

## Opowieść o wróżce Hani w kosmicznej podróży

W dalekim kosmosie, między błyszczącymi gwiazdami i mrugającymi planetami, leciał sobie spokojnie Niebieski Meteor – mały, śpiący statek kosmiczny. W środku, w tęczowej kajucie, mieszkała pięcioletnia wróżka Hania.

Hania miała różowe włosy związane w dwa kucyki, zielone oczy i małe, błyszczące skrzydełka, które wyglądały jak zrobione z gwiazdnego pyłu. Na szyi nosiła medalion w kształcie serca. To serce świeciło, kiedy Hania była szczęśliwa... ale czasem robiło się czerwone i trzeszczało, gdy Hania się złościła.

Hania bardzo kochała swoją mamę – Kapitan Mamę – która pilotowała statek. Kochała też swoją malutką siostrzyczkę, wróżkę Dzidziusię, która spała w maleńkim kokonie z miękkich chmurek i tylko od czasu do czasu pisała:

– Ueee... ueee...

Na początku wszystko było cudowne. Kapitan Mama tuliła Hanię, czytała jej kosmiczne bajki i bawili się razem w „łapanie gwiazd”. Ale odkąd pojawiła się mała siostrzyczka, coś się zmieniło.

Coraz częściej Kapitan Mama musiała trzymać na rękach Dzidziusię, karmić ją, kołysać, zmieniać jej pieluszki z gwiazdnego puchu. A Hania coraz częściej słyszała:

– Poczekaj chwilkę, Haniu...

– Zaraz do ciebie przyjdę, kochanie...

– Muszę najpierw uspokoić malutką...

W medalionie Hani coś wtedy cichutko trzasnęło.

– Ale ja nie chcę czekać! – mruknęła pewnego dnia Hania, kopiąc delikatnie ścianę kajuty. – Ja chcę MAMĘ TERAZ!

Jej serduszko w medalionie zapulsowało czerwienią, ale jeszcze całkiem cicho.

Pewnego poranka, kiedy fioletowe słońce wschodziło nad galaktyką, Kapitan Mama zawołała:

– Haniu, kochanie, czas wyjść na Kosmiczny Plac Zabaw Gwiazdnych Wrózek!

Normalnie Hania skakałaby z radości. Na tym placu można było huśtać się na pierścieniach Saturna, zjeżdżać z tęczowych komet i skakać po miękkich chmurkach. Ale tego dnia Hania siedziała na swoim łóżku z chmury i zmarszczyła brwi.

– Nie idę – powiedziała. – Nie chcę.

– Jak to? – zdziwiła się Mama, tuląc Dzidziusię, która akurat trochę popiskiwała.

– Przecież lubisz plac zabaw.

– NIE CHCĘ! – krzyknęła Hania. – Chcę zostać tutaj! I chcę, żebyś NIC nie robiła z DZIDZIUSIĄ! Chcę tylko ciebie!

**Medalion Hani rozjarzył się czerwienią jak gorąca gwiazda.** W kajucie zrobiło się duszno. Dzidziuś zapiszczał głośniej.

– Haniu, kochanie, rozumiem, że jest ci trudno... – zaczęła spokojnie Mama, choć jej własne policzki zrobiły się trochę czerwone. – Ale naprawdę musimy...

– NIEEEE! – ryknęła Hania.

Skoczyła z łóżka, tupnęła nogą tak mocno, że małe gwiazdki na dywanie podskoczyły. Zaczęła machać rączkami, jej skrzydełka zadzwoniły głośno.

Chwyciła poduszkę z chmurki i rzuciła nią w ścianę.

Kopnęła pluszowego kosmicznego misia.

Z jej oczu popłynęły wielkie, ciężkie łzy, jak deszcz meteorytów.

– NIEEE! NIEEE! NIEEE! – krzyczała, aż echo odbijało się w tunelach Niebieskiego Meteorka.

– Haniu! – zawołała Mama głośniej, niż chciała. – Przestań natychmiast!

Ale to tylko sprawiło, że medalion Hani zaświecił jeszcze jaśniej, prawie oślepiająco czerwono.

Wtedy stało się coś dziwnego.

Medalion wydał z siebie dźwięk:

– PSTRYK!

I nagle podłoga pod nogami Hani zadrżała. Małe, ukryte drzwiczki w dywanie z gwiazd otworzyły się jak klapka. Hania zakrzyknęła:

– O-o! – i... hop! – wpadła do środka, jakby spadła do dziury w kosmicznej chmurze.

Hania leciała w dół, w dół, w dół, wirując jak gwiazdny listek. Wokół niej migały planety, kolorowe smugi, gwiazdy mrugały jak zdziwione oczy.

