

## Superbohater Faluś

### Superbohater Faluś i Burza Podwodnego Gniewu.

W głębokim, cichym oceanie, tam gdzie fale zasypiają razem z dziećmi, istniało tajemnicze podwodne miasto – **Muszelkowo**. Krzesła z wodorostów stały tam grzecznie przy stolikach z koralowców, małe rybki śmiały się w bąbelkach, a muszle-lampki świeciły miękkim światłem jak nocne lampki przy łóżku.

A w samym środku Muszelkowa, w niewielkiej, przytulnej jaskini z perłowymi ścianami, mieszkał ktoś bardzo wyjątkowy – **mały superbohater Faluś**. Miał siedem lat, niebiesko-zielone włosy falujące w wodzie i pelerynę z cienkich, błyszczących glonów. Na piersi nosił znak: małą, srebrną falę.

Pewnego spokojnego wieczoru krzesła z wodorostów stały prosto, żadna ściana się nie trzęsła, a rodzeństwo Falusia – małe rybki: **Plamka, Bąbelek i Iskierka** – bawiły się, chichocząc. Faluś leżał na miękkiej gąbce zamiast łóżka, otulony algową kołderką. Oddychał równo, spokojnie, a w jego środku panował spokój tak cichy, jak dno oceanu nocą.

Nikt by nie uwierzył, że jeszcze niedawno w tym samym domu szalała groźna burza. Burza, która potrafiła przewracać krzesła z wodorostów, straszyć małe rybki i trząść całym Muszelkowem.

To była **Burza Podwodnego Gniewu**... która mieszkała w samym środku małego superbohatera.

Jak to się stało, że teraz jest tak spokojnie? To jest właśnie historia, którą trzeba opowiedzieć **od początku**.

Dawno, choć tak naprawdę nie aż tak dawno, Faluś myślał, że jest po prostu „złym” superbohaterem.

– **Dlaczego ja tak się wściekam?** – pytał czasem, kopiąc nogą w piasek na dnie.

Bo gdy coś szło nie po jego myśli – kiedy klocki z koralowców się rozsypywały, gdy mama prosiła, żeby skończył zabawę, albo kiedy Bąbelek przypadkiem przewracał jego wieżę z muszelek – w środku Falusia zaczynało się coś dziać.

Najpierw czuł **gorąco w brzuchu**, jakby ktoś nagle włączył tam mały wulkan. Potem serce zaczynało mu bić szybciej, jak stukot krabowych nóżek. W uszach szumiały mu fale. W głowie pojawiała się tylko jedna myśl:

– **NIE! Teraz! MOJE!**

A potem... zaczynała się **burza**.

– **Aaaaa!** – krzyczał Faluś, aż bąbelki unosiły się pod sufit jaskini. Jego ręce zaczynały miotać się jak wściekle węgorze. Krzesła z wodorostów przewracały się, lekkie stołeczki wirowały, a kubeczki z muszelek turlały się po piasku.

Czasem Faluś tak mocno machał rękami, że **uderzał Plamkę albo Bąbelka**. Nie chciał. Naprawdę nie chciał. Ale w tamtej chwili burza była za silna.

– **Mamo!** – pisała Plamka, chowając się za glonową zasłonką. – **On znów krzyczy!** – płakał Bąbelek. Iskierka nie mówiła nic, tylko robiła się maleńka jak plankton i uciekała w kąt.

Mama Falusia, ciepła i spokojna jak morska trawa na dnie, podchodziła do niego ostrożnie.

– **Faluś, stop. Oddychaj.** – prosiła. Ale Faluś nie umiał. Czuł tylko burzę.

Kiedy burza wreszcie się kończyła, wszystko było wywrócone do góry nogami: krzesła, zabawki, myśli w głowie Falusia... i serca jego rodzeństwa.

– **Dlaczego ja tak robię?** – szepnął raz Faluś, kiedy został sam na skraju miasta, siedząc na wielkiej skale porośniętej glonami. – **Przecież ja nie chcę być potworem...**

Wtedy w jego brzuchu znów coś zabulgotało, ale tym razem nie była to złość. To był **smutek**.

Następnego dnia Faluś postanowił, że **już nigdy** nie będzie krzyczał. Nigdy nie będzie wrzeszczał, nigdy nie rzuci niczym, nigdy nikogo nie uderzy.

– **Będę najspokojniejszym superbohaterem w Muszelkowie** – powiedział sobie, zaciskając mocno pięści. – **Tak spokojnym, że aż nudnym.**

Kiedy wrócił do domu, mama uśmiechnęła się do niego.

