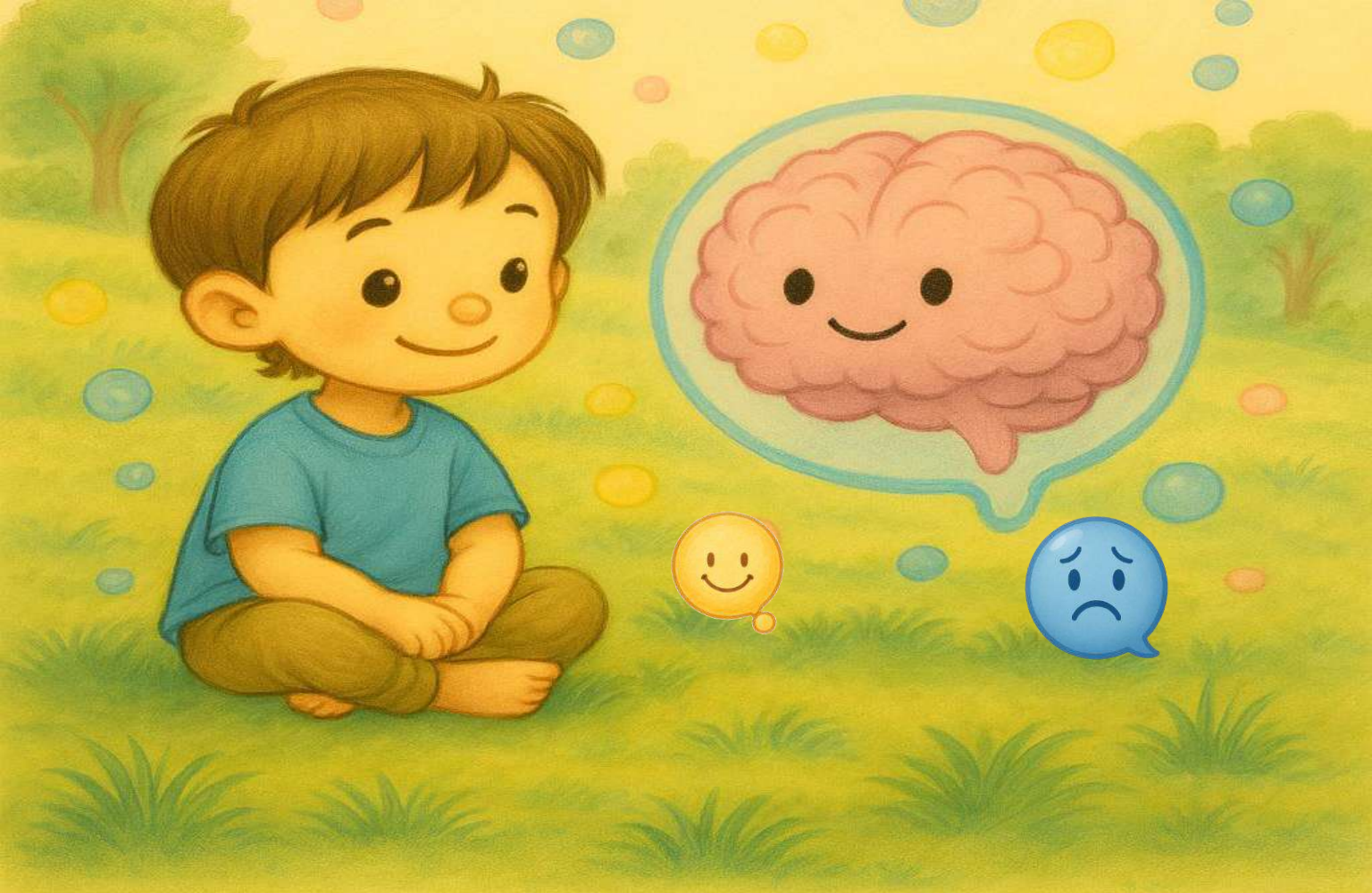


© 2025 Henry Paredes

Todos los derechos reservados.
Queda prohibida la reproducción
total o parcial de este libro, por
cualquier medio, sin autorización
expresa del autor.

