

Marea carte despre iubire






povestiri pentru a exprima și a înțelege iubirea

Halász-Szabó Klaudia și Sillinger Nikolett



Aquila

Oradea
2024

	Vei primi înapoi ceea ce oferi	4
	Cum ne putem exprima iubirea?	5
	Dragostea începe cu tine!	6
	Pot fi iubit dacă am o zi proastă?	7
	Firimituri de iubire	8
	Mă iubești și când greșesc?	9
	Să-L iubesc pe Dumnezeu	10
	Dragostea este cel mai puternic sentiment!	11
	Este în regulă dacă iubesc pe toată lumea?	12
	Împarte spiritul Crăciunului!	13
	Sunt supărat, dar te iubesc	14
	Iubesc să fiu recunoscător!	15
	Pacea este mai puternică decât furia!	16
	Iubesc să călătoresc!	17
	Iubesc să gătesc!	18
	Iubește să înveți lucruri noi!	19
	Ai grijă de sănătatea ta!	20
	Iubește-i pe cei din jur!	21
	Toți formăm un întreg!	22
	Iubește indiferent de defectele celuilalt!	23
	Toți avem lucruri în comun	24
	Dăruiește puțină iubire în fiecare zi!	25
	Să ne iubim planeta!	26
	Dragostea maternă este inepuizabilă	27
	Să ne ascultăm unii pe ceilalți!	28
	Compașiunea poate fi învățată	29
	Și plantele simt iubirea	30
	Alege un sport pe care să-l iubești!	31
	A iubi și a fi iubit este cel mai minunat sentiment din lume!	32
	Nu cadourile sunt importante, ci faptele!	33
	Iubește din inimă, nu din obligație!	34
	Petrece timp de calitate cu cei dragi!	35
	Recunoștința este o formă de iubire	36
	Răbdarea inspiră încredere	37
	Iubirea reprezintă uneori o provocare	38
	Iubirea este cel mai puternic sentiment	39
	Obiectele nu pot să ofere iubire	40
	Iubirea este cea mai puternică armă	41
	Cuvântul „iubire” este cel mai frumos cuvânt	42
	Cele cinci limbaje ale iubirii	43
	Bunătatea înseamnă iubire și fericire	44
	Ca să primești trebuie să și oferi!	45
	Iubirea nu ține cont de distanță	46
	Iubirea este dezinteresată	47





Fii draguț cu cei din jur!	48
Iubirea cere sacrificii	49
Cozonacul miracol din făina miracol	50
Ghici cine a fost cel mai draguț cu tine!	51
Iubirea înseamnă să vă ascultați unii pe alții	52
Iubește-ți corpul!	53
Învăț să respecti părerile celorlalți!	54
Iubirea vindecă	55
Acceptă-ți sentimentele!	56
Totul pornește de la iubire	57
Învăț să cunoști oamenii îndeaproape!	58
Cei dragi ne sunt mereu alături	59
Fii mereu politicos!	60
Nu irosiți mâncarea!	61
O relație se construiește doar pe onestitate	62
Un calendar plin cu iubire	63
Ce este iubirea?	64
Familia îți oferă siguranță	65
Nu lua totul personal!	66
Iubește viața!	67
Cei patru piloni ai iubirii	68
Există atâtea feluri de iubire câți oameni sunt pe pământ	69
Dragostea pentru lectură	70
Fii prietenos mereu!	71
Iubește natura!	72
Toată lumea merită o șansă!	73
Ce este Ziua Îndrăgostiților?	74
Iubește-ți rudele!	75
Exprimă-ți sentimentele prin muzică!	76
Și animalele pot oferi iubire	77
Prietenia trebuie întreținută	78
Ce înseamnă să ai fluturi în stomac?	79
Viața ar fi tristă fără animale	80
Iubirea nu se pierde, ci doar se transformă	81
Iubirea nu are margini	82
Este în regulă să iubim din motive diferite!	83
Semne ale iubirii sunt peste tot, trebuie doar să fii atent!	84
Iubirea este cel mai bun medicament	85
Ziua Mondială a Bunătății	86
Banca prieteniei	87
Întotdeauna este bine să ajuți	88
Iubirea creează lucruri minunate	89
Mâncarea făcută cu dragoste este cea mai bună	90
Niciodată să nu spui niciodată!	91
Iubește curățenia!	92
Nu obiectele, ci ceea ce simți contează!	93
Dragostea nu are nevoie de cuvinte	94



Vei primi înapoi ceea ce oferi

Într-o zi, Mihai a plecat împreună cu bunicul la o plimbare în pădure.

— Este un loc interesant aici pe care aș vrea să ți-l arăt, a spus bunicul și au urcat pe un deal.

Pe drum, Mihai a văzut pe pământ un gândac. Înainte ca bunicul să-l calce din greșală, s-a aplecat, l-a luat și l-a pus pe o frunză din apropiere.

Mai aveau puțin până la locul în care trebuiau să ajungă, însă, pe neașteptate, a început ploaia. Atunci, se întâlniră cu un domn care avea două umbrele, așa că le-a dăruit una dintre ele cu un zâmbet.

