

*Alicia y la libreta de las emociones nació en el corazón de tres hermanas (Irene, Marta y Lluvia Bustos Sepúlveda) que, tras subir siete montañas, atravesar cinco ríos y cruzar cuatro desiertos comenzaron a creer en ellas y a crear.*

*Hoy, este cuento nace de esos mismos corazones, y ha estado gestado por una mezcla de emociones, que seguro os es familiar; impotencia y gratitud, indefensión y esperanza, compasión y amor, y sobre todo nace de la necesidad de dar las gracias y de homenajear a esos abuelos y abuelas que ya no podrán leer un cuento a sus nietos. Abuelos que hoy vuelan alto y que nos han enseñado y legado tanto. Desde este humilde rincón alzamos la voz para hacerlos llegar, en el día del libro, este homenaje a vosotros, los grandes contadores de cuentos, los guardianes de las historias y de la sabiduría, a vosotros que os merecéis que vuestra voz sea recordada.*

## **LOS ABUELOS AUN TIENEN MUCHOS CUENTOS QUE CONTAR**

Los abuelos, como tú, fueron pequeños, en aquella época no tenían canas, ni arrugas, ni dentadura postiza, y como tú se caían y se hacían pupas en las rodillas, entonces no había árnica en roll-on, pero como a ti, a ellos también les dolían las heridas y lloraban cuando sus madres les limpiaban los raspones. Los abuelos, a base de caerse y levantarse, aprendieron que pese a que la caída dolía y que las pupas escocían cuando te las limpiaban, pese a todo eso, con un poco de tiempo y paciencia, todo pasaba. Por eso, cuando nos caemos, los abuelos y las abuelas nos dan un beso grande que cura, un abrazo inmenso y nos dicen “sana, sanita, mañana no habrá pupita” y luego, mientras nos limpian y curan nos dicen que “se va a pasar”.

A los abuelos como a ti, también les partieron el corazón a los 16 años, y lloraron y se enfadaron y se frustraron y se quisieron morir porque el desamor duele mucho, al igual que tú, pensaron que eso era insoportable... Pero cuando pasó el tiempo, se dieron cuenta de que había otros chicos y otras chicas en el mundo y fueron conscientes de que podían enamorarse de nuevo (de hecho, lo hicieron...) Por eso siempre te dicen “Anda no llores por eso, esa chica o ese chico no es para ti”, ya aparecerá el bueno, la buena, ya verás.

Los abuelos, al igual que tú, tuvieron un primer día en el trabajo, y ese primer día les hizo dudar, los mantuvo en vela toda la noche y sintieron miedo, quizás al franquear la puerta del nuevo puesto de trabajo creyeron que no iban a estar a la altura. Pero ese día llegó y se pasó, y después de ese primer día vino un segundo, y un tercero, y un cuarto, y un mes ya en ese trabajo fíjate... Y así, sumando días llegaron a 25 años en la misma empresa... Por eso a veces los abuelos te dicen “Estate tranquilo, todo va a ir bien”.

Los abuelos, igual que tú, un día fundaron una familia, porque antes de ser abuelos fueron padres y madres, y lloraron de la alegría cuando vieron por primera vez la cara de su bebé, y tuvieron miedo y se desesperaron cuando el bebé no paraba de llorar, se enfadaron cuando empezó a andar y rompía las cosas y se preocuparon cuando tuvo su primer resfriado y no conseguían bajarle la fiebre... Y aprendieron que ser madre y padre es un trabajo muy duro y muy gratificante, por eso siempre que pueden, te echan una mano con tus hijos.

Los abuelos, igual que tú, un día tuvieron que cuidarse un poco, porque la tensión arterial subió, y el colesterol hacía de las suyas, y la espalda dolía y se dormía mal... Por eso, a veces te dicen, échale un poco menos de sal a la comida, o ya café a estas horas yo no tomo...

Al igual que tú, los abuelos, han vivido y están viviendo, han gozado y están gozando, han llorado y están llorando, han amado y están amando... Y nos están dejando un legado de caminos transitados, un ejemplo de superación y resiliencia y un baúl lleno de regalos:

- Con zapatos fuertes y resistentes para caminar el camino que tenemos que caminar (qué será a veces duro, aveces fácil... pero seguirá siendo camino)
- Con un par de gafas para enfocar mejor; de lejos cuando toque tomar distancia, y de cerca cuando haya que prestar atención a los detalles pequeños.
- Con un audífono para escuchar lo más importante, el latido de nuestro corazón que nunca se cansa, y para ser conscientes de esa fuerza innata que tenemos los seres humanos que nos permite seguir caminando.
- Con un gorro de explorador para proteger nuestra cabeza (que es donde está el cerebro) y que así podamos pensar en soluciones nuevas y creativas a los problemas que nos aparecen, en lugar de desesperarnos pensando que no podremos salir de esta.

Y este baúl contiene tantos regalos que este cuento no se acabaría nunca... Así que te vamos a pedir que busques en tu propio baúl, para que seas consciente del legado que te han dejado tus abuelos, y da igual que seas grande o pequeño, chico o chica, a qué partido votes y de qué color tengas la piel, que tengas pelo corto o largo, o que no tengas pelo, que tengas a o no tatuajes, que sean vegano o que comas carne, da igual... Porque seguro que has tenido unos abuelos que te han querido mucho, te han cuidado, te han amado y te han dejado su legado y hoy se merecen ser los protagonistas de tu cuento, susúrrales una historia acompañada de un gracias, ellos, ellas se lo merecen.

In memoriam para los abuelos

Marta, Irene y Lluvia Bustos.

Formadoras de Inteligencia Emocional.