

Marea carte a gândurilor pozitive

Povești pentru dezvoltarea viziunii pozitive

Szeghy Karolina



Aquila

Cuprins

Acceptă-te așa cum ești!.....	4
Exersează și vei reuși!	5
Privește partea bună a lucrurilor!.....	6
Fiți alături unii de alții!.....	7
Fii răbdător!.....	8
Rezolvă problemele discutând!	9
Acordă atenție celor dragi!.....	10
Împreună este mai ușor!	11
Nu este frumos să bârfim!	12
E bine să dai!	13
Ajut cu plăcere și accept ajutorul celorlalți	14
Nu las pe nimeni să-mi strice ziua!.....	15
Cadourile cele mai frumoase vin din inimă!.....	16
Nu victoria contează, ci să-ți dai toată silința!	17
Nu obiectele sunt cele mai importante!.....	18
Familia asta nu ar fi la fel fără tine!.....	19
Nu lua fără să ceri! Cere și îți împrumut.	20
Dragostea nu se măsoară în cadouri scumpe!.....	21
Prieteni adevărați nu te lasă la greu!.....	22
Nu te teme să iei inițiativa!.....	23
S-ar putea să aibă toți dreptate!	24
Nu te da bătut din prima!	25
Dacă te văd pe tine fericit și eu sunt fericit!.....	26
Ia apărarea prietenului tău!.....	27
Crede în tine!	28
Fii cu ochii în patru, oriunde poți învăța ceva nou!	29
Corpul tău merită alimente sănătoase!	30
Privește către ținta ta și imaginează-ți ceea ce îți dorești!... 31	
Să încercăm cum crezi tu că e mai bine!.....	32
Mâine e o nouă zi ca să încerci!.....	33
Fii tu însăși!	34
Îndrăznește să ceri iertare!.....	35
Cu toții greșim!	36
Protejează animalele!	37
Ocrotește plantele, îți vor fi recunoscătoare!.....	38
Fii un stăpân de animale responsabil!.....	39
Învață să te aperi!.....	40
Învață să te descurci!.....	41
Ai grijă de sănătatea ta fizică!.....	42
Lasă trecutul în urmă, trăiește în prezent!	43
Motivează-i pe ceilalți!.....	44
Ia decizii corecte și acționează rapid!	45
Nu aștepta după alții! Fii primul care ajută!	46
Bucură-te de ceea ce primești!	47





Acomodează-te cu alții!	48
Fii bun la inimă!.....	49
Secretul constă în încurajare.....	50
Gândește pozitiv!.....	51
Nu amâna schimbarea, apucă-te acum!.....	52
Nu te certa pentru nimicuri!	53
Rămâi calm, nu te necăji!	54
Împarte ce ai!.....	55
Fii mulțumit de tine însuși!.....	56
Fii cinstit!	57
Nu judeca pe cineva înainte să-l cunoști!	58
Acceptă ajutorul altora!	59
Nu lenevi până târziu!	60
Execută cu plăcere sarcinile tale!.....	61
Caută soluții noi!.....	62
Trăiește fiecare clipă!.....	63
Ai curaj să spui ce gândești!	64
Scapă de frică și bucură-te de frumusețea lumii!	65
Fii curajos, te așteaptă multe aventuri!	66
Fii spontan! Improvizează!.....	67
Fii grijuliu!.....	68
Fă-ți ziua mai veselă!.....	69
Încearcă să-i înveselești pe cei din jur!	70
Fii deschis să încerci un gust nou, poți descoperi bunătăți!	71
Toată lumea are nevoie de o scurtă odihnă!.....	72
Respectă-i pe oamenii mai în vârstă!	73
Dă culoare activităților cotidiene!.....	74
Învață pe alții să iubească munca!.....	75
Folosește aptitudinile tale!	76
Iubește necondiționat!.....	77
Ai grijă de alții ca și alții să aibă grijă de tine!	78
Fă economii!.....	79
Fă ceea ce te face fericit!.....	80
Nu da ordine, obții mai mult cu vorbe frumoase!.....	81
Scapă de mânie și te vei elibera!.....	82
Nu contează că e vechi, încă poate fi bun!.....	83
Nu te lăsa implorat, e o plăcere să te joci!.....	84
Frumusețea nu este tot ce contează!	85
Tratează-i pe alții precum ai dori să fi tratat!	86
Observă-ți dezvoltarea, e interesantă!	87
Nu te teme de schimbările care țin de creștere!	88
Observă evoluția lumii!	89
Familia este cea mai importantă!	90
Fii curajos!.....	91
Viața nu este o cursă!.....	92
Observă frumusețea naturii!	93