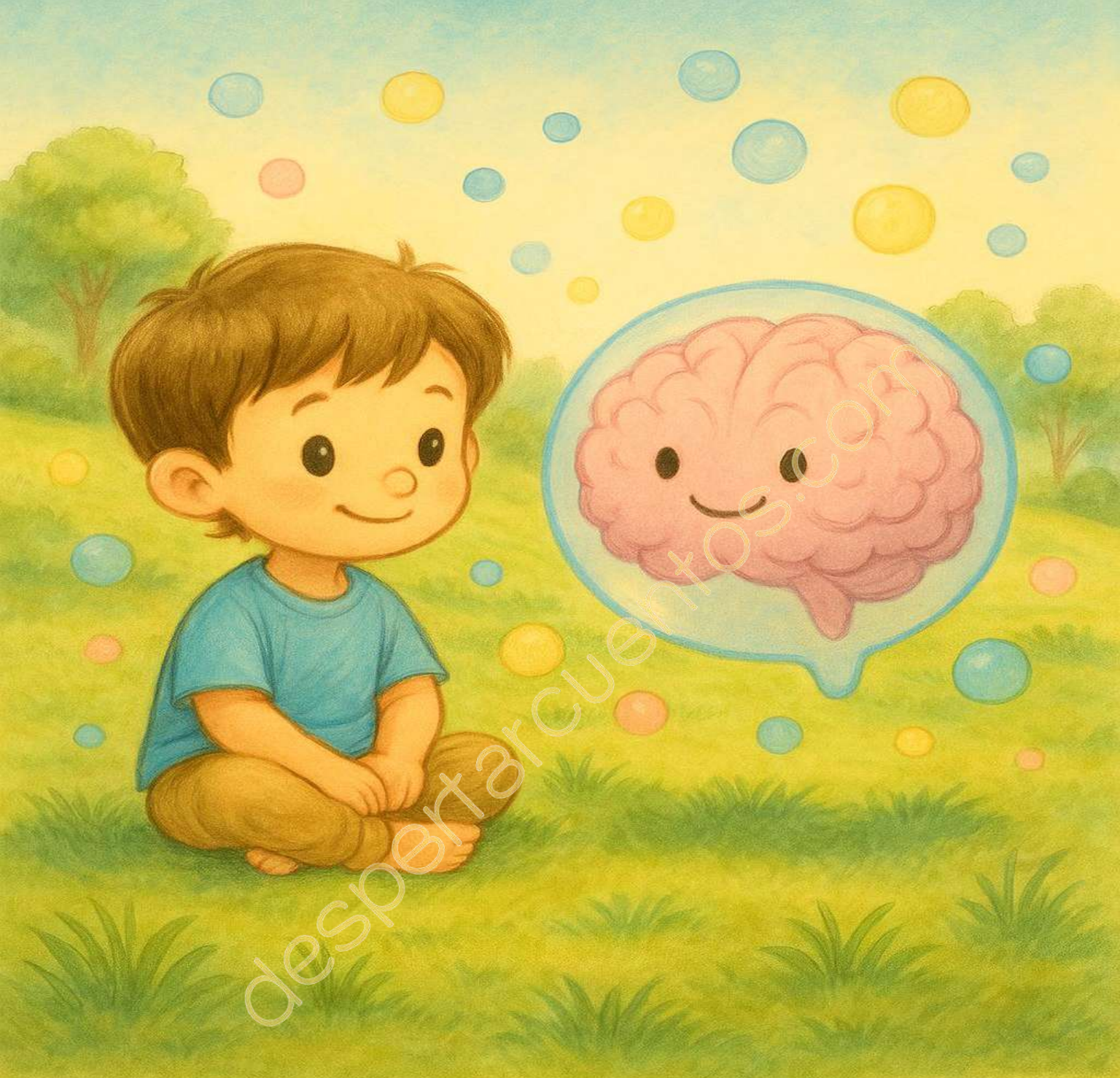
Publicado en Amazon Kindle.

