

FLAVIA NICULAE

TRAINER DE LIMBI STRĂINE ȘI CONSILIER PENTRU DEZVOLTARE PERSONALĂ



LECTȚII PENTRU
FIUL MEU
ȘI PENTRU TINE

29 DE LECTȚII PRACTICE
PENTRU O VIAȚĂ MAI BUNĂ

Prefață de Irina-Margareta Nistor

CORINT
PENTRU
PARINȚI
AUTORI ROMĂNI

Introducere

Dragul meu cititor,
Este o bucurie deosebită să știu că ai ales să deschizi această carte și să parcurgi paginile ei. Așa cum îmi doresc ce este mai bun pentru copilul meu, tot astfel îmi doresc să îți ofer și ție, cititorule, îndrumarea și sprijinul de care ai nevoie. Consider că faci parte din familia mea extinsă, iar cartea aceasta este darul meu pentru tine. Am adunat în paginile ei cele mai prețioase lecții și învățăminte, cu speranța că te vor ghida și inspira în călătoria ta prin viață.

Ai în față volumul *Lecții pentru fiul meu și pentru tine*, o colecție de gânduri și experiențe personale, destinată să îți ofere ghidare și inspirație. Această carte este dedicată fiului meu, care abia a împlinit un an, dar și ție, cel care ai dorința de a lectura paginile ce urmează, cu speranța că vei descoperi aici răspunsuri la întrebările tale și soluții la provocările cu care te confrunți.

În calitate de profesoară de limbi străine, predau engleză, franceză și spaniolă, utilizând o metodă personalizată



bazată pe conversație intensă. Această abordare nu doar că accelerează procesul de învățare, ci îi ajută pe cursanții mei să-și dezvolte abilitățile de comunicare într-un mod natural și eficient. Elevii mei nu învață doar o limbă străină, ci și cum să își exprime gândurile și sentimentele cu claritate și încredere. Pentru mine, fiecare conversație cu un elev reprezintă o oportunitate de a învăța și de a crește împreună, de a depăși bariere și de a evolua.

Unul dintre cursanți mi-a spus odată că munca mea este valoroasă nu doar pentru că-i învăț să stăpânească o limbă străină, ci pentru că le ofer oamenilor posibilitatea de a-și găsi un drum profesional. Această remarcă mi-a confirmat că ceea ce fac are un impact profund și semnificativ asupra vieții celor pe care îi îndrum, deschizându-le noi orizonturi și oportunități.

Din dorința de a aduce un plus lecțiilor mele, am ales să devin consilier de dezvoltare personală. Această decizie a fost motivată de aspirația mea de a crea un concept nou care îmbină dezvoltarea personală cu învățarea limbilor străine. Astfel, nu doar că îmi ajut cursanții să stăpânească o nouă limbă, dar îi îndrum și în procesul lor de creștere personală, oferindu-le instrumentele necesare pentru a deveni versiuni mai bune ale lor înșiși. Această combinație unică le permite să-și dezvolte atât abilitățile lingvistice, cât și pe cele personale, construind astfel o fundație solidă pentru succesul în viață.

Acum zece ani, am publicat volumul *Abecedarul unei vieți noi*, în care le-am lansat cititorilor mei o provocare: să identifice cel puțin cinci capitole în care să se regăsească. Spre bucuria mea, mulți dintre ei mi-au confirmat că acea carte a

fost un ghid valoros care le-a oferit claritate și soluții practice. Acum te invit și pe tine să accepți o nouă provocare: dacă vei citi cu atenție *Lecții pentru fiul meu și pentru tine*, îți promit că vei găsi cel puțin cinci lecții care vor avea un impact pozitiv în viața ta și le vei vedea ca pe niște mesaje personale, ca și cum ar fi direcționate doar către tine. Facem acest pact?