– Aaaaaaaa! – krzyknęła, ale głos zamienił się w małą, srebrną nutkę i zniknął.

W końcu *pac!* – wylądowała miękko na poduszce z różowego pyłu. Rozejrzała się. Była na czymś, co wyglądało jak... stacja kosmiczna! Ale zupełnie inna niż Niebieski Meteorek.

Na środku wisiał ogromny, przeźroczysty globus-serce, w którym wirowały różne kolory: czerwony, niebieski, zielony, żółty, fioletowy. Wokół globusu krążyły małe świetliste kulki. Niektóre trzęsły się jak złość, inne skakały jak radość, jeszcze inne tuliły się do siebie jak smutek.

Nad drzwiami z błyszczącego metalu wisiał napis:

**KOSMICZNA STACJA GWIEZDNYCH UCZUĆ**

– Gdzie ja jestem? – szepnęła Hania.

– Na stacji, którą sama wyczarowałaś, mała wróżko – odpowiedział cichy, melodyjny głos.

## *OPOWIEŚĆ O WRÓŻCE HANI W KOSMICZNEJ PODRÓŻY*

---

Przed Hanią pojawiła się wysoka wróżka w długiej sukni zrobionej z nocy pełnej gwiazd. Miała srebrne włosy, a jej oczy były jak dwie spokojne planety.

– Kim jesteś? – zapytała Hania, ocierając łzy.

– Jestem Wróżka Astra – uśmiechnęła się kosmiczna wróżka. – Opiekuję się wszystkimi uczuciami małych wróżek, które czasem wybuchają jak meteory. A ty... – dotknęła delikatnie medalionu Hani – właśnie miałas bardzo duży wybuch.

Medalion jeszcze lekko czerwienił.

– Nie chciałam... ale chciałam! – naburmuszyła się Hania. – Jestem zła! Mama tylko „poczekaj”, „zaraz”, „najpierw dzidzius”... A ja nie chcę czekać! NIGDY!

Wróżka Astra przyklęknęła, żeby być na wysokości oczu Hani.

– To bardzo ważne, co mówisz – powiedziała łagodnie. – Twoje serce jest teraz jak pęknięty księżyc. Jedna połowa chce mamy tylko dla siebie, a druga połowa mówi, że kocha też malutką siostrzyczkę. To boli, prawda?

Hania poczuła łaskotanie w nosie i kolejne łzy.

– Boli... Jakby ktoś ciągnął moje serce w dwie strony.

– Właśnie dlatego medalion zabrał cię tutaj – wyjaśniła Astra. – Na Kosmiczną Stację Gwiazdnych Uczuć. Tu nauczysz się, jak ujarzmić swoje wybuchające jak meteory emocje, żeby twoje serce nie pękało na pół.

– Ja... ja nie wiem, jak – zaszlochała Hania. – One same się robią.

– Dlatego zaczniemy od podróży – uśmiechnęła się Wróżka Astra. – Gotowa?

Hania pociągnęła nosem.

– Chyba tak...

Wróżka Astra zaprowadziła Hanię do dużych drzwi z czerwonym symbolem meteoru.

– Tu mieszkają wszystkie złości małych wróżek – powiedziała. – Zobaczmy twoją.

Drzwi otworzyły się z lekkim:

– Szuuu...

W środku unosiły się setki małych, czerwonych meteorków. Jedne były tylko lekko rozjarzone, inne buchające ogniem, jak miniaturowe wulkaniki. Skakały, zderzały się, czasem coś przewracały.

Nagle z rogu sali przyfrunął mały, czerwony meteorek. Był większy od innych, w środku miał błysk przypominający... buzię Hani.

– O! – zawołał piskliwym głosikiem. – To ona! Moja wróżka! Wrrr!

Meteorek zakręcił wokół Hani tak szybko, że aż zawirowały jej włosy.

