

• MONICA DANIELA GĂITĂNARU •

Grădina cu povești de leac

• Dăruite din inimă adulților și copiilor •

Ilustrații de
Mirela Nica și Andreea Măiastra Aron



NICULESCU

Cuvânt-înainte

*Să spui o poveste este ca și cum ai deschide
o fereastră spre o altă lume.*

Povestea nu este doar o călăuză blândă către somn așa cum ne-am obișnuit să credem, ci și un îndrumător înțelept către semnificațiile fundamentale ale faptului de a fi în lume. Povestea, mitul și legenda sunt primii învățători din copilăria umanității care l-au însoțit pe om în confruntarea sa cu tot ce îi era necunoscut, neexplicat și amenințător până atunci. Fenomene precum fulgerul, focul sau moartea căpătau un chip și o voce, erau personificate, zeificate uneori, interacționau, se deschideau dialogului cu omul și își dezvăluiau sensul prin intermediul poveștilor.

Astfel, de-a lungul timpului, pe măsură ce umanitatea creștea în înțelegerea ei asupra lumii și asupra sieși, de la o generație la alta, creșteau odată cu ea și poveștile care o însoțeau, ținând pasul cu noile întrebări și nevoi ale oamenilor.

Treptat, poveștile și-au coborât firul tematic din înaltul cerului populat cu zeități învăluite în mister, spre pământenele griji și frământări omenești. Povestea nu mai venea doar să-i țină de urât omului în fața propriilor temeri, ci și ca să-l învețe să se adapteze condițiilor vieții sociale, cu noile provocări pe care aceasta i le pune în față. Totdată, povestea este și un ghid spre evoluția noastră psihologică și spirituală, întrucât marii maestri ai umanității și-au transmis cel mai adesea învățăturile prin pilde și parabole.

Am scris *Grădina cu Povești de Leac* din dorința de a oferi o tălmăcire simbolică frământărilor cotidiene pe care le-am întâlnit mai frecvent în munca mea de psihoterapeut. Mi-am dorit totodată să aduc și un fir de lumină din acest tărâm plin de posibilități din care vin poveștile în sprijinul celor ce caută un liman pentru frici, alienări, însingurări, epuizări sau înstrăinări de propriul suflet.

Poveștile au capacitatea uimitoare de a găsi, dincolo de toate hățișurile minții noastre, drumul tainic spre copilul interior lăsat cândva în urmă. Acest copil încă așteaptă ghemuit într-un colț de suflet să ne atingem măreția și să devenim acei adulți suficient de puternici și de stabili care să-l poată lua înapoi în inima lor, pentru a-i alina durerile, spaimetele și neputințele, și care să poată primi în schimb de la el toată creativitatea, bucuria, lejeritatea și seninătatea jocului, curiozitatea de a explora și miracolul libertății pe care un copil sănătos sau însănătoșit le poate aduce cu sine.

Poveștile mele sunt scrise din iubire pentru toți copiii din interiorul sau din exteriorul nostru, care au nevoie din când în când de alinare, călăuzire sau inspirație, pentru a-și depăși anumite obstacole interioare și pentru a trăi mai în contact cu sufletul lor și cu sursa luminii din toate.

Poveștile mele sunt scrise din bucuria de a împărtăși, purtând în ele semințe de zâmbet, de lacrimi, de duiosie, de mângâiere, de freamăt, de solidaritate, de raze calde și murmur de inimi ce se deschid. Vi le ofer cu iubire și cu intenția de a vă însoți prin adierea lor diafană în pașii pe care îi faceți înspre acel loc magic din interiorul vostru, care este izvorul oricărui nectar.



Monica Daniela Găitănanaru

POVESTITOR | PSIHOTERAPEUT | FORMATOR

Firul de Levăntică și Licuriciul cel înțelept

O poveste despre autenticitate
și apartenență sau despre
cum să-ți găsești sursa strălucirii



A fost odată ca niciodată un Fir de Levănțică înmiresmat, mlădios și nespus de grațios. Într-o zi, pe când se legăna leneș în adierea blândă a vântului, printre celelalte fire de levănțică din tufa lui, a simțit un dor puternic înfiorându-i întreaga ființă, din vârful petalelor, până în adâncul rădăcinilor. Era dorul de a fi văzut doar el, fără a se mai pierde printre nenumărații lui frați care îl înconjurau din toate părțile. Își dorea să fie măcar o dată în viață unic și remarcabil prin cine este el. Toată viața, încă de la primii boboci timizi și argintii, până la deschiderea florilor sale delicate, de un indigou intens, se confundase mereu cu celelalte firicele din tufă.

