

El valor de ayudar: un brillo contra el bullying



Capítulo 1: LA LUZ QUE SE APAGA

Elena guardaba una pequeña estrella brillante en su bolsillo.

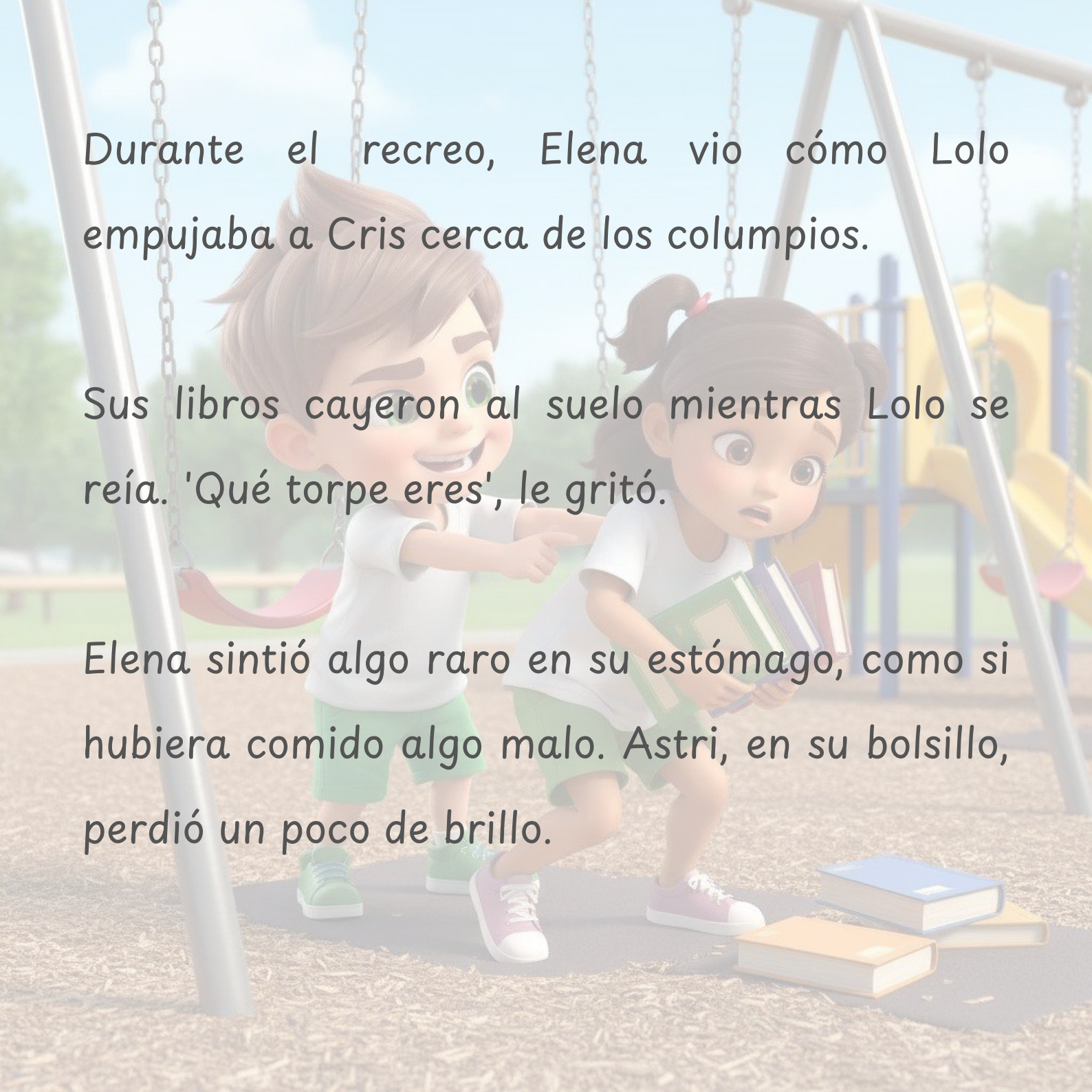
Era su amiga especial, Astri, que siempre la acompañaba al colegio Salvia. Hoy, algo extraño iba a suceder.



Durante el recreo, Elena vio cómo Lolo empujaba a Cris cerca de los columpios.

Sus libros cayeron al suelo mientras Lolo se reía. 'Qué torpe eres', le gritó.

