



## El beso de buenas noches

Sofía tenía tres años y unos ojos tan grandes como la luna llena. Le encantaba hacer casitas con cobijas, pintar con los dedos y bailar descalza por la sala. Pero lo que más le gustaba, el momento más especial del día, era tomar teta para dormir.

Cuando el cielo se pintaba de azul oscuro y las estrellas empezaban a brillar, Sofía se acurrucaba en los brazos de su mamá. La teta era como un refugio calentito, como una canción sin palabras. Con los ojos medio cerrados, escuchaba el corazón de su mamá y se dormía con un suspiro suave.

Una noche, después del baño y del cuento, su mamá la miró con ternura y le dijo:

—Sofi, mi princesa... ¿sabes qué? Estás creciendo. Y pronto vas a aprender a dormir sin la teta. Te voy a ayudar, paso a paso, a encontrar una nueva manera de descansar.

Sofía levantó la cabeza, sorprendida.

—¿Pero cómo voy a dormir, mami, si no tomo teta?



---

Su mamá la abrazó fuerte y le dio tres besitos: uno en la frente, otro en la nariz y otro en el corazón.

—Vas a dormir con besitos mágicos, con canciones suaves y con un nuevo amiguito: la almohada de los sueños.

—¿La almohada de los sueños? —preguntó Sofía, abriendo mucho los ojos.

Esa noche, su mamá le llevó una almohada muy suave, con una funda azul llena de estrellas. La puso a su lado y le susurró al oído:

—Esta almohada escucha todo lo que le cuentes antes de dormir. Si le hablas, si le dices qué te hizo feliz o qué te hizo enojar, ella guarda todo y te ayuda a descansar.

Esa noche, Sofía no tomó teta. Pero su mamá le cantó una canción de luz de estrellas, le contó un cuento de una niña valiente que dormía bajo la luna y le dijo:

—Buenas noches, mi Sofi querida. Mi amor siempre estará aquí, muy cerquita de ti.

Sofía cerró los ojos, abrazada a su nueva almohada. Al principio le costó trabajo. El sueño no llegaba tan rápido como antes. Pero poco a poco, con besitos y caricias, sintió el corazón tranquilo y cayó en un sueño dulce como la miel.

Las primeras noches no fueron fáciles. A veces, Sofía todavía decía bajito: “Nomás un poquito de teta...” Y su mamá, con todo el amor del mundo, le respondía: “Ahora te cuento una historia y te doy un besito que dura toda la noche.”



---

Y Sofía fue descubriendo que podía dormir de otra manera. Sin teta. Con cuentos, abrazos y su nueva magia: la almohada de los sueños.

Porque crecer no significa perder amor, sino descubrir nuevas formas de quererse.

Y así termina esta historia, pero no el beso de buenas noches. Ese... siempre viaja con ella, cada vez que cierra los ojos.