



CUENTOS Y CANCIONES
PARA EL ALMA

Ana Franco

CUENTOS Y CANCIONES
PARA EL ALMA



Primera edición: octubre de 2024

© Comunicación y publicaciones Caudal, S. L.

© Ana Franco

© Idea de portada: Felipe Franco González

© Ilustraciones interior: Paula Arango Franco

ISBN: 978-84-10400-60-3

ISBN digital: 978-84-10400-61-0

Depósito legal: M-21758-2024

Editorial Adarve

c/ Luis Vives 9

28002 Madrid

info@editorial-adarve.com

www.editorial-adarve.com

Impreso en España

*Para mis hijas Sofi y Paulis, para mi niña interior
y para todos los que, de alguna forma,
hacen o harán parte de estas páginas*

CUENTOS PARA EL ALMA

LA HISTORIA DETRÁS DEL LIBRO

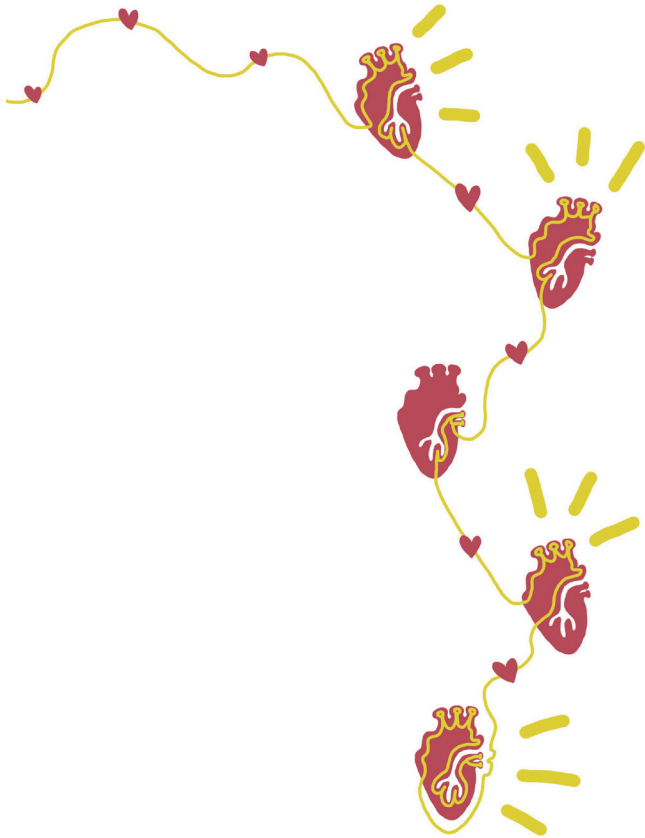
Cuando pasan los años empezamos a ver que cada pieza del rompecabezas está en su lugar y entendemos cuál fue el «para qué» de tantos «por qué» que nos preguntamos a lo largo del camino. Durante mucho tiempo me sentí frustrada por no haber estudiado Música, y parte de mi camino de vida fue hacer realidad mi sueño de dedicarme a cantar a una edad en la que, por lo general, los sueños pasan a un segundo plano o simplemente desaparecen... lo curioso es que este libro llegó a mis manos antes que el CD que tantas veces intenté grabar, pero si lo hubiera grabado en ese momento no aparecerían las canciones que realmente quería entregar al mundo, así que agradezco profundamente cada una de las situaciones que me trajo a este punto.

Podría decir que escribí este libro en una noche, pero lo cierto es que es el fruto de toda una vida, de mil experiencias y de más de un «tramacazo» que me he dado. Durante la pandemia empecé a grabar un cuento cada día para que los niños pudieran salir de su encierro a través de su imaginación, y así nació la lista de reproducción *Cuentos Cuarentenos*, que empezó con el cuento que más le leía a mis hijas cuando eran niñas, y logró reunir 365 vídeos... no son los más vistos en YouTube, pero son mi aporte desde el corazón.

Al comienzo grabé únicamente cuentos infantiles y acompañaba algunos con canciones que enseñaba antes de leer. Después el público de mis cuentos empezó a ampliarse, porque algunos adultos los escuchaban para hacer contrapeso al pánico frente a las estadísticas y noticias alarmantes... así fueron conectándose con su niño interior. Después de varios meses decidí escribir mi primer cuento: *El despertar*, que en muchos sentidos es el comienzo de una nueva forma de ver la vida. Siempre he dicho que cuando canto soy solo un instrumento de Dios, la luz, el universo... y con el tiempo descubrí que cuando leía también pasaba lo mismo; a veces tenía listo un cuento para grabarlo y empezaban a aparecer señales para que leyera otro, yo intentaba seguir con mi plan inicial y pasaban mil cosas que hacían que terminara grabando el otro... a medida que vivía todo eso empecé a «escuchar» más atentamente esos mensajes, hasta el punto en que los últimos cuentos empezaron a centrarse en el sentido de la vida y en mirar hacia adentro.

Después de un tiempo volví a grabar cuentos con la intención de generar paz y vivir desde el amor en medio de un panorama internacional rodeado de conflictos y crisis. Así nació la lista de reproducción *Cuentos para el alma*, y fue precisamente uno de los cuentos que escribí hace muy poco lo que generó este libro: *Un nuevo comienzo*.

