

Vítek a neviditelný batoh plný kamenů

Tento příběh je věnován všem dětem, které v sobě nosí tichého „vnitřního kritika“, a rodičům, kteří v dobré víře někdy naloží na dětská ramena batoh plný očekávání.



Příběh ze série

Veverka Zvídalka a skřítek Vítek pomáhají s výzvami

V lese pod starým dubem bylo rušno. Vítkův tatínek právě dokončoval dílo, na které se těšil celý les – nový dřevěný most přes Bublavý potok. Byl z modřínového dřeva a voněl pryskyřicí.

„Vítku, pojd' sem na chvíli,“ zavolal tatínek s úsměvem a otřel si ruce do zástěry. „Zítra bude velká jarní slavnost. Všechna zvířata i skřítkci budou poprvé přecházet přes tento most. Ty máš šikovné ruce a bystré oči. Já teď musím odejít, maminka potřebuje pomoci s přípravou slavnosti. Zvládneš most dokončit? Je potřeba ještě přibít zbylá prkna a dodělat zábradlí. Chci, aby byl pevný, až po něm zítra půjde celý les.“

Vítek se narovnal. Cítil se důležitě. „Jasně, tati!“

Ale v tu vteřinu, kdy tatínek vyslovil ta slova – celý les – se ve Vítkově hlavičce rozsvítilo malé varovné světýlko. Představil si tetičku Sovu, jak moudře pokyvuje hlavou, jezevce, jak těžce našlapuje, a všechny zajíčky, jak poskakují. Nad Vítkovou hlavou se objevil malý, šedý obláček. Zatím byl lehký jako pírko, ale už tam byl.



Tatínek chtěl Vítka povzbudit, a tak přidával další věty, které mu připadaly jako ta nejlepší podpora: „Na tebe je vždycky spoleh, Vítku. Ty to nezkazíš.“ „Jsi můj malý mistr, vím, že to zvládneš nejlíp ze všech.“

Jenže s každou další větou se ten malý obláček nad Vítkovou hlavou začal měnit. Už nebyl z páry. Začal mít popruhy a pevnou látku. Proměnil se v neviditelný, ale velmi těžký batoh. A do toho batohu začaly padat obrovské kameny.

První kámen: Nesmím udělat jedinou chybu.

Druhý kámen: Tatínek mi věří, nesmím ho zklamat.

Třetí kámen: Co když se mi všichni budou smát, když to pokazím?

Vítek vzal do ruky kladívko, ale jeho ruka byla najednou nějaká cizí a těžká. Ten batoh ho táhl k zemi. Most už nebyl hřištěm, kde se dá zkoušet a objevovat. Viděl ho jako obrovskou horu, kterou musí zdolat, aby ho měli ostatní rádi.



Zvídalka Vítka se zájmem sledovala. byla nadšená z nového dobrodružství, ale pak si všimla jedné věci. Vítek tam stál s kladívkem v ruce a díval se na jedno jediné prkno.

Pětkrát ho přeměřil. Pak ho položil, zase ho zvedl, narovnal ho na milimetr přesně, a pak ho zase s povzdechem odložil, aniž by do něj jednou ťukl. Jeho tvář byla vážná a napjatá.

„Vítku?“ pípla veverka a naklonila hlavu. „Ty dneska nějak nemrkáš. Tvé oči jsou úplně strnulé. A tvá tlapka drží to kladívko tak pevně, až máš bílé klouby. Nechceš si jít radši hrát na honěnou?“

„Nemůžu, Zvídalko,“ odsekl Vítek, aniž by se na ni podíval. „Musím to udělat dokonale. Celý les se bude dívat.“

Zvídalka si uvědomila, že Vítkovo tělo „zamrzlo“. Když je v bříšku příliš velký tlak a strach z chyby, tělo se někdy začne chovat jako socha. Vítek se bál udělat jakýkoliv pohyb, aby neudělal chybu, která by v jeho hlavě znamenala, že jako skřítek úplně selhal a zklamal tatínka.



Slunce začalo zapadat a most vypadal skoro stejně jako když tatínek odešel. Vítek neudělal téměř žádný pokrok, protože každou věc stokrát opravoval. Seděl na břehu potoka a batoh na jeho zádech byl teď tak těžký, že se mu špatně dýchalo. Cítil se jako pod vodou. Tatínek přišel k mostu a uviděl Vítkovu skleslou postavu.