Catalogul lecțiilor din această carte este structurat pentru a te ghida pas cu pas spre o viață mai împlinită și de succes. Acest *syllabus* reprezintă o fundație solidă, un ghid detaliat și bine organizat, menit să te ajute să navighezi prin complexitățile și provocările vieții. Fiecare lecție este o cărămidă solidă în construcția unei vieți pline de înțelepciune și reușite, oferindu-ți nu doar cunoștințe, ci și instrumente practice pentru a le aplica în viața ta de zi cu zi.

Vei învăța cum să faci alegeri înțelepte, cum să treci peste durere, cum să confrunți și să depășești fricile care te țin pe loc. Vei descoperi puterea comunicării eficiente și vei învăța cum să îți aperi drepturile cu fermitate și integritate. Fiecare lecție este concepută pentru a-ți oferi perspective noi și strategii practice, adaptate pentru a răspunde nevoilor și provocărilor tale actuale.

Îți dăruiesc un itinerar al transformării personale, un cadru structurat pentru a reflecta asupra experiențelor tale, a învăța din ele și a te dezvolta continuu. Lecțiile incluse te vor ghida să îți dezvolți abilitățile de lider, să faci planuri realiste și să iei decizii calculate, să îți valorifici timpul eficient și să construiești relații sănătoase și durabile.

Volumul pe care îl ții acum în mână, *Lecții pentru fiul meu și pentru tine*, cuprinde 29 de lecții alese cu grijă, cu o semnificație profundă. Acest număr nu a fost ales întâmplător. În



mod emblematic, el oglindește structura primei mele cărți, *Abecedarul unei vieți noi*, care avea tot atâtea capitole, corespunzătoare literelor alfabetului. Mai mult, numărul 29 are o rezonanță specială în viața mea, deoarece este data la care mi-am întâlnit soțul, un moment definitiv care a marcat începutul unei etape pline de bucurie și împlinire. Astfel, prin această structură simbolică, îți ofer o călătorie prin lecțiile de viață ce mi-au transformat existența, cu speranța că vor avea același impact pozitiv și asupra ta.

Aceste lecții sunt menite să fie faruri călăuzitoare, ajutându-te să navighezi prin tumultul cotidian și să găsești un echilibru între viața profesională și cea personală. Îți voi arăta cum să îți recunoști greșelile și să înveți din ele, cum să te autodisciplinezi pentru a atinge succesul și cum să perseverezi chiar și în fața celor mai mari provocări.

De ce merită să citești această carte? Pentru că fiecare pagină este impregnată cu sinceritatea mea profundă și autentică. În ea m-am deschis în fața ta, cititorule, și ți-am dezvăluit toate fațetele ființei mele. Am împărtășit momente de durere profundă, lacrimile vărsate în clipe de încercare și zbucium, dar și momente de bucurie neconținută, trăirile care mi-au luminat existența. Am ales să te primesc în intimitatea mea, să îți ofer o privire adâncă în sufletul meu, considerând că această expunere sinceră poate fi de un real folos în călătoria ta personală.

Într-o lume adesea marcată de stres și agitație, mi-am construit un univers propriu, o oază de liniște și împlinire, ca un palat ferit de tumultul cotidian. Munca mea îmi oferă o satisfacție profundă. Fiecare zi petrecută la biroul meu este mai mult o destindere pentru mine. Chiar și atunci

când sunt în timpul liber, îmi lipsesc lecțiile de limbi străine și sesiunile de dezvoltare personală. Prin cartea de față, te invit să pășești în acest univers creat cu grijă și dedicare, un spațiu în care fiecare lecție este menită să aducă lumină și claritate în viața ta.

Cartea se adresează femeilor și bărbaților de toate vârstele, de la cei aflați la început de drum până la cei care se simt blocați în fața obstacolelor vieții. Este pentru cei care își doresc împlinire în dragoste, dar și pentru cei care aspiră la o carieră de succes. Vouă, tuturor, vă dedic acest volum, sperând ca fiecare dintre voi să găsească aici inspirația și ghidarea de care are nevoie.

Îmi exprim recunoștința față de toți cursanții mei care m-au ales ca îndrumător și care au avut încredere în metodele și îndemnul meu. Fiecare dintre voi m-a inspirat și m-a ajutat să cresc profesional și personal. Vă mulțumesc pentru încrederea voastră și pentru că ați permis să fac parte din călătoria voastră de învățare și dezvoltare.

