

Marea Carte despre prietenie

Povești despre cum să construim relații
armonioase și despre puterea acceptării

Izmindî Katalin și Szeghy Karolina



Aquila

Oradea, 2026

Ce înseamnă prietenia?	4
Dacă mergem împreună, putem ajunge mai departe	5
Prietenia începe adesea atunci când cineva îndrăznește să întrebe: „Pot să mă așez lângă tine?”	6
Lucrul în echipă poate face minuni	7
Diferențele sunt o un avantaj, nu un obstacol	8
Vechea prietenie nu dispare, doar trebuie să o regăsim	9
Un scop comun îi unește pe oameni	10
Să nu ne fie teamă să ne deschidem către ceilalți – poate că astfel începe o poveste frumoasă	11
De ce este important să împărtășim cu prietenii	12
Nu este frumos să ne lăsăm prietenul să aștepte	13
Compromisul este una dintre cheile prieteniei	14
A cere iertare și a ierta – doi pași care ne apropie	15
Fii deschis la unicitatea prietenilor tăi!	16
Ce să facem când prietenul nostru este prea agresiv?	17
Forța sprijinului în prietenie	18
Interesele comune ne apropie	19
Fiecare este special în felul său	20
De ce este importantă sinceritatea într-o prietenie?	21
Fii atent la prietenii tăi!	22
Cum să ne facem prieteni într-un loc nou?	23
Gelozia și prietenia	24
Un prieten te ajută atunci când ai nevoie.....	25
În unire stă puterea	26
Prietenii își iau apărarea unul altuia	27
Dacă prietenul tău are nevoie de singurătate, acceptă acest lucru	28
Un prieten bun te ajută să treci peste dificultăți	29
Imitator sau suflet pereche?	30
Nu poți câștiga prieteni prin minciuni	31
Cine împarte, găsește mai ușor prieteni	32
În prietenie sunt importante adaptarea și acceptarea obiceiurilor	33
Un prieten te poate ajuta să-ți învingi fricile	34
Prieten adevărat sau cineva care te folosește?	35
Certurile se pot rezolva dacă ambele părți sunt dispuse să se împace	36
Magia prieteniei	37
Sinceritatea este baza prieteniei	38
Și străinii pot deveni prieteni	39
Uneori prietenia începe acolo unde nu te aștepți	40
Nu-ți critica prietenul!	41
Adevăratele experiențe nu se nasc în fața ecranului	42
O prietenie nu e puternică pentru că totul e perfect	43
Prietenia te poate ajuta și la depășirea fricii	44
Ceea ce construim împreună va fi întotdeauna mai puternic	45
Prietenii buni sunt atenți unul la celălalt	46
Prietenia valorează mai mult decât orice cadou	47
Testul prieteniei: poți ierta?	48
A vorbi sincer despre sentimente ne ajută să nu ne îndepărtăm	49
Prietenia nu este o competiție, ci o valoare	50





Prieten este acela care te ajută atunci când ai nevoie 51
Nu judeca pe nimeni înainte să-l cunoști cu adevărat! 52
Fii atent la prietenul tău – uneori și tăcerea transmite un mesaj! 53



Prietenia nu depinde de distanță, ci de cât de importanți suntem
unul pentru celălalt 54

Prietenii se acceptă și apreciază pentru particularitățile lor 55

Puterea muncii în echipă stă în faptul că suntem atenți unii la alții 56

Compasiunea este unul dintre cele mai mari daruri pe care le putem
oferi ca prieteni 57

Râsul împărtășit nu aduce doar bucurie de moment, ci construiește
o punte între două persoane 58

Prietenia este o oportunitate de a învăța unul de la altul 59

Un prieten nu este alături de noi doar când totul merge bine 60

Prietenia este puternică atunci când poate supraviețui certurilor 61

Un prieten te susține chiar și atunci când este greu 62

Prietenia are nevoie de mici gesturi de bunătate, nu de fapte mărețe 63

Un prieten te sprijină chiar dacă nu el este cel care câștigă 64

Un prieten adevărat nu râde de tine, ci te ajută 65

Prietenia nu se rupe întotdeauna – uneori doar ia o pauză 66

Amintirile comune ne reamintesc de ce merită să iertăm și
să rămânem alături unul de celălalt 67

Prietenia se arată nu doar în joacă, ci și în faptele bune 68

Sărbătorile petrecute împreună poate întări legăturile dintre noi..... 69

În prietenie respectăm ritmul fiecăruia 70

Un prieten crede în tine chiar și atunci când tu nu crezi 71

Prietenia nu înseamnă ca voința noastră să se impună totdeauna 72

Un prieten nu doar visează alături de tine, ci te ajută să-ți
împlinești visurile 73