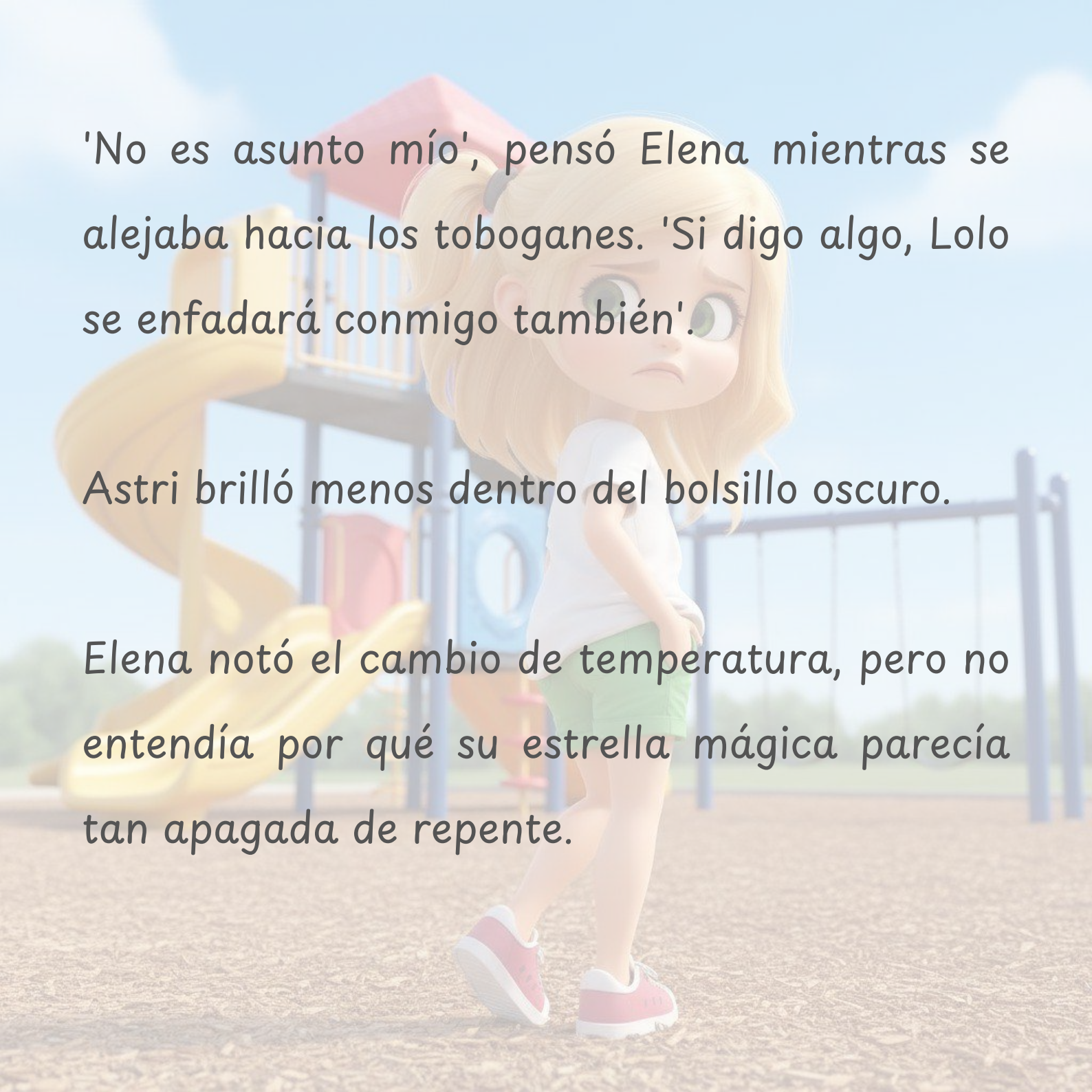
Elena sintió algo raro en su estómago, como si hubiera comido algo malo. Astri, en su bolsillo, perdió un poco de brillo.





Adrián también observó la escena desde el banco donde comía su bocadillo.

Vio la cara triste de Cris recogiendo sus cosas del suelo sucio. Quería ayudar, pero sus piernas no se movían.



'No es asunto mío', pensó Elena mientras se alejaba hacia los toboganes. 'Si digo algo, Lolo se enfadará conmigo también'.

Astri brilló menos dentro del bolsillo oscuro.

Elena notó el cambio de temperatura, pero no entendía por qué su estrella mágica parecía tan apagada de repente.

Esa tarde, Adrián no podía concentrarse en sus deberes de matemáticas.

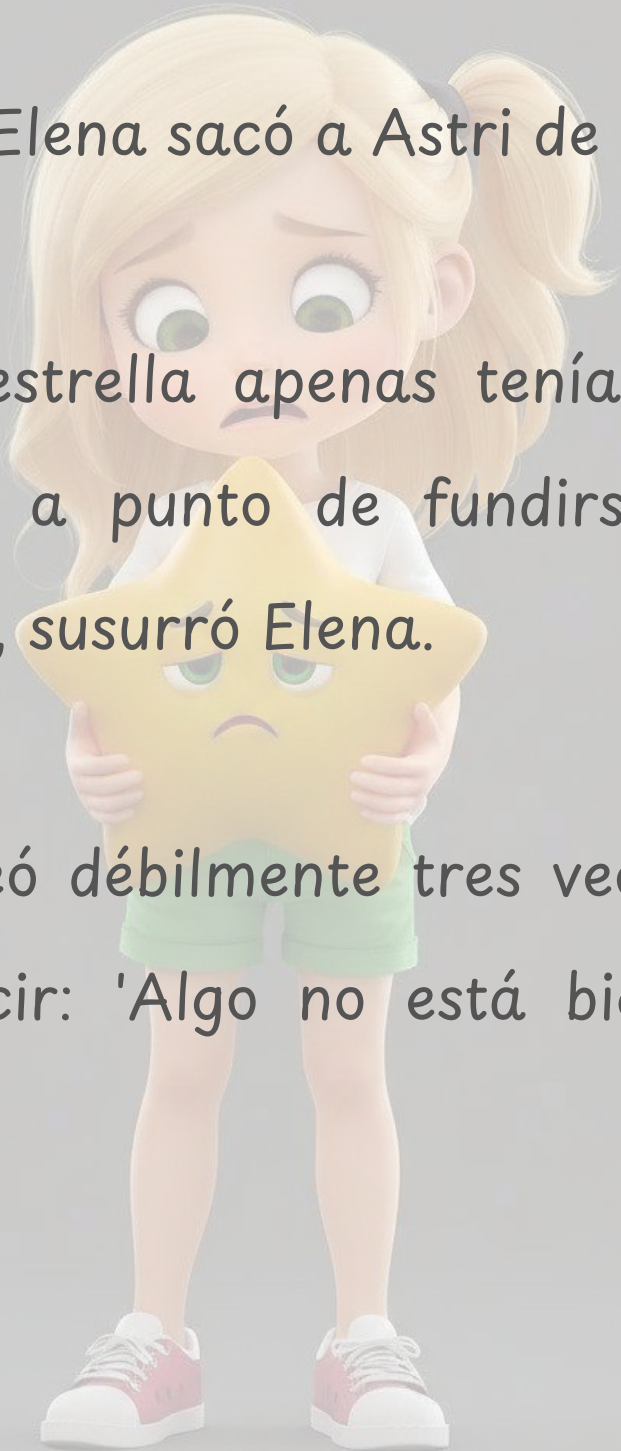
Recordaba la expresión de tristeza en los ojos de Cris. 'Seguro que alguien más habrá hecho algo', se decía. Pero en el fondo sabía que nadie había ayudado.