Para todos los niños y niñas curiosos
que descubren nuevas burbujas de
pensamiento cada día, y aprenden a
observar los pensamientos que cruzan
su mente.



Las Burbujas de los pensamientos con Nico y Mentina

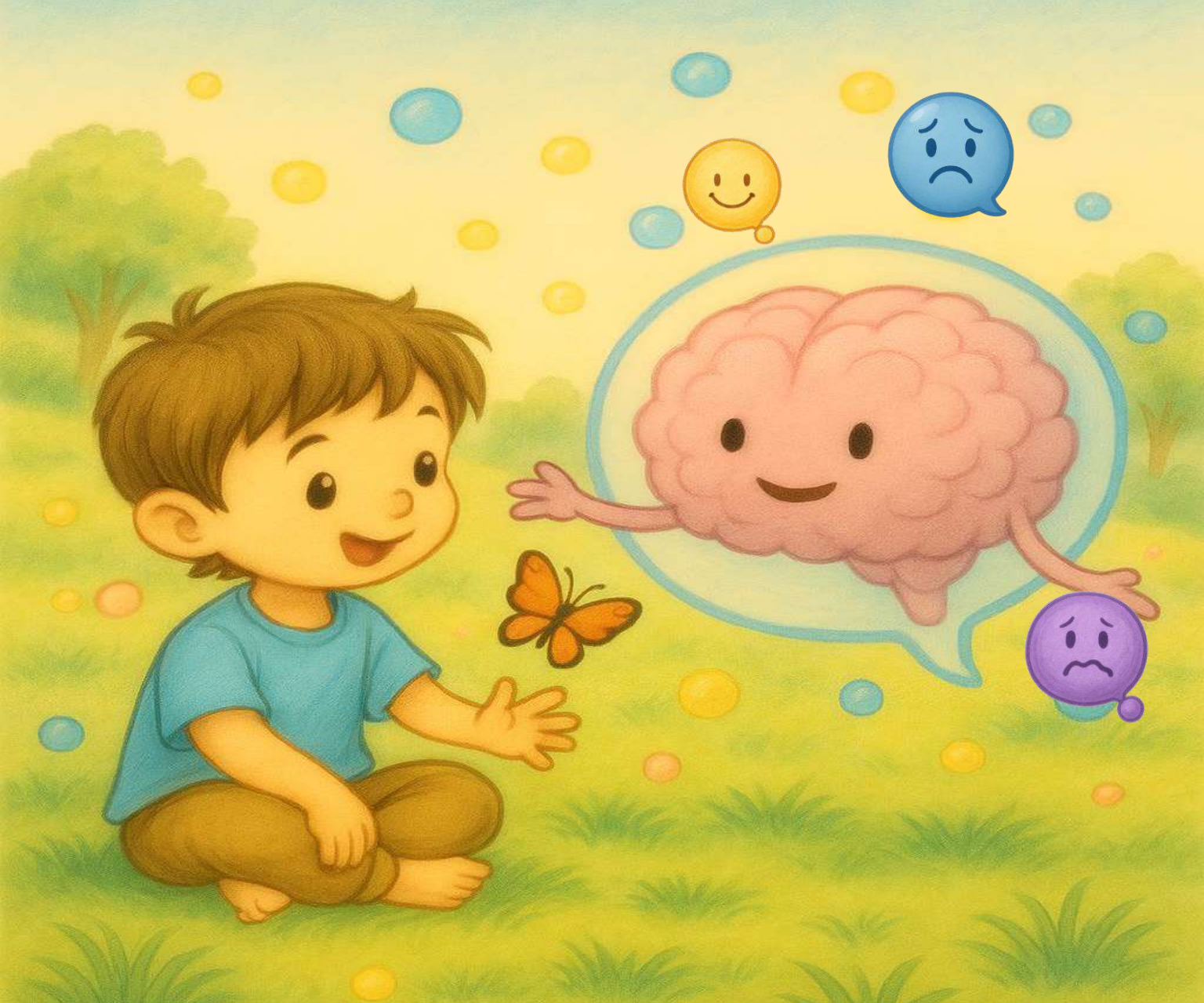
Por: Henry Paredes



Nico tenía una mente muy especial.