La final, îți împărtășesc un moment profund și emoționant din viața mea. În ziua botezului fiului meu, când am îngenunchat cu el în brațe în biserică, am făcut o promisiune solemnă: că îi voi ghida pașii și voi fi mereu în urma lui pentru a-l susține, proteja și încuraja. Această promisiune izvorăște din iubirea nemărginită pe care o am pentru el, o iubire care mă inspiră și mă motivează în tot ceea ce fac. La fel, prin această carte, urmăresc să îți ofer sprijinul meu necondiționat, să te ghidez și să te susțin în călătoria ta, așa cum fac pentru fiul meu. Iată esența legăturii noastre, dragă cititorule, și motivul pentru care am deschis ușa universului meu pentru tine.



Pentru toți cei care au văzut în mine un sprijin, pentru cei care au oferit îmbrățișări în loc de critici, pentru cei care m-au învățat și m-au susținut necondiționat – această carte vă este dedicată.

Pentru familia mea iubită, sursa mea de putere și inspirație – vă mulțumesc din adâncul sufletului. Fiecare pagină a acestei cărți poartă o parte din inima mea, o fărâmbă de lumină pe care doresc să o împărtășesc cu voi.

Pentru fiecare prieten drag care mi-a fost alături în momentele de bucurie și în clipele de cumpănă, pentru toți aceia care mi-au adresat o vorbă bună atunci când aveam cea mai mare nevoie – vă sunt profund recunoscătoare.

Pentru cei care m-au rănit – vă mulțumesc, m-ați făcut să înțeleg cât de puternică pot deveni.

Pentru cei pe care nu îi mai am alături, dar care mă veghează din ceruri – această carte este și pentru voi, cu recunoștință eternă.

Cu toată dragostea și aprecierea mea,
Flavia Niculae

Catalogul lecțiilor pentru o viață minunată

Lecția 1: Călătoria către inima noastră fragilă.....	19
Lecția 2: Din Durere, Putere – Învață cum să te ridici atunci când sufletul este rănit.....	23
Lecția 3: Învață cum să confrunți fricile și cum să le depășești	28
Lecția 4: Puterea comunicării – Cum să-ți aperi drepturile....	35
Lecția 5: Învață să faci bine din suflet pentru a primi răsplata vieții.....	40
Lecția 6: Cum să fii independent și stăpân pe deciziile tale Te vreau lider.....	47
Lecția 7: Cum m-a învățat mama să fiu puternică înainte să moară	54
Lecția 8: Fii hotărât și asumat Deciziile bine gândite îți asigură succesul	58
Lecția 9: Planuri realiste și decizii calculate Cheia succesului	63
Lecția 10: Întrebarea care îți definește viața: Cum să te asiguri că răspunsul te face mândru?	70
Lecția 11: Cum să valorifici timpul și cum să planifici înțelept.....	77

Lecția 12: Învăță să-ți apreciezi munca și cum poate ajutorul să devină capcană.....	81
Lecția 13: Cum să ajungi la relația dorită și cum să-ți aperi principiile.....	85
Lecția 14: O lecție dură despre sinceritate	90
Lecția 15: Cum să strălucești cu realizările tale și cum să eviți penibilul.....	96
Lecția 16: În fața oglinzii Tăria de a recunoaște greșelile	102
Lecția 17: Autodisciplina – Clădirea unei vieți de succes pas cu pas	107
Lecția 18: Învingătorii nu renunță Despre puterea perseverenței și a rezilienței	117
Lecția 19: Din dragoste m-am născut, din dragoste am dat viață	122
Lecția 20: Vorbitul în public De la timiditate la discursuri încântătoare	128
Lecția 21: Ascultă pentru a înțelege, nu pentru a răspunde	135
Lecția 22: Te iert, dar nu uit niciodată Învăță cum memoria te protejează	140
Lecția 23: Cinci principii pentru o viață de succes Faruri călăuzitoare în tumultul cotidian	146
Lecția 24: Împreună suntem mai puternici Temelia relațiilor de succes	156
Lecția 25: Testul relației Curajul de a rămâne și de a construi.....	163
Lecția 26: Mai puțin pentru mai mult Eliminarea surplusului și valorificarea esențialului	169
Lecția 27: Ecuția fericirii Cele trei elemente esențiale.....	176
Lecția 28: Cursanții mei, Profesorii mei Lecții de neuitat.....	182
Lecția 29: Prin ochii inocenței Lecții de viață de la fiul meu	187