În prietenie nu contează cum se mișcă cineva 74

În prietenie ne ascultăm și ne respectăm reciproc 75

Munca în echipă întărește prietenia 76

Un prieten nu te lasă singur la greu 77

Un prieten nu îți cere niciodată ceva care te-ar putea pune în pericol .. 78

Fiecare are un punct slab – prietenul te ajută să devii mai puternic 79

Fratele tău poate fi și cel mai bun prieten al tău 80

Prietenia nu are limită de vârstă 81

Fii tu însuși – așa vei găsi prieteni adevărați 82

Pentru prietenie este nevoie de mai mult decât să faci parte
din aceeași echipă 83

Nu trebuie să vorbești aceeași limbă ca să fii prieteni 84

Din joaca împreună se nasc cele mai frumoase prietenii 85

Nu trebuie să spui „da” la tot ca să fii prieten 86

Încrederea unui prieten îți dă putere 87

Respectă ceea ce i-ai promis prietenului tău! 88

Altruismul întărește prietenia 89

Invidia îndepărtează, sprijinul apropie 90

În prietenie nu doar vorbim, ci și ascultăm 91

În prietenie poți fi tu! 92

Un prieten este atent la ce spune și la efectul cuvintelor sale 93

Uneori drumul prieteniei se desparte 94



Ce înseamnă prietenia?

Liviu și-a petrecut vacanța de vară la bunicii lui. În fiecare după-amiază se juca împreună cu băiețelul din vecini, Marc. În grădina bunicilor se afla un măr uriaș, care în fiecare an făcea mere roșii și gustoase. Bunicul lui Liviu le spusese băieților că cine are răbdare să aștepte până când mărul își lasă singur rodul să cadă, acela va primi cu siguranță cea mai dulce fruct.

Într-o zi, Liviu și Marc jucau fotbal lângă măr și au zărit un măr mare, copt și roșu, atârând de ramura cea mai de jos. Liviu a alergat imediat spre el:

– Uite ce frumos e! Cred că e cel mai bun dintre toate!

– Da, dar încă nu a căzut singur, i-a spus Marc. Bunicul tău a zis să așteptăm cu răbdare.

Liviu a dat din cap și au hotărât să vadă a doua zi dacă mărul va cădea. Dar după-amiaza următoare, mărul încă atârna în pom. Marc a spus încet:

– Poate că nu e chiar atât de ușor să fii răbdător.

– Așa e! a râs Liviu, dar dacă așteptăm împreună, timpul trece mai repede.

A treia zi, când au ieșit în grădină, au văzut că mărul era pe jos. Au alergat amândoi și au ajuns în același timp. O clipă s-au privit în tăcere, apoi Liviu a spus zâmbind:

– Eu zic să-l împărțim!

Marc a fost de acord și a rupt cu grijă mărul în două. Au mușcat amândoi și au simțit că într-adevăr era cel mai dulce măr pe care îl mâncaseră vreodată.

– Știi de ce e atât de bun? a întrebat Liviu.

– Pentru că l-am împărțit, a răspuns Marc zâmbind.

Așa au învățat cei doi băieți că prietenia înseamnă să te bucuri împreună, să ai răbdare și să împarți cele mai bune lucruri unul cu celălalt.





Dacă mergem împreună, putem ajunge mai departe

Ioana era foarte entuziasmată. La școală au anunțat un concurs de compuneri, iar ea voia neapărat să scrie o poveste specială. S-a gândit mult, dar niciuna dintre ideile ei nu i-a plăcut. În cele din urmă i-a cerut ajutor prietenei ei, Cristina. Împreună au reușit să scrie o poveste foarte drăguță despre prietenie. Iată ce au scris:

Cele două bărcuțe

A fost odată, pe malul unui râu, două bărcuțe care se legăneau pe apă: Mimi și Dodo. Amândouă iubeau apa, soarele și vântul ușor, dar nu îndrăzneau să vâslească singure prea departe.

Într-o zi, o păsărică s-a așezat pe mal și le-a spus:

– De ce nu mergeți să descoperiți râul?

– Mi-e teamă singură, spuse Mimi.

– Și mie, adăugă Dodo.

– Atunci mergeți împreună! Împreună sunteți mai curajoase! le-a sugerat păsărica.

