

Zvídalka a píseň Velké bouře



Příběh ze série

Veverka Zvídalka a skřítek Vítek pomáhají s výzvami

Obloha nad lesem měla onoho odpoledne barvu, kterou Zvídalka ještě nikdy neviděla. Nebyla šedá ani černá, ale sytě fialová, protkaná podivným nazelenalým světlem. Ptáci naráz umlkli, jako by někdo v celém lese vypnul zvuk. I vítr, který se jindy proháněl v korunách, se někam schoval a vzduch ztěžkl tak, že se v něm skoro nedalo dýchat.

Teta Sova se snesla na nízkou větev ke Zvídalce a Vítkovi. Její oči byly vážné. „Húúú... přichází Velká bouře. Taková, jaká přichází jednou za mnoho let. Tentokrát se ale neschováme v korunách, děti. Vysoké stromy jsou v bouři jako tyče, které lákají blesky. Musíme najít úkryt u země, v bezpečí skalního převisu pod Mechovým svahem.“

Zvídalka pocítila, jak se jí v tlapkách probouzí starý známý strach. Cítila ho jako studený proud tekoucí k srdci. Ale tentokrát už věděla, co s ním. Zhluboka se nadechla – nádech nahoru, výdech dolů jako vlna – a zašeptala: „Ahoj, můj strachu. Vidím tě. Pojd' si sednout do mého batůžku. Budu tě teď potřebovat, abys mě varoval před nebezpečím, ale kormidlo mé loďky povedu já.“

Vítek se na ni podíval s důvěrou. Zvídalka už nebyla ta ustrašená veverka. Byla klidná, protože věděla, že její vnitřní svět je pevnější než to, co se děje venku.



„Musíme varovat ostatní!“ vykřikl Vítek. Bouře se blížila rychle. První hromy nezněly jako rány, ale jako hluboké mručení země. Zvířátka na paloučku začala zmatkovat. Zajíčci Skákalovi chtěli vlézt pod starý dub, nejvyšší strom v okolí. „Ne! Pod dub ne!“ volala Zvídalka a její hlas zněl jasně a pevně. „Vysoké stromy jsou teď nebezpečné! Vzpomeňte si na mravence – ti vždycky hledají bezpečí hluboko a nízko. Všichni za mnou ke Skalnímu převisu!“

Cesta byla náročná. Vítr začal bičovat les a první kapky deště byly tak velké, že bolely na kůži. Zvídalka si vzpomněla na lekci o „Hoře Zapomnění“. Kdyby s sebou každý teď vlekl své zbytečné poklady, nikdy by k úkrytu nedoběhli. „Nechte věci v pelíšcích! Berte jen sebe a své blízké! Všechno ostatní můžeme postavit znovu, ale život je jen jeden!“

Zvířátka ji poslechla. Zvídalka všem ukazovala cestu a zároveň kontrolovala, jestli nikdo nezůstal pozadu. Viděla v praxi svou „Zlatou nit“. I když byla tma a prach, vnímala spojení se Skákalem, s myškami i s Vítkem. Ta nit je vedla lesem jako neviditelné lano.



Skalní převis byl hluboký a suchý, ale uvnitř to vřelo strachem. Zvenčí se ozývaly rány, jako by obři lámali kosti lesa. Blesky ozařovaly vchod děsivým bílým světlem. Malí zajíčci plakali a myšky se třásly tak silně, až šustila suchá tráva pod nimi.

Vítek začal propadat beznaději. „Všechno se zničí! Les už nikdy nebude jako dřív! Je to konec!“

Zvídalka k němu přistoupila a položila mu tlapku na rameno. „Vítku, pamatuj na své vnitřní kino. Venku teď běží strašidelný film, ale my si můžeme promítnout svůj vlastní. Pojďme si všichni zavřít oči.“

Zvídalka začala vyprávět. Její hlas byl tichý, ale protínal hluk bouře. „Představte si slunce na hladině potoka... představte si vůni borůvek v horkém poledni... cítíte to ticho, které je uvnitř nás? To ticho je jako hluboká jeskyně, kam žádný hrom nedosáhne.“

Zvířátka se postupně zklidňovala. Zjistila, že nuda a ticho, které se dříve učila zvládat, jsou teď jejich největšími spojenci. Dokázala se ztišit a nechat bouři, aby „protekla“ kolem nich, aniž by jim rozbila srdce.



