

EL CUENTO DE LÚA



ANA ÁVILA

EL CUENTO DE LÚA

Ana Ávila · Método Cronos®

Índice

Contenido	3
Agradecimientos.....	6
Dedicatoria	8
Capítulo 1 — La Llamada del Invierno.....	11

Créditos

© 2025 Ana Ávila. Todos los derechos reservados.

Método Cronos®

Ilustraciones generadas por IA bajo dirección creativa de la autora.

Ninguna parte de esta publicación puede reproducirse, almacenarse o transmitirse sin permiso previo por escrito de la autora, excepto en citas breves para reseñas. Este libro no sustituye acompañamiento terapéutico ni médico. Su propósito es reflexivo, narrativo y formativo.

Primera edición 2025



Agradecimientos

A la Vida,
por enseñarme que cada invierno contiene
una promesa de luz.

A todas las personas que han confiado en mí
durante estos años, por compartirme sus
historias, su vulnerabilidad y su fuerza. Cada
proceso que he acompañado es también
parte de este libro.

A mi familia,
por ser raíz, refugio y espejo,
y por recordarme que el amor también
evoluciona.

A quienes trabajan con el Método Cronos,
por demostrarme que el alma humana
siempre encuentra manera de renacer.

A quienes leen estas páginas,
porque la conciencia crece cada vez que
alguien decide mirar hacia dentro.

Y a Lúa,
que apareció con su inocencia brillante
para mostrar que el camino espiritual puede
ser profundo
y a la vez dulce, ligero y verdadero.

Ana Ávila · Método Cronos®

Dedicatoria

Cada año, desde tiempos inmemoriales, la humanidad celebra la llegada de la luz con el Solsticio de Invierno. En la actualidad, millones de personas celebran la Navidad, y sin saberlo, celebran también su fe en el mañana.

He querido compartir contigo esta visión profunda del Biorritmo de Invierno: un viaje interior que tu alma recorre para renacer, iluminar su memoria y prepararse para el nuevo ciclo.

Tu alma renace cada año por Navidad. De ti depende que el año que comienza sea en verdad un Feliz y Próspero Año Nuevo.

Con cariño,

Ana Ávila · Método Cronos®



“Toda llamada del alma comienza en un silencio.”



Capítulo 1 — La Llamada del Invierno

Dicen que, cuando la tierra duerme y el cielo calla, aparece un ser que solo los corazones en tránsito pueden ver. No tiene nombre fijo ni forma definida; algunos lo llaman Espíritu de la Nieve, otros lo conocen como el Guardián del Invierno. Lúa, sin embargo, lo recordaría simplemente como “el que llegó cuando más lo necesitaba”.

Aquella noche, el viento parecía llevar mensajes que no eran del mundo. La niña avanzaba entre sombras blancas, envuelta en una sensación que no sabía nombrar: no era miedo, tampoco tristeza... era la intuición

de que algo en su interior estaba a punto de abrirse.

Los copos caían lento, como si el tiempo respirara con suavidad.

Y entonces lo vio.

A unos pasos, una figura cubierta de nieve la observaba en silencio. No tenía rostro definido, solo dos ojos oscuros y profundos, como si guardaran dentro el eco de todas las noches del mundo. Su presencia no era fría, como Lúa imaginó, sino extrañamente cálida, como una llama en reposo.

—Te estaba esperando —dijo una voz que no sonaba afuera, sino dentro de su pecho.

Lúa no retrocedió. Algo en aquella figura le resultaba familiar, como si la hubiese visto en un sueño antiguo, uno de esos que se

olvidan al despertar, pero que siguen latiendo bajo la piel.

—¿Quién eres? —preguntó la niña.

El Guardián inclinó levemente la cabeza, como quien reconoce una pregunta sagrada.

—Soy quien te acompaña cuando el invierno llega dentro de ti. Vengo a ayudarte a recordar lo que has perdido, y a encontrar lo que aún no has nacido a ser.

Una corriente suave de luz recorrió el aire entre ellos.

Lúa sintió que algo se aflojaba dentro de su pecho, un nudo que llevaba tiempo pidiendo escuchar.

—¿Y qué hago ahora? —susurró.

El Guardián extendió su mano nevada hacia ella.

—Caminar conmigo. El invierno te ha llamado.

Y cuando el invierno llama, es porque el alma está lista para renacer.

Lúa tomó su mano.

Y, juntas, la niña y la nieve comenzaron el viaje.

“El invierno no pregunta.

Invita.

Y en su invitación, algo profundo despierta.

*Allí donde antes había sombra,
ahora aparece un sendero”*