- Kto to? – zapytała Hania, robiąc krok do tyłu.
- To twoja Złość – wyjaśniła spokojnie Astra. – Każda wróżka ma swoją własną Złość. Twoja jest... bardzo silna.
- Bo ona nigdy mnie nie słucha! – zapiszczał meteorek. – Jak mówię „NIE!”, to wszyscy robią „TAK”! Muszę więc krzyczeć głośniej! Wrrr!
- Obrócił się w powietrzu i udawał, że kopie niewidzialne buty.
- Hej! – oburzyła się Hania. – Ja tak robię?
- Czasami – przyznała cicho Astra. – Ale zobacz, twoja Złość nie jest zła. Ona próbuje cię obronić.
- Obronić? – Hania zmarszczyła noseć. – Przed czym?
- Meteorek–Złość nagle przestał skakać. Zawył cichutko, jak smutny, czerwony piesek.
- Przed tym... że ktoś zapomni o tobie – pisnął. – Że mama będzie kochać tylko tego małego Dzidziusia. Że... nie będziesz już najważniejsza...
- Serce Hani ścisnęło się.
- Ja tak... czasem myślę – wyszeptała.
- Wróżka Astra skinęła głową.
- To bardzo ważne uczucie – powiedziała. – Ale gdy Złość jest za duża, zaczyna rzucać rzeczami, kopać i krzyczeć tak, że nikt już nie słyszy twojego prawdziwego „boli mnie”.
- Hania spojrzała na swojego meteorka–Złość. Płynęły z niego małe, czerwone iskierki–łezki.
- Ale co ja mam z nim zrobić? – zapytała.
- Ujarzmić – odpowiedziała Astra. – Nie zniszczyć, nie wyrzucić. Nauczyć go spokojniejszego tańca.
- Ja nie umiem... – Hania spuściła głowę.
- Dlatego przejdziemy do kolejnej sali – odparła Astra. – Tam nauczysz się pierwszego zaklęcia.

## **5. Tarcza Spokojnego Oddechu**

Tym razem drzwi były błękitne, z namalowaną spokojną falą.

- Co to za miejsce? – spytała Hania.
- Sala Spokojnych Oddechów – odpowiedziała Astra. – Tu wróżki uczą się pierwszej sztuczki, która pomaga, kiedy ich Złość zaczyna szaleć jak meteor.

## OPOWIEŚĆ O WRÓŻCE HANI W KOSMICZNEJ PODRÓŻY

W środku było bardzo cicho. W powietrzu unosiły się duże, miękkie, błękitne bańki. W każdej z nich ktoś powoli oddychał:

– Wdeeeech... wydeeeech...

Hania też spróbowała wziąć oddech, ale wyszedł jej szybki i drżący.

– Wrrr, ja nie chcę oddychać wolno! – zapiszczał jej meteorek-Złość, który leciał za nią jak czerwony balonik. – Chcę krzyczeć!

Wróżka Astra uśmiechnęła się i podała Hani coś, co wyglądało jak mały, srebrny gwiazdny patyk.

– To różdżka Oddechowa – wyjaśniła. – Gdy czujesz, że twoja Złość rośnie, zrób trzy rzeczy. Patrz.

Astra zamknęła oczy i pokazała:

– Najpierw zatrzymaj nogi i rączki. Nie kop, nie machaj. Po prostu STAŃ jak kosmiczny posąg.

– Potem przyłóż rękę tu – dotknęła klatki piersiowej – i zrób powolny wdech nosem, licząc w myślach do trzech: raz... dwa... trzy...

– A potem powolny wydech buzią, też do trzech: raz... dwa... trzy... Wokół jej serca pojawiła się błękitna, połyskująca tarcza.

– To Tarcza Spokojnego Oddechu – powiedziała. – Dzięki niej twoja Złość nie musi wybuchać jak wielki meteor. Może zrobić się mniejsza, taka w sam raz, żebyś mogła powiedzieć mamie, co naprawdę czujesz.

– Naprawdę? – Hania patrzyła z szeroko otwartymi oczami.

– Spróbujmy! – zawołał meteorek-Złość z nieufnością. – Ale jak to nie zadziała, to i tak wrzasnę!

Hania stanęła prosto. Jej nogi przestały tupać, rączki zwisły wzdłuż ciała.

– Dobrze – powiedziała cicho. – Teraz ręka na sercu... wdech... raz... dwa... trzy... i wydech... raz... dwa... trzy...

Przy pierwszym oddechu jej medalion zabłysnął trochę mniej czerwono. Przy drugim do czerwieni zaczął mieszać się błękit. Przy trzecim meteorek-Złość zmalął i przestał tak szaleć. Zamiast krzyczeć, zawisł jej nad ramieniem i westchnął: – Ojej... już mi trochę mniej Wrrr...

– Widzisz? – szepnęła Astra. – Złość się nie schowała. Ona po prostu przestała cię popychać. Teraz ty możesz ją poprowadzić.

– To znaczy, że ja rządę Złością? – spytała Hania.

– Możesz się z nią dogadywać – poprawiła ją Astra. – Ale to dopiero pierwszy krok. Chcesz zobaczyć kolejną salę?

Hania pokiwała głową. W środku poczuła malutkie, nieśmiałe ciepłko – coś jak odrobinka nadziei.