Uprostřed noci se ozvala strašlivá rána. Kus skály a hromada bahna se sesunuly a částečně zavalily vchod do jejich úkrytu. Zůstal tam jen malý otvor. „Jsme tu uvězněni!“ křičel křeček. „To je hrozná chyba! Proč se to stalo?!“

Zvídalka si vzpomněla na slůvko JEŠTĚ a na to, že chyby jsou jen křížovatky. „Není to chyba, je to výzva, kterou jsme ještě nevyřešili!“ vykřikla. „Vítku, vzpomeň si na to, jak jsme se učili, že se věci nedají vzdát hned napoprvé. Nemůžeme skálu odtlačit silou, ale můžeme použít páku a to, co nás naučil les – společně to zvládneme!“



S pomocí silných větví, které u vchodu ležely, a společné síly všech zvířátek, začali kameny odvalovat. Nebyla to jen práce svalů, byla to práce společné vytrvalosti. Každý pád větve, každé uklouznutí brali jako informaci: „Takhle ne, zkusíme to o kousek vedle.“ Nakonec se jim podařilo vchod uvolnit. Zvídalka cítila vděčnost za každý neúspěšný skok, který kdy v životě udělala, protože ji naučil se nevzdávat.

V tu nejtěžší hodinu, kdy bouře kulminovala, se u vchodu objevil stín. Obrovský Kanec Tesák. Byl to samotář, o kterém se v lese říkalo, že je zlý a že schválně ničí pelíšky ostatních. Byl promočený, zraněný na noze a v jeho očích byl vidět čirý děs.



Zvířátka začala vrčet. „Nepouštějte ho sem! Jen nám tu všechno rozdupe! Pamatuješ, co udělal loni mojí rodině?“ křičel zajíc Skákal.

Zvídalka si vzpomněla na „Rozbité sluneční zrcátko“. Viděla v Tesákovi někoho, kdo má v srdci střep bolesti a strachu. „Pustíme ho dál,“ rozhodla pevně. „Tesák teď není nepřítel, je to loďka v bouři, která hledá přístav. Když budeme držet hněv v tlapkách, bude to jako pálivý uhlí, který spálí nás, ne jeho.“

Tesák vděčně vkulhal dovnitř a lehl si do kouta. Brzy se ukázalo, jak je jeho přítomnost cenná – jeho obrovské, teplé tělo posloužilo jako nejlepší peřina pro promrzlé myšky a ptáčky. Zvídalka viděla, jak se zrcátko vztahů začíná slepovat. Odpuštění nebylo darem jen pro kance, byl to dar pro klid v jejich úkrytu.

K ránu bouře utichla tak náhle, jako začala. Zvídalka vyšla zpod převisu jako první. Les byl jiný. Mnoho stromů padlo, všude bylo bláto a listí. Ale vzduch... vzduch voněl tak čistě a svěže, jako by se celý svět právě narodil.

Slunce začalo prorážet mraky a barvit kapky vody na jehličí do všech barev duhy. Zvídalka si nasadila své „Brýle vděčnosti“.

Viděla padlý strom, ale hned si řekla: „Děkuji za to, že z něj bude domov pro brouky a nové houby.“ Viděla zničený palouček, ale poděkovala za to, že jsou všichni zdraví.

Teta Sova slétla na blízkou větev. „Húúú... Zvídalko, dnes jsi propojila všechny cesty. Tvé tlapy už nejsou jen na louskání oříšků. Jsou to tlapy strážkyně...



Zvídalka se podívala na ostatní zvířátka. Kanec Tesák pomáhal zajíčkům uklízet palouček a Vítek už plánoval, jak postaví nové, ještě lepší pelíšky. Zvídalka pochopila, že ty nejtěžší chvíle nejsou trestem, ale příležitostí ukázat, kým doopravdy jsme. Všechno, co bouře odnesla, byly jen věci. To, co zvířátkům zůstalo – společná důvěra a odvaha – byl jejich skutečný poklad.