También decidí incluir el texto de canciones que he compuesto y la historia detrás de las mismas, esperando llevar luz y fortaleza a los que estén viviendo algunas de las situaciones que viví y que me rompieron en mil pedazos, dándome la posibilidad de armarme nuevamente con las piezas exactas... ¡Este libro está hecho con muchos retazos de mí!



EL DESPERTAR

Hace mucho tiempo, el miedo hizo que la luz que siempre había habitado dentro de cada ser se fuera apagando y que su conexión con todo lo demás y todos los demás se fuera perdiendo. Unos tenían miedo a fracasar, otros a no lograr dominar a los demás, otros a no tener suficiente para vivir... y esos miedos se fueron contagiando de persona a persona a lo largo y ancho de ciudades, países y continentes. El amor, la fuerza más poderosa de la naturaleza, pasó a ser un débil sentimiento que generaba dependencia. La esfera azul que se veía desde el espacio pasó a ser casi un desierto visto a través de una gruesa capa de contaminación, el verde se fue perdiendo y los animales fueron desapareciendo... parecía un planeta oscuro, pero realmente estaba lleno de vida en su interior y esperaba a poder sacudirse toda la suciedad que lo había cubierto... y es que el amor nunca se fue realmente, siguió vibrando en unos pocos y en la naturaleza, quien, a pesar de haber sido maltratada, estaba dispuesta a renacer.

Un buen día alguien decidió despertar, soltar sus miedos, dejar brillar en todo su esplendor la luz que había

en su interior y conectarse con todo lo que le rodeaba. Al comienzo parecía que no lograba nada, los demás lo miraban con extrañeza y hasta con burla... Pero, al ver su luz, otros empezaron a recordar que también eran luz, y ese mismo proceso se fue multiplicando hasta que, desde el espacio, se empezaron a ver algunos destellos; unas cuantas luces que día a día iban tomando fuerza y formando una red que se extendía por cada rincón de la Tierra.

La paz dejó de ser una utopía, el amor volvió a reinar, la naturaleza se vistió de gala con toda la majestuosidad que la caracterizaba y siguió impregnando con la mejor energía a todos y a todo. Sí, durante mucho tiempo, al igual que la Bella Durmiente, la humanidad cayó en un oscuro y profundo sueño y durmió durante siglos enteros, pero llegó el momento de despertar.

LAS CONTRACCIONES

Siempre me he considerado muy fuerte. Por eso, cuando pensaba en el parto decía: «¿Qué tan grave puede ser?». Ja, ja, ja, ja, la ignorancia es atrevida... Cuando empezaron las contracciones pensé en tirarme por una ventana, porque realmente no entendía cómo algo podía doler taaaanto. Bien dicen por ahí que es el equivalente a fracturarse 20 huesos al mismo tiempo; parece exagerado, pero no lo es.

Lo cierto es que todo estaba listo para que Sofi naciera en agua, cuando empezaron las contracciones llamamos al médico y dijo: «Tranquilo, hablamos en tres horas para ver cómo va evolucionando». Pero antes de cumplir la primera hora sentí ganas de pujar, así que el médico nos dijo que debíamos volar a la clínica (mis respetos para las mujeres que tienen trabajos de parto durante muchas horas, yo con lo que tuve casi muero). De pronto estaba dentro del agua con Sofi en mis brazos, la mejor sensación del planeta. El dolor previo no importaba, el miedo de no saber qué hacer tampoco, realmente toda la magia del universo estaba ahí en ese momento.

Un año y medio después empecé a sentir nuevamente contracciones y me asustaba tener que vivir otra vez semejantes dolores, pero en lugar de dejarme llevar a la locura por el dolor, empecé a pensar en lo que había sentido cuando tuve a Sofi en mis brazos por primera vez. Decidí ayudar a Paulis para que la travesía que había empezado para ella fuera lo menos traumática posible.

Cada vez que sentía una contracción trataba de conservar la calma y pensaba: «Estoy bien, no ha empezado lo peor». Aun cuando ya estuviera en las peores contracciones me repetía lo mismo para permanecer fuerte y tranquila, además, le hablaba a Paulis y le decía que estaba feliz de que llegara; el amor estuvo por encima del dolor.

Supongo que la intensidad de las contracciones fue la misma, pero mi forma de enfrentarlas fue muy diferente, mi cambio de enfoque fue crucial. Cada una es un mundo increíble que saca lo mejor de mí, realmente han sido mi motor en los momentos difíciles y hacen que me reinvente todo el tiempo para verlas felices y ayudar a que se conviertan en su mejor versión posible.

La lección sobre las contracciones sigo aplicándola cada día, en los momentos complicados trato de mantener la calma y ser fuerte, porque sé que por muy duro que parezca, va a pasar; además sé que entre una y otra contracción voy a tener tiempo para reponerme y disfrutar todo lo que venga.

Claramente la vida está llena de contracciones, pero cuando uno tiene la mente en el propósito de las mismas y no en el dolor, sabe que vale la pena cada segundo porque lo que viene es absolutamente fantástico.

