

Maksiu i Muszelka Cichej Mocy

Maksiu i Muszelka Cichej Mocy.

Był ciepły, letni dzień. Słońce świeciło jasno, piasek był miękki i ciepły, a morze robiło: *szszsz... plusk... szszsz... plusk...*

Na plaży biegało mnóstwo dzieci. Jedno kopało dół, inne budowało zamek, jeszcze inne chlapały się w wodzie.

Maksiu też tam był.

Miał czerwone spodenki, kolorowe wiaderko i ulubioną, żółtą ciężarówkę. Bardzo lubił swoją ciężarówkę. Udawał, że wozi nią piasek na wielką budowę.

– Brum, bruuuum! – mruczał pod nosem, pchając ciężarówkę po piasku.

Maksiu był chłopcem pełnym energii. Kiedy siedział z mamą przy kocyku, potrafił usiąść, coś zjeść, napić się soku i spokojnie patrzeć na morze. Ale gdy tylko widział inne dzieci i zabawki, jego nogi same chciały biegać, ręce kopać piasek, a usta mówić:

– Ja też! Ja też! Ja też chcę!

Czasem, gdy bawił się z innymi dziećmi, robiło się mu bardzo trudno w środku. Kiedy ktoś zabrał mu łopatkę albo ciężarówkę, albo kiedy wieża z piasku nagle się rozsypała, w jego brzuszku pojawiała się uczucie: *BUM!*. Serduszek biło szybciej, a ręce zaciskały się w pięstki.

– Hej! Oddaj! – krzyczał wtedy. – To moje!

Albo: – Głupia wieża! – i potrafił uderzyć rączką w piasek.

Ale zwykle to trwało krótko. Po chwili Maksiu oddychał głośno:

– Huuu... haaa... huuu... haaa... – i trochę mu przechodziło.

Mimo to często czuł się tak, jakby nikt nie widział, że on *próbuje* się uspokoić. Rodzice innych dzieci mówili czasem:

– Ten chłopiec jest bardzo niegrzeczny.

Albo:

– On chyba wcale nie umie siedzieć spokojnie.

A przecież Maksiu *umiał* usiąść. Umiał się uspokoić. Tylko... gdy bawił się z dziećmi, wszystko było takie głośnie, szybkie i ogromne w środku, że było mu dużo trudniej.

Tego dnia na plaży znowu było bardzo wesoło i bardzo głośno.

Mama Maksa rozłożyła kocyk.

– Maksiu, zjemy najpierw kanapkę, a potem możesz iść pobawić się z dziećmi, dobrze? – zaproponowała.

– Dobrze! – odpowiedział szybko, bo już widział wielki zamek z piasku niedaleko.

Usiadł na kocyku. *Dał radę zjeść całą kanapkę.* Popił sok. Przez chwilę patrzył spokojnie, jak fale docierają do brzegu i cofają się z cichym: *szszsz...*

Ale jego nogi już podskakiwały.

– Mogę iść? Mogę iść? Mogę już iść? – zapytał.

– Jasne, kochanie – uśmiechnęła się mama. – Pamiętaj, jak coś ci nie wyjdzie, możesz zrobić trzy spokojne oddechy, dobrze?

Maksio pokiwał głową... ale tak naprawdę nie bardzo miał ochotę myśleć teraz o oddechach. Teraz chciał biegać.

Pobiegł w stronę dzieci.

Przy wielkim zamku z piasku bawiła się grupka dzieci. Był tam Jasiek, Zosia i mała Lena.

Mieli foremki, łopatki, wiaderka i... wielki, niebieski samochód ciężarowy. Prawie taki, jak żółta ciężarówka Maksa, tylko większy.

– Mogę z wami? – zapytał Maksio, podskakując z ekscytacji.

– Tak, możesz robić fosę! – powiedział Jasiek, podsuwając mu małą łopatkę.

Maksio aż się ucieszył. Zaczął kopać. Bardzo szybko. Tak bardzo chciał, żeby było super.

Piasek sypał się na boki, ciężarówki jeździły, Zosia nalewała wody do fosy. Wszystko było świetnie, dopóki...

– Ej! – zawołał nagle Maks. – Moja ciężarówka!

Lenka chwyciła żółtą ciężarówkę Maksa i zaczęła jeździć nią po piasku, nie pytając go o zgodę.

W brzuszku Maksa znowu zrobiło się *BUM*.

Serduszek: *tup, tup, tup*.

Rączki zacisnęły się jak dwie twarde kulki.

– Oddaj! To moje! – krzyknął, czerwieniejąc na buzi.

– Tylko się bawie! – powiedziała Lenka i odjechała ciężarówką jeszcze dalej.