– Jak tam, mój falowy superbohaterze? – **Wszystko dobrze** – odpowiedział zbyt szybko. – **Już się nigdy nie zezłoszczę.**

Mama popatrzyła na niego uważnie, ale nic nie powiedziała.

Tego dnia wydarzyło się kilka rzeczy:

Najpierw Bąbelek przypadkiem **wlał mu do talerza supkę z alg za dużo błyszczących kamyków**, które Faluś lubił jeść osobno. Zawsze z osobnego talerzyka.

W brzuchu Falusia coś **drgnęło**. – *Oj, nadciąga fala...* – pomyślał.

Ale przypomniał sobie swoje postanowienie.

– **Nic się nie stało** – powiedział, aż zęby mu zadrżały. – Przepraszam... – wymamrotał Bąbelek, trochę przestraszony. – Mówię przecież, że NIC – syknął bardzo cicho Faluś i z całej siły uśmiechnął się sztucznie.

Potem Plamka, tańcząc w wodzie, **nadepnęła ogonkiem na jego ulubioną muszlę**, robiąc na niej małą ryskę.

W brzuchu Falusia zrobiło się **goręcej**. – *Nadciąga większa fala...* – pomyślał.

Znów zmusił się do uśmiechu.

– **Nic... nic...** – wyszeptał, a mięśnie w ramionach miał tak sztywne, jakby był zrobiony z kamienia, a nie z wody.

Wieczorem tata powiedział: – **Faluś, czas kończyć zabawę. Trzeba sprzątnąć klocki z koralowców.** – **Ale ja dopiero zacząłem!** – odpowiedział Faluś, czując jak w brzuchu coś już nie drga, tylko **buzuje**.

Chciał krzyknąć: – „NIE! TERAŻ! MOJE!” Ale przecież sobie obiecał.

Więc tylko ścisnął zęby i ramiona jeszcze mocniej, tak jakby chciał związać burzę grubą liną.

– **Już sprzątam** – powiedział, ale jego głos był jak napięta struna.

Zaczął zbierać klocki, jeden po drugim, a w nim rosła, rosła, rosła **cicha, wielka fala**.

Gdy wszyscy poszli spać, Faluś próbował też spać. Położył się na swojej gąbkowej poduszce, zamknął oczy.

A wtedy...

BUM!

W środku niego **coś wybuchło**. Nie na zewnątrz – w środku. Serce zaczęło mu tłuc o żebra, oddech stał się szybki, oczy same się zaszkliły.

– **Nie wytrzymam...** – wyszeptał w ciemności. Zwinął się w kłębek. Miał ochotę krzyczeć, rzucać, tupać. Ale nikogo nie budził. Trzymał to wszystko w sobie.

Łzy powoli wypłynęły z jego oczu jak słone kropelki.

– **Nienawidzę tej burzy...** – szepnęła. – **Nienawidzę siebie, kiedy ją czuję.**

Tego wieczoru nic się nie przewróciło w domu. Ale w środku Falusia wszystko było wielkim bałaganem.

Pierwsza próba się nie udała.

Następnego ranka Faluś czuł się bardzo, bardzo zmęczony. Tak, jakby całą noc pływał pod prąd.

– Wyglądasz na niewyspanego, mój drogi – powiedziała spokojnie mama. – Co się dzieje? – **Nic** – mruknął Faluś i popłynął do wyjścia z jaskini.

Tego dnia w Muszelkowie była wielka zabawa: **Wyścig przez Rafę Tęczowych Koralowców**. Wszyscy mali superbohaterowie, rybki i krewetki mieli brać udział.

– Faluś, Faluś, chodź z nami! – wołał jego najlepszy przyjaciel, żółwik **Turbolik**.

– Będziemy ścigać się aż do wielkiej, złotej muszli!

Na początku było fajnie. Faluś zapomniał o burzy. Śmiał się, pluskał, gonił za innymi.

Aż do momentu, gdy jeden z większych chłopców, rekin **Szarpek**, zepchnął go lekko płetwą.

– Hej, mały falowy, ja pierwszy! – zaśmiał się szyderczo, przepływając przed nim i zasłaniając mu drogę.

W brzuchu Falusia coś **pękło**.

Cały wczorajszy dzień „nic się nie stało”... cała noc trzymania w sobie burzy... wszystkie „NIC” nagle zamieniły się w jedno wielkie:

– **NIEEEEEEE!**

– Ej, to był tylko żart... – zaczął Szarpek, ale nie zdążył.

