



Cuenta cuentos y autoconocimiento con Rosa Baos

www.recreartenespiral.com

recreartenespiral@gmail.com

@recreartenespiral



PRÓLOGO



Este conjunto de cuentos y relatos se fraguó en mi interior de una manera espontánea y mágica, como la mayoría de las sorpresas en la vida.

Estaba escribiendo otro libro de temática completamente diferente cuando los personajes de estas historias fueron apareciendo en mis sueños, en las pequeñas rutinas diarias que tantas veces habían pasado desapercibidas y que pude observar al agudizar mis sentidos; cuando me ajusté las gafas de bucear mientras recitaba un encantamiento.

Así me adentré en un mundo que hoy, con agradecimiento y pasión, comparto contigo, para que me acompañes en estas reflexiones y experiencias. Para que revises y contrastes con tus respuestas y que puedas cambiarlas, dejarlas igual o, incluso, conservar la interrogación abierta.

Deseo que disfrutes leyéndolos, tanto como yo en su *cocreación* al escribirlos y durante el proceso de diseño del libro (más largo y arduo de lo que mi entusiasmo e ignorancia sobre el tema imaginaban).

En este momento solo siento agradecimiento y felicidad, como tras un parto al ver la cara del bebé, frente a frente. Mi mente selectiva olvida lo que no sería beneficioso para la supervivencia de la especie, y me he hecho la promesa de seguir expresando en el formato necesario lo que se siga gestando en mi interior.

Te invito a que hagas lo mismo, a que compartas lo que desees y que entre todos sigamos creando este mundo variado y enriquecedor. Deseo que la cooperación y la humanidad imperen y, bajo mi humilde opinión, eso comienza con una mirada hacia dentro con el fin de conocernos y aceptarnos de manera completa para poder hacer lo mismo con el otro.

Por esta razón, y por muchas otras, deseo que estas semillas germinen con fuertes raíces en tu interior, que sus ramas alcancen los confines de tus sueños y se desplieguen hermosas flores que embellezcan el mundo, transformándose, en su momento justo, en deliciosos frutos.

La razón por la que este libro:
**Dar luz a mi creatividad más
interna y mostrarme y
mostrar lo que llevo en lo más
profundo de mi Ser. Además
de hacer de espejo de todo el
que lo quiera ver.
¿Qué te gustaría a ti
compartir?**

El placer y la sabiduría de los cuentos

Los cuentos han sido siempre un enlace conductor para transmitir conocimiento, tradiciones y reflexiones. Su lenguaje simbólico y figurado hace que la comprensión del mensaje sea profundo, llegando más allá de la razón y por eso siento que a todos, independientemente de la edad que tengamos, nos entusiasma escuchar cuentos.

Nos conecta con el alma y la sabiduría de todos los tiempos. Mediante sus metáforas aclara conceptos complejos para la mente y sobre todo, nos emociona, siendo este el motor para la vida, para el cambio, para la pasión y el Amor.



Índice y cuento por mes (empezamos en julio de 2023)

Para sentir y pensar



1. LA TRIBU LUNAR.

¿Qué significa para ti la palabra tribu?
¿Y el sentido de pertenencia?



2. LAS CÉLULAS REBELDES.

¿Qué sientes ante el libre albedrío?



3. LA MUERTE.

¿Qué es?
¿Cómo te sientes ante ella?
¿Cómo vives?



4. EL MOSQUITO GLOTÓN.

¿Cuál es tu ambición?
¿Cuál es tu motor para conseguirlo?
¿Y tu propósito?



5. LAS PEGATINAS VOLADORAS.

¿Hasta qué punto ejerces el rol
que te han impuesto?



6. LA NOSTALGIA PEGAJOSA.

¿Cómo y dónde sientes la nostalgia?
¿Qué haces ante su visita?



7. EL FUEGO DEL SUEÑO VOLADOR.

¿Cuál es tu pasión?
¿Dónde se aloja y cómo le das salida?



8. EL VIENTO DE MI ALIENTO.

¿Cómo se mueven tus pensamientos?



9. EL AGUA, SENTIMIENTO INTEGRATIVO.

¿Conoces tus emociones?
¿Cuáles son las que tienes más
ensalzadas?
¿Tienes alguna prohibida?



10. LA TIERRA ANCESTRAL.

¿Cómo cuidas a tu cuerpo?
¿Cómo materializas tus proyectos?



11. EL FARO SIN LUZ.

¿Cómo vives la soledad?
¿Confías en los demás?



12. LA CREATIVIDAD IRACUNDA.

¿Cuánto espacio tiene la
creatividad en tu vida?



13. EL OLIVO CENTENARIO.

¿Cuál es tu lealtad a la familia?
¿Y hacia ti mismo?



14. CUPIDO DESCORAZONADO.

¿Qué papel tiene el amor en tu vida?
¿Cómo y cuánto te amas?



15. LA ESCALERA INTERMINABLE.

¿Qué es la vida?
¿Cuál es su sentido?



16. EL MONO DANZARÍN.

¿Cuánto conoces a tu loca de
la casa, a tu crítico interno?
¿Cómo te autoboicoteas?



17. EL BUITRE CARROÑERO.

¿Cuánto valor le das a las
opiniones ajenas?



18. LA MAGIA.

¿Crees en la magia?
¿La has experimentado?



19. EL TEATRO AMBULANTE.

¿Cuáles son tus máscaras y personajes?
¿Sabes la función que ejercen?



20. EN NOMBRE DEL AMOR.

¿Cuál es tu idea del amor en pareja?



21. LA FLOR MARCHITA.

¿Qué sientes ante la vejez?
¿Cómo deberíamos afrontarla?
¿Qué papel debe tener?



¿Cómo lo haremos?

- **Comenzaremos con algunas preguntas de reflexión sobre el tema tratado**
- **Leeremos el cuento**
- **Dinámicas creativas para sentir y experimentar individualmente y en familia lo que ese tema significa para nosotros**
- **Compartir y agradecer**



**Gracias por desplegar tus alas de
colores y volar juntos**