Își aminti ziua în care văzuse pentru prima dată o Floare a Soarelui. Ea creștea maiestuoasă la o oarecare distanță de el. O vedea bine pentru că era înaltă, zveltă, viguroasă și colorată. Petalele ei păreau o coroană de aur în jurul căpșorului semeț. Avea tulpina puternică și dreaptă, frunzele emanau vitalitate, iar polenul ei delicat era irezistibil pentru albine. Întreaga-i frumusețe solară atrăgea privirile tuturor trecătorilor. Era absolut imposibil să nu o remarci și să nu





o admiră! Ca ea ar fi vrut să fie și el, exact așa, se gândi Firul de Levănțică și simți cum îi crește sentimentul de amărăciune, pentru că el era atât de mic și neînsemnat.

Ar fi dat orice să iasă din tufa aceea îngrămadită și să răsără în altă parte sub forma unei Flori a Soarelui.

Dar acest lucru nu era posibil.

Înserarea îl găsi chircit în sine și frământat de gândurile pline de tristețe. Luna răsări printre stele, iar lumina ei palidă îl făcea să se simtă și mai pricâjit.

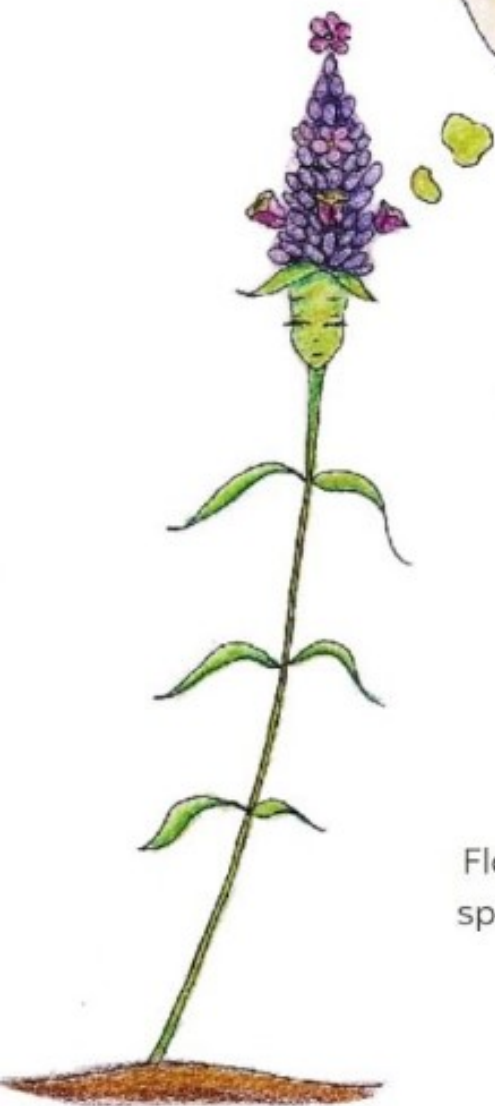
Deodată, un Licurici începu să îi dea târcoale.

— Ești trist, Firule de Levănțică? îl întrebă Licuriciul.

— Sunt foarte trist, Licuriciule! oftă stins Firul de Levănțică.

— Îmi pare nespus de rău să aud asta. Te-aș putea ajuta cu ceva? stăruie Licuriciul.

— Doar dacă știi vreo cale prin care să mă transform într-o Floare a Soarelui, șopti Firul de Levănțică fără prea multă speranță în glas.





— Ah, să te transformi într-o Floare a Soarelui! Ce idee neobișnuită! se miră Licuriciul. Nu, chiar nu știu nicio cale pentru o asemenea transformare, continuă el gânditor.

— Păi, vezi! Nu mă poți ajuta cu nimic. Nimeni nu poate! izbucni Firul de Levănțică înciudat.

— Ei, cu nimic! Păi, nimic este foarte mult spus. Nimic și nimeni sunt cuvinte foarte mari, care vorbesc despre niște lucruri greu de imaginat. Ai văzut tu vreodată un nimic? L-ai întâlnit vreodată pe nimeni? întrebă nedumerit Licuriciul.

