



„Tento zázračný náramok, upletený z tých troch jednotlivých stužiek vám má pripomínať, že existujú tieto tri druhy dôvery. Každá jednotlivá stužka sa veľmi ľahko môže roztrhnúť, ale všetky tri spolu sú veľmi pevné a silné. Vždy sa na to môžete spoľahnúť, obzvlášť vtedy, keď budete mať nejaké starosti, obavy alebo pochybnosti.“



Félix a zázračný náramok

Florianin brat Félix je bystrý a veselý malý chlapec. Rád sa hrá s autíčkami a so svojou drevenou železnicou. Je šťastný, keď s ním otec skladá domčeky z lega. K mame sa rád pritúli na gauči a nechá si od nej čítať rôzne poviedky. Najradšej však hrá so sestríčkou Flo pamäťovú spoločenskú hru Memory a dokonca väčšinou vyhráva.

Flo chce svojho bračeka potešiť, a tak spolu so svojou priateľkou vyrobí pre Félixu špeciálnu hru Memory. Félix má zajtra narodeniny a Flo ho chce s novou hrou prekvapiť. Dievčatá nalepujú na malé kartičky pestré obrázky a kresby. Samozrejme vždy dve rovnaké, inak by to nebola hra Memory. Je to neuveriteľné, že malý Félix má už tri roky a budúci týždeň začne chodiť do škôlky. Počas toho, ako dievčatá sedia vo Floinej izbe a venujú sa kartičkám, počujú, ako sa v kuchyni bavia Filipa a Fred. Mama Filipa prehovorí ustaraným hlasom: „Neviem, čo sa v

poslednom čase deje s Félixom. Je taký citlivý a chvíľami pôsobí dokonca smutne. Toto u neho nepoznám.“

Fred s ňou súhlasí: „Áno, aj ja som si všimol túto zmenu. Nemáš ani tušenia, s čím by to mohlo súvisieť?“

„Nie, veď práve to je ten problém. Vôbec netuším. A odvčera má ešte k tomu na tvári a na bruchu také zvláštne červené fľaky. Naozaj neviem, čo sa deje.“

Flo pozná podľa tónu hlasu svojich rodičov, že sú skutočne ustarostení. Nestáva sa to často, pretože obaja sú za normálnych okolností veľmi veselí a optimistickí ľudia.

Fred sa po chvíľke ozve znovu: „Možno to súvisí s tou škôlkou. Možno sa tam tak veľmi neteší, ako nás stále ubezpečuje.“

„Myslíš?“, zamyslí sa Filipa. „Áno, to by mohol byť ten dôvod. Znamená to pre neho obrovskú zmenu, nové prostredie, veľa detí... A vôbec nevie, čo ho tam očakáva. Áno, je to možné, že mu to všetko naháňa poriadny strach.“

„Vieš ty čo?“ prehodí Fred a jeho hlas znie opäť tak presvedčivo ako obyčajne: „Najskôr sa postaráme o to, aby si Félix zajtra užil svoje nádherné tretie narodeniny. A potom uvidíme ako ďalej.“

„Áno, máš pravdu. Som si istá, že naše obavy sa už čoskoro rozplynú“, prehovorí Filipa už takisto bodrejším hlasom.

Napriek tomu nemôže Flo zísť z mysle skutočnosť, že malý Félix môže mať strach z toho, že pôjde do školy. Svojho malého bračeka ľúbi nadovšetko, aj keď jej z času na čas poriadne dokáže ísť na nervy – napríklad vtedy, keď už po piatej partii hry Memory nemá Félix ešte stále dosť a chce začať novú partiu. Ale Flo nechce v žiadnom prípade dopustiť, aby bol Félix smutný alebo aby sa niečoho bál – a už vôbec nie na jeho narodeniny. Paula si všimne, že Flo pôsobí neprítomne a nedokáže sa plne sústrediť na to, čo práve spolu robia, a tak sa spýta: „Čo je s tebou? Aj ty si robíš starosti o Félix?“

„Hm, áno, robím si o neho starosti“, odpovedá Flo.

Keďže dievčatá nevedia, ako mu môžu pomôcť, rozhodnú sa navštíviť Fridolína a Uda. Keď príde Flo s Paulou na lúku, vidia, ako práve Udo dáva Fridolínovi čerstvé seno. Keď oslík zbadá Flo, pozdraví ju ako vždy veselým I-Á! Udo sa spýta dievčat, či mu chcú pomôcť. Obe súhlasia a každá prinesie do stajne niekoľko stohov sena, aby mal Fridolín teplé a príjemné obydlie.