Él la llamaba **Mentina**.

Cada día, Mentina trataba de explicarle en cómo funcionaban los pensamientos de Nico, le mostraba burbujas de pensamientos, pero Nico siempre se distraía.



Mientras Nico jugaba, Mentina trataba de explicar:

–Nico, los pensamientos son como burbujas. Algunas burbujas hacen que sientas alegría, otras miedo, otras tristeza o enojo.

Nico abrió los ojos con sorpresa y exclamó:

–¡Qué bonita mariposa!

Estaba tan distraído con aquel insecto de colores.



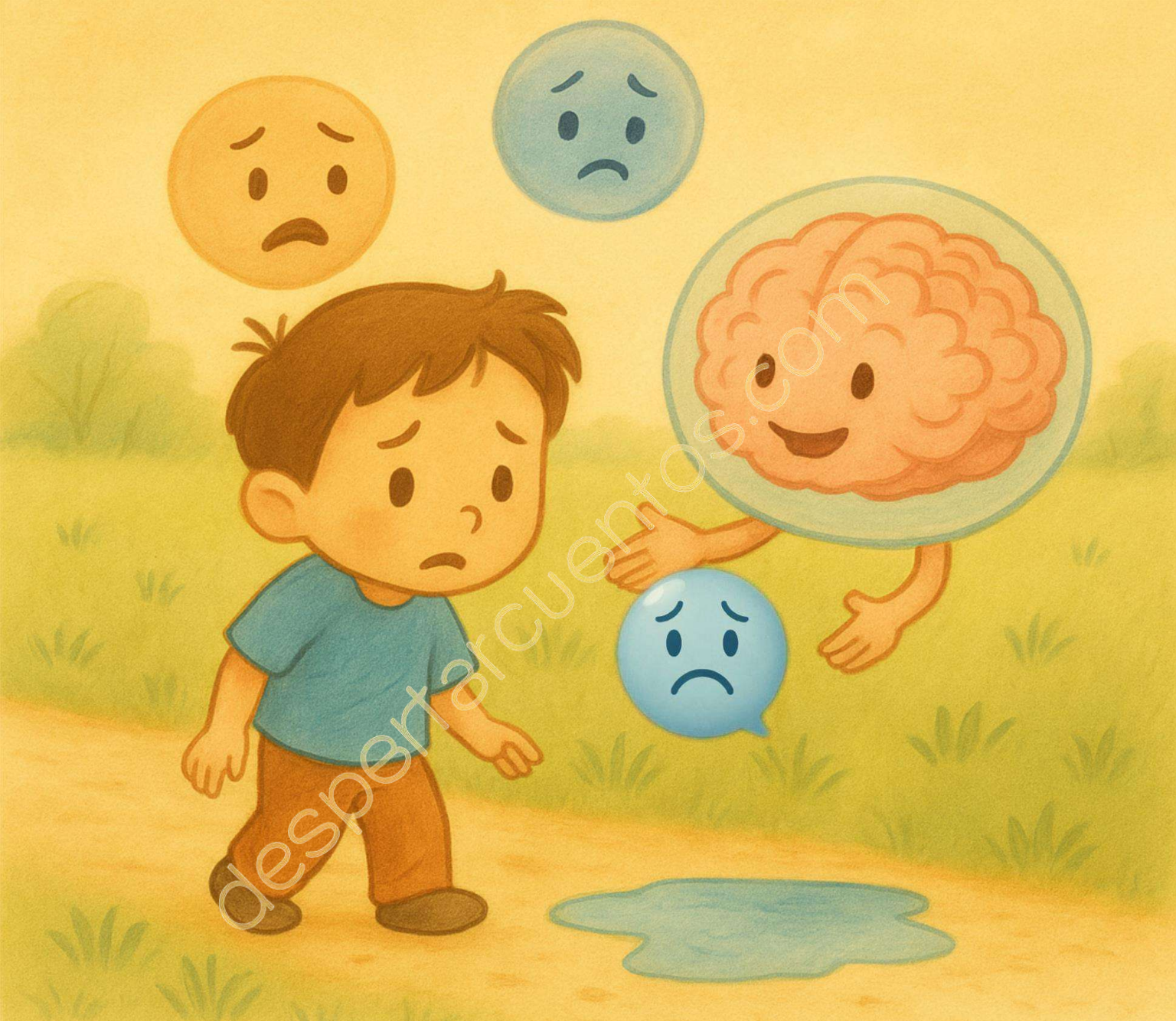
Un día, entre todas las burbujas de Mentina, apareció un pensamiento amarillo, brillante como el sol, con una carita sonriente que decía:

–¡Hoy todo será divertido!

Nico la miró sorprendido y su cara se iluminó.

–¡Qué pensamiento tan bonito! –dijo.

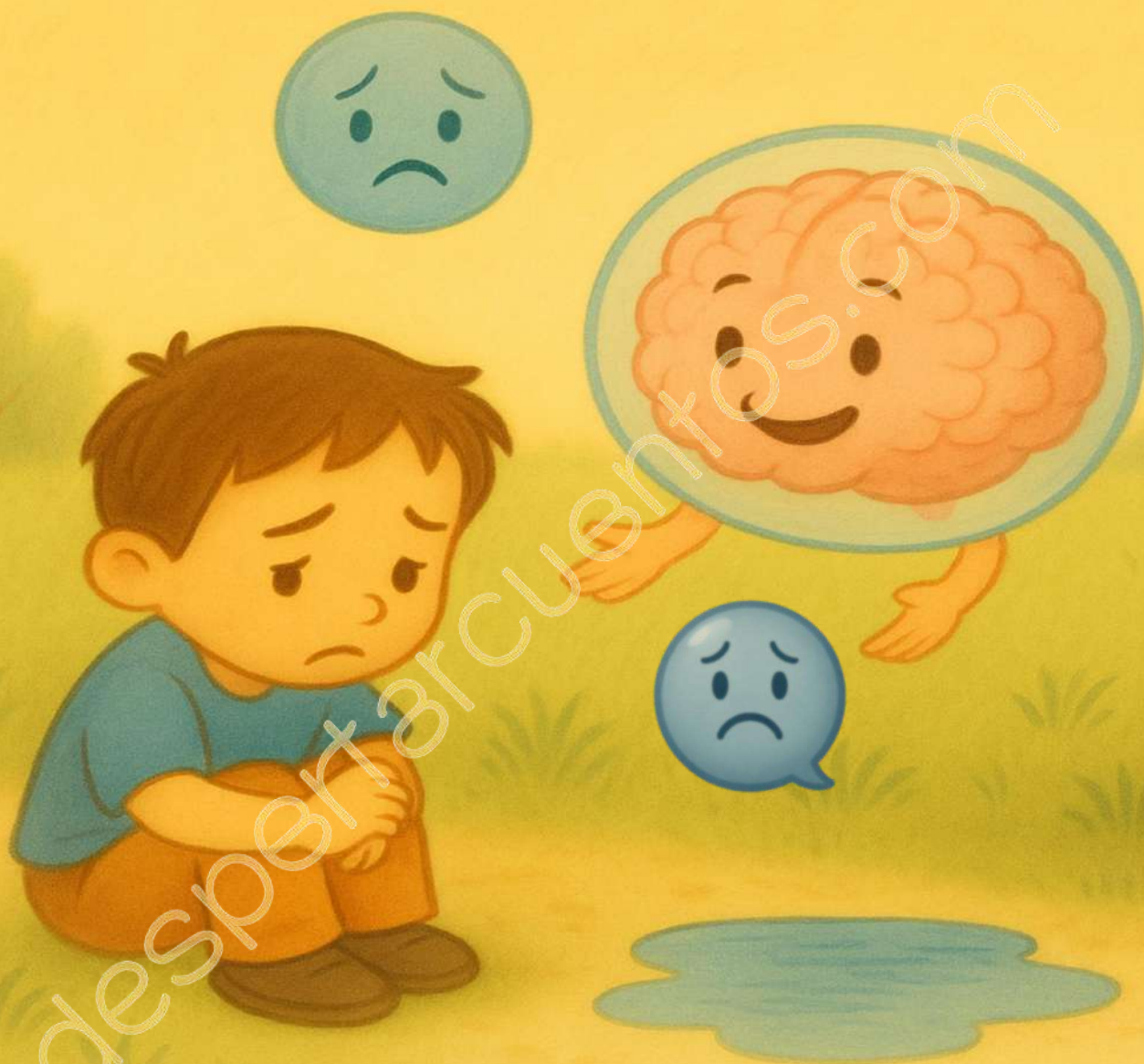
La burbuja lo envolvió con su brillo dorado y Nico sintió una alegría que le hacía cosquillas en la barriga.



