

Cómo los cuentos nos ponen en contacto con lo esencial

### **El poder sanador de los cuentos**



**Su característica principal es que son narraciones sencillas, episodios siempre actuales que desvelan el alma de aquel que los sintoniza.**

El cuento ha sido vehículo de transmisión de sabiduría en su más pura esencia y en todas las tradiciones hay buenas muestras. Entre los sufís se dice que estos relatos pueden interpretarse a distintos niveles, pues tienen la capacidad de transformar los mismos fundamentos de la conciencia humana y liberarnos de prejuicios o ponernos en contacto con la realidad y la esencia de las cosas.

Hay intrínseco en los cuentos un poder de transformación personal para niños y mayores. Ambos pueden aprovecharse de sus valiosos mensajes para crecer y despertar la conciencia en sí mismos. *“Los cuentos nos llevan por rutas ignoradas a puntos clave de nuestra mente. Son como llaves de acceso a lugares recónditos donde parece imposible llegar porque desconocemos el camino.”* (La vida viene a cuento de **Mercè Conangla** y **Jaume Soler**).

Saltan las barreras de la razón, permitiendo que personas de diferentes lenguas, culturas, status, edades y momento histórico compartan sus significados. Habitan fuera del tiempo por eso son “mágicos”. Gran parte del secreto que hace a estos cuentos más vívidos radica en la propia forma de transmisión.

Hay relatos tradicionales que entran de lleno en el terreno de la poesía por su conmovedora belleza y porque celebran el triunfo del amor, de la justicia o la vida, frente al sufrimiento y la adversidad.

Si el ADN es el vehículo de transmisión genética, mitos, fábulas, cuentos y leyendas son los más formidables vehículos de transmisión cultural que el ser humano haya inventado.

Una de las funciones primordiales de cuentos y leyendas consiste en integrar y transmitir mensajes que enseñen el modo correcto de comportarse en el contexto social o natural, cultivando el sentimiento de identidad y pertenencia que dan cohesión a la "tribu" a la comunidad.

**José María Doria** en *Cuentos para aprender a aprender* ofrece material sufí, hindú y zen. Para Doria muchos cuentos constituyen un patrimonio ético de la humanidad porque señalan las luces y sombras de la condición humana hacia la libertad.

Autores como **Alejandro Jodorowsky** (psicomagia), **Claudio Naranjo** (el niño y el héroe) optaron por poner en práctica la **cuenterapia** para adultos con la finalidad de sacar a la luz los aspectos más auténticos y oscuros de sí mismos y de este modo ayudarles a sanar el inconsciente.

Los cuentos son útiles para todas las personas que quieren conocerse y aprender qué claves ha dejado la humanidad para solucionar temas tan vitales como el poder, la autoridad, las pérdidas, la envidia, la muerte, la enfermedad, las relaciones padre-hijos, las relaciones fraternas, identidad sexual, miedo, complejos...

### **Beneficios de los cuentos.-**

- Introducen a los pequeños en el mundo de la literatura.
- Estimulan y guían la imaginación.
- Fomentan el diálogo con los padres, así como la cultura y la inteligencia emocional.
- Potencian la creatividad.
- Ayudan a enfrentarse a las adversidades de la existencia.
- Inculcan valores necesarios al imprimir las huellas del comportamiento ético.

- Ayudan a los niños a adquirir autonomía y madurez a la medida que van creciendo.
- Enseñan hábitos saludables.
- Si son realmente terapéuticos sanan sentimientos negativos o penas interiores.
- Consuelan ante lo irremediable como la muerte de los seres queridos.
- Ayudan a los adultos a establecer una comunicación con su niño interior y a desbloquear y resolver problemas anclados en la infancia.

Y como final un cuento tan bello como breve:

**Una mañana, todos los habitantes de la ciudad amanecieron con azúcar en los labios, pero sólo se dieron cuenta quienes besaron a su pareja al despertar.**

Gracias por acompañarme hasta aquí.

**Silvia Velando**