

MUŠLEŇČINY

LÉČIVÉ PŘÍBĚHY

TŘINÁCTÁ
KOMNATA



TEXT Romana Suchá
ILUSTRACE Remisazi

nastole

Mušlenčiny léčivé příběhy

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.knihynastole.cz
www.albatrosmedia.cz



Romana Suchá

Mušlenčiny léčivé příběhy – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2025

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.


ALBATROS  **MEDIA**

MUŠLEŇINY
LÉČIVÉ
PŘÍBĚHY

TŘINÁCTÁ KOMNATA

TEXT Romana Suchá
ILUSTRACE Remisazi



The page features a decorative border on both the left and right sides. It consists of various autumn leaves in shades of brown, orange, and red, interspersed with small white fireflies. The background is a light, warm beige color.

Tuto knížku ti nejspíš věnoval někdo, kdo tě má moc rád, aby tě uchránil před možným nebezpečím a nástrahami. Příběhy, které v ní najdeš, ti přinesou poučení, díky nimž se tak snadno neztratíš. Společně s vílou Mušlenkou otevřete třináctou komnatu – místo, kam je dobré nahlédnout, i když najít k tomu odvahu může být velká výzva.

A proč se tam vydáte?

Posvítit si na temné bytosti. Tím, že je poznáš, budeš lépe vědět, kterou cestou se vydat a čemu se vyhnout. A kdybys náhodou někdy zabloudil, tak světlo Mušlenčiny lucerny ti pomůže najít cestu zpět.

Mušlenčiny léčivé příběhy

strana 6

Jak s knihou pracovat

strana 8

Jak se neztratit

strana 14

Vězení vlastního pokoje

O sexuálnímu zneužívání a šikaně

strana 32

Horská dráha pocitů

O sebepoškozování

strana 44

Nejhlubší sklepení

O závislosti na alkoholu

Jak s knihou pracovat

Každý rodič by si přál uchránit své děti před alkoholem, drogami, sebe-poškozováním a jinými nástrahami či hrozícím nebezpečím. A také si nejspíš klade otázku, jak s dětmi o těchto tématech hovořit.

Kniha, kterou právě držíte v rukou, vám v tom může významně pomoci. Prostřednictvím pohádkových příběhů se k dětem dostávají základní informace takovou formou, která je pro ně srozumitelná. Problematika rizikového chování je zde metaforicky ztvárněna temnými bytostmi, které jsou vykresleny tak, aby se s nimi děti nechtěly identifikovat ani přátelit. Příběhy je upozorňují na to, jak jsou tyto bytosti nebezpečné a zákeřné a že „přátelství s nimi“ jim může přivodit velké problémy.



S těmito vážnými tématy je dobré děti seznámit ještě před nástupem puberty – tedy v mladším školním věku, kdy jsou k těmto informacím přístupnější. V pozdějším věku již sílí vliv vrstevníků a pohádkové příběhy pak nemají takový potenciál je oslovit.

Ústřední postavou celé knížky je víla Mušlenka, která děti provází všemi příběhy. Společně s ní navštíví třináctou komnatu a posvítí si na temné bytosti. Světlo Mušlenčiny lucerny

odhalí, jak nebezpečné tyto bytosti ve skutečnosti mohou být. Tím, že děti poznají temnou stránku konkrétních bytostí (rizikového chování), budou lépe čelit možným nástrahám a nebezpečím.

Kniha je pojata interaktivním způsobem. Obrací se na čtenáře a průběžně ho vtahuje do děje. Je proložena otázkami, které vybízí k dalšímu povídání a sdílení pocitů i postřehů. Je vhodná pro společné čtení dětí s dospělými. Přináší příležitost ke svěřování se a může pomoci odhalit trápení a problémy vašich dětí.

Při čtení buďte vnímaví a plně přítomní, nemyslete zároveň na své povinnosti – co všechno ještě musíte stihnout a zařídit. Jen tak může dojít k opravdovému vytvoření důvěrné atmosféry a sdílení. Každý příběh doprovází ilustrace. Snažte se je maximálně využít – vybízejte děti k tomu, aby vám o nich vyprávěly. Příběhy mohou odkrývat problémy, ale také pocity a myšlenky, o nichž je těžké mluvit. Ptejte se dětí, co si myslí, zajímejte se o jejich pocity, dejte jim prostor zasahovat do příběhů vlastními dotazy či připomínkami. Možná se pak dozvíte i něco víc o jejich vnitřním světě, o tom, co je trápí.