Mientras Nico caminaba, vio un pequeño charco en el camino. Sus pies se acercaron... parecía que iban a saltar. Pero, de pronto, se quedaron quietos. Entonces llegó una burbuja azul con un pensamiento que decía:

—¿Y si me caigo?

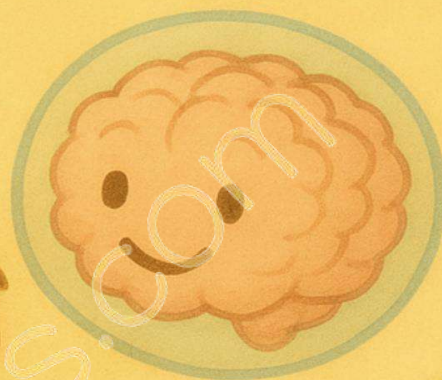
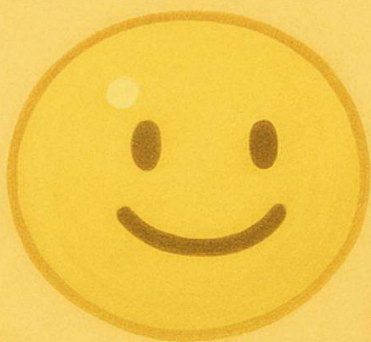
Nico se detuvo y no saltó.



Mentina le explicó:

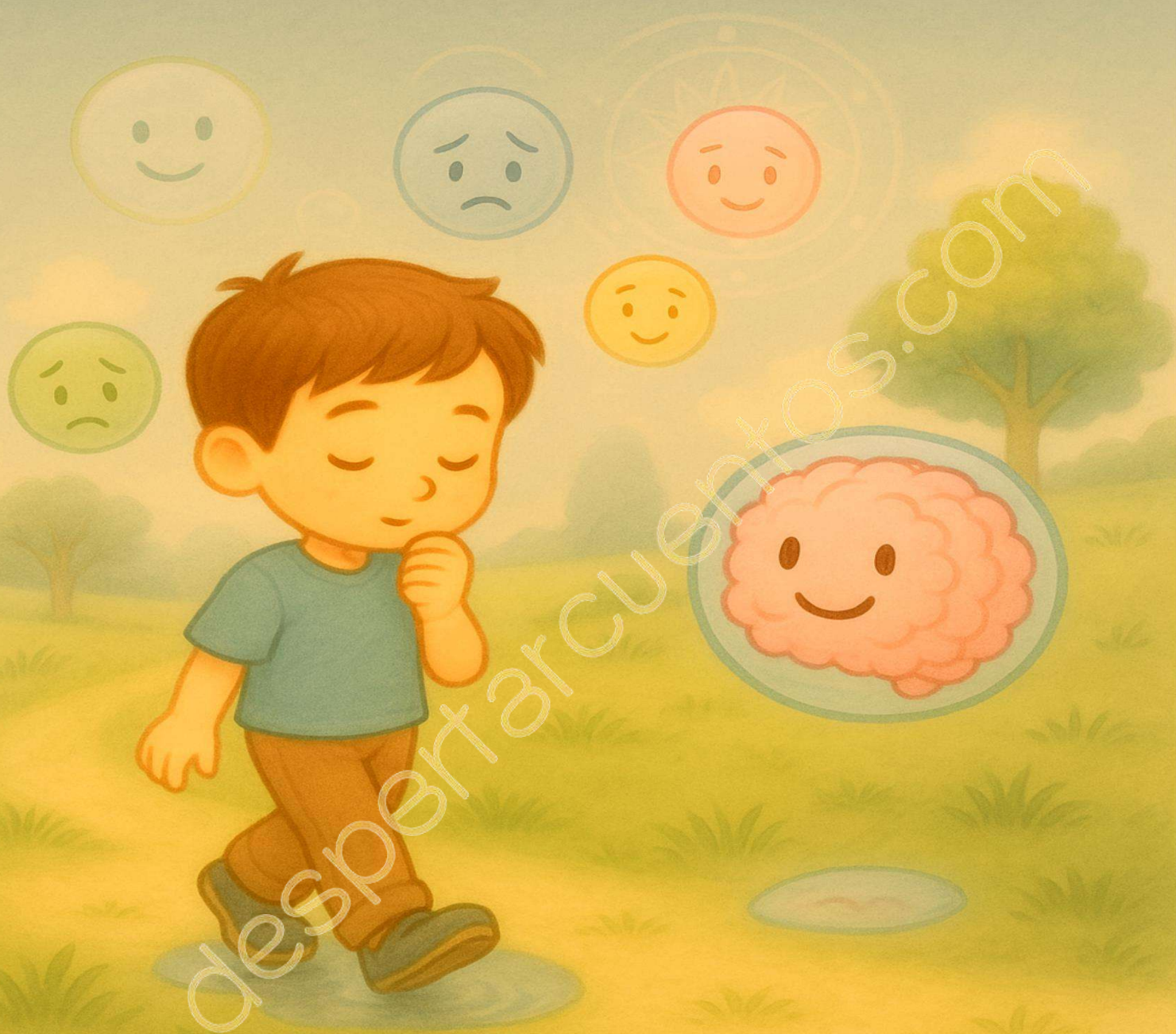
-Esa burbuja azul solo quiere protegerte... Pero no siempre dice la verdad... Esos pensamientos vienen solos y también se van, solo obsérvalos.

Entonces Nico se quedó mirándola muy quieto... hasta que ¡pop!, desapareció en el aire.



Nico sonrió y dijo:

—Es verdad... la burbuja con pensamiento de miedo ya se fue. Entonces Nico sintió ligereza otra vez en todo su cuerpo, y sin pensarlo, ¡paf!, ¡saltó sobre el charco y se divirtió muchísimo!



Nico siguió adelante, ligero y contento.

Descubrió que los pensamientos y emociones no se quedan para siempre, solo pasan como nubes en el cielo.

–¡Qué suerte! –dijo–. Ahora sé cómo funciona mi cuerpo con sus pensamientos y emociones.

Y así, feliz con su hallazgo, continuó su aventura.

Recuerda:

Los pensamientos y emociones son como burbujas.

Vienen solitos y también se van.

Solo obsérvalos... y verás cómo desaparecen.

¿Te animas a descubrir qué burbujas hay en tu mente hoy?

Sobre el autor:

Henry Paredes escribe cuentos para niños y niñas con el deseo de mostrarles la magia de observar sus pensamientos.

Cree que cada niño puede aprender a mirar cómo los pensamientos vienen y se van, descubriendo así más calma y alegría.

Este es el segundo cuento publicado después de Marinamochi, y espera que acompañe a muchas familias en su camino de autodescubrimiento.

¿Quieres leer más cuentos como este?

Visita  despertarcuentos.com

y descubre nuevas historias para compartir en familia.