

Tartalom

Amit adsz, azt kapod vissza	4
Hogyan fejezhető ki a szeretet?	5
A szeretet benned kezdődik!	6
Egy rossz napon is lehet engem szeretni?	7
Szeretetmorzsák	8
Akkor is szeretsz, ha rosszkodom?	9
Szeretni Istent	10
A szeretet a legerősebb érzés	11
Baj, ha mindenkit szeretek?	12
Ajándékozok karácsonyi érzést!	13
Haragszom, de szeretlek	14
Hálás vagyok, hogy hálás lehetek!	15
A béke erősebb, mint a düh	16
Az utazás szeretete	17
A főzés szeretete	18
A tudást megszerezni fárasztó, de szerethető út	19
Testünk szeretete	20
A felebaráti szeretet	21
Mind egyek vagyunk	22
Akit igazán szeretünk, a hibáit is szeretjük	23
Mindenkiben van valami közös	24
Csempésszünk szeretetet a mindennapokba!	25
A Föld szeretete	26
Az anyai szeretet kifogyhatatlan	27
Figyeljünk egymásra!	28
Az együttérzés tanulható	29
A növények is érzik a szeretetet	30
Szívből válassz sportot!	31
Szeretni és szeretve lenni csodás érzés	32
Nem az ajándékok, hanem a tettek a fontosak	33
Ne menőségből, hanem szívből szeress	34
Tölts minőségij időt a szeretteddel!	35
A hála a szeretet kifejezése	36
A türelem bizalmat ébreszt	37
A szeretet néha kihívás	38
A szeretet a legerősebb érzés	39
A tárgyak soha nem fognak viszonyszeretni	40
A szeretet a legerősebb fegyver	41
Nem véletlenül a legszebb szó a szeretet	42
A szeretet öt nyelven	43
Öt perc kedvesség, másnak egy napi boldogság	44
Ha kapni szeretnél, adj először te!	45
Szeretni és elválni	46
Az önzetlen szeretet	47
Koncentrálj mások szeretnivalóságára	48





Ha szereted, clengeded	49
Csodalisztból csodakalács	50
Találd ki, ki volt veled a legkedvesebb!	51
Az egymás iránti tisztelet és szeretet alapja	52
Érezd jól magad a bőrdőben!	53
Mi nem szeretet?	54
A szeretet gyógyít	55
Fogadd el az érzéseidet!	56
Minden a szeretetből indul ki	57
Mindig nézz a felszín alá!	58
Lélekben mindig együtt maradunk	59
Kedvesség és elnéző szeretet	60
Ne pazarold az ételt!	61
Kapcsolatot csak az őszinteségre lehet felépíteni	62
Töltsük meg az adventi naptárt szeretettel	63
Mi az a szerelem?	64
A család a legbiztonságosabb hely	65
Ne vedd magadra, ami nem neked szól!	66
Szeresd az életet!	67
A szeretet négy pillére	68
Ahány ember, annyiféle szeretet	69
Az olvasás szeretete	70
Fogadd új osztálytársad tiszta szívvel és szeretettel! ..	71
A természet által szeretve lenni	72
Mindenki megérdemel egy élyt!	73
Mi az a Valentin-nap?	74
Szeresd a testvéred!	75
Érzelmek kifejezése zenével	76
Kicsi állat is nagy szeretet ad	77
A barátságot ápolni kell	78
A pillangókkal teli pocok nem betegség	79
Állatok nélkül sivárabb lenne az élet	80
A szeretet nem vész el, csak átalakul	81
A szeretet nem mérhető	82
Nem baj, ha más miatt szeretjük azokat, akik fontosak nekünk!	83
A szeretetnek vannak jelei, csak figyelni kell	84
A szeretet a legjobb gyógyír	85
A kedvesség világnapja	86
A barátságpad	87
Segíteni mindig jó	88
A szeretet legkék terem	89
A házi legfinomabb, mert szeretet érlelte	90
Soha ne mondd, hogy soha	91
A takarítás szeretete	92
Nem a tárgyak, hanem a szív szava számít	93
A szeretet sokszor szavak nélkül is segít	94



Öt perc kedvesség, másnak egy nap boldogság

Dorka tanító nénije február hónapra különleges feladatot adott az osztálynak: 28 napos kedvesség kihívást. A gyerekek kaptak egy lapot, amin 28 szívcske volt. Minden szívcskében pedig egy feladat. Amelyiket teljesítették, azt a szívcskét kiszínezhették a lapon. Olyan feladatok szerepeltek a lapon, mint például: „Deríts valakit jobb kedvre egy viccel!”, Kérdezz meg valakit, milyen napja volt!”, „Beszéljess valakivel, akivel nem szoktál olyan sokat!”, Adj egy extra ölelést a szüleidnek!”, Rejts el egy kedves üzenetet egyik osztálytársad tolltartójában!” és így tovább.

— Nagymami, szerinted miért van szükség erre a kedvesség kihívásra? – kérdezte Dorka, miközben a lapon szereplő feladatokat tanulmányozták át nagymamával.

— Tudod, kincsem, néha belekényelmesedünk a hétköznapokba, és elfelejtünk kedvesnek lenni. A tanító néninek szerintem az volt az egyik célja, hogy egy teljes hónapig mindennap figyeljeteK arra, hogy valami jót adjatok másoknak. Mert ami neked csak öt perc kedvesség, az másnak egy teljes napi boldogságot jelenthet. Látni fogjátok, hogy vannak napok, amikor borzalmas a kedvünk, de a kihívás miatt ilyenkor is kedvesnek kell majd lenni. Ekkor fogjátok megérezni, hogy kedvesnek lenni sokszor energiát igényel, de mások örömtől csillogó szemét látva megéri.

— Ó... Neked és nagypapinak fárasztó, hogy állandóan kedvesek vagytok velem?

— Vannak napok, amikor nekünk, nagyszülőknak is kicsit nehezebb. Előfordul, hogy ingerültebbek vagyunk, mert elfáradtunk a kerti munkában. De látni az örömet, amikor túrógombócot készítesz neked, mindent megér! – ölelte meg Dorkát nagymama.