Călătoria către inima noastră fragilă

Fiule, pe măsură ce crești și descoperi lumea din jurul tău, vei învăța multe lecții valoroase. Unele dintre ele îți vor aduce bucurie și împlinire, în timp ce altele te vor provoca și îți vor testa limitele. În momentul în care scriu aceste rânduri, tu ai doar un an. Ești la începutul drumului tău, înconjurat de iubire și protecție. Este perioada în care se formează primele straturi ale identității tale, ale sufletului tău. Este și perioada în care începi să cunoști lumea, să simți și să înțelegi primele emoții.

Vreau să te conduc într-o călătorie specială, una care începe cu o lecție fundamentală: întâlnirea cu copilul interior. Această lecție este despre a ne înțelege și a ne iubi pe noi înșine, începând cu acea parte vulnerabilă și fragilă din interiorul nostru care ne-a fost alături de la început. Este despre a învăța să facem pace cu trecutul nostru și a ne îmbrățișa pe noi înșine în întregime. Sper ca aceste cuvinte să te ajute să devii un adult echilibrat și fericit, capabil să își iubească și să își accepte trecutul.



Eram într-o vacanță cu mătușa mea, explorând capitala Irlandei, Dublin. Străzile pavate, clădirile vechi și aerul încărcat de istorie îmi dădeau o senzație aparte. Într-o după-amiază, stăteam la coadă pentru a vizita un muzeu când o doamnă în vârstă, cu părul alb și ochii blânzi, a început să ne vorbească. Am simțit instantaneu că există o conexiune specială între noi.

Ea ne-a explicat că în fiecare dintre noi trăiește un copil interior, o parte fragilă și neajutorată, dar și plină de bucurie și curiozitate. Este acea parte a inconștientului nostru care a fost martoră la toate traumele și bucuriile copilăriei noastre. Am ascultat cu atenție în timp ce îmi povestea despre importanța reconectării cu acest copil interior. Mi-a explicat că, pentru a ne vindeca cu adevărat, trebuie să ne reîntâlnim cu acea parte din noi care a suferit, să-i oferim iubire și înțelegere.

A continuat spunând că ar trebui să ne imaginăm că ne întâlnim copilul interior într-un loc sigur și liniștit. Ce i-am spune? Cum l-am mângâia? Această întâlnire ar putea fi cheia pentru a ne vindeca rănilor din trecut.

La întoarcerea în țară, în timpul unei lecții de limba franceză cu una dintre cursantele mele, i-am propus să dezvoltăm această idee. Am invitat-o să-și închidă ochii și să-și imagineze întâlnirea cu ea însăși, atunci când era mică. Am simțit cum atmosfera din cameră s-a schimbat devenind încărcată de emoție.

În timp ce se gândea, ea a început să descrie locul în care se afla, un parc din fața casei sale. O bancă din lemn pe care stătea o fetiță, jucându-se singură, apărea în mintea ei. Această imagine a trezit în cursantă o avalanșă de emoții.

Pe măsură ce a continuat să exploreze acest moment, ea a simțit nevoia să-i vorbească fetei din amintirea sa. Lacrimile i-au curs pe obraji în timp ce își cerea iertare pentru că nu a putut să o protejeze mai bine. Apoi, i-a promis că o va iubi și proteja de acum înainte, cu toată forța și determinarea unui adult conștient de responsabilitățile sale.