W środku Maksa wszystko zaczęło krzyczeć jeszcze głośniej:

To niesprawiedliwe! To MOJE! Oddaj! Oddaj! ODDDAJ!

Maksio nie miał już siły myśleć o niczym innym. Zapomniał o oddechach mamy. Zapomniał o morzu. Poczuł tylko gorąco w buzi i w oczach.

– Głupia! – krzyknął i tupnął nóżką tak mocno, że piasek się rozprysnął.

Zosia się odsunęła, Jasiek zmarszczył brwi.

– Ej, nie krzycz tak! – powiedział.

Ale Maksio był już tak zdenerwowany, że wyrwał Lenie ciężarówkę z rąk. Lenka się popłakała.

– Mamo! – zawołała.

Zaraz podeszła mama Lenki, patrząc surowo.

– Chłopczyku, tak nie wolno! – powiedziała. – Nie możesz wyrywać zabawek i krzyczeć na innych!

W tym momencie Maksiu poczuł się jednocześnie bardzo zły w środku i bardzo mały.

Złość już trochę opadła, zostało tylko takie ciężkie coś w jego serduszkach.

– Ale to moja ciężarówka... – wymamrotał.

– Trzeba było spokojnie poprosić – powiedziała mama Lenki. – Teraz dzieci nie chcą z tobą budować.

Jasiek i Zosia spojrzeli na siebie. Nie powiedzieli nic, ale odsunęli się trochę. Zamek, który jeszcze przed chwilą był super zabawką, nagle wyglądał, jakby wcale nie był dla Maksa.

Maksiu poczuł łzy w oczach. Wcale nie lubił, kiedy robił taką „awanturę”. Ale czasem nie wiedział, jak to zatrzymać.

Odszedł kawałek dalej, usiadł w piasku.

Ciężarówka stała obok niego, ale teraz wcale go nie cieszyła.

– Głupia ciężarówka... – szepnął, chociaż tak naprawdę nie ciężarówka była głupia.

Morze szumiało: *szszsz... szszsz...*

Jakby coś szeptało. Ale Maksiu był zbyt zajęty swoim smutkiem, żeby słuchać.

Siedział tak chwilę, dłubiąc palcem w piasku.

Piasek był miękki, sypki, ciepły. Przesypywał mu się przez palce jak złoty deszcz.

Nagle, między ziarenkami, coś zabłysnęło.

– Co to? – mruknął do siebie.

Odgarnił trochę piasku. Coś małego zamigotało w słońcu jeszcze mocniej.

Wyglądało jak mały, różowo-biały kamyczek... ale gdy Maksiu odgarnął więcej piasku, zobaczył, że to...

– Muszelka! – powiedział szeptem.

To była bardzo ładna muszelka.

Nie taka zwyczajna, płaska. Ta była jak mały domek ślimaka, spiralna, gładka. Miała paseczki: jasnoróżowe, kremowe i odrobinę złote.

Kiedy słońce padło na nią, przez chwilę aż zabłysła, jakby ją ktoś pomalował brokatem.

Maksiu wziął muszelkę w rękę. Była ciepłutka od piasku.

– Jaka ładna... – szepnął.

Przystawił ją do ucha, tak jak kiedyś pokazała mu mama.

– Posłuchaj, w muszelce mieszka morze – mówiła wtedy.

I rzeczywiście. Gdy przyłożył muszelkę do ucha, usłyszał:

Szszsz... szszsz... huuu...

Ale tym razem... coś jeszcze.

Jakby bardzo cichutki głosik, gdzieś tam daleko, w środku muszelki.

– Maksiu...

Chłopiec aż odsunął muszelkę od ucha i rozejrzał się.

– Halo? – powiedział. – Kto mnie woła?

Dookoła były tylko krzyczące i śmiejące się dzieci, mewy i morze.

Przyłożył muszelkę z powrotem do ucha.

– Maaaksiu... – głosik znów zabrzmiał, bardzo, bardzo cicho, jak delikatny szum. – Słyszysz mnie?

– Yyy... tak? – odpowiedział niepewnie. – Ty... ty jesteś muszelką?

Muszelka w jego dłoni zrobiła się odrobinę cieplejsza.

– Jestem Muszelką Cichej Mocy – wyszeptał głos. – Mieszkam w plażowym piasku. Słyszałam twoją złość.

Maksiu zmieszał się.

– Ja... ja nie chciałem tak krzyczeć – powiedział cicho. – Ale ona zabrała moją ciężarówkę... I wszyscy myślą, że jestem niegrzeczny.

Muszelka zadrżała leciutko.

Jakby komuś było przykro razem z Maksiem.