Zaposlouchala se do zvuků lesa a usmála se. Uvědomila si, že i ona má svou vlastní píseň – melodii klidu a naděje, kterou může zpívat, i když se svět kolem otřásá. Už se necítila jako malá, bezbranná veverka vydaná napospas živlům; stala se součástí rytmu lesa. Pochopila, že dokud dokáže udržet ladění svého vnitřního nástroje, žádná vnější bouře její život nerozladí, ale jen jej obohatí o nový tón.

Malý kvíz pro bystré hlavičky

PRO MLADŠÍ DĚTI (cca 3–5 let)

1. Kam Zvídalka schovala svůj strach, aby jí nepomotal tlapky?
 - (Odpověď: Do batůžku – aby ho měla u sebe, ale aby ji neovládal.)
2. Proč zvířátka neběžela pod vysoký dub, když začalo hřmít?
 - (Odpověď: Protože vysoké stromy jsou v bouři nebezpečné, blesky je mají rády. Bezpečněji je nízko u země.)
3. Co zvířátka dělala, když zavřela oči v úkrytu? Na co myslela?
 - (Odpověď: Pustila si „vnitřní kino“ – myslela na krásné věci, sluníčko a borůvky, aby zahнала strach z hluku venku.)
4. Kdo zvířátka v úkrytu zahříval, i když se ho nejdřív všichni báli?
 - (Odpověď: Kanec Tesák.)

PRO STARŠÍ DĚTI (cca 6–10 let)

1. Proč teta Sova řekla, že Zvídalka už není jen žákyně, ale „strážkyně“?
 - (Odpověď: Protože dokázala udržet klid v sobě a díky tomu pomohla i ostatním najít cestu z paniky.)
2. Vysvětli, proč je „odpuštění“ (v případě kance Tesáka) dárkem pro toho, kdo odpouští.
 - (Odpověď: Protože v srdci nemusíme nosit „horký uhlí hněvu“, který nás pálí a unavuje. Odpuštění nám přináší vnitřní klid.)
3. Jak pomohlo zvířátkům vnitřní kino, které se naučila dříve?
 - (Odpověď: Díky tomu, že si představovala hezké věci, dokázala v jeskyni v klidu čekat, až bouře přejde, aniž by panikařila.)
4. Co znamenají „Brýle vděčnosti“ v situaci, kdy je les po bouři poničený?
 - (Odpověď: Schopnost vidět to dobré – že jsme přežili, že máme přátele a že z padlých stromů vyroste něco nového.)

Aktivita pro rodiče s dětmi: „Náš rodinný strom síly“

Tato aktivita slouží k vytvoření trvalé vizuální připomínky všech „superschopností“, které dítě během čtení příběhů získalo. Není to jen obrázek, je to mapa vašich vnitřních zdrojů.

Co budete potřebovat:

- Velký arch papíru (balicí papír, čtvrtka A2 nebo slepené A4).
- Pastelky, fixy, voskovky.
- Barevné papíry (ideálně zelené na listy, hnědé na kmen, ale fantazii se meze nekladou).
- Nůžky a lepidlo.

Postup tvorby Stromu

Tvořte společně. Nejde o dokonalé umělecké dílo, ale o proces a povídání si u toho.

1. Kreslení kostry (Základ)

Na velký papír nakreslete obrys mohutného stromu. Musí mít hluboké kořeny, silný kmen a širokou korunu s mnoha větvemi. Můžete ho nakreslit vy, nebo nechat dítě.

2. KOŘENY: Naše bezpečí a vztahy (Zlatá nit)

- O čem si povídat: Kořeny jsou to, co není vidět, ale co drží strom, aby nespádl v bouři. Je to naše „Zlatá nit“, která nás spojuje.
- Co kreslit/psát: Do kořenů napište jména všech lidí (a zvířátek), které máte rádi a kteří tvoří vaši „bezpečnou síť“ (máma, táta, babička, sourozenec, pes...).
- Tip: Můžete sem nalepit fotku rodiny nebo jednotlivých členů, nebo nakreslit srdíčko pro každého člena.

