



“UNA TERAPIA INNOVADORA”

Me advirtieron que era una psicóloga innovadora, pero nunca imaginé esto. Según ella, mi terapia contra el estrés crónico era un mapa. Me explicó que siguiendo esa ruta tendría la *vista real* de lo que me ocurría, que entre sus senderos encontraría descanso para mi *reventón* mental. Dijo que a veces la felicidad brilla así, *maliciosa*. Que conviene reposar nuestras *cabezas de hierro* y protegerlas con el *yelmo* de la desconexión. Que deberíamos cambiar asfalto por *pedriza*, cuidar de nosotros mismos como hace el *erizo* y admitir que la verdad habita también en la *boca del asno*. Me aseguró que, atravesando los *siete picos*, encontraría fuentes de calma, *grifos* de sosiego y el *punto del perdón* más importante: el de reconciliarte contigo mismo. Y era verdad, pues desde la cima de *Peñalara* siento la paz de haber dejado el estrés atrás, al comienzo del camino, al inicio de ese mapa.

- Iñaki Bilbao -