

Magiczne drzewka

Mocy

bajka psychoedukacyjna dla dzieci, które nie chcą jeść warzyw

Aby mieć dużo siły i energii na przeżywanie niesamowitych przygód, dzieci muszą jeść warzywa, choć przekonanie ich do tego wcale nie jest proste. Często można usłyszeć: „Ja tego nie lubię!”. Być może dlatego, że dzieci nie wiedzą jeszcze, jak niezwykle i magiczne moce można zyskać po zjedzeniu brokułów, pomidorów czy marchewki.

– Wszystko spakowane – oznajmiła mama, zasuważąc opasłą walizkę. 19

Michaś jechał na dwa tygodnie do babci nad morze. Już od dawna nie mógł się doczekać tego wyjazdu, gdyż babcia Michasia była chyba najbardziej niezwykłą babcią na świecie. Nie dość, że wprost uwielbiała wycieczki rowerowe i grę w badmintona, to codziennie rano urządzała sobie krótkie przebieżki po plaży, a w dodatku należała do klubu morsów – to znaczy, że kąpała się w morzu nawet zimą!

- Zaraz, chwileczkę – powiedziała mama, gdy Michaś próbował wymknąć się od stołu – czemu nie zjadłeś pomidora? – spytała, marszcząc groźnie brwi.
- Nie lubię tego! Pomidory są kwaśne! – odrzyknął Michaś i pobiegł do pokoju.
- Kwaśne czy nie kwaśne, są zdrowe! – odparła mama. – Jeśli nie będziesz jadł warzyw, nie będziesz miał na nic siły.

Ale nawet ten argument nie przekonał Michasia, by zjeść porzucone na talerzu warzywo. W drodze również starannie wydłubał z kanapki wszystkie talarki rzodkiewki i ani myślał zjeść jabłko czy banana. Za to chętnie wsunął całą paczkę chipsów i dwa czekoladowe batony.

Gdy w końcu dotarli na miejsce, uradowany Michaś rzucił się babci na szyję i zawołał:

- Nareszcie jesteśmy! Babciu, kiedy pojedziemy na wycieczkę? – dopytywał niecierpliwie.
- Michaś, jak ty wyrosłeś! – cieszyła się babcia, ściskając z radością wnuczka. – Chyba będziemy musieli podnieść siodelko w twoim rowerze. Sam zobacz, już czeka na ciebie w ogrodzie. A na wycieczkę możemy jechać choćby jutro.

Niebieski rower lśnił w zachodzącym słońcu i wyglądał tak zapraszająco, że Michaś nie mógł się oprzeć, by nie przejechać choć kilku pętelek wokół rabatek z kwiatami. Lecz zapadający zmrok i gryzące po łydkach komary zagnały wreszcie chłopca do domu.

- Wiesz, babciu, już nie mogę się doczekać jutra – powiedział, dając jej buziaka na dobranoc.
- Ja też bardzo się cieszę. Musisz koniecznie zobaczyć nową ścieżkę rowerową wzdłuż plaży. Na pewno ci się spodoba – powiedziała babcia, gasząc światło.

Lecz Michaś wcale nie mógł zasnąć. Przypominał sobie, jak wspaniale jest pedałować po plaży, kiedy ciepły wiatr czochra włosy w pędzie, a małe kropelki morskiej bryzy chłodzą czoło niczym orzeźwiający poranny prysznic.

„To chyba najprzyjemniejsza rzecz na świecie” – pomyślał Michaś i wtulił się mocno w poduszkę, próbując zasnąć.

Następnego dnia rano nikt nie słyszał brzęczenia budzika, bo gdy zaczął w końcu dzwonić, wszyscy od dawna byli już na nogach. Babcia szykowała prowiant na wycieczkę, a Michaś regulował z dziadziusem wysokość siodełka.

- Jesteś gotowy, Michasiu? – zapytała babcia, zapinając kask i dokładając kilka rzeczy do plecaka.
- Tak, możemy ruszać! – krzyknął chłopiec, wskakując na swój ulubiony niebieski rower.
- Dziadziuś otworzył szeroko bramkę.
- Jedźcie ostrożnie! – zawołał i pomachał im na pożegnanie.

Słońce dopiero co zaczęło strącać z traw kropelki porannej rosy, a główki rosnących za płotami słoneczników powoli unosiły się ze snu. To był wymarzony dzień na wycieczkę.

Michaś pedałowal ochoczo polną drogą wśród falujących na wietrze łąków zbóż. Potem droga wbiegła w leśną gęstwinę i zmieniła się w cieniutką, piaskową dróżkę, tak że trudno było dalej jechać. Babcia przystanęła na chwilę i powiedziała:

- Wiesz, Michasiu, tutaj przeprowadzimy rowery. To tylko mały kawałeczek i zaraz wyjdziemy na plażę. Moglibyśmy jechać drogą, ale w lesie jest tak przyjemnie.

Wiatr szumiał w konarach drzew, a promyki słońca, biegając wesoło po trawie, zdawały się bawić z cieniem w chowanym. To pojawiały się nagle, to znikwały. Michaś nie mógł się napatrzyć.

