

Môj kamarát Strach

(či Lásky ?)...

Monika Kašová

Janko v noci spal nekludným spánkom. Zobudil sa a pricupital k mamke.

„Mami, mami, ja sa bojím“ šepkal potichu.

„Čoho sa bojíš?“ opýtala sa mamka ospanlivo.

„Neviem. Mami ja nechcem ten strach, daj ho preč!“

„Janičko, skúsím ti predstaviť Strach. Keď sa pozrieš okolo seba, zistíš, že má celý svet strach. Strachy sú niečím, s čím musíš žiť denne.

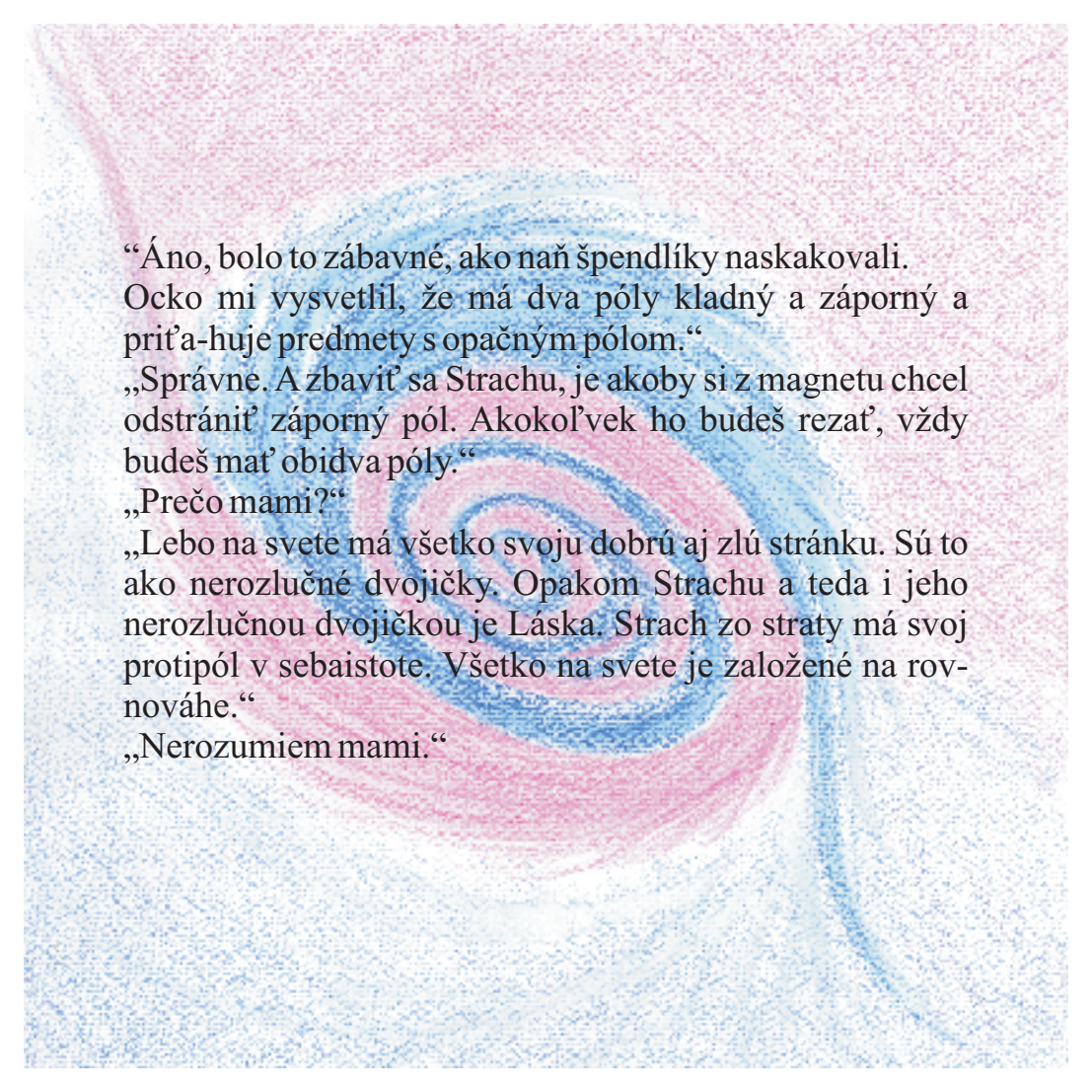
Zvyčajne ak dostaneš strach, tak s ním bojuješ, alebo pred ním utekáš. A tak ničíš všetko, čo Ti môže dať.

Synček, Strachu sa nedá zbaviť. Je to Tvoj kamarát. Je dôležitý pre Tvoj život. Bez Strachu by si nepoznal Lásku. Je to, ako by si sa chcel zbaviť tmy. Aby bolo stále svetlo. Ale aj tma je dôležitá. Bez nej by si tu ani nebol. Veď život sa začína v tme. Semienko rastlinky klíči v zemi, aj zvieratka a ľudia sú do narodenia v brušku, kde majú tmu a teplo.