Por la noche, Elena sacó a Astri de su bolsillo.

La pequeña estrella apenas tenía luz, como una bombilla a punto de fundirse. 'Qué te pasa, amiga?', susurró Elena.

Astri parpadeó débilmente tres veces. Era su forma de decir: 'Algo no está bien y tú lo sabes'.



Capítulo 2: EL PESO DEL SILENCIO

Al día siguiente, Elena llegó temprano al colegio. Astri seguía sin brillar como antes.

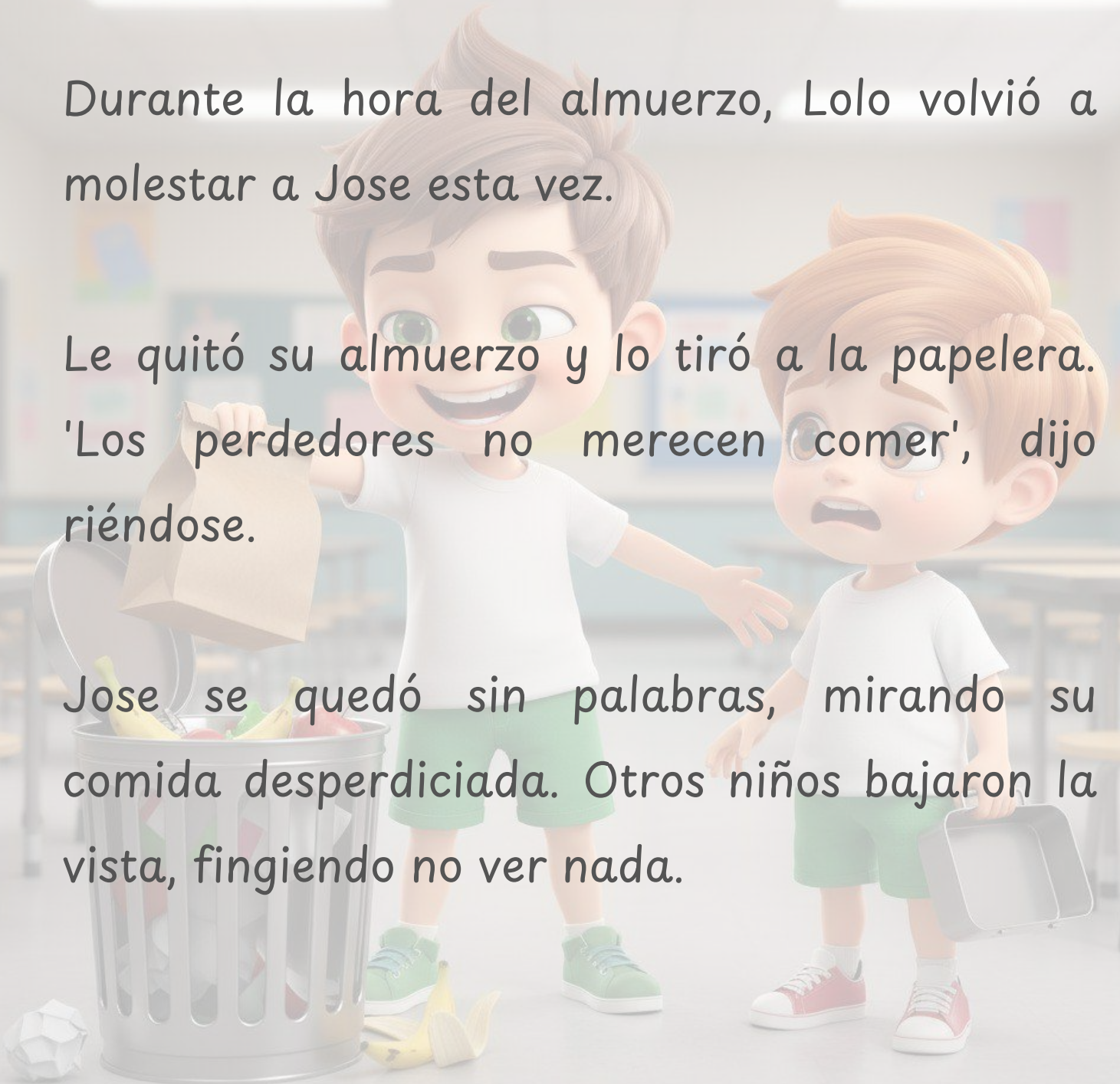
En la clase, Cris parecía más callada que nunca.