Burza ruszyła.

Faluś zaczął wrzeszczeć: – **NIE PCHAJ MNIE! TO NIESPRAWIEDLIWE! ZAWSZE MI WSZYSTKO ZABIERACIE!**

Jego głos przeszył wodę jak piorun. Małe rybki aż się cofnęły. Turbolik odsunął się powoli.

– Stary... spokojniej... – spróbował.

Ale Faluś nie słyszał już nikogo. Ramiona zaczęły mu się szarpać, woda wokół niego zawirowała.

– **NIE! NIE! NIE!** – krzyczał, rzucając piaskiem, kopiąc w skałę i przewracając małe chorągiewki wyścigowe.

Krzesła z wodorostów przy stoisku z przekąskami przewróciły się z hukiem. Koralikowe medale poplątały się.

Nawet stary mądry ośmiorak, pan **Oktopan**, odsunął się o krok, poruszając ostrożnie mackami.

Kiedy burza się skończyła, wszyscy patrzyli na Falusia **wielkimi oczami**.

Szarpek stał z boku, cicho. Nagle wcale nie wyglądał na takiego pewnego siebie.

– Ja... ja tylko... chciałem się pościgać – mruknął.

Faluś poczuł, jak do gardła podchodzi mu gula.

– **Znowu to zrobiłem...** – pomyślał.

Tego dnia wyścig odwołano, bo większość dzieci się przestraszyła. Chorągiewki trzeba było naprawiać, krzesła stawiać na nowo. Rodzice szeptali między sobą:

– To ten chłopiec, wiesz, ten z burzą... – Z Falusiem trzeba uważać...

A w Falusiu znów zrobiło się strasznie pusto.

Druga próba też się nie udała.

Wieczorem, kiedy Faluś, czerwony ze wstydu, siedział sam za wielką skałą z fioletowymi gąbkami, podpłynął do niego ktoś spokojny, duży i bardzo powolny.

To był pan **Oktopan**, ośmiornica znana w całym Muszelkowie jako najmądrzejszy stwor – prowadził **Szkołę Spokojnych Fal** dla wszystkich, którym fale w sercu czasem wymykały się spod kontroli.

– Widzę tu jakąś smutną falę – powiedział ciepłym, miękkim głosem. – Czy to przypadkiem nie mój znajomy superbohater Faluś?

– Ja nie jestem superbohaterem – warknął Faluś, nie podnosząc wzroku. – Ja jestem potworem burzowym. Wszyscy się mnie boją.

Oktopan powoli usiadł obok, układając swoje długie macki na piasku.

– Ciekawe, bo ja widzę chłopca, który ma w sobie **dużo, dużo mocy** i zupełnie nie wie, jak ją nosić – odpowiedział.

– Moc? Jaka moc? – prychnął Faluś. – To tylko złość. Wybucha. Psuje wszystko. Uderzam innych, przewracam krzesła, wszystko się trzęsie. Chciałem ją schować, udawać, że jej nie ma... ale wtedy rozrywa mnie w środku. A jak ją puszczam, wszyscy cierpią.

Pan Oktopan kiwnął lekko głową.

– Znasz takie miejsce, gdzie są bardzo silne fale? – zapytał. – No... przy Prądzie Huraganowym – odpowiedział Faluś, zaskoczony pytaniem. – Tylko dorośli mogą tam pływać, bo tam ciągle huczy i wszystko szaleje.

– A jednak nawet tam – uśmiechnął się Oktopan – są specjalne **podwodne wiatraki**, które zamieniają siłę fal w **energiczne światło** dla całego Muszelkowa. Fale same w sobie nie są złe. To tylko energia. Zależy, co z nią zrobisz.

Faluś spojrzał na niego z niedowierzaniem.

– Chcesz powiedzieć, że moja burza może być... dobra?

– Chcę powiedzieć, że twoja burza może być **mądrze prowadzona** – odpowiedział pan Oktopan. – Ale najpierw musisz zrozumieć, że **ZŁOŚĆ** sama w sobie nie jest zła. To tylko **sygnał**, że coś jest nie tak. Jak dźwięk muszli trąbkowej, która woła: „Halo, halo, tu coś boli! Tu jest niesprawiedliwie! Tu jest za trudno!”

– Ale ja wtedy wszystko rozwalam... – opuścił głowę Faluś.