— Ce întrebări întortocheate mai pui și tu, Licuriciule! Chiar nu înțelegi că ăsta este singurul meu vis? Dacă nu mă poți ajuta să devin o Floare a Soarelui, cu ce altceva m-ai putea ajuta?

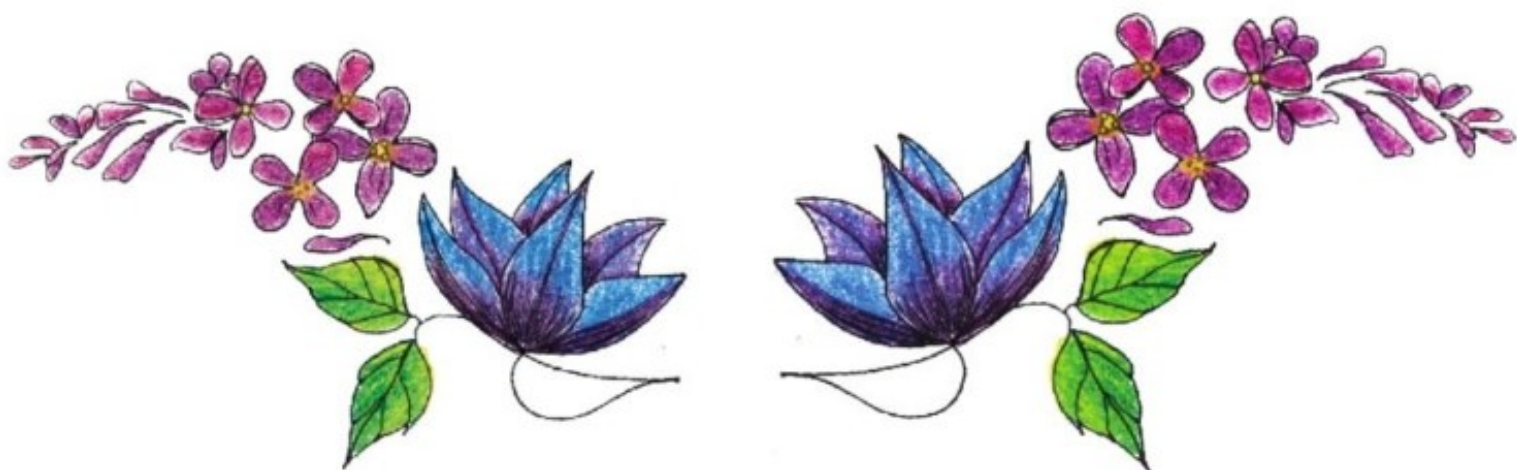
— Nu cu multe, dar aș putea măcar să-ți ascult povestea. Am auzit că dacă împarți cu cineva ceea ce te apasă, povara ți se pare mai mică și mai ușor de dus. Sunt unii care se cred importanți doar pentru faptul că povestea lor li se pare specială și pentru că au învățat multe lucruri din ea, iar eu îi cred pe cuvânt și îmi place să le ascult poveștile. Poate găsim ceva special și în povestea ta! se entuziasmă Licuriciul.

— Să-ți spun povestea mea... Of, Licuriciule, dacă ai ști cât de mult mi-aș dori să pot avea și eu măcar o poveste de spus! Dar nu am, toate zilele mele de aici trec la fel. În fiecare zi vreau să mi se întâmple măcar un singur lucru diferit sau special. Dar nu, mereu și mereu rămân înghesuit în tufa asta, între zeci de alte fire care arată toate la fel.

— Special, asta e! se aprinse de bucurie Licuriciul, iar apoi începu din nou să pâlpaie. Dar ce înseamnă pentru tine să fii special?

— Păi, să fiu ca Floarea-Soarelui și oamenii să se oprească atunci când mă văd ca să se bucure de frumusețea mea, să am ceva unic, rosti Firul de Levănțică visător.

Povestea nu se sfârșește,
Ci lumina din om crește,
Prin tâlcul care rodește
În inima ce înflorește.



CUPRINS

Cuvânt-înainte 3

Lecția de zbor 5

O poveste despre cum să ne învingem frica
pentru a ne reconecta la puterea personală

Albinuța Lea captivă în Regatul lui Trebuie 23

O poveste despre deschiderea inimii,
regăsirea simplității vieții și reconectarea la bucuria de a trăi

Firul de Levănțică și Licuriciul cel înțelept 45

O poveste despre autenticitate și apartenență
sau despre cum să-ți găsești sursa strălucirii