– Wiem – wyszeptwała. – Widzę więcej niż inni. Widzę też, jak potrafisz siedzieć spokojnie z mamą. Widzę, jak szybko się uspokojasz. Masz w sobie Cichą Moc.

– Ja? – zdziwił się Maksiu. – Ale ja się wcale nie czuję cichy. Ja jestem... BUM.

– Cicha Moc nie jest o tym, żeby być zawsze cichym – odparła muszelka. – To moc, która pomaga zatrzymać BUM w brzuszku, zanim wybuchnie na zewnątrz. Chcesz się jej nauczyć?

Maksiu spojrzał na inne dzieci.

Jasiek i Zosia dalej budowali zamek. Śmiali się. Nikt już o nim nie myślał.

Poczuł małe ukłucie w sercu.

– Chcę... – szepnął. – Chcę, żeby dzieci nie bały się mojej złości. Chcę się bawić, a nie krzyczeć. Ale... nie wiem jak.

Muszelka rozbliła delikatnym, złotym światłem, którego nikt inny nie widział. To był początek magii.

– Posłuchaj dobrze – powiedziała Muszelka Cichej Mocy. – Teraz pokażę ci mój sekret. Nazywa się *Trzy Oddechy Morza*.

– Trzy... oddechy? – powtórzył Maks, marszcząc czoło.

– Tak. Gdy czujesz w brzuszku BUM – wyjaśniała muszelka – robisz trzy specjalne oddechy. Tak jak oddycha morze.

Maksiu spojrzał na fale.

Napływały i cofały się, powoli, spokojnie.

Szszsz... wdeeeech... szszsz... wydeeeech...

– Spróbujemy – zaproponowała muszelka. – Usiądź wygodnie w piasku. Postaw przede mną swoją ciężarówkę, tak, żeby też mogła słuchać.

Maksiu postawił żółtą ciężarówkę przed sobą. Usiadł po turecku. Piasek łaskotał go w nogi.

– Dobrze – powiedziała muszelka. – Teraz połóż jedną rączkę na brzuszku.

Maks położył rękę na koszulce.

– Poczuj swój brzusek. Zobacz, czy tam jeszcze jest trochę BUM po tym, co się wydarzyło.

Maksiu zamknął oczy.

W brzuszku czuł małe, niespokojne iskierki. Już nie taki wielki wybuch jak przed chwilą, ale wciąż coś tam było.

– Jest... – przyznał.

– To teraz zrobimy pierwszy oddech morza – powiedziała muszelka. – Słuchaj: Wciągnij nosem powietrze, tak, jakbyś chciał powąchać coś pysznego... a potem powoli wypuść buzią, jakbyś chciał zdmuchnąć piórko, ale tak, żeby nie poleciało za daleko.

Maksiu spróbował.

Wdech:

– Sss... – nosek się poruszył.

Wydech:

– Fuuu... – powietrze wypłynęło z buzi.

– Jeszcze raz, trochę wolniej – poprosiła muszelka. – Popatrz na morze i zrób tak, jak ono.

Fale napływały. Fale odpływały.

Wdech:

– Ssssss...

Wydech:

– Fuuuuuu...

– I trzeci – szepnęła muszelka. – Tym razem policz w głowie do trzech, kiedy nabierasz powietrza, i do trzech, kiedy wypuszczasz.

Maks policzył w myślach:

Raz... dwa... trzy... – wdech noskiem.

Raz... dwa... trzy... – długi wydech buzią.

– Jak się czujesz w brzuszku? – zapytała muszelka.

Maksiu dotknął znów swojego brzucha.

– Jakby był... trochę lżejszy – odpowiedział. – Trochę mniej BUM, a trochę więcej... szszsz.

Muszelka zaśmiała się cichutko.

– Widzisz? To jest twoja Cicha Moc. Żeby zadziałała, potrzebuje tylko trzech oddechów morza.

Maks uniósł brwi.

– I to już? Tylko oddychać?

– To dopiero pierwszy krok – odparła muszelka. – Cicha Moc ma jeszcze dwa sekrety.

Pierwszy: *Trzy Oddechy Morza*.

Drugi: *Słowa Spokojnej Prośby*.

Trzeci: *Siedząca Siła*.

– Uuuu... – wyszeptał Maks. – Brzmi jak supermoce!

– Bo to są supermoce – potwierdziła muszelka. – I ty je masz. Tylko jeszcze nikt o nich nie wie. Nawet ty.

– Ale... – zaczął Maksiu. – Co to są Słowa Spokojnej Prośby?

Muszelka lekko się zakręciła w jego dłoni, jakby robiła mały piruet.

