

El bosque de los pensamientos

En las afueras de un pueblo se encuentra el bosque conocido como el bosque de los pensamientos. En este bosque es donde se crean todos los pensamientos buenos y malos de todos los niños del pueblo. Los pensamientos nacen por todas partes, en las flores, en los árboles, en las rocas, en los agujeros, cualquier rincón es bueno para hacer salir un pensamiento.



Este bosque está habitado por duendes mágicos de los pensamientos. Los duendes de los pensamientos son unos duendes muy especiales que durante el día pasean por el bosque recogiendo diferentes pensamientos y guardándolos en una olla mágica, y al llegar la noche visitan las casas de todos los niños del pueblo depositando en ellos los pensamientos recogidos mientras están dormidos, susurrándoselos al oído.



Pero los duendes no conocen esos pensamientos hasta que no los susurran en el oído de los niños que duermen. Esto les preocupaba mucho, porque solo en ese momento conocen si los pensamientos son positivos o negativos. A los duendes mágicos les gustaría transmitir pensamientos buenos, pero esto no siempre es así.

A veces los pensamientos que dejan en las personas no son buenos y esto es algo que preocupaba mucho a los duendes. Porque se daban cuenta que cuando un niño tiene un pensamiento negativo, se puede sentir triste, frustrado, enfadado,... un pensamiento malo hace que los niños también tengan sentimientos malos.

¿Qué podemos hacer con los malos pensamientos? Se preguntaban los duendes. Después de dar varias vueltas a este problema, todos reunidos tuvieron una idea. Pensaron que como no podían conocer los pensamientos con anterioridad, la única solución era enseñar a los niños a reconocer los pensamientos negativos para que ellos mismos pudiesen cambiarlos por pensamientos más positivos.

De este modo todos los duendes tenían una nueva labor. Cada noche antes de susurrar los pensamientos, ofrecían su lección a los niños que dormían: les ponían ejemplos de pensamientos malos y de pensamientos buenos, les explicaban cómo los pensamientos malos le podían hacer sentir mal, y les insistían en analizar sus pensamientos para reconocer los que fueran malos.



Así a los niños y niñas les decían cosas de este tipo “los pensamientos pueden ser positivos y negativos, pero los pensamientos negativos no son la verdad, por ejemplo: cuando un amigo no quiso hablarte hoy, puedes pensar dos cosas:



✚ Puedes pensar debe ser que la gente no quiere hablar conmigo. Al pensar eso te sentirás triste y enfadado, porque es un pensamiento malo.

✚ Puedes pensar, seguramente mi amigo está teniendo un mal día, le daré tiempo y mañana le preguntaré qué ocurre. Al pensar esto te sentirás tranquilo y contento, porque es un pensamiento bueno.”

Al poco tiempo observaron cómo los niños eran capaces de reconocer sus pensamientos malos y cambiarlos por otros buenos. Los niños dejaron de sentirse mal y eran más felices. Ocurrió entonces algo que sorprendió a los duendes mágicos, en el bosque de los pensamientos poco a poco fueron dejando de crecer pensamientos malos, poco a poco los pensamientos fueron cambiando y siendo todos los pensamientos, pensamientos buenos. Entonces los duendes descubrieron algo muy importante, los pensamientos son creados por los niños durante el día y crecen en el bosque de los pensamientos, para que por la noche puedan llegar a sus cabezas. Cuando los niños aprendieron a reconocer y cambiar los pensamientos malos, éstos dejaron de ser creados y dejaron de crecer en el bosque de los pensamientos.

