

Vítek a dobrodružství jménem nuda



Příběh ze série

Veverka Zvědalka a skřítek Vítek pomáhají s výzvami



V lese začalo pršet. Nebyl to ten veselý letní deštík, který osvěží vzduch, ale hustý, vytrvalý déšť, který proměnil všechno v jednu velkou šedivou louži. Vítek seděl u vchodu do chaloupky a otráveně pozoroval kapky.

„To je hrozné,“ fňukal Vítek. „Nemůžu jít ven, nemůžu si hrát s míčem z mechu, nemůžu nic. Strašně se nudím! Kéž bych měl nějakou tu blikající hračku, co mají lidé v domečkách na kraji lesa. Ta by mě aspoň zabavila.“

Vítek se cítil, jako by byl zavřený v prázdné krabici. Čas se neuvěřitelně vlekl. Každá minuta mu připadala jako hodina. Chodil po chaloupce sem a tam, kopal do svého autíčka a každou chvíli se ptal: „Mamííí, co mám dělat? Já nevím, co mám dělat!“ Cítil v sobě takový nepříjemný neklid, jako by mu v bříšku běhaly stovky neposedných mravenců.



Maminka skřítková právě klidně pletla novou šálu. Podívala se na Vítka a usmála se. „Vítku, víš, že nuda je vlastně vzácný host? Většinou na ni nemáme čas, protože pořád něco děláme. Ale teď přišla a přinesla ti dárek.“

„Dárek?“ vyprskl Vítek. „Nuda je hnusná! Je to nic! Nic se neděje, nic tu není!“

„Právě v tom ‚ničem‘ se schovává všechno,“ řekla maminka záhadně.

„Představ si, že tvoje fantazie je jako kouzelné vnitřní kino. Když se pořád díváš na něco venku – na hračky nebo na blikátka – tvoje kino má zavřeno. Ale když venku nastane ticho a nuda, je to signál pro tvého vnitřního promítače, aby začal promítat tvoje vlastní příběhy. Nuda je jenom ticho před tím, než tvoje hlava začne tvořit.“



Vítek si sedl doprostřed pokojíčku a zkusil to „nic“ pozorovat. Nejdřív viděl jenom tmou a slyšel déšť. Ale po chvíli si všiml, že jedna kapka na okně vypadá jako malinký skleněný dům.

Zvídalka přiběhla celá mokrá a schovala se u Vítka. „Teda, to je nuda, co?“ prohodila.

„Maminka říká, že je to čas pro vnitřní kino,“ zamumlal Vítek.

„Kino? A kde jsou lístky?“ zasmála se Zvídalka.

„Nepotřebujeme lístky,“ řekl Vítek a najednou ho něco napadlo. „Podívej se na ten starý pařez támhle v rohu dvorka. Když se na něj díváš jako badatel, co vidíš?“

Zvídalka přimhouřila oči. „No... vidím kus dřeva.“

„A teď zapni promítačku,“ pobídl ji Vítek.



Oba se začali na pařez dívat jinak. Najednou to nebyl jen kus dřeva. V jejich fantazii se rýhy v kůře změnily v hluboká údolí. Mech na vrcholu se stal pralesem pro mikroskopické tvory. Jeden prasklý suk vypadal jako brána do podzemního hradu.

„Jé!“ vydechla Zvídalka. „Podívej, v tom údolí právě projíždí rytíř na mravenci!“

Jejich vnitřní kino se právě rozběhlo na plné obrátky.

Z nudy se stalo největší dobrodružství.

Vítek a Zvídalka začali používat kouzelnou formuli: „CO KDYBY...“ „Co kdyby tahle prázdná skořápka od ořechu byla loď, která umí létat v mracích?“ navrhl Vítek.

„A co kdyby tohle pírkó byl kouzelný klíč, který odemyká řeč stromů?“ přidala se Zvídalka.



Začali si stavět svůj svět. Nepotřebovali k tomu nic jiného než pár klacíků, kamínků a obrovskou dávku fantazie. Zjistili, že když si hračky vyrobí ve své hlavě a ze starých věcí, je to mnohem zábavnější než ty, co už jsou hotové. S hotovou hračkou se dá dělat jenom to, k čemu je určená. Ale se skořápkou ořechu se dá dobýt celý vesmír.

Najednou už neslyšeli jenom déšť. Slyšeli fanfáry ze svého hradu, slyšeli šumění křídel své létající lodi a smích skřítků, které si vymysleli. Čas, který se předtím táhl jako šnek, najednou utíkal jako splašený jelen.