Udo si vzápätí všimne, že Flo má niečo na srdci, ale vyčkáva, až kým sa sama odhodlá o tom rozprávať. Netrvá to dlho a už s ním rozpráva o Félixovi, o tom, aký je v poslednej dobe smutný, a o tom, že má zrejme strach z toho, že začne chodiť do škôlky. Už budúci týždeň tam má ísť po prvýkrát.

„A okrem toho má ešte zajtra aj narodeniny. Mal by byť predsa veselý a nemal by sa ničoho báť“, bedáka Flo trasľavým hlasom a ďalej sa zveruje Udovi so svojím trápením.

Flo a Paula si sadnú na malú lavičku na kraji lúky. Udo postaví Fridolínovi pred stajňu ešte vedro s vodou, potom si prisadne k dievčatám a spýta sa ich: „Viete, čo je opakom starostí, strachu a pochybností?“

Flo a Paula ešte ani nestihnú odpovedať a Udo už vyskočí a absolútne presvedčivo ako profesionálny herec na veľkom javisku kričí: „**Dôvera, dôvera, dôvera!**“

„Rozumiem, ale prečo hneď trikrát?“, reaguje Flo.

„Pretože existujú tri druhy dôvery

Dve kamarátky sa na neho skepticky zahľadia.

„A ktoré sú to?“, chce vedieť Paula, čím predbehne Flo, ktorá sa chcela spýtať na to isté. „Mohol by som vám tie tri druhy dôvery prezradiť, ale bolo by lepšie, keby ste si to hneď vyskúšali sami“, odvetí Udo. „Chcete si to vyskúšať?“

Paula sa spýtavo pozrie na Flo. Flo pozná Uda už dlhšiu dobu a vie, že jeho tipy sú vždy veľmi nápomocné. Preto prikývne smerom k Paule a povie Udovi: „Áno, samozrejme, že to chceme, ideme do toho!“

„Dobre teda, začneme“, hovorí Udo a na chvíľku sa zamyslí. „Flo, dokážeš vyliezť na túto jabloň a zliezť z nej zasa dolu bez toho, aby si sa pritom zranila?“, spýta sa napokon. „Áno, jasné“, mieni Flo. „Robila som to už viackrát.“ „Dobre, tak nám ukáž, ako to robíš!“

Flo síce netuší, čo tým Udo sleduje, ale vylezie na strom, z výšky zamáva Paule a Udovi a znovu sa spustí dolu. Z poslednej vetvy s ľahkosťou skočí do trávy a skríkne: „Zvládla som to!“ „Skvelé!“, blahoželá jej Udo. „A teraz ty, Paula. Dokážeš preskákať na jednej nohe až po stajňu a odtiaľ zasa na druhej nohe naspäť?“

„Super, zvládla si to skvele“, chváli ju Udo.

Paula vyskočí a začne skakať na pravej nohe k stajni, zostane chvíľu stáť a potom skacká na ľavej nohe naspäť k Udovi a Flo.

Flo a Paula sa opäť usadia na lavičku a s pohľadom plným očakávania pozorujú Uda, ktorý zrazu zo svojej tašky vytiahne dve červené zamatové stužky. „Urobili ste to vynikajúco. Toto a mnoho, mnoho ďalších schopností je súčasťou vášho talentu a vášho daru. Všetko, čo dokázate, viete a cítite, všetko, čo je vo vás, tomu všetkému môžete plne dôverovať. To vám nemôže nik vziať, lebo to väzí hlboko vo vás. To je prvý druh dôvery: **Sebadôvera**.“

Jednu červenú stužku podá Flo, druhú Paule. Dievčatá sa čudujú Udovým slovám, ale ešte viac sú prekvapené z toho, odkiaľ zrazu vytiahol tie červené stužky. Flo sa pozornejšie zahľadí na stužku a objaví na nej malý nápis.

„Tu stojí **seba**. Pozri sa na to, Paula!“

Paula obráti stužku vo svojej ruke a nadšene zvolá: „Áno, ja to mám tiež! To je sila!“

Dievčatá sú už zvedavé a plné napätia, ako sa to bude vyvíjať ďalej. Udo sa ich spýta, či chcú spoznať aj druhý druh dôvery a obidve naraz zvolajú:

„Áno, samozrejme!“ Udo požiada Flo, aby si so svojím šálom zaviazala oči.