– Bo do tej pory miałeś tylko dwie metody: **udawać, że burzy nie ma** i robić się twardy jak skała... albo **pozwolić jej szaleć**, aż wszystko się przewróci – powiedział łagodnie Oktopan. – Spróbowałeś dwóch sposobów. Jeden zranił ciebie w środku, drugi zranił innych na zewnątrz. Może czas na **trzeci**, zupełnie inny?

– Trzeci? – Faluś uniósł głowę. – Jaki?

Oktopan uśmiechnął się tajemniczo.

– Usiądź wygodnie, superbohaterze. Czeką cię **Trening Spokojnej Fali**.

Pan Oktopan zaprowadził Falusia do swojej szkoły – małej jaskini pełnej miękkich gąbek i kolorowych muszelek. Na ścianach wisiały rysunki fal: małych, dużych, spokojnych i szalonych.

– Najpierw nauczymy się **rozpoznawać burzę**, zanim stanie się ogromna – powiedział Oktopan. – Powiedz, co czujesz **NAJPIERW**, kiedy zaczynasz się złościć?

Faluś zastanowił się chwilę.

– Najpierw... w brzuchu robi się gorąco. Trochę jak... jakby tam mieszkała mała lawa.

– Świetnie. – Oktopan pokiwał mądrze głową. – To jest **pierwszy sygnał**. A potem?

– Serce zaczyna bić bardzo szybko – dokończył Faluś. – A ręce chcą coś zrobić. Jakby same.

– Doskonale – powiedział pan Oktopan. – Właśnie poznałeś mapę swojej burzy. A teraz nauczymy się, co zrobić zanim urośnie.

Oktopan położył przed Falusiem trzy muszelki.

– To są trzy kroki Spokojnej Fali. Nie do używania po burzy. Przed.

Krok pierwszy: Nazwij falę

– Kiedy poczujesz gorąco w brzuchu, powiedz w myślach albo na głos: „Jestem zły. Coś jest dla mnie za trudne.” – Samo nazwanie fali sprawia, że nie musi krzyczeć – wyjaśnił Oktopan.

Faluś spróbował. – Jestem zły... I ku jego zdziwieniu gorąco w brzuchu przestało rosnąć.

Krok drugi: Daj ciału ujście

– Burza to energia – mówił Oktopan. – Trzeba jej bezpiecznej drogi. Pokazał Falusiowi trzy sposoby: ściskanie gąbki, mocne dmuchanie bąbelków i pływanie pięć wolnych ruchów płetwą.

Faluś dmuchnął. Raz. Drugi. Trzeci. Serce zwolniło.

Krok trzeci: Powiedz, czego potrzebujesz

– Złość często jest listem bez adresu – uśmiechnął się Oktopan. – Trzeba ją wysłać słowami. – Czyli...? – „Jestem zły, bo to moje.” Albo: „Jest mi trudno, potrzebuję pomocy.”

Faluś poczuł, że to... możliwe.

Pierwszy test Spokojnej Fali

Kilka dni później Bąbelek znów przewrócił jego wieżę z muszelek. Gorąco w brzuchu – jest. Serce szybciej – jest.

Faluś zamknął oczy. Jestem zły. Coś jest dla mnie za trudne. Ścisnął gąbkę. Dmuchał bąbelki.

– Jestem zły, bo to była moja wieża – powiedział drżącym, ale spokojnym głosem.  
– Nie chciałem, żeby się przewróciła.

Bąbelek zamarł. – Przepraszam... Mogę pomóc ją odbudować?

Burza... nie wybuchła. Zamieniła się w falę, która opadła.

Gdy burza jednak wraca

Nie zawsze było idealnie. Czasem Faluś zapominał. Czasem krzyczał. Ale teraz wiedział coś nowego: po burzy można naprawiać.

– Przepraszam, uderzyłem. Byłem bardzo zły – mówił. – Następnym razem spróbuję fali.

Rodzeństwo uczyło się, że burza Falusia to nie on. To sygnał. A Faluś uczył się, że superbohater nie jest tym, kto nie czuje gniewu, tylko tym, kto prowadzi swoją moc.

Podwodne Miasto znów spokojne

Dlatego dziś w Muszelkowie krzesła z wodorostów stoją prosto. Burza Podwodnego Gniewu nadal istnieje – ale ma już kanały, wiatraki i światło.

A Faluś, mały superbohater z falą na piersi, zasypia spokojnie, wiedząc jedno:

Złość to nie potwór. To wiadomość. A ja już umiem ją czytać.