Anamaria ieșea de la grădiniță cu un chip foarte trist. Pășea în liniște lângă mama ei, care se gândea să aștepte ca micuța să povestească întâmplările din ziua respectivă, însă văzând ochii înlacrimiți ai fetei, a decis să o întrebe:

— Ce s-a întâmplat, Anamaria?

— Claudia a râs de mine, se plânse Anamaria.

— De ce a râs de tine? Ce a spus despre tine? s-a uitat mama curioasă la fetiță.

— Mi-a spus că sunt foarte scundă. Și că nici nu sunt în grupa mijlocie, ci doar în grupa mică. Dar eu sunt în grupa mijlocie, numai că nu sunt la fel de înaltă ca și ceilalți copii, a început să plângă Anamaria în hohote. Mama dădea din cap înțelegător.

— Știi, puiule, oamenii nu sunt la fel și asta e în regulă, spuse mama, mângâind capul Anamariei. Imaginează-ți ce ciudată ar fi lumea dacă oamenii ar fi la fel peste tot. Într-adevăr ești mai scundă decât ceilalți, dar nu asta contează. Iar tu, deși ești mică, ești deșteaptă. Și eu sunt scundă, dar mă descurc. Cer ajutor la nevoie, oriunde merg.

Auzind acestea, un zâmbet firav apăru pe fața Anamariei.

— Într-adevăr! Nu ajungi la toate rafturile din magazin, zise fetița.

— Nu, dar nu mă deranjează deloc. Și să nu te deranjeze nici pe tine! Acceptă-te așa cum ești! Nu înălțimea contează, ci valoarea fiecărui om.

Între timp au trecut pe lângă un teren de joacă.

— Mami, pot să mă urc pe cățărătoare? a întrebat Anamaria și după ce mama aprobă dând din cap, fetița se urca până în vârf de unde striga fericită: E mic piperul, dar e tare!





Exersează și vei reuși!

Ioana începu clasa I și era nerădătoare să învețe lucruri noi. Încă din vacanță se apucă să scrie pe un caiet primit de la sora ei, deși nu scria frumos.

Însă când începură literele, Ioana își pierdu entuziasmul pentru că avea probleme cu scrierea literei O. Nu îi ieșea la fel de frumos ca și colegei ei, Arabela. A tot repetat, dar degeaba. Își aruncă caietul, dar sora ei o văzu și o întrebă:

— Care e problema, Ioana? întrebă sora ei mai mare privind literele strâmbe. Am pripeput. Și eu am avut probleme cu litera aceasta. Colega mea le făcea mai bine decât mine.

Dintr-odată Ioana și-a ridicat capul de pe masă, curioasă:

— Într-adevăr? întrebă fetița.

— Da! Eram foarte invidioasă pe Denisa. Însă mama mi-a spus că în loc să mă tot plâng, să fac multe exerciții de scriere, iar scrisul meu se va îmbunătăți, putând ajunge mai frumos decât al Denisei.

— Și așa a fost? întrebă Ioana curioasă.

— Nu! A fost și mai frumos! a spus râzând sora Ioanei. În clasa a treia am și câștigat un concurs de caligrafie.