„Zahráme sa teraz na slepú babu?“ vtipkuje Paula.

„Áno, také niečo“, povie Udo a požiada Paulu: „Môžeš zaviesť Flo na lúku, obísť s ňou kmene stromov, ktoré sú tam oproti, a doviesť ju späť sem ku mne?“ „Áno, jasné“, odpovie Paula. Chytí Flo za rameno a vedie ju cez lúku., pričom jej neustále dáva pokyny: „Pozor, tu je kameň... tuto musíš urobiť veľký krok... pod trochu viac doprava, tam kúsok od nás je žihľava.“

Takýmto spôsobom vedie Paula Flo cez lúku a Flo môže ísť skoro normálne napriek tomu, že vôbec nič nevidí.

Keď sú späť pri lavičke, sníme si Flo šál z očí a Udo nadšene zatlieska. „Urobili ste to skvele! Naozaj super!“

Udo zadá dievčatám druhú úlohu. Tentoraz si musí zaviazať oči Paula a musí sa postaviť na lavičku. Flo a Udo sa postaví za ňu. Paula má padať smerom dozadu a nechať sa nimi zachytiť.

A to so zaviazanými očami. Pre Paulu to nie je jednoduché a musí sa veľmi premáhať, ale keď Flo Paulu ubezpečí, že ona a Udo ju celkom určite zachytia, a

že sa jej nič nemôže stať, Paula sa jemne nakloní dozadu a pomaly padá – a Flo a Udo ju spoločne chytia.

„To je naozaj super! Aj ja to chcem vyskúšať!“, kričí Flo nadšene a takisto sa pri padaní dozadu nechá chytiť Paulou a Udom.

„Nádherne! To ste urobili vskutku dobre. Predovšetkým preto, lebo to niekedy nie je vôbec také jednoduché plne dôverovať niekomu inému, však?“

Paula a Flo prikývnu.

„Ale ak sa to vydarí, je to fantastický pocit“, hovorí Flo a Paula ju doplní: „Áno, a je to veľká zábava!“

Udo sa tajuplne prehŕňa vo svojej taške a vytiahne z nej znovu dve stužky. Tentoraz sú to zelenkavo sa trblietajúce hodvábne stužky, ktoré dievčatám slávnostne odovzdá.

„Táto stužka predstavuje dôveru v druhých ľudí. To však neznamená, že by sme mali slepo dôverovať každému človeku. To by mohlo byť občas riskantné. Ale keď niekoho poznáme dobre, v takom prípade je dôvera niečím jedinečným.“

Flo a Paula si pozorne prezerajú trblietavé stužky a zbadajú na nich strieborné písmenká tvoriace nápis: „**Blíži**“.

„Takže doteraz sme mali sebadôveru a dôveru v druhých ľudí. A čo je ten tretí druh?“ zvedavo sa pýta Flo a už sa nevie dočkať, kým im Udo porozpráva o treťom druhu dôvery.

Udo ich vyzve tichým hlasom: „Vyberte si, prosím, jedno zviera, ktoré máte obzvlášť rady. Potom mi porozprávate, čo o tom zvierati viete. Čo konzumuje, čo pije, kde spáva a čo je mimoriadne na tom, čo robí.“

Flo nemusí dlho premýšľať a okamžite odpovie: „Motýl! Lieta dookola a vyhľadáva tie najpestrejšie kvety, saje nektár a pije vodu z kvapôčok rosy. Mimoriadne na ňom je to, že je najskôr húsenicou, potom sa zakuklí a až potom sa z neho vyľahne motýl.“

„Áno!“, nadšene zvolá Udo. „To je naozaj niečo mimoriadne. Myslíte si, že tá húsenica si robí nejaké starosti predtým, ako sa zakuklí?“

„Nie!“, odpovedajú Paula a Flo so smiechom. Zrazu však Flo zvažnie, zamyslí sa a váhavo povie: „Ale myslíš, že húsenica vie, že z nej raz vyletí motýl?“ „Hm, to je dobrá otázka. Pravdepodobne jej inštinkt napovedá, kedy prichádza čas

zakuklenia, a tak to jednoducho urobí... pričom verí, že všetko dopadne tak dobre ako má.“

„Myslím si, že žiadne zviera si nerobí starosti“, pokračuje Udo. „A my ľudia si tiež nemusíme robiť žiadne starosti, lebo je tu niečo, čo na nás dozerá. Môžete to nazvať ako chcete. Boh, vyššia moc, anjel strážny alebo jednoducho iba život sám. To je jedno“.