„Copak se děje, synku? Myslel jsem, že už budeme hotovi,“ řekl tatínek a v jeho hlase byla trocha překvapení.

Vítek se na něj podíval a v očích měl slzy, které se snažil schovat. „Tati... já se hrozně bojím. Říkal jsi, že se na mě spoléháš. Celý den se snažím, aby to bylo dokonalé, ale čím víc se snažím, tím víc se mi třesou ruce. Co když to pokazím a ty uvidíš, že nejsem tak šikovný, jak jsi říkal? Co když ten most pod jezevcem křupne? Co když se mi všichni budou smát?“ Co když uvidíš, že nejsem takový, jakého mě chceš mít?“

V tu chvíli Vítek poprvé „otevřel“ svůj neviditelný batoh. Nechal tatínka nahlédnout do té tmy uvnitř, kde byly naskládány všechny ty kameny s nápisem „MUSÍM BYT DOKONALÝ“.



Tatínek si sedl vedle Vítka do trávy a na dlouhou chvíli se odmlčel. Díval se na Bublavý potok a pak na svého malého syna, který se pod tíhou neviditelných očekávání úplně hrbil.

V tu chvíli mu to došlo. Uvědomil si, že jeho vlastní pýcha na Vítkovu šikovnost se pro Vítka stala vězením.

„Vítku, podívej se na mě,“ řekl tatínek velmi jemně a položil mu ruku na rameno, přesně tam, kde Vítka pálily popruhy neviditelného batohu. „Moc se ti omlouvám. Chtěl jsem ti dát najevo, jak ti věřím, ale zapomněl jsem ti říct to nejdůležitější. Most je jen dřevo. Ty jsi můj syn. Moje láska k tobě nemá vůbec nic společného s tím, jak rovně přibiješ prkno nebo jestli zítra most pod jezevcem vrzne.“

Tatínek ho přitáhl k sobě. „I kdyby ten most zítra tisíckrát praskl, pro mě budeš pořád ten stejný úžasný a milovaný Vítek. Budu tě mít rád úplně stejně, i kdybys ten most vůbec nedokončil.“

V tu chvíli Vítek pocítil neuvěřitelnou úlevu. Jako by někdo z jeho ramen sundal horu. Nejtěžší kámen se prostě vypařil.



Vítek se zhluboka nadechl. Ten uzel v bříšku se uvolnil a do tváří se mu vrátila barva. Podíval se na ty tři desky. Už to nebyla zkouška jeho hodnoty. Už to nebylo místo, kde se rozhoduje, jestli ho tatínek bude mít rád. Bylo to zase jen voňavé dřevo.

„Tati? Můžu to zkusit teď? Ale nebudu měřit milimetry. Prostě to tam přibiju tak, aby to drželo.“

„Jasně, Vítku. Pojďme na to spolu. Já budu držet desku a ty bouchej. A pamatuješ, co říká teta Sova? Nejdokonalejší věci na světě jsou ty, které se dělají s lehkým srdcem, ne s pravítkem v ruce.“

Teď Vítek pracoval úplně jinak. Ruce se mu už netřáslly. Když se mu jeden hřebík trochu ohnul, jen se zasmál, vytáhl ho a zkusil to znovu. Zvídalka mu nadšeně podávala nářadí a společně se smáli, jak kladívko v tichém večerním lese vesele zvoní.



Most nebyl dokonale rovný – jedno prkno bylo trošku nakřivo – ale byl postavený s radostí.

Vítek se smál. Už se nebál, že most spadne. Věděl, že i kdyby spadl, má pod sebou bezpečnou síť tatínkovy lásky.



Druhý den ráno byla na louce u potoka velká slavnost. Zvířata se seřadila a starý jezevec, který byl nejtěžším obyvatelem naší části lesa, se jako první odhodlal přejít. Most pod ním trochu vrzl, trochu zapéroval, ale pevně držel. Jezevec spokojeně zamručel a pokýval hlavou směrem k Vítkovi. Vítek stál vedle tatínka a držel ho za ruku. Cítil se lehký jako pírko.