Când au ajuns în vârful dealului, bunicul îi arată o clădire albă.

— Ce este asta? întrebă Mihai curios.

— Aceasta este o casă specială în care locuiesc călugării. Ei sunt călugări budiști, o religie îndepărtată, explică bunicul, apoi arată spre un semn ciudat. Vezi? Acesta este nodul infinit. Este un simbol al legii karmei. Conform acesteia, vei primi întotdeauna înapoi ceea ce oferi.

Mihai se încruntă, neînțelegând ce înseamnă asta, așa că bunicul i-a explicat:

— Îți amintești când am urcat pe deal și ai mutat cu grijă insecta aceea din drum? Acea a fost o faptă bună și, conform karmei, trebuie să fi recompensat. E posibil ca umbrela primită când am avut nevoie să fi fost recompensa ta. Însă trebuie să fi atent pentru că și contrariul este valabil: dacă faci ceva greșit, e posibil să primești în schimb o pedeapsă.

Băiețelul a rămas pe gânduri. Până acum nici nu credea că ajutându-i pe alții își face și lui un bine.





Cum ne putem exprima iubirea?

Se apropia Ziua Mamei, dar Patrick nu știa ce cadou să îi ofere, așa că i-a cerut ajutorul tatălui său:

— Vreau să-i ofer mamei ceva foarte mare sau scump ca să știe cât de mult o iubesc.

— Este foarte drăguț din partea ta, a răspuns tata, dar crezi că mama simte că o iubești doar când îi oferi ceva mare sau scump?

— Ei bine..., spuse Patrick nesigur.

— Dragostea poate fi exprimată în multe feluri, a explicat tata. Nu cred că trebuie să fie lucruri mari sau scumpe. De multe ori faptele și gesturile spun mai mult decât orice cuvânt. Cred că, deși dragostea este unul dintre cele mai nobile sentimente, ea poate fi exprimată cel mai bine prin lucruri simple. Mamei, de exemplu, îi place să petreacă, uneori, timp citind în liniște. Dacă o lăsăm să facă asta, îi vom arăta că o respectăm și o iubim. Sau atunci când mergeți împreună la cumpărături și aștepți cu răbdare până termină, înainte să îi ceri tot felul de lucruri, este și aceasta o modalitate de a-i arăta că o iubești.

— Înțeleg ce spui, dar atunci ce să-i ofer mamei? Ar trebui să-i propun să citească o oră și să îi promit că nu o voi deranja în acest timp?

— Exact! Poți să îi faci un buchet frumos de flori de hârtie și să-i spui că fiecare floare reprezintă o oră de relaxare pe care o poate folosi oricând și cum dorește.

Patrick adusese deja foile de hârtie colorată, iar el și tata au început să pregătească florile. Mama a fost foarte surprinsă de acest cadou special de Ziua Mamei și s-a simțit cu adevărat iubită, bucurându-se de atenția oferită de către familia ei.

Dragostea începe cu tine!

Într-o zi, Elena a ieșit de la școală certându-se, repetând constant cât de stângace era.
— Draga mea, nu e bine să vorbești urât despre tine! Te rog, încearcă să vorbești despre tine cu amabilitate de acum înainte. Dragostea de sine este foarte importantă.

— Dragostea de sine este bună? Dar unul dintre băieții de la școală face exact asta. Vorbește despre el tot timpul! Cât de repede poate alerga, cât de bine vorbește engleza și așa mai departe. Nu cred că dragostea de sine este un lucru bun, se încruntă fetița.

— Acest băiețel despre care vorbești probabil că nu a înțeles deocamdată ce înseamnă dragostea de sine. Dacă te iubești pe tine însuși nu trebuie să demonstrezi întruna cât de bun ești pentru că știi deja asta.

— De ce este atât de important să ne iubim pe noi înșine? întrebă Elena.

— Pentru că dragostea începe cu tine! Dacă te accepți și te iubești, va fi mult mai ușor să faci același lucru cu ceilalți. Până nu te iubești pe tine însuși și nu vezi ființa minunată care ești, va fi greu să iubești pe altcineva. Este ca și cum ai avea un pahar gol pe care îl umpli cu apă. Dacă al tău este deja atât de plin încât aproape că se revarsă, poți turna cu ușurință apă din el pentru ceilalți. La fel este și cu dragostea.

— Vreau să am multă iubire de oferit! strigă fetița entuziasmată, iar mama ei era bucuroasă să o ajute.

După aceea, Elena scria câte o calitate de-a ei în fiecare zi pe tabla de desen, ca exercițiu pentru a învăța să se iubească mai mult. Dacă se întâmpla să uite sfatul mamei ei și vorbea urât despre ea, atunci scria două calități. Aceste exerciții au ajutat-o să aibă o părere mai bună despre ea însăși și să fie mult mai fericită.





Pot fi iubit dacă am o zi proastă?

Iulia avea o zi foarte proastă. Era atât de morocănoasă încât, trecând pe lângă jucăriile ei, a lovit păpușa ei preferată, iar apoi, când mama s-a apropiat de ea voind să o îmbrățișeze, s-a îndepărtat și a ridicat din umeri.

