

Pociąg do Krainy Snów – terapeutyczna bajka o odwadze i samodzielnym zasypianiu dla dzieci

Milan miał cztery lata, miękkiego misia pod pachą i... bardzo ważny sekret.

Sekretem było to, że najbardziej na świecie lubił zasypiać w dużym łóżku mamy i taty. Tam pachniało ich perfumami, wieczorną herbatą i czymś jeszcze... czymś, co Milan nazywał w myślach „bezpiecznym ciepłem”.

W swoim własnym łóżku też czasem leżał. Stało tuż obok tego dużego łóżka, jak mała łódeczka obok wielkiego statku. Ale zawsze, kiedy robiło się naprawdę ciemno, a cienie na ścianie wydłużały się jak z gumy, Milan cichutko wychodził ze swojego łóżka, szurał bosymi stopami po podłodze i wskakiwał między rodziców.

– Tu jest lepiej – szeptał, wciskając się pod kołdrę.

Mama głaskała go po włosach.

– Wiem, kochanie.

Tata przykrywał go aż po brodę.

– Jesteśmy przy tobie.

Wtedy w brzuchu Milana gasły wszystkie zmartwione motylki. Tylko że... nikt nie widział, ile odwagi nosił w sobie Milan. Wszyscy widzieli tylko małego chłopca, który nie chce spać sam.

A w środku, pod koszulką z dinozaurem, świeciła mała gwiazdka odwagi. Nikt jeszcze nie wiedział, jaka jest mocna. Nawet sam Milan.

Niespodzianka za drzwiami.

Pewnego popołudnia mama zawołała:

– Milan, chodź! Mamy dla ciebie niespodziankę!

Milan przybiegł do korytarza, trzymając za łapę swojego misia Bonka. Zobaczył zamknięte drzwi do pokoju, w którym do tej pory stały kartony, szafy bez drzwi i wielki bałagan.

Na drzwiach wisiała nowa tabliczka: „**Pokój Milana**”.

– Ooo... – zrobił ogromne oczy. – To... mój...?

– Twój – uśmiechnął się tata, teatralnie otwierając drzwi. – Zapraszamy pana konduktora do... stacji!

Milan wszedł do środka i aż otworzył buzię. Pokój wyglądał inaczej niż kiedykolwiek. Ściany miały delikatny kolor wieczornego nieba. Na suficie przykleiły się świecące w ciemności gwiazdki. W rogu stało nowe łóżko z niebieską pościelą w pociągi.

*POCIĄG DO KRAINY SNÓW – TERAPEUTYCZNA BAJKA O ODWADZE
I SAMODZIELNYM ZASYPIANIU DLA DZIECI*

A nad łóżkiem wisiał obrazek: kolorowy pociąg z napisem „**Pociąg do Krainy Snów**”. Lokomotywa miała wielkie oczy i uśmiech.

– To... pociągi? – zapytał Milan, jakby nie do końca wierzył.

– Twoje pociągi – powiedziała mama. – Pamiętasz, jak lubisz bawić się kolejką?

– I wiesz – dodał tata, siadając na brzegu łóżka – odkryliśmy coś magicznego. Ten pokój to nie jest zwykły pokój. Wieczorami zamienia się w... stację kolejową.

Milan zmarszczył czoło.

– Ale... jak to? Przecież to tylko pokój.

Tata pochylił się i wyszeptał:

– Tylko wtedy, kiedy bardzo chcesz i kiedy zostajesz w swoim łóżku aż do rana, tu przyjeżdża prawdziwy Pociąg do Krainy Snów. On widzi tylko tych, którzy śpią w swoim łóżku.

Milan spojrzał na mamę, jakby pytał: „To prawda?”.

Mama pokiwała głową, bardzo poważnie, ale w kącikach ust tańczył jej uśmiech.

– Tylko odważni podróżnicy dostają bilet – dodała.

Milan ścisnął Bonka.

– A ja... dostanę bilet?

– Myślę, że masz już go w sercu – powiedziała mama, dotykając jego piersi. – Tu mieszka twoja odwaga.