Paula a Flo pozorne počúvajú a Paula zamyslene zopakuje: „Existuje niečo, čo na nás dozerá“. Tretia stužka, ktorú Udo vyčarí zo svojej tašky, je skôr páska z tmavohnedej kože. Aj na tejto páske stojí nápis, ktorý je tentoraz napísaný zlatými písmenkami.

„**Život ťa má rád!**“, číta Flo a s úctou drží pásku vo svojej ruke.

„A teraz vám zadám ešte jednu a poslednú úlohu“, hovorí Udo. „Môžete tieto tri stužky poprepájať tak, aby držali pohromade?“ Flo a Paula chvíľu rozmýšľajú a potom povedia skoro súčasne a jednohlasne: „Zaplietť! Môžeme z tých stužiek zaplietť vrkoč!“

„Vynikajúci nápad!“, nadšene zvolá Udo. „Môžete mi ukázať, ako to robíte?“

Paula urobí na všetkých troch stužkách uzol a začína prekladať cez stužku v strede raz pravú a raz ľavú stužku. Tým vzniká pevný vrkoč. A Flo to robí presne takisto. Udo vyberie zo svojej tašky ešte červenú a zelenú stužku ako aj koženú pásku a taktiež začne zapletať vrkoč. Koniec každého vrkoča zabezpečia všetci traja peknou sponkou.

„Tak, a teraz to drží pohromade“, žiari Flo.

Udo dievčatám vysvetľuje: „Tento zázračný náramok, upletený z tých troch jednotlivých stužiek vám má pripomínať, že existujú tieto tri druhy dôvery. Každá jednotlivá stužka sa veľmi ľahko môže roztrhnúť, ale všetky tri spolu sú veľmi pevné a silné. Vždy sa na to môžete spoľahnúť, obzvlášť vtedy, keď budete mať nejaké starosti, obavy alebo pochybnosti.“

„To je pekné“, povie Paula tichým hlasom. „Ďakujeme, Udo!“

Aj Flo sa Udovi veľmi pekne poďakuje. Dievčatá si vzájomne priviažu stužky v tvare vrkoča na zápästia a s obdivom si tieto nové náramky prezerajú.

„A tento náramok daruj, prosím, tvojmu bračkovvi k narodeninám a odovzdaj mu odo mňa srdečný pozdrav, dobre?“ povie Udo a podá Flo do vrkôčika zapletený náramok, ktorý sám uplietol.

„Ach, to je ale milé od teba! To ho určite poteší“, poďakuje sa Flo a opatrne si vloží tretí náramok do vrečka bundy.

V nasledujúce ráno vstane Flo už veľmi skoro a spolu s mamou pripravujú pre Félixa slávnostné narodeninové raňajky. Na stole stojí veľká čokoládová torta a tri červené sviečky, darček od Flo a darček od Freda a Filipy. Vedľa Félixovho taniera položí Flo zázračný náramok.

Filipa sa začudovane spýta: „A čože je toto? Vyzerá to presne tak ako ten náramok, aký máš aj ty na zápästí.“

„Áno, presne tak. To je zázračný náramok.“ „Aha?“, čuduje sa naďalej Filipa. „A čo čaruje?“

„To ti vysvetlím, keď tu budú všetci.“, zaškerí sa Flo.

Onedlho príde do kuchyne Fred a zvedavo sa spýta: „Čo som to počul? Zázračný náramok?“

Ale Flo iba prehodí: „Vyčkať!“, a vybehne do záhrady, aby natrhala ešte zopár kvetov do narodeninovej vázy na stole.

„Tak - a teraz je všetko hotové“, povie spokojne hneď potom, ako vložila kvety do vázy, vázu položila na stôl a zapálila sviečky na torte. Stihne to práve načas, pretože už je počuť, ako malý Félix ešte rozospatý cupitá dolu schodmi. Akonáhle však zbadá pestrý stôl a tortu, okamžite sa preberie.