Jednotlivé pohádky přináší základní informace k dané problematice a hlavně důležitá poselství i varování. S pohádkami můžete dál pracovat podle vlastní fantazie, buďte vynalézaví a tvůrčí. Společně s dítětem si vyprávějte o hlavních hrdinech, vymýšlejte vlastní příběhy, malujte k nim obrázky.

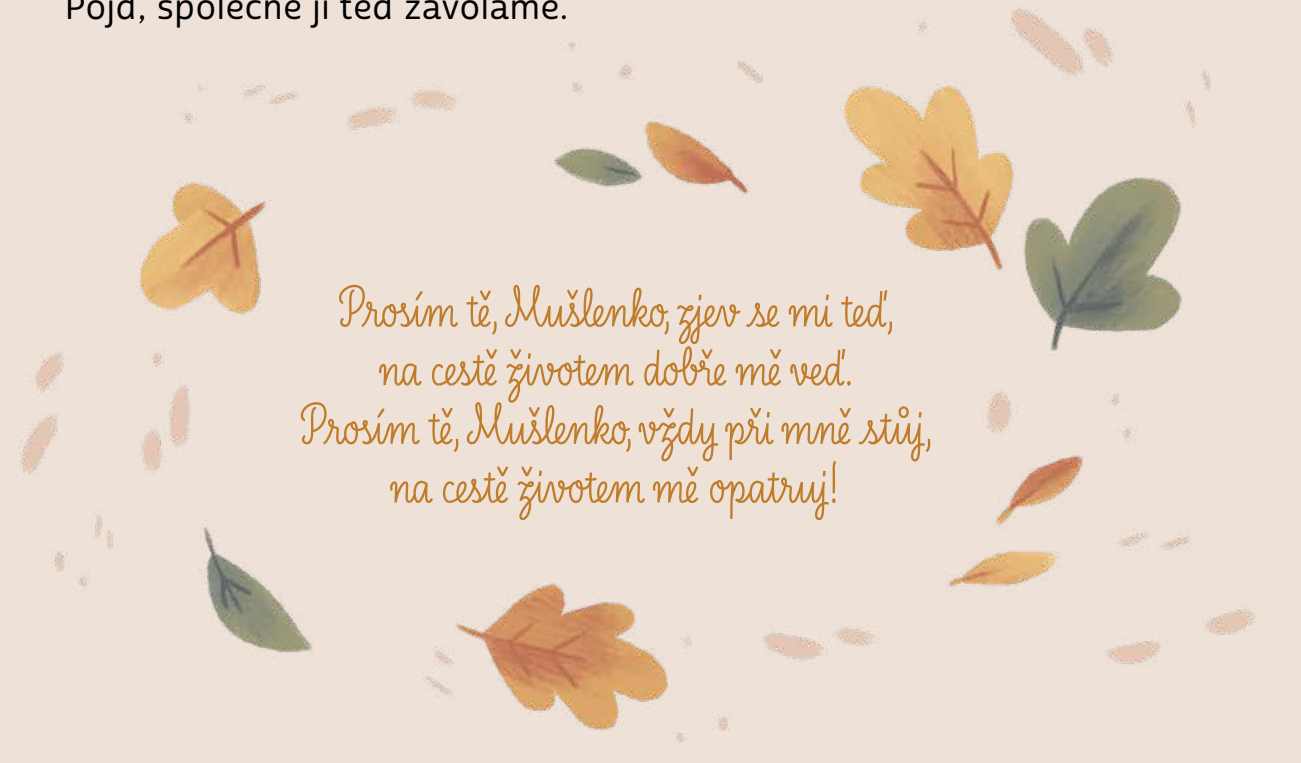
Pohádková víla Mušlenka pomáhá navodit důvěrnou, přátelskou atmosféru, v níž vzniká prostor pro sdílení a otevírání dětských srdcí. Při závažnějších problémech doporučuji vyhledat odbornou psychologickou pomoc.