Pamätáš sa ako ste sa hrali s ockom s magnetom?







“Áno, bolo to zábavné, ako naň špendlíky naskakovali.

Ocko mi vysvetlil, že má dva póly kladný a záporný a priť-a-huje predmety s opačným pólom.“

„Správne. A zbaviť sa Strachu, je akoby si z magnetu chcel odstrániť záporný pól. Akokoľvek ho budeš rezať, vždy budeš mať obidva póly.“

„Prečo mami?“

„Lebo na svete má všetko svoju dobrú aj zlú stránku. Sú to ako nerozlučné dvojčky. Opakom Strachu a teda i jeho nerozlučnou dvojčkou je Láska. Strach zo straty má svoj protipól v sebaistote. Všetko na svete je založené na rovnováhe.“

„Nerozumiem mami.“

„Pamätáš ako si sa učil bicyklovať? Najprv sme ti dali pomocné kolieska, kým si našiel rovnováhu. V pocitoch je to rovnako. My s ockom sme teraz tvoje pomocné kolieska, aby si pochopil význam Strachu a naučil sa udržiavať v ži-vote rovnováhu. Život je ako bicyklovanie. Iba vtedy ideš priamo, keď krútiš pedálmi a s miernym kývaním tela zo strany na stranu sa udržuješ aby si nespadol.“