Am asistat la această scenă cu un nod în gât, realizând cât de adânci sunt rănilor din copilărie și cât de mult dorim să le vindecăm.

Traumele din copilărie pe care nu le înțelegem pe deplin ne modelează viețile de adulți. Acestea pot deveni umbrele care ne urmăresc, influențându-ne deciziile, relațiile și modul în care ne vedem pe noi înșine. Întâlnirea cu copilul interior ne ajută să înțelegem că toate acele dureri și temeri ne-au format, dar nu trebuie să ne definească. Pentru a face pace cu trecutul, trebuie să ne permitem să simțim durerea, să o acceptăm și să o depășim. Această reconectare nu este ușoară, dar este esențială pentru vindecare. Îi putem scrie scrisori copilului interior sau putem vizita locuri care ne aduc aminte de copilărie pentru a crea un spațiu sigur în care să ne întâlnim cu noi înșine.

Îți fac o mărturisire. În timpul călătoriei mele din Irlanda, în grădina castelului Malahide, mi-am imaginat propria întâlnire cu mine mică. M-am văzut alergând prin grădină, plină de viață și curiozitate. Am simțit nevoia să o îmbrățișez, să îi spun că este iubită și protejată. Acea îmbrățișare imaginată a fost unul dintre cele mai puternice momente de vindecare din viața mea.

Acum este rândul tău, dragul meu cititor! Te invit să închizi ochii pentru o clipă și să te lași purtat înapoi în timp,



într-un loc drag din copilăria ta. Poate fi grădina bunicii, parcul în care te jucai sau camera ta plină de jucării. Imaginează-ți că te vezi pe tine însuși, copilul care ai fost odată, cu ochii mari și curioși, cu zâmbetul sincer și plin de viață. Apropie-te de acest copil, privește-l în ochi și simte legătura puternică dintre voi. Spune-i că îl iubești necondiționat, că ești mândru de el și că înțelegi prin ce a trecut. Promite-i că vei fi mereu acolo pentru el, să-l protejezi și să-l sprijini. Această întâlnire cu copilul tău interior este un pas important spre a-ți accepta trecutul și a trăi în armonie cu tine însuși. Îmbrățișează-ți copilul interior cu toată dragostea pe care o ai și lasă-l să știe că, indiferent de ce s-a întâmplat, va fi mereu iubit și protejat.

Lecțiile desprinse din acest capitol:

- Reconectarea cu copilul interior este esențială pentru vindecare.
- Rănile din copilărie ne influențează ca adulți.
- Acceptarea și eliberarea durerii ne ajută să facem pace cu trecutul.
- Exercițiile de vizualizare pot facilita această reconectare.
- Este important să ne iubim și să ne protejăm copilul interior.

Din Durere, Putere Învățã cum sã te ridici atunci când sufletul este rãnit

Am ajuns în fața unei lecții destul de dureroase, dar în același timp esențială și de neignorat: cea a durerii. Da, nu sună tocmai frumos, dar face parte din existența noastră și îmi doresc să fii pregătit și pentru când te va vizita. Când te doare capul, iei un analgezic și mergi mai departe. Ce faci atunci când te doare sufletul? Te ridici și mergi înainte. Niciodată nu rămâi blocat în suferință; faci efort și ieși la lumină. Cei care au procedat în felul acesta au atins fericirea, chiar dacă au pornit din cel mai adânc abis. În antiteză sunt cei care și-au plâns de milă și care au preferat tovărășia lacrimilor. Ei sunt cei care eșuează, tu trebuie să învingi. Ceea ce o să-ți povestesc în acest capitol vreau să păstrezi în amintirea ta și, când vei fi într-o situație complicată, să te gândești că întotdeauna poate fi mai rău.

