Lo que sé de la libertad me lo contó un caballo

Los presos de Alcalá-Meco participan en un taller de autoayuda con caballos

NOELIA TORRES ■ ALCALÁ

La suma de una decena de presos de Alcalá-Meco, un 'vaquero' argentino que susurra a los caballos y un ejemplar de raza española, de color negro y de nombre 'Madrid', dan como resultado un curso de autoayuda dirigido a reclusos, asistido por estos majestuosos y nobles animales que 'enseñan', bajo el buen hacer de Fernando Noailles, a las personas a reconocer sus propias emociones.

"Parece que esto sea esoterismo, pero no es así" explica el psicólogo de la prisión de Alcalá Meco, Daniel, que llevó ayer a una decena de internos de la cárcel a la Yeguada del Hierro de Las Espadas, lugar donde realizaron la parte práctica del taller de autoayuda asistido con caballos, cuya teoría cursaron durante la semana en las dependencias de la prisión. El entrenador emocional y gran conocedor del lenguaje del caballo es Fernando Noailles, que desde 2005 empezó a dar cursos dirigidos a personas en conflicto consigo mismas o con la sociedad.

"El caballo siente nuestra energía vital y actúa como si fuera un espejo, reflejando lo que percibe. Posibilita conocerte, aprender a reconocer tu estado emocional y a partir de ahí, modificarlo", narra Noailles con una voz llena de paz, la misma que trata de transmitir a los presos a través de *Madrid*, un precioso caballo negro –del mismo nombre que el centro penitenciario Madrid I, casualidades de la vida– que absorbe como una esponja el estado de ánimo de los que le rodean, comportándose en consecuencia.

Así, se aleja si la persona que le va a buscar está tensa o nerviosa, sin embargo, sigue al que se muestra sereno y tranquilo, como un perrito. "El ser humano es el único animal que puede cambiar su estado de ánimo. Lo que buscamos es que ellos se sitúen con sinceridad delante del caballo y aprendan a reconocer y gestionar sus emociones", dice Noailles, mientras propone otra actividad a los chicos. Todo un reto. Tumbarse encima de *Madrid*, estando *Madrid* en el suelo y disfrutar, guiados por la voz del que susurra, de la sensación de tranquilidad, hasta acompasar ambas respiraciones y latidos, la de hombre y animal.

"Sientes mucha calma como si no existiera nada más", apunta uno de los reclusos. Mientras, otro cuenta que es una experiencia inolvidable con la que "aprendes a conocerte a tí mismo".

El psicólogo de la prisión se lamenta de que no puedan ser más, los reclusos que accedan al curso "les sirve para relajarse y para conocerse", concluye. Y bajo un sol de justicia continúan con los ejercicios dispuestos a colocarse frente al espejo y a reconocerse.

Más información sobre estos cursos en... www.diariodealcala.es

ELENA BOTO

RELAJACIÓN. *Una de las actividades que los presos realizaron ayer en el curso de autoayuda*