Cele două bărcuțe și-au desfăcut frânghiile și au pornit la drum. Pe măsură ce înaintau, apa devenea mai adâncă, iar valurile le clătinau, dar ele se ajutau mereu. Dacă una încetinea, cealaltă o trăgea; dacă se pornea vântul, rămâneau una lângă cealaltă.

În cele din urmă au ajuns într-un golf liniștit, unde apa strălucea limpede, iar pe mal înfloreau flori colorate.

– Ce frumos e! exclamă Mimi.

– Și ce bine că am venit împreună! zâmbi Dodo.

Așa au învățat că, ajutându-se, prietenii pot parcurge drumuri mai lungi și pot ajunge în locuri mai frumoase.

Fetele au predat povestea cu mândrie la concurs. Câteva zile mai târziu, directorul a anunțat rezultatele:

– Câștigătoarele concursului sunt Ioana și Cristina, care au scris împreună o poveste minunată despre prietenie!

Cele două fete și-au zâmbit fericite. Au învățat că prietenia este ca o călătorie cu barca: dacă merg împreună, pot ajunge mai departe.

Prietenia începe adesea atunci când cineva îndrăznește să întrebe: „Pot să mă așez lângă tine?”

În colțul curții grădiniței, sub castanul cel mare, stătea mereu Mara. Singură. Era o fetiță slăbuță, cu ochelari, care prefera să deseneze în loc să se joace de-a prinselea. Copiii treceau des pe lângă ea, dar rareori se opreau. Așadar se obișnuise ca doar creioanele ei colorate să-i țină companie. Până când, într-o zi, totul s-a schimbat.

– Bună, ce desenezi? auzi o voce blândă, iar Mara ridică surprinsă privirea.

În fața ei stătea o fetiță cu un cățel de pluș maro în brațe.

– El e Teddy – spuse mândră. Mereu e cu mine când sunt emoționată. Și acum sunt, pentru că sunt nouă. E prima mea zi la grădiniță. Pot să mă așez lângă tine?

Mara zâmbi și se trase puțin pe bancă.

– Sigur. Eu sunt Mara. Teddy e foarte drăguț.

Așa a început totul. Din acea zi, Mara și stăpâna lui Teddy, Olivia, se jucau zilnic împreună pe banca de sub castan. Mara desena, iar Olivia inventa povești despre Teddy cum a salvat un papagal rățăcit sau cum a devenit, pentru o zi, câine astronaut.

Într-o luni ploioasă, Mara nu a venit la grădiniță. Olivia privea îngrijorată pe fereastra sălii spre curte, dar sub castan nu era decât ploaia. În cele din urmă, educatoarea i-a spus că Mara răcise. Atunci Olivia i-a făcut un desen cu Teddy, purtând o pelerină de ploaie și aducându-i ceai cald. A rugat-o pe educatoare să scrie pe desen:

„Dragă Mara! Eu și Teddy îți urăm însănătoșire grabnică. Te așteptăm pe bancă!”

După-amiază, educatoarea i-a dus desenul Mariei.

Când Mara s-a întors după o săptămână, nu a adus cu ea doar cu creioanele, ci și o pisicuță de pluș, numită Cici. Din acea zi, pe banca de sub castan se jucau patru personaje: Mara, Olivia, Teddy și Cici.

Pentru că prietenia se naște acolo unde îi facem loc celuilalt: pe bancă, în inimă și în viața noastră.





Lucrul în echipă poate face minuni

Mircea o trăgea entuziasmat de mână pe mama lui spre locul de joacă; abia aștepta să vadă castelul de nisip început ieri. Din fericire, castelul era încă întreg, așa că Mircea s-a apucat imediat să-l îmbunătățească: i-a făcut șanț și pod. Tocmai făcea o mică pauză ca să se dea în leagăn, când o fetiță, Liza, a alergat pe lângă el spre leagăne. În parc erau două leagăne tip cuib: unul albastru și unul roșu. Lui Mircea îi plăcea cel mai mult cel albastru. Întinse mâna spre el, dar Liza a sărit brusc și s-a așezat în el.

– Stop, e al meu! spuse Liza.

– Dar și eu tot în acesta voiam să mă așez... mormăi Mircea și, dezamăgit, se întoarse spre groapa de nisip.

Curând însă, strigătul de ajutor al Lizei îl opri. Fetița rămăsese prinsă între cele două leagăne, încercând să treacă dintr-unul în celălalt.

– Rezistă, te ajut eu! strigă Mircea și prinse repede leagănele.

– Mulțumesc, spuse Liza când reuși să se elibereze. Aproape că am căzut, deși am făcut trecerea asta de multe ori. Îmi pare rău că ți-am luat leagănul mai devreme... Am văzut ce castel frumos ai construit. Vrei să ne jucăm împreună?

