

## Cześć!

Mam na imię Luis i mam 9 lat. Cieszę się, że dotarliście do Kolumbii, choć jeszcze bardziej cieszyłbym się, mogąc Was powitać w moim rodzinnym domu w Wenezueli...

Wyobraźcie sobie, że jeszcze rok temu miałem swój własny pokój, chodziłem na różne ciekawe zajęcia pozalekcyjne i w ogóle było fajnie. Ale widziałem, że moim rodzicom żyje się coraz trudniej. Coraz więcej muszą pracować, żeby móc kupić jedzenie. W dodatku szukanie sklepów, w których można kupić potrzebne produkty, nie było łatwe. W całej Wenezueli po prostu zaczynało brakować podstawowych produktów... Pewnego dnia mój młodszy brat zachorował. Kiedy rodzice zabrali go do szpitala, okazało się, że nie tylko nie ma już żadnych lekarstw, ale także zabrakło wody. W szpitalu zaczęły się szerzyć choroby, bo nie było nawet możliwości, żeby umyć ręce. Moi rodzice nie chcieli już dłużej tak żyć, martwili się o nasze i swoje zdrowie. Postanowili przenieść się do Kolumbii, gdzie można było znaleźć pracę i za zarobione pieniądze kupić jedzenie oraz lekarstwa. Spakowaliśmy się do plecaków i walizek, a później ruszyliśmy w drogę. Na piechotę! Wyobraźcie sobie, że zwykły bilet na autobus kosztował tyle, co roczna pensja rodziców... Nie mieliśmy innego wyjścia, jak pieszo pokonać drogę. Nie mogliśmy więc zabrać za dużo naszych rzeczy. Wzięliśmy tylko to, co niezbędne.



Szliśmy do Kolumbii tak jak ci ludzie widoczni na zdjęciach – z plecakami, walizkami, torbami... Wyglądaliśmy jak turyści, ale turystami nie byliśmy.

W drodze rozmawialiśmy o tym, że na pewne sprawy w naszym kraju nie mamy wpływu. Możemy jednak decydować o tym, co robimy, jak reagujemy w różnych sytuacjach. Mama wytłumaczyła mi, że na tym polega odporność psychiczna, czyli taka wewnętrzna moc w naszej głowie i sercu. Ona jest jak mięśnie, można ją ćwiczyć i wtedy jest silniejsza. Zdradzę Wam nasz przepis na wewnętrzną moc. Zawiera trzy składniki. Pierwszy jest taki: trzeba pomyśleć o tym, za co jesteśmy wdzięczni innym ludziom, sobie, losowi... Nawet w trudnej sytuacji można pomyśleć o tym, że mamy obok naszych bliskich, którzy nas kochają, że nasze ciało ma siłę pokonywać drogę do miejsca, w którym będzie nam się lepiej żyło. Można być wdzięcznym za to, że świeci słońce, że ktoś odpowiedział uśmiechem na nasz uśmiech, że coś obok nas ładnie pachnie, np. kwitnące kwiaty na łące. Zawsze się coś znajdzie, wystarczy poszukać!

Drugi składnik jest następujący: trzeba pomyśleć o tym, co umiemy i wiemy, co możemy zrobić, żeby zmienić naszą sytuację. Na przykład kiedy dotarliśmy do miasteczka za granicą wenezuelsko-kolumbijską, nie mieliśmy za co kupić jedzenia. Wiedziałem jednak, że kto jak kto, ale ja mam bystry wzrok i zauważam rzeczy, które inni pomijają. Więc razem z bratem chodziliśmy po okolicznych ulicach i staraliśmy się zebrać to, co dałoby się sprzedać – czasem puszki, czasem jakieś ubrania, cokolwiek udało nam się znaleźć. Jak ci chłopcy na zdjęciu.

Zobaczcie. W ten sposób udało nam się przetrwać pierwsze trudne dni w obcym kraju.



Teraz nie jestem już głodny, chodzę do szkoły i czuję się bezpieczny. Ale znalezienie szkoły też nie było łatwe. I to jest trzeci składnik przepisu na wewnętrzną moc: nawet kiedy jest trudno, nie należy się poddać – trzeba szukać, pytać, prosić o pomoc, kiedy jest potrzebna. Moi rodzice bardzo długo starali się znaleźć szkołę, która by mnie przyjęła. Nie ustawiali w wysiłkach, pytali różnych ludzi, czy coś wiedzą, czy kogoś znają, chodzili do okolicznych szkół i tam próbowali przekonać dyrektorów, by mnie przyjęli. W końcu się udało! Staram się nie zniechęcać trudnościami, tak jak moi rodzice! Chodzę do szkoły, w której dzieci uczą się według innego programu niż my mieliśmy w Wenezueli. Przez naszą podróż mam zaległości, więc naprawdę dużo muszę nadrobić. Robię, co mogę. Proszę też o pomoc nowych kolegów. Na szczęście posługujemy się tym samym językiem! A oni chętnie mi pomagają.

Zobaczcie, to moi znajomi ze szkoły w Kolumbii.



A tu moi koledzy grają w piłkę na przerwie.

To wszystko, o czym piszę w tym liście, jest dla mnie przykre, ale zależy mi, byście się dowiedzieli, że wiele w tej trudnej sytuacji się nauczyłem. Przekonałem się, że to, co jest naprawdę ważne, to wewnętrzna moc, odporność psychiczna, którą można w sobie rozwijać, łącząc i mieszając trzy składniki, które Wam przedstawiłem. Możecie je łączyć w różny sposób, w zależności od sytuacji, w jakiej się znajdziecie. Zachęcam Was, żebyście ćwiczyli wewnętrzną moc, rozwijali swoją odporność psychiczną.

*Pozdrawiam serdecznie  
Luis*