Lecz pchanie rowerów po piasku to naprawdę męczące zadanie. Gdy wreszcie dobrnęli do końca drogi i ich oczom ukazał się bezkres morza i długa asfaltowa wstążka ścieżki rowerowej, Michaś był całkiem bez sił. Nogi miał jak z waty, a pot ściekał mu wąską strużką po karku i jedyne, o czym marzył to wcale nie wskoczyć na rower, lecz położyć się w trawie i odpocząć. Chyba nawet zrobił się błądy, gdyż babcia zaniepokojona spojrzała na niego i stanowczym tonem orzekła:

- Oj widzę, że potrzebny ci odpoczynek, Michasiu.

Chłopiec nawet nie próbował protestować, gdyż naprawdę nie miał już sił, by jechać dalej. Był tak słabutki, że ledwo trzymał się na nogach. O dziwo po babci nie widać było nawet najmniejszych oznak zmęczenia.

- A ty nie czujesz się słabo, babciu? – spytał Michaś, kładąc się na trawie.
- Nie – odparła babcia z uśmiechem.
- To jak ty to robisz? – dopytywał Michaś. – Przecież przejechaliśmy już spory kawałek i jeszcze to pchanie rowerów po piasku... Skąd masz tyle siły?
- To proste – powiedziała babcia, wyjmując z plecaka sporych rozmiarów pojemniczki. – Mam magiczne drzewka mocy, które dodają mi sił.
- Magiczne drzewka mocy? – zdziwił się Michaś. – To jakieś magiczne lekarstwo?
- Można tak powiedzieć – uśmiechnęła się babcia i podsunęła Michasiowi tajemnicze pudełeczko.

Chłopiec otworzył je i zajrzał do środka. Rzeczywiście, były tam małe zielone drzewka, czerwone kulki i pomarańczowe okrągłe talarki. Wszystko to skąpane w białym, słodko pachnącym sosie.

- Ale przecież to są zwykłe warzywa! – krzyknął Michaś. – Brokuły, pomidor i marchewka – wymienił wszystkie jednym tchem i skrzywił się na samą myśl o jedzeniu.
- Och, mylisz się! – powiedziała babcia. – Moje magiczne drzewka mocy, czy brokuły jak wolisz, dają mi siłę, energię i szybkość. Kulki siłacza, czyli pomidorki, to po prostu bomba energii i samo zdrowie. Wiesz kiedy ostatnio chorowałam na grypę? Sama już nie pamiętam. A to właśnie za sprawą pomidorów. No i najlepsze – tajemne talarki bysia.
- Talarki bysia? – Michaś słuchał z niedowierzaniem.
- Bysio, byk, byczunio... nooo supermen jednym słowem – powiedziała babcia.

– Marchewka to niezwykle warzywo, które zapewni ci tajną moc supermena, czyli niezawodny wzrok i ostrość widzenia nawet w nocy. Nie wiedziałeś o tym?

Nie czekając ani chwili, babcia zaczęła wyjadać z pojemniczka swoje magiczne drzewka mocy.

- Ale ja nie lubię warzyw – skrzywił się Michaś.
- A nie masz może batonika? – spytał nieco ciszej.
- Batonika? – zdziwiła się babcia. – Gdybym jadła batoniki, zamiast moich magicznych drzewek mocy, z pewnością bym tu nie dojechała. Nie wiem, czy w ogóle udałoby mi się wsiąść na rower. Wzrok supermena! – powiedziała, nabijając na widelec tajemny talarek bysia, po czym puściła oczko do Michasia.
- Wzrok supermena, hmmm? – powtórzył Michaś i nabił na widelec owo magiczne drzewko mocy. Kiedy włożył je do buzi, brokuł wprost ozpuścił mu się w ustach, a jego smak był lekko słodki i trochę słony. Naprawdę posmakował Michasiowi. Ten śmietanowy sosik był niezwykle smakowity i łagodny. Spróbował jeszcze pomidora i mięciutką marchewkę i stwierdził, że te warzywa nie smakują najgorzej. Wprost przeciwnie, są po prostu pyszne!

Michaś na pół z babcią zjedli wszystkie magiczne drzewka mocy, wszystkie kulki siłacza i tajemne talarki bysia, po czym wsiedli na rowery i ruszyli naprzód wijącą się po plaży ścieżką. Wiatr delikatnie muskał ich twarze, to znów dmuchał im w plecy, dodając szybkości, a falujące morze głąskało delikatnie złocisty piasek. Michaś czuł się wspaniale. Miał tyle energii i siły, jakby rzeczywiście wstąpiły w niego jakieś magiczne moce. „To chyba najprzyjemniejszy dzień w moim życiu” – pomyślał. I od tej chwili postanowił regularnie jeść magiczne drzewka mocy, tajemne talarki bysia i kulki siły, by z powodu braku energii nie ominęła go żadna przygoda i żaden piękny widok.

- Mamo, nie zapomnij wziąć od babci przepisu na magiczne drzewka mocy – powiedział, żegnając się z babcią i pakując rzeczy do auta.
- Magiczne drzewka mocy? – zdziwiła się mama, patrząc na przepis, który babcia zapisała na małej karteczce.
- Tak, tak, wszystko ci opowiem w drodze – powiedział Michaś, machając babci na pożegnanie. ▪