– To słowa, których używasz wtedy, kiedy chcesz zabawkę, a ktoś inny się nią bawi – wyjaśniła. – Zamiast krzyczeć: „Oddaj! To moje!”, możesz powiedzieć...

Głosik zawisł w powietrzu.

– Co mogę powiedzieć? – zapytał niecierpliwie Maks.

– Na przykład: „Czy mogę teraz ją się pobawić? Potem oddam.”

Albo: „To moja ciężarówka. Czy możesz mi ją oddać, proszę?” – powiedziała muszelka.

Maksiu skrzywił się.

– Ale jak ja się już zdenerwuję, to te słowa się gdzieś chowają – przyznał. – Zostaje tylko: „Oddaj!” i „Głupia!”. I czasem tupnięcie.

– Dlatego najpierw potrzebujesz Trzech Oddechów Morza – przypomniała muszelka. – Gdy robisz oddechy, BUM w brzuszku robi się mniejsze. Wtedy łatwiej znaleźć Słowa Spokojnej Prośby, bo nie chowają się tak daleko.

– Aha... – powiedział powoli Maks.

– A trzeci sekret? – zapytał Maksiu, ściskając muszelkę w dłoni. – Ta... Siedząca Siła?

Muszelka ucichła na chwilę, jakby zbierała fale do środka.

6. Siedząca Siła

– Siedząca Siła – wyszeptała w końcu – to umiejętność zatrzymania ciała, kiedy w środku wszystko chce biec.

– Ale ja nie lubię siedzieć... – przyznał Maksiu szczerze. – Nogi same skaczą.

– Wiem – odpowiedziała łagodnie muszelka. – Dlatego to nie jest zwykłe siedzenie. To siedzenie jak skała na plaży.

Maksiu spojrzał na duży kamień obok brzegu. Fale uderzały w niego raz po raz, a on... po prostu był. Nie uciekał. Nie krzyczał. Stał.

– Usiądź tak, jakbyś był skałą – poprosiła muszelka. – Plecy proste, stopy w piasku. Ręce mogą trzymać ciężarówkę albo muszelkę. Nie musisz siedzieć długo. Wystarczy chwilka, aż BUM zrobi się mniejsze.

Maksiu spróbował. Usiadł. Nogi chciały się ruszyć, ale on je poczuł. Oddychał jak morze. Trzymał ciężarówkę.

– To trudne... – szepnął.

– I bardzo odważne – odpowiedziała muszelka. – Siedząca Siła nie polega na byciu cicho. Polega na daniu sobie chwili, zanim coś zrobisz.

BUM w brzuszku był już malutki. Prawie jak bąbelek.

– Myślisz, że dasz radę spróbować teraz? – zapytała muszelka. – Z dziećmi?

Maksiu spojrzał w stronę zamku z piasku. Lenka już nie płakała. Zosia nalewała wodę. Jasek poprawiał mur.

Serce Maksa zabiło szybciej. Ale nie tak jak wcześniej.

– Spróbuję – powiedział cicho.

Wstał. Zrobił jeden oddech morza. Potem drugi. I trzeci. Usiadł na sekundę jak skała. Wstał.

Podszedł bliżej.

– Lenka... – zaczął niepewnie. – To moja ciężarówka. Czy... czy mogę się teraz ja pobawić? Potem możesz znowu.

Dzieci spojrzały na niego zaskoczone.

Lenka popatrzyła na ciężarówkę. Potem na Maksa.

– Dobrze – powiedziała po chwili. – Ale potem ja.

– Dobrze – odpowiedział Maksiu.

BUM zniknął całkiem.

Zamek rósł dalej. Morze szumiało. A Maksiu czuł w środku coś nowego. Nie ciszę. Spokój.

Wieczorem, gdy słońce chowało się za horyzont, Maksiu podszedł do mamy.

– Mamo. . . znalazłem coś ważnego – powiedział i pokazał muszelkę.

Mama uśmiechnęła się.

– Jest piękna.

Maksiu przyłożył ją do ucha.

– Ona mnie nauczyła oddychać jak morze – szepnął. – I mówić spokojnie. I siedzieć jak skała.

Mama przytuliła go mocno.

– Wiesz co, Maksiu? – powiedziała cicho. – Ta muszelka pewnie tylko przypominała ci, co już w sobie masz.

Maksiu pomyślał chwilę. Spojrzał na morze. Na swoje ręce. Na ciężarówkę.

– To ja mam Cichą Moc? – zapytał.

– Tak – odpowiedziała mama. – I możesz jej używać zawsze. Nawet bez muszelki.

Ale Maksiu i tak schował ją do kieszeni. Bo czasem dobrze mieć przy sobie coś, co szepcze:

Oddychaj. Poproś. Usiądź na chwilę. Dasz radę.