Milan poczuł, jak pod koszulką robi mu się ciepło. Jakby gwiazdka odwagi mrugnęła do niego.

Pierwsza noc na stacji.

Tego wieczoru było jakoś inaczej. Zamiast wskakiwać do dużego łóżka rodziców, Milan przyszedł do swojego nowego pokoju. Mama usiadła przy nim, tata na drugim brzegu łóżka. Bonko leżał po środku, jako najważniejszy pasażer.

– Dziś – powiedział tata – czytamy „Przygody Małej Lokomotywy”.

Czytali, śmiali się, a Milan wyobrażał sobie, jak mała lokomotywa sapie, wspina się pod górę, czasem się boi, ale jedzie dalej.

– Też bym tak chciał – mruknął cicho. – Być odważny jak lokomotywa.

– Jesteś – szepnęła mama. – Każdy odważny czasem się boi. Ale mimo to próbuje.

Po bajce tata zgasił lampkę. Zostały tylko gwiazdki na suficie, lekko świecące w półmroku.

– Dobranoc, podróżniku – powiedział tata.

*POCIĄG DO KRAINY SNÓW – TERAPEUTYCZNA BAJKA O ODWADZE
I SAMODZIELNYM ZASYPIANIU DLA DZIECI*

– Dobranoc, kochanie – dodała mama, całując go w czoło. – Jesteśmy w pokoju obok.

Milan został sam. No, prawie sam – obok leżał Bonko, a na ścianie uśmiechał się Pociąg do Krainy Snów.

Przez chwilę było dobrze. Ciepła kołdra, znany głos mamy w głowie: „Jesteś odważny...”. Ale potem cienie zaczęły się ruszać. Szafa nagle wydała z siebie ciche „stuk”. Wiatr zawył w kominie.

Serduszko Milana przyspieszyło.

– Bonko... – wyszeptał. – Boję się.

Przekręcił się na bok. Drzwi do korytarza były uchylone, a zza nich dochodziło ciche brzęczenie telewizora. To było jak cienka niteczka prowadząca do mamusi i tatusia.

„Mogę po prostu wstać...” – pomyślał Milan. – „Przejsz kawałek... i już będę w ich łóżku. Tak jak zawsze.”

Nogi aż chciały same wyskoczyć spod kołdry.

Ale wtedy coś cichutko zaszumiało nad jego głową.

– Tssst... tssst...

Jakby ktoś puszczał parę z małej lokomotywy.

Milan zamarł. Spojrzał na sufit. Gwiazdki jakby świeciły jaśniej.

– Czy ja... to słyszałem? – wyszeptał.

Nagle usłyszał cieniutki głosik, jak dzwoneczek:

– Halo? Halo? Czy to stacja Milana?

Milan podskoczył na łóżku.

– Kto tu jest?!

– Tu ja, Lokomotka Śpioszka! – Głosik zabrzmiał znów, tym razem wyraźniej.

– Jestem bardzo małym pociągiem. Widzę, że ktoś tu nie śpi w swoim łóżku spokojnie. Czy to ty, podróżniku?

Milan rozejrzał się cały zdziwiony, a wtedy zauważył... Na obrazku nad łóżkiem koła pociągu poruszyły się, a lokomotywa mrugnęła do niego światłami.

– Ojej... – Milan otworzył szeroko buzię. – Ty... żyjesz?

– Trochę tak, trochę nie – zaśmiała się ciepło Lokomotka Śpioszka. – Żyję tylko w nocy, kiedy dzieci próbują być odważne. Słyszałam twoje serduszko. Bije bardzo szybko.

– Bo... boję się – przyznał Milan. – Chyba pójdę do rodziców...

*POCIĄG DO KRAINY SNÓW – TERAPEUTYCZNA BAJKA O ODWADZE
I SAMODZIELNYM ZASYPIANIU DLA DZIECI*

– Och, szkoda... – westchnęła Lokomotka. – A już szykowałam bilet do Krainy Snów. Tam dziś jest wielki Bal Poduszek i Wyścig Chmurek...