Nu putem alege momentul când apare suferința, dar trebuie să îl depășim. Persoana de care am fost cel mai



apropiată a fost bunica mea. Cu ea am cele mai multe amintiri din copilărie. Ea m-a învățat să scriu și să citesc, să țin furculița în mână și să iubesc, așa cum doar ea putea să mă iubească pe mine. Când a venit vremea să merg la grădiniță, a fost cea mai mare durere pentru că nu mai stăteam cu ea toată ziua. Cum ajungeam, începeam să plâng. Ca să rezolve și această situație, bunica mi-a dat fotografia ei și, cât timp eram la grădiniță, stăteam și mă uitam la acea poză și plângeam de dor. Ți-am istorisit acest moment de vulnerabilitate copilărească tocmai ca să înțelegi cât de puternică era legătura dintre noi două.

Apoi, când nu aveam nici șapte ani împliniți, am pierdut-o pe mama și atunci toată imaginea maternă a fost preluată tot de bunica. Anii au trecut și bunica mea a îmbătrânit. Au început accidentele vasculare, edemele pulmonare, momentele în care trebuia să fiu pregătită în orice clipă să chem ambulanța și să stau cu sufletul la gură când primeam un telefon de la spital. Cu toate acestea, am reușit de trei ori să o salvez apelând la ajutor medical în cel mai scurt timp posibil și să o aduc acasă după spitalizare. A patra oară nu a mai fost la fel.

Într-o dimineață, după ce îi sărbătorisem ziua de naștere cu un tort pe care scria „Cea mai bună bunică”, a început să se simtă rău și să nu mai respire bine. A ajuns la spital și medicii mi-au spus să fiu pregătită pentru ce este mai rău. Am sunat-o și când mi-a zis „mamă” am sperat că o să fie bine și m-am simțit ca atunci când veneam cu o notă bună de la școală și ea îmi pregătea șnițel cu cartofi prăjiți. Din păcate, starea ei a mers din ce în ce mai rău. Am fost sunată de

medic și m-a anunțat despre starea ei critică, spunându-mi, totodată, că răul se poate întâmpla.

Atunci am căzut în genunchi și m-am rugat din tot sufletul să scape, să își revină și să-mi mai deseneze încă o dată pe fereastra, plină de aburi, o pisicuță sau un cățeluș, așa cum o făcea pe vremea când nu știam ce înseamnă să te doară sufletul atât de tare, încât să simți că rămâi fără respirație. Am fost sunată de medic și mi s-a spus că bunica a trecut cu bine și peste această criză și că își revine. M-am simțit ca și cum am cucerit o nouă planetă, eram cea mai fericită. Bunica mea își revenea, încă o aveam alături de mine. Urma să o iau acasă și să reintre în normal, când, cu două zile înainte de Revelion, la ora 9 dimineața, am fost din nou sunată de la spital. De această dată, fără vești bune. Bunica mea nu mai era, inimioara ei încetase să bată.

Nu am vrut niciodată să accept că este posibil să o pierd pe bunica. După ce mama și bunicul au murit, cea mai mare frică a fost să nu mai pierd pe cineva. Se întâmpla, bunica se ducea lângă mama și eu nu o mai aveam lângă mine. A venit și ziua înmormântării. În mintea mea era un singur gând: că nu voi putea depăși această suferință, că nu pot face față despărțirii de bunica mea dragă. Am ajuns la cimitir înaintea celorlalți pentru că îmi doream să avem pentru ultima dată câteva momente doar noi două. Ea în coșciug, iar eu în cea mai adâncă durere.

În timp ce plângeam, a venit spre mine o femeie care m-a încurajat spunându-mi că a amenajat frumos mormântul și că era totul pregătit. M-am întors spre ea și am întrebat-o dacă a fost cazul să scoată pe cineva din cripta familiei pentru a fi așezată bunica. Mi-a răspuns că da și că osemintele

o să fie puse lângă bunica. Am întrebat atunci pe cine au scos, gândindu-mă la străbunica sau la străbunicul. A făcut un semn spre cruce și mi-a zis: „Pe ea, oasele sunt în sacul de rafie de lângă.”

