquietud interior, imaginándolo oculto, detrás de las palabras.

A pesar de sus tremendos esfuerzos, la búsqueda era infructuosa. No llegaba a ninguna conclusión, añadiendo a su ánimo sólo confusión y angustia.

Un día de otoño, sintiéndose frustrada y molesta, decidió ir a remontar su cometa. Remando lentamente su barca, llegó a su lugar favorito, cerca de un anciano e inmenso árbol de cerezos en flor.

En medio del camino se detuvo para admirar las flores de cerezo caídas en el agua desnuda. El silencio, la belleza del entorno, Yann Ann.

Llegada a la orilla, se puso manos a la obra. La tarde era tan pacífica que casi había olvidado su malestar y su rabia...

La cometa empezó a elevarse suavemente mientras las cuerdas se deslizaban entre los dedos de Yan Ann fluyendo en un vaivén arriba y abajo.

De pronto una ráfaga de viento le arrebató la cometa cambiándole drásticamente el rumbo en dirección al árbol. Los hilos quedaron enganchados entre las ramas más altas.

Yan Ann, desesperada, luchó por desenredarlas, pero el viento seguía soplando con mucha fuerza: la cometa empujaba, ella estiraba.

Absorta, decidió soltar las cuerdas. La cometa salió disparada hasta que se perdió de vista entre las nubes del atardecer ...

Soltó las cuerdas, lo soltó todo. Se volvió una con la danza de su cometa, y en ese momento pudo por fin experimentar lo que era el Tao.