Durante la hora del almuerzo, Lolo volvió a molestar a Jose esta vez.

Le quitó su almuerzo y lo tiró a la papelera. 'Los perdedores no merecen comer', dijo riéndose.

Jose se quedó sin palabras, mirando su comida desperdiciada. Otros niños bajaron la vista, fingiendo no ver nada.





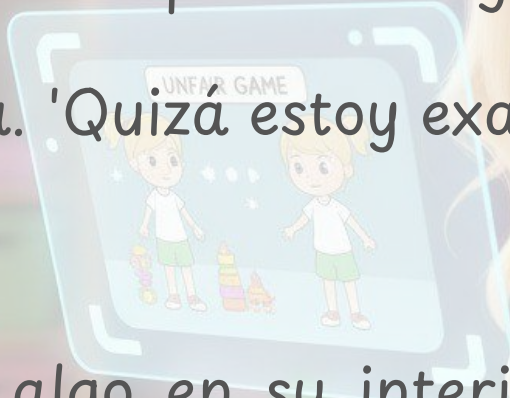
Adrián apretó los puños. Sabía que esto estaba mal, pero tenía miedo. 'Qué dirán si me meto?', pensaba.

Su corazón latía muy rápido, como cuando corría en educación física.

Elena observó todo desde su mesa.

Astri se movió inquieta en su bolsillo, casi sin luz. 'Por qué no hago nada?', se preguntó Elena. 'Quizá estoy exagerando las cosas'.

Pero algo en su interior le decía que no era verdad. La situación era realmente injusta.



Después de clases, Adrián caminó hacia casa muy despacio. Pensaba en Jose, que había pasado el resto del día con hambre. 'Yo lo vi todo.

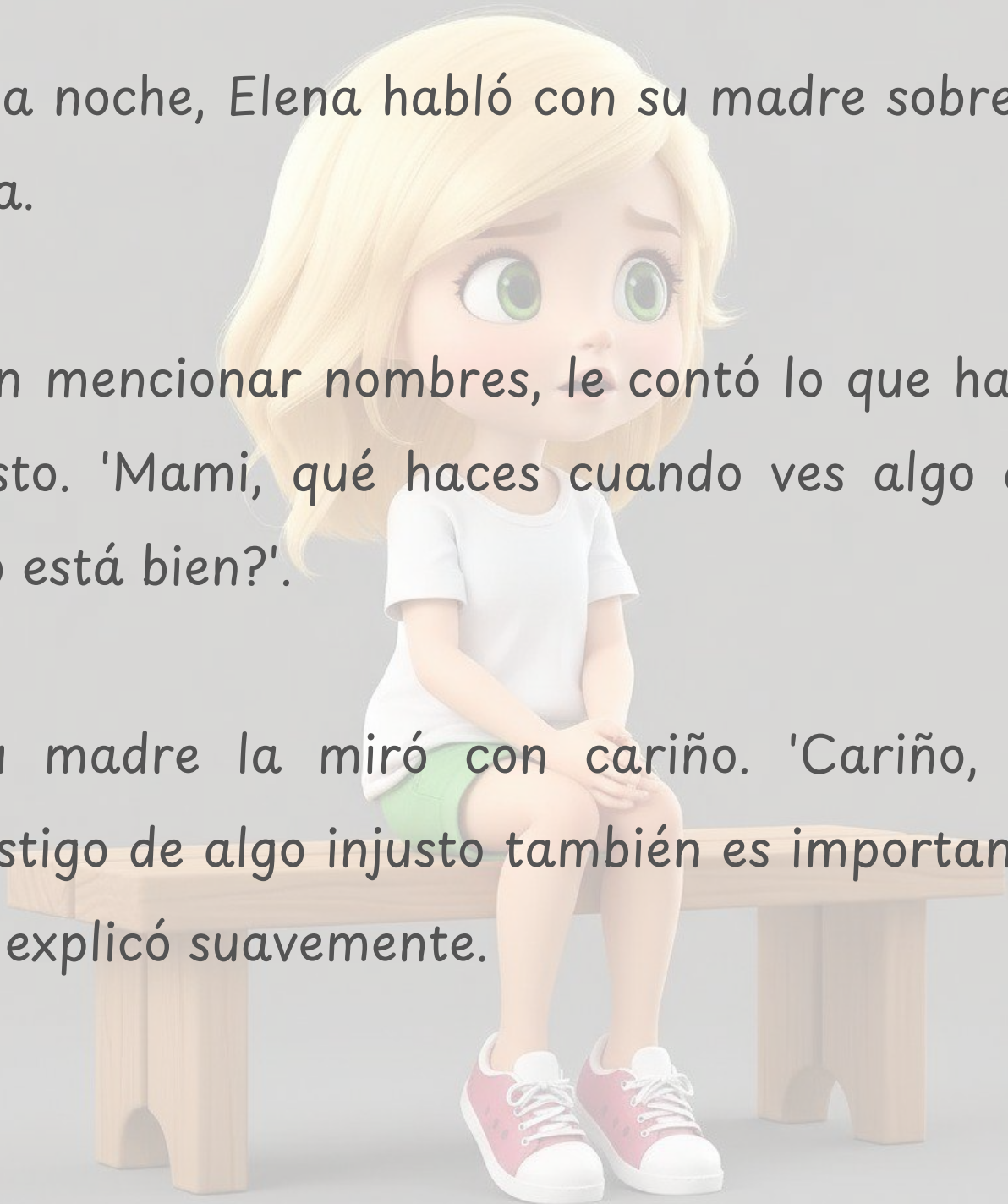
Entonces, por qué no hice nada?', se repetía una y otra vez.