„Vítku, podívej,“ řekla maminka po nějaké době. „Venku už skoro neprší.“ Vítek se překvapeně podíval ven. Sluníčko začalo vykukovat zpoza mraků, ale on se najednou nehrnul ven. Měl rozdělaný rozhovor s rytířem na mravenci a zrovna plánoval, jak skořápková loď přeletí přes louži.

„Mami, ta nuda byla vážně skvělá,“ uznal Vítek. „Nejdřív mě trochu kousala v bříšku, ale pak z ní vylezly tyhle skvělé věci.“

Teta Sova, která seděla na větvi nedaleko a všechno pozorovala, se tiše zasmála.

„Húúú... naučil jsi se velkou věc, Vítku.

Lidé, kteří se umí nudit, se nikdy v životě nenudí doopravdy, protože nosí celý vesmír zábavy s sebou ve své vlastní hlavě.

Jsi teď pánem svého času, ne jeho vězněm.“

Vítek pochopil, že nuda je jenom vstupem k nápadům. A že ty nejlepší hračky na světě nepotřebují baterky, protože je pohání jeho vlastní radost a představivost.

Když déšť úplně ustal, Vítek a Zvídalka vyběhli ven. Ale už to nebyl ten samý skřítek a veverka jako ráno. Teď se dívali na každou louži, na každý list a na každý stín jako na začátek nového příběhu.



Zjistili, že si ten „promítač“ v jejich hlavě nemusí dávat pauzu, ani když svítí sluníčko. Ale věděli, že kdyby příště zase pršelo a nuda se vrátila, nebudou se na ni zlobit. Budou vědět, že nuda je jenom tiché pozvání k dalšímu skvělému filmu, který běží jenom v jejich vnitřním kině.

A tak, i když byl les mokrý a všude bylo bláto, Vítek a Zvídalka prožívali ten nejbarevnější den, protože se naučili, že to nejdůležitější světlo nesvítí z venku, ale z jejich vlastní zvědavé mysli.

Pro rodiče

Tento příběh pomáhá dětem (a rodičům) v digitální době:

- **Normalizace nudy:** Učíme děti, že pocit nudy je v pořádku a je to zdravý stav, který předchází tvorbě.
- **Redukce závislosti na podnětech:** Ukazujeme, že vnitřní zdroje zábavy jsou trvalejší a uspokojivější než pasivní konzumace obsahu.
- **Rozvoj exekutivních funkcí:** Plánování vlastní hry z ničeho posiluje kognitivní schopnosti a autonomii.
- **Metafora vnitřního kina:** Poskytuje dítěti nástroj, jak si vizualizovat svou fantazii a vědomě ji „zapnout“.

Kvíz pro děti

1. Vysvětli, proč maminka řekla, že nuda je „vzácný host“.
 - (Odpověď: Protože nám dává čas se zastavit a nechat prostor pro naše vlastní nápady, které v hlučném dni neslyšíme.)
2. Jaký je rozdíl mezi hračkou z obchodu a hračkou, kterou si vymyslíš z ořechové skořápky?
 - (Odpověď: Hotová hračka dělá jen jednu věc, ale ta vymyšlená může být v naší fantazii čímkoli – lodí, hradem i vesmírným modulem.)
3. Proč si teta Sova myslí, že lidé, kteří se umí nudit, jsou vlastně páni svého času?
 - (Odpověď: Protože nejsou závislí na tom, aby je někdo nebo něco bavilo, ale umí se zabavit sami kdekoli a kdykoli.)
4. Co se změnilo v tom, jak Vítek vnímal čas na začátku a na konci příběhu?
 - (Odpověď: Na začátku se čas vlekl, na konci utíkal moc rychle, protože byl Vítek zabraný do hry.)
5. Zkusíš dneska na 10 minut „vypnout svět“ a zapnout své „vnitřní kino“? Co by v něm právě teď mohlo běžet?
 - (Otevřená otázka k podpoře dětské představivosti.)

Ted' už je to na tobě. Můžeš si obrázek vybarvit jak se ti líbí.



Každý týden vypráví Zvídalka s Vítkem nový příběh



Aby mohla Zvídalka přinášet radost i v budoucnu, prosím, nešířte volně tyto příběhy.

Místo toho pozvěte přátele přímo na naši FB stránku Veverka Zvídalka a skřítek Vítek objevují svět.

Za respektování autorských práv vám ze srdce děkuji.

Veverka Zvídalka a skřítek Vítek pomáhají s výzvami

© Zdeňka Kolářková