Se referea la mama. O scosese ră pe mama care murise cu 26 de ani în urmă. Am simțit o căldură în tot corpul și am avut senzația că mă prăbușesc. M-am dus spre sacul alb de rafie și l-am deschis. Era mama, se mai vedeau părți din costumul pe care îl cumpărase cu mine pentru o nuntă și care s-a dovedit a-i fi ținuta finală, fire de păr roșcat, părul pe care îl admiram atât de mult când eram o fetiță cu aspirații de domnișoară, dresul negru cu model.

Pentru mulți, ar fi fost un moment morbid și înspăimântător. Însă, pentru mine, a fost un moment de profundă conectare. În acele clipe, am simțit că nu sunt singură, m-am simțit puternică și am știut că mama era cu mine. A fost ca și cum, prin deschiderea aceluia sac, am deschis o poartă către o legătură invizibilă, dar indestructibilă, cu ea.

M-am ridicat și am spus că nu trebuie să cad, că trebuie să merg înainte, că nu am pierdut nimic, că am în continuare cea mai frumoasă mamă și cea mai iubitoare bunică.

A fost un moment foarte dur, dar sunt fericită că am deschis sacul acela; a fost impulsul de care aveam nevoie să merg înainte și să nu îmi plâng de milă. M-am ridicat și am devenit mai puternică. Ce vreau să reții din acest episod dureros este că, din cea mai mare suferință, poți să te ridici și să primești și o lecție bonus. Nu există să cazii, nu ai voie să trăiești în depresii și în văicăreli sau să-ți plângi de milă, ai voie doar să urci și să știi că va veni soarele din nou. Pentru mine a venit, tu ești soarele meu, fiul meu drag!

Când am plecat de la cimitir, am primit un mesaj de condoleanțe de la o cursantă. Îmi spunea că atunci când pierdem un suflet, mereu vine un înlocuitor. Ai venit TU la scurt timp. Vreau să fii puternic și să înțelegi că, dacă faci efort să depășești durerea, o să fii premiat. Premiul meu ești tu!

Lecțiile desprinse din acest capitol:

- Durerea este inevitabilă, dar nu trebuie să rămâi blocat în ea. Ridică-te și mergi înainte!
- Chiar și din cea mai mare suferință, poți găsi puterea să te ridici și să mergi mai departe.
- În momentele de durere extremă, poți descoperi resurse interioare nebănuite și sprijin din partea celor dragi, chiar dacă nu sunt fizic alături de tine.
- După fiecare pierdere, există întotdeauna o rază de speranță și posibilitatea unui nou început.

Lecții pentru fiul meu și pentru tine te va învăța cum să treci peste suferință, să devii puternic și să îți păstrezi principiile astfel încât să ai o viață împlinită. Vei învăța să îți gestionezi emoțiile, să-ți stabilești obiective clare și să construiești relații sănătoase.

În această carte, m-am deschis complet și te-am lăsat să intri în intimitatea mea, împărtășindu-ți momente extrem de personale, exact așa cum aș face cu fiul meu. Îți mulțumesc că ai ales s-o citești și sper să-ți rămână în suflet!

„Lecția 23 este preferata mea și chintesența întregii cărți. Nu strică să fie memorată și aplicată. Ajută enorm destinului și liniștii interioare ale fiecăruia dintre noi. De notat în agendă și de respectat cu sfințenie.”

IRINA-MARGARETA NISTOR

„Când credem că suntem maturi și că le știm pe toate, întâlnirea noastră cu noi înșine, în mod neașteptat, ne arată cât de mult mai avem de aflat despre inima și mintea noastră, despre viața și felul în care putem face față provocărilor ei. Citește cu încredere, pe nerăsuflăte, aceste pagini și vei deveni mai bogat!”

ANDREEA MARIN

„Cartea *Lecții pentru fiul meu și pentru tine* este partenerul ideal în căutarea soluțiilor. Pentru că fiecare lecție este construită cu dăruire și dragoste.”

MONICA TATOIU

Scanează codul QR
și află mai multe despre
toate titlurile colecției

CORINT
PARINTI



PARTENER MEDIA:

PSYCHOLOGIES

ISBN: 978-606-088-682-2



9 786060 886822

www.edituracorint.ro