Esa noche, Elena habló con su madre sobre su día.

Sin mencionar nombres, le contó lo que había visto. 'Mami, qué haces cuando ves algo que no está bien?'.

Su madre la miró con cariño. 'Cariño, ser testigo de algo injusto también es importante', le explicó suavemente.

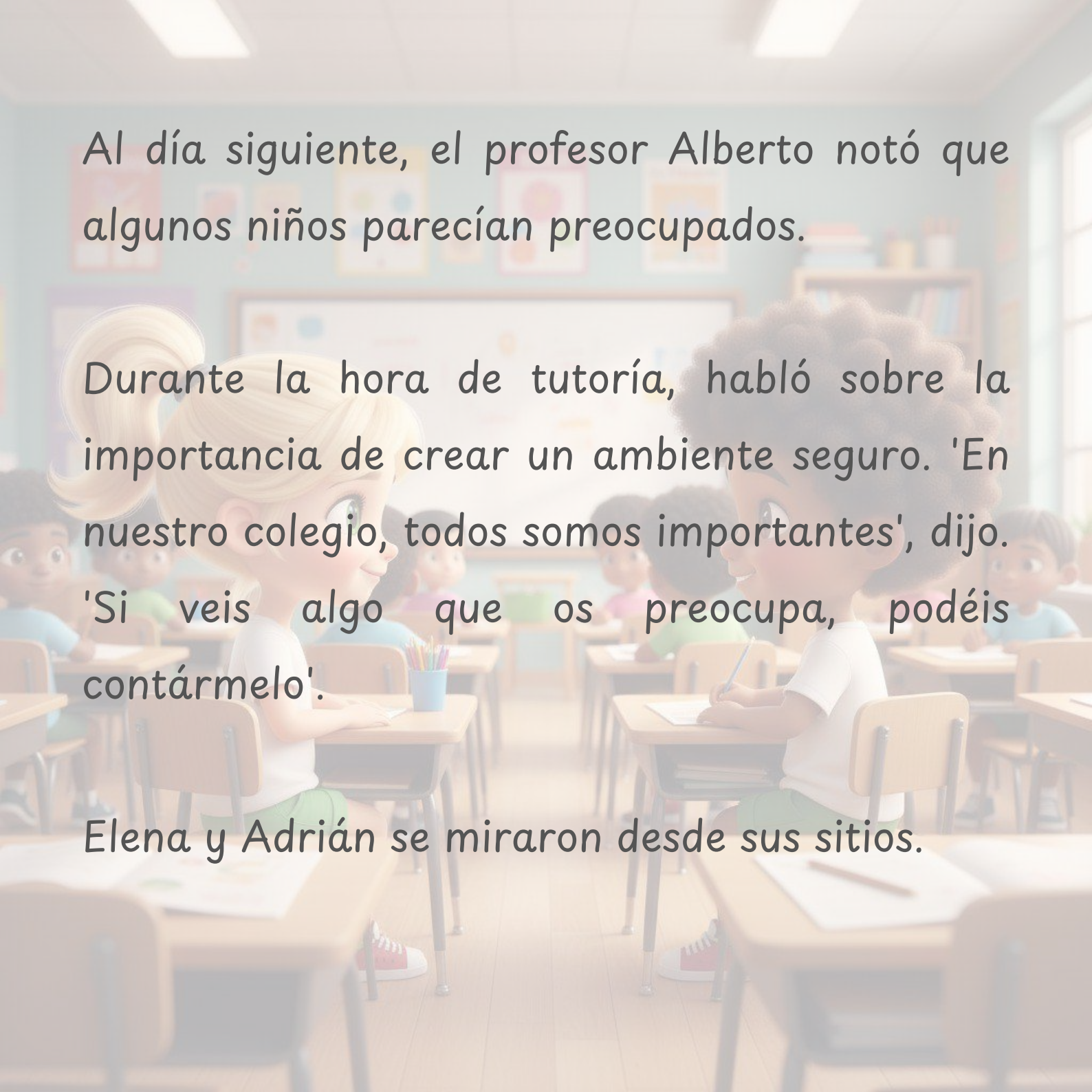


Capítulo 3: APRENDIENDO A BRILLAR

'No tienes que ser una heroína', le dijo su madre. 'Pero sí puedes pedir ayuda cuando alguien necesita apostar'.

Elena tocó a Astri en su bolsillo.





Al día siguiente, el profesor Alberto notó que algunos niños parecían preocupados.

Durante la hora de tutoría, habló sobre la importancia de crear un ambiente seguro. 'En nuestro colegio, todos somos importantes', dijo. 'Si veis algo que os preocupa, podéis contármelo'.

Elena y Adrián se miraron desde sus sitios.



En el recreo, Elena se acercó a Adrián. 'Tú también has visto lo que pasa con Lolo?', le preguntó en voz baja.

Adrián asintió. 'No sé qué hacer', confesó.

'Podemos hablar con el profesor Alberto',
sugirió Elena.

Astri comenzó a brillar un poquito más en su
bolsillo. 'Pero qué le decimos?', preguntó
Adrián nervioso. 'La verdad', respondió Elena.
'Le contamos lo que hemos visto'.