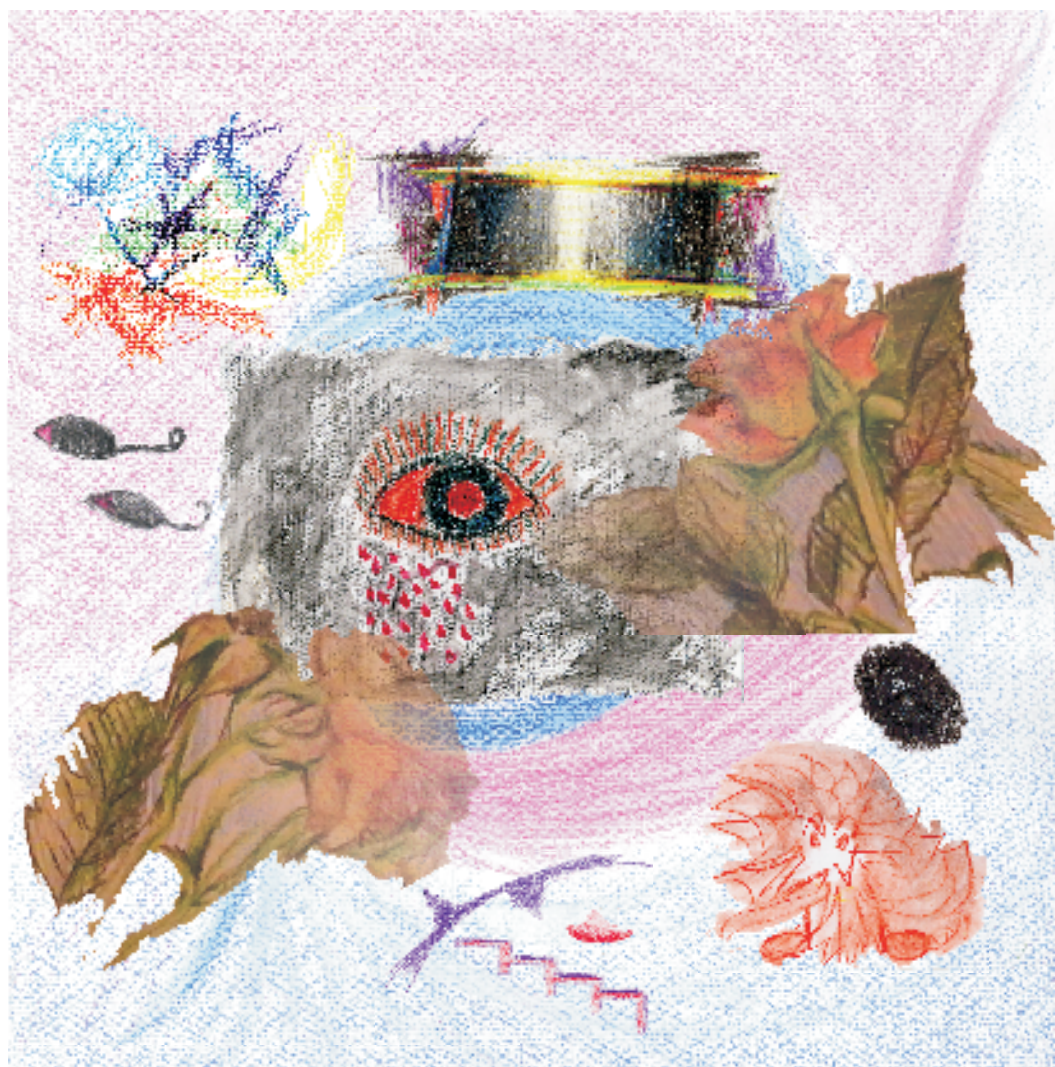
„Áno, tomu rozumiem.“

„Ak by si sa chcel zbaviť Strachu, je to ako keby si sa chcel bicyklovať tak, že budeš krútiť len jedným pedálom. Príde strmší svah, a ty padáš. Keď padneš a budeš krútiť pedálom, myslíš si že bicykel pôjde ďalej?“

„Nie. Budem ležať na zemi a plakať nad rozbitým kolienkom.“

„A mamka príde, znovu ti ošetrí ranu a vysvetlí prečo sa ti to stalo.“





Nikdy sa nebojíš toho, čo bolo. Iba zo zlých skúseností máš nepríjemný pocit. Janko, pozeraj sa na svoj Strach, ako na svojho kamaráta. Vždy keď ku tebe príde, poďakuj sa mu za to, že prišiel, lebo je to veľmi dobrý kamarát. A keď tomu porozumieš, nebudeš mať rozbité kolienka, ani nepokojné sny. Strach si dokážeš premeniť na lásku. Je to, akoby ste sa hrali na premeny.“

„Áno mamka, je to vlastne milý kamarát.“

„Je, Janko, ale dávaj si pozor, aby ťa neovládol. Svoje myšlienky strachu premieňaj vždy na Lásku. Strachu sa nemáš zbaviť, ale máš vnímať prečo prišiel a keď zmúdreš týmto poznaním, on sa sám premení na Lásku v rôznej podobe. Môže to byť ochota, záujem, nadšenie...

..no musíš dávať pozor aj na to, aby si nebol veľmi prehnane sebaistý!“

„A to už prečo? Nerozumiem tomu prečo nemám byť sebaistý! Či sebaistota nie je Láska?“

„To áno, ale prehnaná sebaistota je dokonale maskovaný Strach. Vtedy ukrývaš Strach sám pred sebou. Máš strach ukázať sebe a iným, že máš Strach. Tento Strach sa volá Strach zo strachu. Rozumieš tomu?“

„Áno, áno už viem mamka! Anička v škôlke chce, aby všetko išlo podľa nej. Núti nás aby sme sa hrali tak, ako ona chce.“

„Vieš Janko, ona sa len niečoho veľmi bojí. Možno toho, že sa s ňou nik nebude kamarátiť, že ju nebudú mať deti radi. Možno jej chýba láska, nik ju doma nepohladí, neporozpráva sa tak ako my s tebou. Jej rodičia majú možno starosti a tak nemajú dost času venovať sa Aničke. A možno ani ich nemal kto naučiť ako premeniť Strach na Lásku. Tak to ide počas celého života v ich rodine. Ak niekto nedostáva Lásku, tak ju nevie ani naučiť svoje deti.“

„Som taký rád mamička, že ťa mám. A som taký rád, že ku mne prišiel môj kamarát Strach. Ty si mi ho tak krásne predstavila! Od teraz sa s ním vždy pekne porozprávam. Budeme sa hrať na premeny a on sa bude meniť na Lásku. Dobrú noc mamka, dobrú noc môj kamarát. Ďakujem ti, že si prišiel a ďakujem, že odchádzaš. Víťaj kamarátka Láska! Mám ťa rád...“



Janko so spokojným úsmevom na tváričke zaspal pri svojej mamičke. Mamička ho jemne vzala do náručia a preniesla do jeho postieľky. Spokojne si ľahla na svoju posteľ a zaspávajúc zašepkala: “Ďakujem, že si prišiel...”

Som žena narodená na Zemi, ktorá jednoducho opisuje život ktorý žije, a nie žije život, ktorý opisuje. Ďakujem sile, ktorá ma poháňala k napísaniu tejto knižočky a zároveň sile, ktorá ma od tohto písania odrádzala niekoľko rokov, Pochopila som, že obe sú vo mne a nie sú dve, ale jedna. Ďakujem prítomnému strachu, že sa hrou života premieňa na všeobjímajúcu Lásku. Ďakujem všeobjímajúcej láske, že vždy objíma čitateľov tejto knižočky a tých, komu je čítaná. Ďakujem svojim blízkym že sú
mk

Grafická úprava a tlač: Peter Cirjak

Vydavateľstvo: Ulexit, s.r.o., 2011

1. vydanie

Ilustrácie: Účastníci kurzov tvorivosti - Matúš, Karolína, Danka, Maroš, Peter, Nika, Miška, Inga a Monika Kašová

ISBN: 978-80-970774-0-2



9788097077402