— Ce s-a întâmplat cu tine, comoara mea? Ce e în neregulă?

— Nimic, mamă, lasă-mă! spuse fetița îmbufnată.

Mama ei era surprinsă pentru că nu înțelegea cu adevărat comportamentul fetiței și, pentru că o cunoștea, știa că nu reacționează niciodată fără motiv.

— Iubito, vreau să știi că te iubesc foarte mult și că poți conta pe mine oricând. Dacă vrei să îmi povestești ce se întâmplă, sunt aici.

Ochii Iuliei erau plini de lacrimi, așa că a alergat în brațele mamei și a început să plângă. Mama i-a sărutat fruntea fetiței și s-a uitat în ochii ei.

— Toată lumea are zile proaste. La urma urmei, dacă am avea doar zile bune, după un timp nu am fi în stare să apreciem multele lucruri frumoase care ni se întâmplă.

— Mă iubești și atunci când am o zi proastă? întrebă fetița.

— Dragostea nu depinde de ce fel de zi avem, ea este constantă. Nu trebuie să-ți faci griji că s-ar putea să nu mă iubești într-o zi proastă sau că eu nu te voi iubi. Iubirea mea este atât de multă câte fire de iarbă sunt pe Pământ. Îți imaginezi că această cantitate imensă de dragoste s-ar putea epuiza într-o zi?

Iulia i-a zâmbit mamei și i-a șoptit la ureche.

— Mamă, eu te iubesc de la cer la pământ! Sau poate chiar puțin mai mult!

Firimituri de iubire

— Spune-mi, tată, de unde știi că mă iubești? a întrebat Milan în timp ce el și tatăl său mergeau acasă de la grădiniță.

— Ce vrei să spui, dragule?

— Mă întrebam de unde știu că te iubesc, explică băiețelul.

— Deci te întreb cum îmi arăt dragostea pentru tine? Ei bine, să vedem, pentru că te iubesc, sunt bun cu tine și te ajut ori de câte ori pot. Nu doar dăruindu-ți lucruri, ci și prin mici gesturi, firimituri de iubire.

— Ce înseamnă asta? întrebă Milan plin de curiozitate.

— Gestul este o acțiune. De exemplu, atunci când ți-am pregătit micul tău dejun preferat sau seara, când te învelesc înainte de culcare, când te ajut la teme, chiar și când îți pun pasta de dinți pe periută. Toate astea le facem atunci când iubim pe cineva și dorim să îi arătăm cât de important este pentru noi.

— Am înțeles acum! Eu ce aș putea să fac pentru tine ca să îți arăt cât te iubesc?

— Este suficient să te văd zâmbind sau să alergi la mine, să-mi sari în brațe și să-mi povestești cum a fost ziua ta. Dragostea nu trebuie măsurată, ci trebuie simțită pentru a ne putea bucura de ea. Eu sunt fericit că ești un băiețel cuminte și mă bucur că sunt tatăl tău. Nu este nevoie să-mi spui de o mie de ori pe zi cât de mult mă iubești. Este suficient să simți asta și să știi că poți să o spui atunci când simți nevoia.

— Tată, nu credeam că pot simți atât de mult că te iubesc! Pentru că eu chiar te iubesc cu adevărat!





Mă iubești și când greșesc?

Cristi era un băiețel plin de viață, căruia îi plăcea să se joace și să alerge. Uneori, fără să vrea, era puțin mai agitat decât ceilalți. Atunci, doamna educatoare încerca mereu să-l liniștească.

— Am făcut ceva greșit? a întrebat-o Cristi într-o zi pe doamna educatoare când aceasta îl rugase să facă liniște pentru că ceilalți erau deranjați de zgomotul din timpul orei de somn.

— Greșit? De ce crezi asta? Ți-am cerut doar să faci puțină liniște ca ceilalți să poată dormi dacă vor.

— Pentru că doar pe mine mă rogi să fiu mai cuminte. Celorlalți nu le spui asta.

— Da, asta e adevărat, însă lor le cer altceva. La prânz, de exemplu, l-am rugat pe Dani să fie atât de amabil și să nu-și rupă șervețelul în supă pentru că așa nu va fi foarte gustoasă. Îți amintești?

— Da, a zâmbit Cristi. Apoi a întrebat repede: Îl iubești pe Dani?

— Desigur, îi iubesc pe toți copiii din grupul meu, a spus doamna educatoare. Dar, îți spun un secret: îi iubesc și pe copiii din celălalt grup. Sunteți cu toții foarte iubiți și sunt recunoscătoare că sunt doamna voastră educatoare.

— Atunci, înseamnă că mă iubești chiar și atunci când sunt neastâmpărat? întrebă Cristi.

— Da, deoarece dragostea mea nu depinde de comportamentul tău, ea depinde de tine. Chiar dacă mai faci năzbâtii uneori, e normal pentru că ești copil.

Doamna educatoare l-a mângâiat pe spate pe băiețel care, îmbrățișându-și cățelul de pluș, a adormit cu gândul la tot ce aflate nou.