Su voz sonaba más segura de lo que se sentía.

Juntos, se dirigieron hacia el aula donde estaba el profesor Alberto.

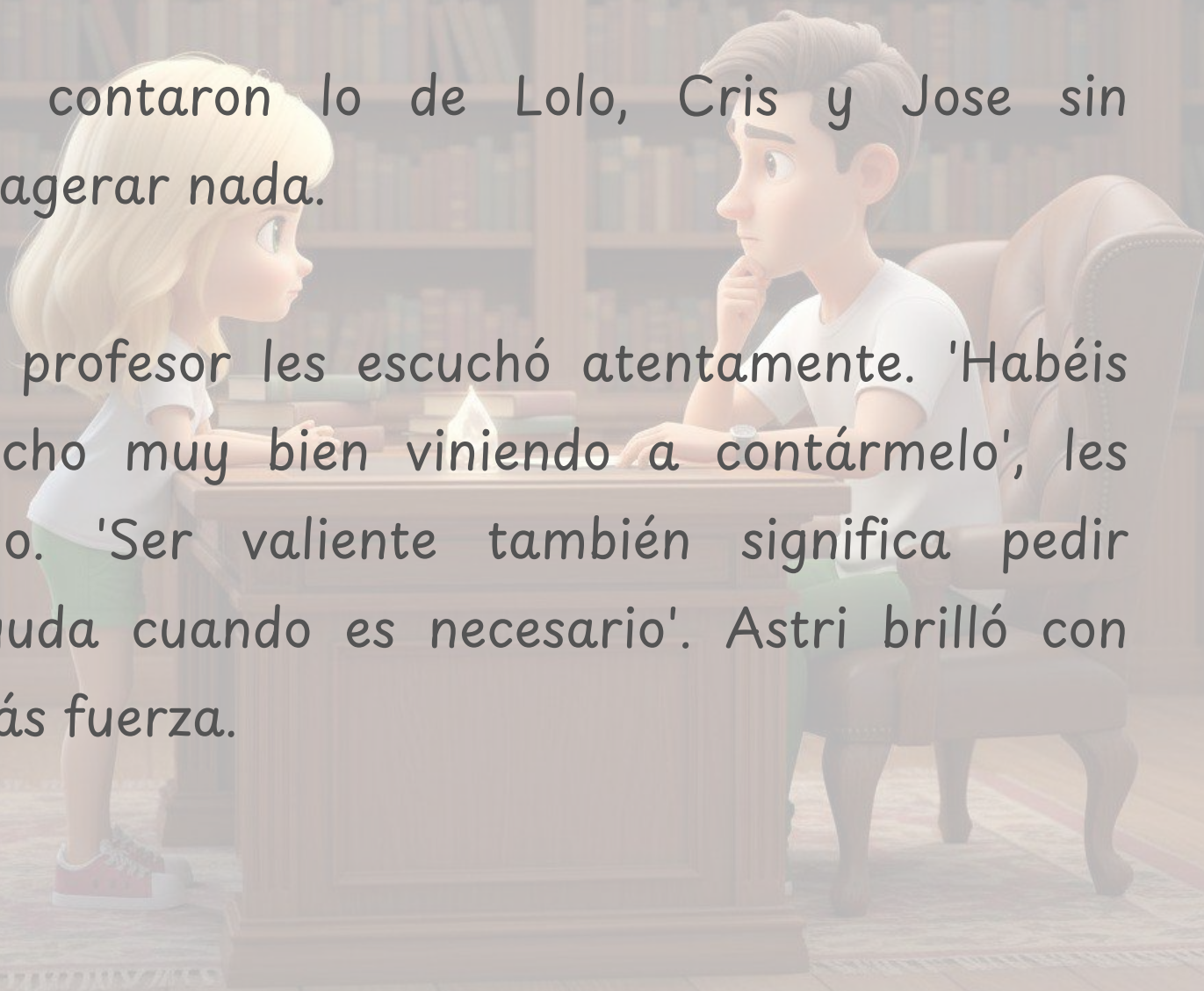
Elena sentía cómo Astri se calentaba en su bolsillo, recuperando su brillo poco a poco. Respiró hondo. 'No tenemos que enfrentarnos solos a esto', murmuró.



'Profesor Alberto', comenzó Elena. 'Hemos visto cosas que nos preocupan'.

Le contaron lo de Lolo, Cris y Jose sin exagerar nada.

El profesor les escuchó atentamente. 'Habéis hecho muy bien viniendo a contármelo', les dijo. 'Ser valiente también significa pedir ayuda cuando es necesario'. Astri brilló con más fuerza.