Ioanei îi dispăru supărarea și un zâmbet al speranței i se arătă pe chip:

— Voi exersa și eu la fel de mult și voi câștiga concursul de caligrafie! exclamă ea triumfător.

— Așa să fie, a spus sora ei, bătând palma cu ea.

Ioana s-a aplecat asupra caietului și a început să scrie din nou. Supărarea ei trecu de tot și scria literele O, încet, cu mare atenție și răbdare și acestea deveneau din ce în ce mai frumoase, datorită exersării.

Privește partea bună a lucrurilor!

Era o zi de toamnă ploioasă, rece și mohorâtă, iar Cristina stătea plictisită la birou și privea pe fereastră.

— Ce pot face pe o așa vreme? Cred că nimic, răspunse tot ea.

Dintr-odată s-a deschis ușa camerei și intră Nicoleta, sora ei, care era curioasă cu ce își petrecea timpul fata. A invitat-o afară să se joace prin băltoacele din curte, dar Cristina era posacă, nu avea chef de nimic. Nicoleta o apostrofă, spunându-i că e plictisitor să fii copil mare, ea iubea să fie copil. I-a mai spus că a pregătit cizmele de cauciuc pentru joacă.

Curtea era plină de băltoace. Nicoleta zburda fericită printre ele și câteodată sărea în câte una dintre ele. Când apa îi stropea haina de ploaie roz, fetița începea să râdă cu poftă.

Cristina o privea din geam.

— Ce bine era când mă bucuram și eu de ploaie. Cât de mult zburdam pe afară, în haina mea albastră de ploaie, cu șoricei, se gândea ea. După ploaie aveam obiceiul să număr râmele. Cristinei cu siguranță îi este frică de ele.

Cum se gândea ea astfel, deodată i s-a făcut chef să meargă afară. S-a îmbrăcat cu nerăbdare cu haina roz și a încălțat cizmele pregătite. Concursul de sărit în băltoace începuse îndată. Când fetele au obosit de la atâta sărit, s-au apucat să numere râmele ieșite din pământ. Nicoleta țipa de fericire la găsirea fiecărei râme, de parcă ar fi dat peste o comoară. Iar entuziasmul ei a molipsit-o și pe Cristina.

Încă mai ploua, dar asta nu o mai deranja deloc pe Cristina. S-a distrat enorm cu surioara ei în curte.





Fiți alături unii de alții!

Matei și mama lui tocmai terminaseră de mâncat cina și se pregăteau să povestească cum și-au petrecut ziua.

— Mami, închipuie-ți că părinții Sofiei divorțează și asta este foarte nasol, povesti Matei cu un aer de copil ce știe lucruri importante.

Mama îl privi nedumerită pentru că la 5 ani copiii nu știu ce e un divorț, și-l întrebă:

— Dragul meu, tu știi ce înseamnă că părinții cuiva divorțează?

— Nu, a răspuns Matei, fără să se gândească. Dar David a spus că asta este foarte nasol și ceea ce este nasol este haios.

— David nu are dreptate. Un divorț nu e nici nasol și nici haios, ci un lucru greu și dureros. Sofia cu siguranță suferă și cred că s-ar bucura dacă copiii nu ar mai râde de ea, ci ar ajuta-o.

— Cum aș putea s-o ajut? întrebă Matei.

— De exemplu nu vă mai bateți joc de ea. Voi sunteți un grup în grădiniță și este important să țineți unii la alții, să vă ajutați și să vă respectați. N-o lăsați pe Sofia să fie tristă, ci chemați-o la joacă tot timpul!

Matei se juca cu resturile de corn de pe farfurie.

— Ai dreptate mami, nici mie nu mi-ar plăcea dacă copiii ar râde de mine. De mâine am s-o protejez pe Sofia. Voi fi asemenea unui soldat și am s-o apăr, a spus Matei.

— Știu asta, fiindcă tu ești un băiat deștept care știe să fie alături celor din jur când le e greu, a spus mama în timp ce săruta creștetul copilului.