Jak se neztratit

Oknem pokoje pozoruješ silnou vichřici. Obloha se zatáhla a vypadá to, jako by sluníčko už nemělo nikdy vyjít. Z mraků šlehají blesky, od moře vane silný vítr, který láme palmy na pobřeží a některé vytrhává i s kořeny. Ve tvém domečku je sice teplo a útulno, ale zlověstný hukot rozbouřených vln, které se tříští o přilehlé útesy, tě děsí.

Srdíčko ti bije jako zvon a po čele ti stékají kapky potu. Zmocnil se tě strach, protože to, co se děje venku, nemáš pod kontrolou. Tady ti může pomoci jedině víla Mušlenka. Malá kouzelná bytost s dlouhými vlásky. Je krásná, na hlavě má klobouček z malé mušličky a bedlivě střeží perlu, ve které je ukryta všechna tvá odvaha, síla a jedinečnost. Možná to ani nevíš, ale pomohla ti už mnohokrát a pomůže ti i dnes.

Pojď, společně ji teď zavoláme.




*Prosím tě, Mušlenko, zjev se mi teď,
na cestě životem dobře mě ved'.
Prosím tě, Mušlenko, vždy při mně stůj,
na cestě životem mě opatruj!*



„Už jsem tady, koukej!“ volá Mušlenka.

Láskyplně tě pohladí po tváři a řekne:
„Mám tě ráda a jsem pořád s tebou.
Nikdy tě neopustím.“



V ruce drží velký klíč a tebe hned napadne: Od jakých dveří asi je?

Tím místem, kam tě chce Mušlenka zavést, je třináctá komnata. Není úplně snadné ji navštívit, jen málokdo se odváží až sem.

Víla to dělá z veliké lásky k tobě, aby tě uchránila před možným nebezpečím. Protože Mušlence důvěřuješ, dovolíš jí, aby tě vzala za ruku, a společně se vydáte po schodech dolů, do sklepních prostor. Jak se blížíte k cíli, obklopuje vás stále větší temno a chlad.





TŘINÁCTÁ
KOMNATA

„Neboj se! Vždycky tu budu pro tebe a budu se ti snažit pomoci!“
Mušlenka něžně stiskne tvoji ruku, aby potvrdila svá slova.

„Postupně ti ukážu několik temných bytostí a pořádně si na ně posvítíme. Tím ztratí svoji sílu. Čím lépe je budeš znát, tím menší vliv na tebe budou mít. Pak budeš vědět, co máš dělat, jak se před nimi chránit. Nebudeš podléhat jejich hrozbám ani lákavým nabídkám, které tě mohou přivést na scestí.“

A tak společně se svou věrnou kamarádkou Mušlenkou sestoupíte do nejhlubšího podzemí. Pak se vydáte temnou chodbou, minete několik zavřených dveří a dojdete až ke třinácté komnatě...



Vězení vlastního pokoje

O sexuálním zneužívání a šikaně

„Tak, jsme na místě! Tohle je třináctá komnata!“ praví Mušlenka a zasune klíč do zámku, který je opředen pavučinou. Za dveřmi na tebe padne všeprostopujícím tíha, téměř se tu nedá dýchat. Ruce i nohy ti ztěžknou, jako by je něco táhlo dolů a bránilo ti v pohybu. Není na krok vidět, vše je zahaleno šedou mlhou.

„Budiž světlo!“ Mušlenka rozsvítí lucernu a komnata už nevypadá tak děsivě.

Mlha se stáhne ke stěnám a v opačném rohu místnosti se vytvoří mrak, který postupně nabývá jasné tvary, až se změní v obludnou příšeru.

„To je Traumon,“ řekne Mušlenka. Už jenom to jméno v tobě vyvolává děs a hrůzu. Je veliký a vypadá zlověstně.

„I dobrým lidem se mohou stát zlé věci!“ praví Mušlenka, „a když o nich víme, můžeme si pak snáze pomoci.“

Po jejích slovech se Traumon malinko zachvěje. A dokonce to vypadá, že i on se bojí. Mušlenka na něj znovu posvítí a společně vyslovíte jeho jméno „Traumon“. To mu nahání hrůzu, a tak se opět o poznání zmenší. Získáváš odvahu a stále hlasitěji vyslovuješ jeho jméno. Z velkého hrozi-
vého mraku se nakonec stává průsvitný obláček.

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Mušlenčiny léčivé příběhy.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.