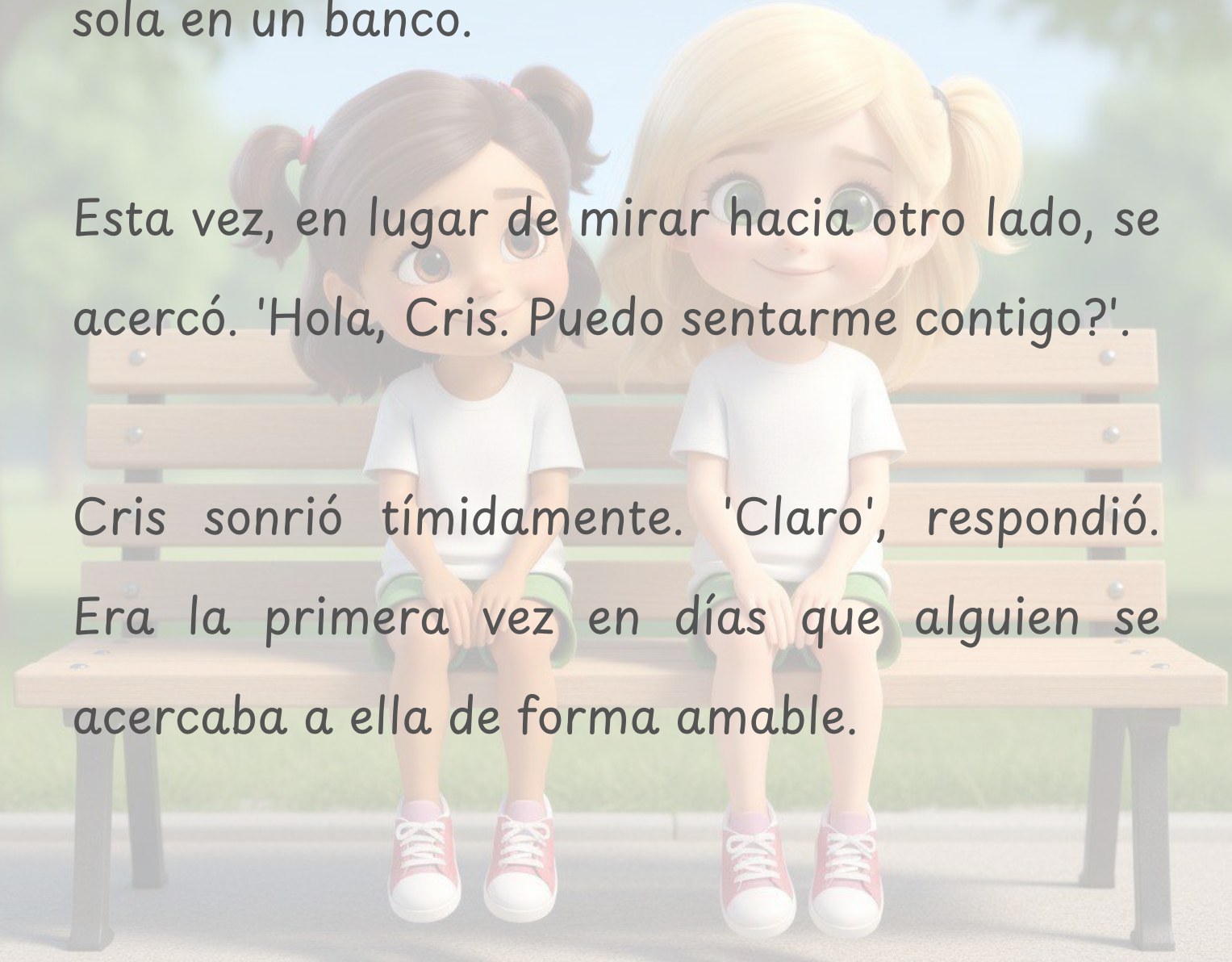
Capítulo 4: UNA SEGUNDA OPORTUNIDAD

Al día siguiente, el profesor Alberto habló con Lolo en privado.

También organizó actividades para que todos los niños trabajaran juntos en equipos mixtos.



Durante el recreo, Elena vio a Cris sentada sola en un banco.

Esta vez, en lugar de mirar hacia otro lado, se acercó. 'Hola, Cris. Puedo sentarme contigo?'.

Cris sonrió tímidamente. 'Claro', respondió. Era la primera vez en días que alguien se acercaba a ella de forma amable.



Adrián hizo lo mismo
con Jose. Le ofreció
compartir su
merienda. 'Gracias',
dijo Jose
sorprendido. 'De
nada.