– Bine, zâmbi Mircea. Îmi arăți cum să trec în siguranță dintr-un leagăn-cuib în altul?

Liza i-a arătat cu bucurie metoda ei secretă. Când Mircea a reușit și el să facă trecerea fără probleme, s-au întors împreună la castelul de nisip și au continuat să-l construiască. La final, Liza a pus chiar și o „piatră regală” în mijloc. În timp ce povesteau și râdeau, mama lui Mircea le-a spus:

– Ce frumos vă jucați împreună!

– Da, aprobă Mircea. Puțină cooperare și un pic de ajutor chiar poate face minuni.

În acea zi, în parc nu s-a construit doar un castel frumos, ci a început și o nouă prietenie.

Diferențele sunt un avantaj, nu un obstacol

Elena se simțea ca acasă pe terenurile de sport încă de mică. Patinajul pe gheață era marea ei pasiune, dar participa cu entuziasm la orice competiție sportivă. Prietena ei, Flavia, însă, trăia într-o lume cu totul diferită: printre cărți. În camera ei, trei rafturi uriașe erau pline de romane și povești deja citite.

Într-o după-amiază, Elena privi uimită în jurul camerei.

– Chiar le-ai citit pe toate? Eu mai degrabă fac sport când am puțin timp liber. Nu înțeleg cum poți sta ore întregi pe loc!

Flavia zâmbi.

– Pentru mine, cititul e o aventură. O carte bună mă duce în alte lumi. Dar îmi place și afară. De exemplu, citesc pe terasă, ascultând păsările. Ce-ai zice să încercăm pe rând activitățile noastre preferate? Dimineața citim împreună, după-amiaza mergem în drumeție.

– Sună bine! răspuse Elena, de data asta chiar curioasă.

„Ziua inversată” a fost o adevărată experiență. Dimineața, Elena a început cu grijă, apoi cu tot mai multă plăcere, una dintre cărțile preferate ale Flaviei, iar după-amiaza Flavia a descoperit cu surprindere cât de minunat e să urci pe munte, să te cațeri în copaci și să alergi râzând prin poiană.

La finalul zilei, amândouă aveau noi experiențe și o prietenie și mai puternică. Elena a luat cartea acasă ca să o termine, iar Flavia a promis că o va însoți și altă dată în drumeții. Au înțeles că diferențele dintre ele nu le îndepărtează, dimpotrivă, fac prietenia lor mai bogată și mai puternică.





Vechea prietenie nu dispare, trebuie doar să o regăsim

Zoe își aranja camera când, dintr-o cutie, a scos un ursuleț de pluș mov, vechi. Se opri, îi mângâie blănița moale și zâmbi.

– Pe tine te-am cumpărat împreună cu Lina... șopti, strângând ursulețul la piept. Amândouă aveam unul la fel, doar culoarea era diferită, ca să ne amintim mereu una de cealaltă.

Zoe sări în picioare și, cu ursulețul în brațe, alergă la părinți.

– Mamă, ai putea să o suni pe mama Linei? Să întrebăm dacă poate veni puțin la joacă.

– Foarte bună idee, draga mea. Pe vremuri erați de nedespărțit. O să fie frumos să vă văd din nou împreună, zâmbi mama.

Nu după mult timp, cineva bătu la ușă, iar Lina intră râzând. Zoe o duse bucuroasă în camera ei.

– Uite ce-am găsit! îi arată ursulețul. Ți-l amintești?

– Sigur! Și eu încă îl mai am pe al meu acasă! – râse Lina. – Ce bine că putem să ne jucăm din nou împreună!

Cele două fete s-au cufundat imediat în joc. Când, în cele din urmă, s-au oprit să se odihnească, Lina spuse încet:

– Mi-a lipsit mult asta. Joaca, râsetele... tu.

– Și mie, aprobă Zoe. Doar pentru că m-am mutat la altă școală, nu înseamnă că trebuie să ne îndepărtăm, nu?

– Deloc! răspuse Lina. Hai să stabilim că ne vedem în fiecare săptămână! La tine, la mine sau în parc!

– Și putem merge la înghețată sau cu bicicletele, adăugă Zoe.

Au râs, au făcut planuri, iar între timp și-au dat seama de un lucru: prietenia lor nu dispăruse, avea doar nevoie de puțină grijă. Din acea zi, s-au întâlnit săptămânal și au învățat că o prietenie trăiește doar dacă avem grijă de ea.