3. KMEN: Můj vnitřní klid (Přístav a dech)

- O čem si povídat: Kmen je pevný a klidný, i když se větve hýbou. To je ten klid uvnitř nás, náš dech, naše „vnitřní kino“, kam se můžeme schovat před nudou nebo strachem.
- Co kreslit/psát:
 - Do středu kmene nakreslete vlnovku jako symbol dechu (nádech/výdech).
 - Nakreslete malou „promítačku“ nebo obrazovku jako symbol fantazie a vizualizace.
 - Můžete sem napsat slovo KLID nebo namalovat malou kotvu.

4. VĚTVE: Jak zvládám výzvy (Růst a odvaha)

- O čem si povídat: Větve rostou do nebe, zkouší nové věci a nebojí se ohnout. Tady jsou naše nástroje na řešení problémů.
- Co kreslit/psát: Na jednotlivé větve napište nebo nakreslete symboly pro:
 - JEŠTĚ (kouzelné slůvko pro učení, když nám něco nejde).
 - Lupa/Badatel (pro zkoumání nových věcí a překonání strachu).
 - Malé krůčky (pro úklid velké Hory Zapomnění).
 - Páka (symbol spolupráce, když je problém moc těžký).

5. LISTY A PLODY: Co mi to přináší (Vděčnost a radost)

- O čem si povídat: Co na našem stromě vyrostlo díky tomu, že se o něj staráme?
- Aktivita s listy: Z barevného papíru vystřihněte tvary listů (nebo oříšků/plodů). Na každý list napište nebo nakreslete jednu věc, za kterou jste vděční, nebo co se vám povedlo (např. „Uklizený pelíšek“, „Klidné usínání“, „Odvaha odpustit“).
- Nalepte listy na větve. Strom se zazelená vašimi úspěchy.

Jak Strom síly používat dál?

- Vyvěste ho: Dejte strom na viditelné místo (do dětského pokoje, na lednici).

- Připomínka v krizi: Když přijde „bouřka“ (vztek, strach, nechuť), jděte společně ke stromu.
 - „Podívej, teď fouká vítr. Kterou větev potřebujeme? Potřebujeme slůvko JEŠTĚ? Nebo se potřebujeme vrátit do kmene a rozdýchat to?“
- Doplnování: Kdykoli se dítěti něco nového podaří nebo projeví odvahu, můžete vystříhnout nový lísteček, napsat to na něj a dolepit ho na strom. Strom tak poroste s dítětem.

Tento obraz bude vaším společným manifestem, že ať se děje cokoli, máte kořeny, máte kmen a víte, jak nechat růst nové větve.

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



Každý týden vypráví Zvídalka s Vítkem nový příběh

Tímto se tato série příběhů Veverka Zvídalka a skřítek Vítek pomáhají s výzvami pomalu uzavírá.

Přeji si, aby vám tyto příběhy přinesly do večerů více klidu, porozumění a ticha – a do dětských srdcí odvahu, důvěru a pocit, že na své malé i velké výzvy nejsou samy.

Moc mě těšilo provázet vás lesem moudrosti veverky Zvídalky. Věřím, že tato drobná semínka příběhů budou ve vašich dětech tiše růst a časem z nich vyrostou silné stromy vnitřní odolnosti, klidu a sebevědomí.

Pokud se vám příběhy líbily a rádi byste se se Zvídalkou a Vítkem setkávali dál, jejich cesta tady nekončí.

Každý týden vycházejí nové příběhy, ve kterých se střídají dva světy: jedny pomáhají dětem (a rodičům) zvládat každodenní výzvy, druhé zvou ke společnému objevování světa – jemně, srozumitelně a hravě vysvětlují, jak fungují přírodní jevy, jak se co vyrábí, roste nebo proměňuje.

Jsou to příběhy, které rozvíjejí zvědavost, empatii i vnitřní klid a především vytvářejí prostor pro vzácné společné chvíle – chvíle, na které se nezapomíná.

Objednat další příběhy můžete přes FB stránku
Veverka Zvídalka a skřítek Vítek objevují svět
<https://www.facebook.com/zvidalka/>
nebo emailem ahoj@zvidalka.cz



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

Email: ahoj@zvidalka.cz