– Bal Poduszek? – oczy Milana rozjaśniły się. – Wyścig Chmurek?

– Oczywiście! – zawołała Lokomotka. – Ale do tego pociągu mogą wsiąść tylko ci, którzy zostają w swoim łóżku aż do rana. Inaczej tory znikają.

Milan ścisnął mocniej Bonka.

– A jak się boję... to nie mogę?

– Możesz się bać – powiedziała spokojnie Lokomotka. – Strach to nie zakaz. Zakaz jest tylko taki: nie można uciekać z własnego łóżka. Prawdziwi podróżnicy czasem się boją, ale zostają na swojej stacji. Wiesz, jak lokomotywa: kiedy jest stroma górką, nie cofa się, tylko sapie mocno i jedzie dalej.

Milan pomyślał o lokomotywie z wieczornej bajki.

– Ona też się bała... – mruknął.

– No właśnie! – przytaknęła Lokomotka. – A jednak dała radę. A ty masz w sercu gwiazdkę odwagi. Czuję ją z daleka.

Milan dotknął miejsca pod koszulką.

– Naprawdę...?

– Naprawdę. Teraz możesz zrobić, co chcesz. Uciec do łóżka rodziców... albo zostać tutaj, przy swoim peronie, i poczekać, aż przyjadę po ciebie w snach.

Milan zamknął oczy. Wyobraził sobie wielki, miękki pociąg z poduszek, kolorowe chmurki ścigające się po niebie i siebie – jako konduktora w czapce.

Rozchylił znów powieki.

– Dobrze – powiedział cicho, ale stanowczo. – Zostaję. Spróbuję.

Gdzieś w pokoju znów rozległo się ciche „tssst...”.

– Doskonały wybór, panie podróżniku – zaśmiała się Lokomotka Śpieszka. – Zamknij oczka, trzymaj Bonka i oddychaj powoli. Wdech... i wydech... Pociąg zaraz wyruszy...

Milan wtulił się w swoją poduszkę. Brzuszek jeszcze trochę się trząsł, ale z każdą chwilą mniej. Słyszał w głowie cichy stukot kół:

– Tu-tu, tu-tu, tu-tu...

I zanim się obejrzał, zasnął.

Bal Poduszek i Wyścig Chmurek.

W śnie Milan otworzył oczy i zobaczył, że stoi na ogromnym peronie. Nad nim świeciło różowo-złote niebo, a po bokach stały wagony... zrobione z poduszek!

*POCIĄG DO KRAINY SNÓW – TERAPEUTYCZNA BAJKA O ODWADZE
I SAMODZIELNYM ZASYPIANIU DLA DZIECI*

Białe, puchate, kolorowe, w gwiazdki, w pociągi, w misie.

Na lokomotywie, większej niż ta na obrazku, siedziała uśmiechnięta Lokomotka Śpioszka. Miała czerwoną czapkę konduktora i złoty gwizdek.

– Witaj na Stacji Snów, podróżniku Milan! – zawołała.

Milan spojrział na siebie i aż zapiszczał z zachwyty. Miał na sobie niebieską konduktorską kurtkę, czapkę z daszkiem i małą torbę na bilety.

– Ja... ja jestem konduktorem?! – krzyknął.

– Oczywiście! – zaśmiała się Lokomotka. – Tylko najodważniejsi śpiochowie zostają konduktorami w Krainie Snów. A wiesz, kto dostał bilet, kiedy nie uciekł z łóżka?

Milan poczuł, jak serce robi mu „hop!”.

– Ja...?

– Ty! – Lokomotka zagwizdała. – Wskakuj!

Milan wgramolił się na schodki i usiadł tuż obok maszynistki. Poczuli lekkie drżenie, jakby cała ziemia oddychała.

– Gotowy?

– Gotowy! – zawołał Milan.

– Pociąg do Krainy Snów odjeżdża z peronu Odwaga! – zaśpiewała Lokomotka i ruszyli.