„Veľa šťastia, zdravia, veľa šťastia, zdravia, veľa šťastia, milý Félix, veľa šťastia, zdravia!“, radostne spievajú Flo, mama a otec. Filipa vezme Félixa do náručia a povie mu: „Želám ti všetko, všetko najlepšie k твоjim narodeninám, poklad môj.“

Fred a Flo mu tiež zablahoželajú a silno ho objímu. Félix vôbec nevie, čo má povedať, a je celý vzrušený. Najskôr musí, samozrejme, sfúknuť sviečky.

„Dokázal si to! Všetky tri sviečky naraz!“, jasajú Flo, mama a otec a zatlieskajú mu.

Potom môže Félix rozbaľovať darčeky a ohromne sa teší z darčeka od Flo – po domácky vyrobenej spoločenskej hry Memory, a z nového požiarného autíčka. Až potom objaví náramok vedľa svojho taniera. „Čo je toto?“, spýta sa zmätene. Aj to je pre mňa?“

„Áno“, prehovorí Flo slávnostne. „To ti mám odovzdať od Uda. A k tomu pripája srdečný pozdrav. To je zázračný náramok!“

„Zázračný náramok od Uda Überfliegers? Páni!“, zvolá Félix.

Flo pomôže bračkovu uviazať náramok na zápästie a popritom mu vysvetľuje: „Tento zázračný náramok ti pomôže vždy, keď budeš mať nejaké starosti, obavy alebo pochybnosti.“

Fred a Filipa zvedavo počúvajú, o čom Flo rozpráva.

„Ako vidíš, je zložený z troch jednotlivých stužiek. Každá stužka predstavuje jeden druh dôvery. Červená predstavuje tvoju sebadôveru, to znamená všetko to, čo už poznáš, vieš a dokážeš. Druhá predstavuje všetkých ľudí okolo teba, ktorým môžeš dôverovať, to znamená mňa, mamičku, otecka, babičku a dedka...“

„A Uda“, preruší ju Félix, ktorý sa viditeľne teší z toho, že na neho Udo v súvislosti s jeho narodeninami myslel.

„Presne tak, prirodzene aj Uda a ešte mnoho ďalších ľudí. A tretia stužka predstavuje život, ktorý to s tebou myslí dobre. Tu je napísané 'Život ťa ma rád'! A všetky tri stužky sú také silné a pevné, že dokážu dokonca čarovať.“

„Naozaj?“, čuduje sa Félix.

„Áno, naozaj!“, odvetí Flo. **„Dokážu odčarovať z tvojej hlavičky a z tvojho bruška všetky tvoje starosti, obavy a pochybnosti.“**

Félix nie je schopný slova a v tichosti si prezerá náramok. Keďže si Flo uvedomí, že je to na neho naraz príliš veľa, sľúbi mu, že mu to popoludní ešte raz vysvetlí. Teraz sa budú venovať krájaniu torty a všetci budú oslavovať. „Kto chce prvý kúsok?“, pýta sa dobre naladená Filipa.

„Ja!“ kričí Félix. „Ja som predsa narodeninové dieťa!“

Celá rodina oslavuje s Félixom a narodeninová oslava je skutočne nádherná. Popoludní k nim príde na návštevu aj babička s dedkom a ďalší príbuzní a pridajú sa k oslave. Malý Félix žiari celý deň a jeho smútok je akoby odčarovaný. Večer, keď ide Félix do postele, prehovorí mama k Flo: „To s tým čarovným náramkom si vysvetlila nádherne. Myslím, že si tým Félixovi veľmi pomohla. A mne tiež!“

Filipa vezme Flo do náručia a pevne si ju k sebe pritisne. Otec je taktiež dojatý a povie: „Áno, bolo to vážne skvelé. Sme na teba veľmi pyšní!“

O týždeň neskôr navštívi Flo Uda a porozpráva mu o Félixových pekných narodeninách a vydarenom prekvapení.

„A predstav si! Červené flaky zmizli už na druhý deň a Félix chodí do škôlky už pár dní a veľmi sa mu tam páči a už viac nepôsobí smutne.“

Z knihy pre malých aj veľkých: Malá Flo W. šťastná v svojom „flow“

Autor: Manuela Eitler-Sedlak

Preložené v rámci projektu Interreg Slovakia-Austria

Hľadáte inšpiráciu ohľadom zážitkového vzdelávania?

Staňte sa fanúšikom stránky [EDU DAY](#).

[Inšpiratívne videá si môžete pozrieť tu.](#)

Termíny a miesta: www.inspiracia.live
