

Przygoda niedźwiadka

bajka relaksacyjna

Było piękne słoneczne popołudnie, kiedy mały niedźwiadek wracał do swojej leśnej jamy. Szedł sobie spokojny, zamyślony, gdy nagle – tuż przed jego nosem – przeleciało coś niezwykłego, jakby złoty błysk mignął mu przed oczami. Co to może być? Zaciekawiony miś rozglądał się i wreszcie, nieopodal na kwiatku, dostrzegł pięknego motyla, który mienił się wszystkimi kolorami tęczy. Nigdy wcześniej takiego nie widział. Bił od niego niezwykły blask. Podeszedł, aby przyjrzeć mu się z bliska, ale motylek zerwał się do lotu, gdy tylko miś się zbliżył. Zaintrygowany niedźwiadek pobiegł za motylem. Biegł, pędził co sił, ale nie mógł go dogonić. Po chwili tej szalonej gonitwy poczuł się ogromnie zmęczony, położył się na trawie i zaczął z trudem łąpać oddech. Gdy rozejrzał się wokoło, dostrzegł, że zapędził się do miejsca w lesie, w jakim nigdy wcześniej go nie było.

Była to spora polanka, otoczona wokół drzewami, porośnięta soczystą, wysoką, zieloną trawą, spomiędzy której swoje główki wychylały polne kwiaty: żółte, czerwone, białe i niebieskie. Niedźwiadek był bardzo zmęczony, dlatego zamknął oczy i położył się wygodnie na trawie, która okazała się mięciutka jak puchaty dywanik. Misio wziął głęboki oddech i poczuł najpiękniejszy zapach na świecie: zapach gorącego lata, orzeźwiający zapach lasu i słodką woń polnych kwiatów. Poczuł ciepłutki dotyk słonecznych promieni na swojej mordce, łapkach i brzuszku. Do jego uszu docierał tylko lekki szum delikatnego wietrzyku, który powolutku, delikatnie – jakby do snu – kołysał zielone listki na okolicznych drzewach. Miś poczuł, jak ogarnia go fala przyjemnego ciepła,

która powoli, powoli przesuwa się od czubków palców u stóp do czubka jego głowy. Jego łapki stawały się ciężkie, coraz cięższe, jakby nagle zrobiły się z ołowiu. Było to jednak bardzo przyjemne. Jego brzuszek poruszał się miarowo w górę i w dół, wdech i wydech, do góry i na dół.

Nagle misio poczuł coś na swoim nosku, otworzył oczy, myśląc, że to pewnie powrócił tęczy motyl, ale nie – to było coś innego. Po chwili poczuł wyraźnie kroplę deszczu na nosie, za chwilę spadła następna i zaczęło padać na całego. Ciepły, rzęsy deszczyk obudził misia, który już po chwili cały mokry pobiegł w stronę swojej leśnej jamki, aby tam schronić się przed deszczem.



Wskazówki:

1. Jeśli wykorzystujesz bajkę w celach uspienia dziecka, zrezygnuj z czytania ostatniego akapitu, który służy wyprowadzeniu dziecka ze stanu relaksacji.
2. W serwisie SuperKid.pl znajdziesz dużą kolorowaną A4 do wydruku z motywem przedstawionym na ilustracji wyżej.