Kiedy jechali, świat wokół zmieniał się jak w filmie. Najpierw mijali wielkie, miękkie miasto z klocków, potem łąkę pełną śpiących pluszowych zwierzaków, które chrapały cichutko: „chruuuu... chruuuu...”.

– To Bal Poduszek! – tłumaczyła Lokomotka. – Zaraz do niego dołączymy.

Pociąg zwolnił, a Milan zobaczył ogromną salę – albo raczej polanę – na której tańczyły poduszki. Jedne kręciły się w kółko, inne robiły śmieszne podskoki. Po środku stał tron z kołdry, a na nim wielka, najmniejsza poducha na świecie – Królowa Poduszek.

Królowa ukloniła się Milanowi.

– Oto nasz nowy konduktor – zawołała. – Ten, który został w swoim łóżku!

Wszystkie poduszki zaczęły klaskać – robiło to odgłos jak miękkie „plu-plu-plu”.

Milan poczuł, jak aż rośnie. „Ja... ja nic takiego nie zrobiłem. Tylko... zostałem w łóżku” – pomyślał.

Jakby słysząc jego myśli, Lokomotka nachyliła się.

*POCIĄG DO KRAINY SNÓW – TERAPEUTYCZNA BAJKA O ODWADZE
I SAMODZIELNYM ZASYPIANIU DLA DZIECI*

– Wiesz, dla wielu to „tylko” jest bardzo trudne – szepnęła. – Wszyscy widzą odwagę rycerzy i strażaków, ale nie widzą odwagi dzieci, które uczą się spać same. To jest bohaterstwo, którego dorośli często nie pamiętają.

Milan spojrział na swoje małe dłonie.

– Więc... ja też jestem trochę bohaterem?

– Oczywiście – powiedziała spokojnie Lokomotka. – Małym bohaterem z wielką gwiazdką w sercu.

Po Bału Poduszek ruszyli dalej – nad chmurami, które ścigały się ze sobą jak małe baranki.

– A teraz Wyścig Chmurek! – krzyknęła Lokomotka. – Chcesz wystartować?

Milan kiwnął głową. W sekundę znalazł się na szczycie puchatej chmurki. Obok niego kilkanaście innych chmurek prychało z niecierpliwości.

– Gotowi... do... START!

Chmurki pomknęły po niebie. Wiatr rozwiewał Milanowi włosy, a on śmiał się, aż bolał go brzuch. Przez chwilę zapomniał, że kiedyś w ogóle bał się ciemności.

Na końcu wyścigu nie było ani pierwszego, ani ostatniego miejsca. Wszystkie chmurki dostały po złotej gwiazdce, a Milan – specjalny medal z napisem: „**Odwaga Nocnego Podróżnika**”.

– Dostałem medal! – jęknął z zachwytu. – Prawdziwy!

Lokomotka mrugnęła.

– Widzisz? A jeszcze wczoraj myślałeś, że jesteś tylko chłopcem, który nie umie spać sam.

Milan przypomniał sobie tamten strach, to chcenie ucieczki do rodziców... i poczuł, że tamten Milan jest jakby trochę dalej, trochę mniejszy.

Poranek bohatera.

Rano obudziły go promienie słońca. Leżał w swoim łóżku. Nad nim spokojnie wisiał obrazek z Pociągiem do Krainy Snów. Bonko leżał obok, trochę przygnieciony.

Mama zajrzała do pokoju.

– Oooo! – uśmiechnęła się szeroko. – Całą noc w swoim łóżku! Podróżniku, udało się!

Tata stanął w drzwiach i zapiał jak kogut:

– Kukuryku! Nowy rekord Milana!

Milan poczuł dumę, która aż łaskotała go w brzuchu.

*POCIĄG DO KRAINY SNÓW – TERAPEUTYCZNA BAJKA O ODWADZE
I SAMODZIELNYM ZASYPIANIU DLA DZIECI*

– Wiecie. . . – powiedział nieśmiało – byłem na Balu Poduszek. I miałem wyścig chmurek.