„Tati,“ zašeptal, když slavnost utichla, „jsem rád, že ten most stojí. Ale ještě radši jsem, že už nenosím ten těžký batoh.“

Tatínek ho objal a pevně přitiskl k sobě. „Vítku,“ řekl tatínek, „jsem na tebe hrdý. Ne proto, jak vypadá ten most. Ale proto, že jsi mi řekl, jak se cítíš.“ „A ten těžký batoh už si nikdy neoblékej, synku. Kdykoliv budeš mít pocit, že na tebe někdo (třeba i já) nakládá kameny ‚musím‘ a ‚nesmím‘, hned mi to řekni. Společně je vyndáme dřív, než ztěžknou.“

Vítek pochopil, že ten nejdůležitější most, který se včera postavil, nebyl ten dřevěný přes Bublavý potok. Byl to ten neviditelný, pevný most důvěry a bezpodmínečné lásky mezi ním a jeho tátou. Most, po kterém může kdykoliv poslat svůj strach pryč, protože ví, že na něj nikdy nebude sám.

Jak si o příběhu povídat?

Tento příběh řeší jedno z nejčastějších témat dnešní doby: tlak na výkon a strach z chyby. Děti často vnímají naši pochvalu („jsi šikovný“) jako závazek, který musí příště znovu splnit, aby neztratily naši přízeň.

Otázky pro společné objevování (klade rodič dítěti)

- „Vítek měl nejdřív radost, ale pak se mu na zádech objevil těžký batoh. Už jsi někdy cítil/a něco podobného? Třeba když ti někdo řekl: ‚Ty to určitě zvládneš skvěle‘?“
- Kameny v batohu: „Kdyby tvůj strach byl kámen, co by na něm bylo napsané? Bylo by tam ‚musím být nejrychlejší‘ nebo ‚nesmím udělat chybu‘?“
- Zmrzlé tělo: „Zvídalka si všimla, že Vítek nemrká a je celý „zamrzlý“. Jak se tvoje tělo chová, když se bojíš, že něco pokazíš? Třese se, nebo ztuhne jako kámen?“

Badatelská dílna tetý Sovy: „Vyprazdňování batohu“

Aktivita: Kámen a pírko

- **Co potřebujete:** Jeden těžký kámen a jedno pírko (nebo kousek vaty).
- **Postup:** Nechte dítě podržet kámen v natažené ruce. Ptejte se: „Jaké to je, držet ho dlouho? Bolí tě ruka?“ Pak mu dejte pírko. **„Takhle se cítí srdce, když víme, že nemusíme být dokonalí.“**
- **Pointa:** Vysvětlete, že kameny do batohu nám dávají „musíš“, ale pírka nám dává „můžeš a já tě u toho podpořím“.

Aktivita: „Kniha nepovedených věcí“ (Oslava chyb)

- **Postup:** Založte si spolu malý deník, kam si občas nakreslíte něco, co se vám „nepovedlo“. Připálená buchta, rozbitý hrnek, křivý obrázek.

- **Pointa:** Ke každému obrázku napište: „Pořád se máme rádi.“ Učte dítě, že chyba je badatelský objev, ne katastrofa.

Aktivita: Tajné heslo pro „těžký batoh“

- **Postup:** Domluvte se na tajném slově nebo gestu, které dítě použije, když na něj bude nějaký úkol moc těžký (třeba si sáhne na ramena, jako by upravovalo batoh).
- **Pointa:** Jakmile dítě gesto použije, rodič ví, že má přestat s povzbuzováním k výkonu a má začít s „exkluzivním objetím“.

Poselství pro rodiče:

Vaše důvěra v dítě je dar, ale dávejte pozor, aby k ní nebyla přibalena i vaše očekávání.

Děti nepotřebují slyšet, že jsou „nejlepší“. Potřebují vědět, že jsou v bezpečí i ve chvíli, kdy jsou „nejhorší“.

Oddělujte to, co dítě DĚLÁ, od toho, kým dítě JE. Vybudujete v něm tak vnitřní jistotu, která vydrží déle než jakýkoliv most.

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 nebo na web zvidalka.cz.

Za respektování autorských práv vám ze srdce děkuji.

Veverka Zvídalka a skřítek Vítek pomáhají s výzvami

© Zdeňka Kolářková

zvidalka.cz