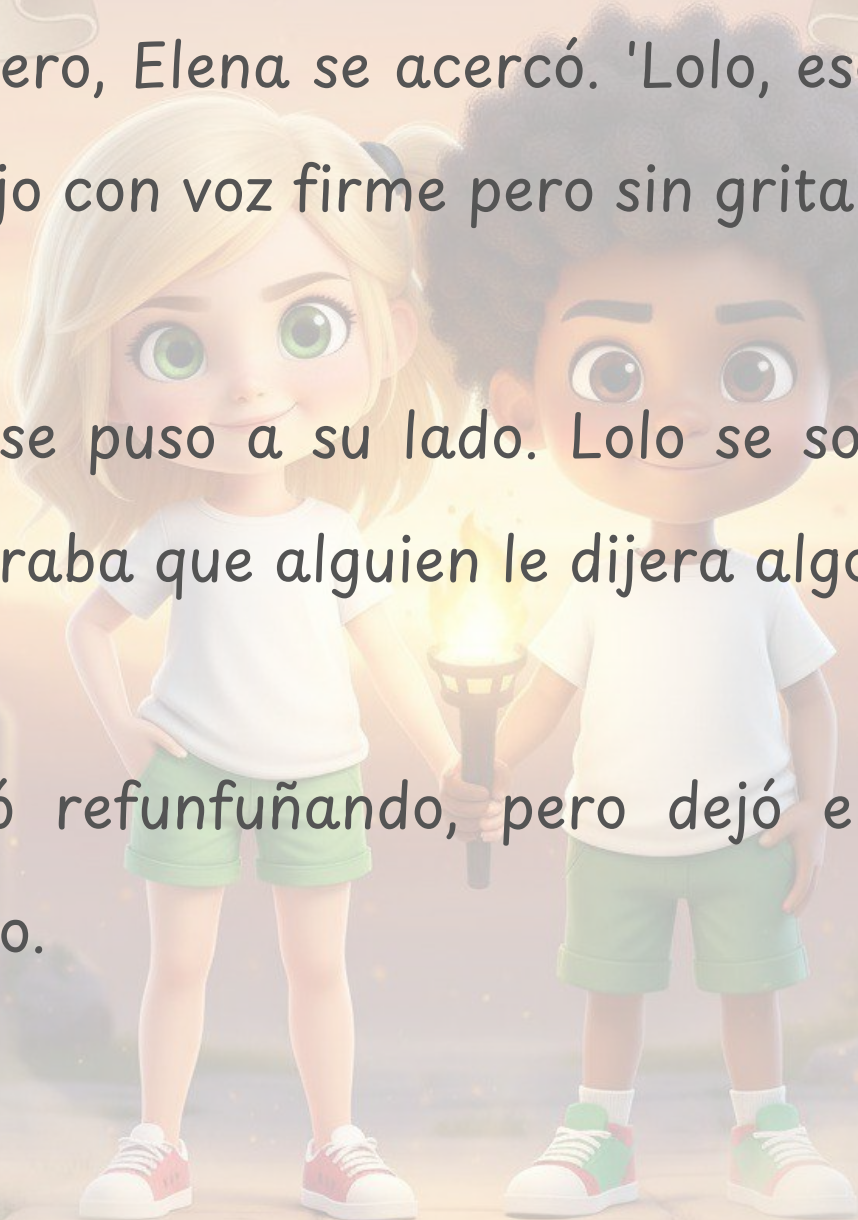
Los amigos se
ayudan', respondió
Adrián, sintiéndose
más valiente.

UNITED WE STAND

Cuando Lolo intentó molestar a otro compañero, Elena se acercó. 'Lolo, eso no está bien', dijo con voz firme pero sin gritar.

Adrián se puso a su lado. Lolo se sorprendió. No esperaba que alguien le dijera algo.

Se alejó refunfuñando, pero dejó en paz al otro niño.



Astri brillaba ahora con toda su fuerza en el bolsillo de Elena.

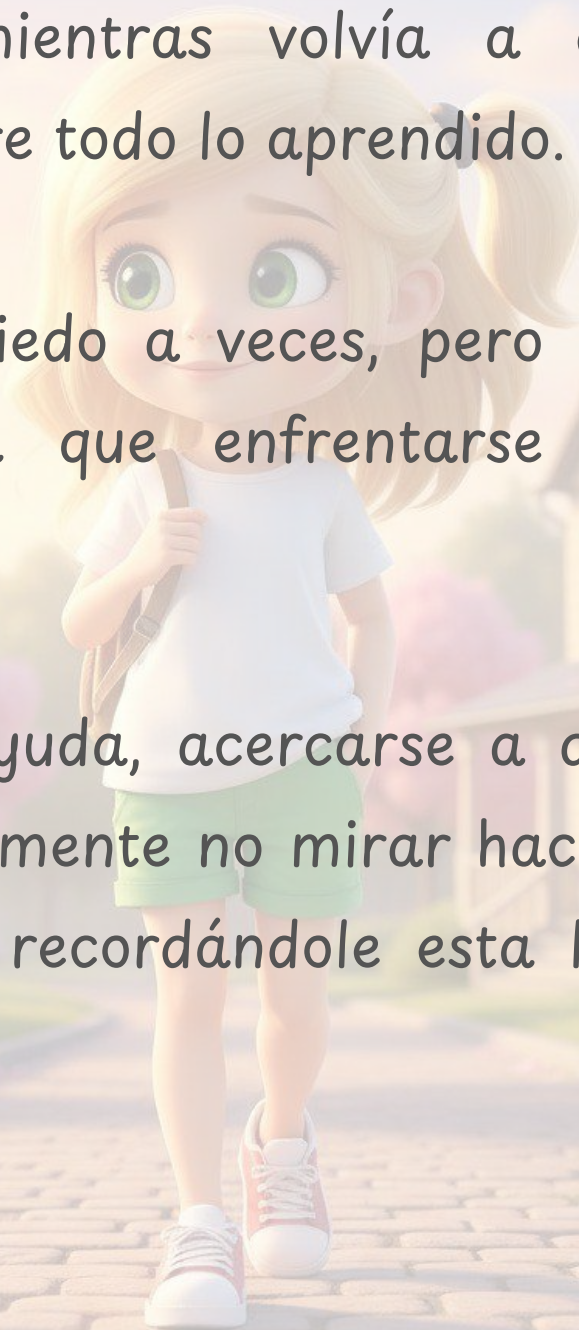
Se sentía como una pequeña estrella de verdad, cálida y luminosa. Elena entendió que no había que ser perfecta para hacer lo correcto.



Esa tarde, mientras volvía a casa, Elena reflexionó sobre todo lo aprendido.

Aún sentía miedo a veces, pero ahora sabía que no tenía que enfrentarse sola a los problemas.

Podía pedir ayuda, acercarse a quien estaba triste o simplemente no mirar hacia otro lado. Astri brillaba recordándole esta lección para siempre.





@cuentosland_ia



info@cuentoslandia.com



© 2026 Cuentoslandia

