

Podróż Misia Borysa przez Krainę Magii - Bajkowa Opowieść

Podróż Misia przez Krainę Magii.

Czy kiedykolwiek zastanawiałeś się, co robią misie, kiedy nie mogą zasnąć?

Był sobie miś o imieniu Borys, który mieszkał na pięknej wyspie w Krainie Magii. Borys był miłym, małym misiem o ciepłym futerku i dużych, błyszczących oczach. Każdego dnia bawił się z przyjaciółmi, odkrywał nowe zakątki wyspy i pomagał innym mieszkańcom. Jednak każdej nocy, kiedy nadchodził czas na sen, Borys miał problem. Nie mógł zasnąć sam. Zawsze czuł się nieswojo i bał się ciemności, dlatego regularnie wędrował do łóżka swoich rodziców.

Niespodziewana Wizyta.

Pewnej nocy, kiedy Borys znów nie mógł zasnąć, zdarzyło się coś niezwykłego. W jego pokoju pojawiła się mała, błyszcząca wróżka o imieniu Lumina. “Witaj, Borysie,” powiedziała miłym głosem. “Słyszałam, że masz trudności z zasypianiem. Czy chciałbyś wyruszyć ze mną na przygodę, która pomoże ci zrozumieć, jak radzić sobie ze strachem przed snem?”

Borys był zaskoczony, ale jednocześnie ciekawy. “Tak, bardzo bym chciał!” odpowiedział z entuzjazmem.

**Podróż przez Krainę Magii.

Lumina machnęła swoją różdżką, a Borys poczuł, jak unosi się w powietrzu. Wkrótce znaleźli się na pięknej, czarowanej wyspie, pełnej kolorowych kwiatów, śpiewających ptaków i błyszczących gwiazd na niebie. “To jest Kraina Magii,” wyjaśniła Lumina. “Tutaj spotkasz różne postacie, które pomogą ci zrozumieć, jak radzić sobie ze strachem i znaleźć spokój.”

**Spotkanie z Mądrym Sową.

Pierwszą postacią, którą spotkali, była Mądra Sowa. Sowa siedziała na gałęzi wielkiego drzewa i czytała starą księgę. “Witaj, Borysie,” powiedziała Sowa. “Słyszałam, że masz trudności z zasypianiem. Czy wiesz, że każdy z nas ma w sobie moc, by pokonać swoje lęki?”

Borys pokręcił głową. “Nie wiem, jak to zrobić,” przyznał.

Sowa uśmiechnęła się mądrze. “Zacznij od głębokiego oddechu. Kiedy czujesz się niespokojny, weź kilka głębokich oddechów i wyobraź sobie, że oddychasz spokojem i ciszą. To pomoże ci się zrelaksować.”

**Spotkanie z Odważnym Lwem.

Następnie Lumina zaprowadziła Borysa do jaskini, gdzie mieszkał Odważny Lew. Lew był silny i majestatyczny, ale miał również ciepłe serce. “Witaj, Borysie,”

*PODRÓŻ MISIA BORYSA PRZEZ KRAINĘ MAGII - BAJKOWA
OPOWIEŚĆ*

powiedział Lew. “Słyszałem, że boisz się ciemności. Czy wiesz, że ciemność nie jest taka straszna, jak się wydaje?”

Borys spojrział na Lwa z zaciekawieniem. “Jak to możliwe?” zapytał.

Lew wyjaśnił: “Ciemność jest tylko brakiem światła. Możesz sobie wyobrazić, że ciemność to przyjaciel, który przynosi spokój i ciszę. Kiedy następnym razem poczujesz się przestraszony, pomyśl o wszystkich miłych rzeczach, które cię otaczają, nawet gdy ich nie widzisz.”

****Spotkanie z Czarodziejką Snów.**

Ostatnią postacią, którą spotkali, była Czarodziejka Snów. Czarodziejka miała długie, srebrzyste włosy i nosiła błyszczącą suknię. “Witaj, Borysie,” powiedziała łagodnym głosem. “Słyszałam, że masz trudności z zasypianiem. Czy wiesz, że sny mogą być twoimi przyjaciółmi?”

Borys spojrział na nią z zainteresowaniem. “Jak mogę zaprzyjaźnić się ze snami?” zapytał.

Czarodziejka uśmiechnęła się. “Przed snem pomyśl o czymś, co sprawia ci radość. Może to być przygoda, którą chciałbyś przeżyć, lub miejsce, które chciałbyś odwiedzić. Kiedy zasypiasz, pozwól swoim myślom płynąć w kierunku tych radosnych obrazów. To pomoże ci zasnąć spokojnie i mieć piękne sny.”

****Powrót do Domu.**

Po spotkaniach z Mądrą Sową, Odważnym Lwem i Czarodziejką Snów, Borys poczuł się pewniej. Lumina zaprowadziła go z powrotem do jego pokoju. “Teraz, Borysie, masz wszystkie narzędzia, aby zasnąć spokojnie,” powiedziała. “Pamiętaj o głębokim oddechu, myśl o ciemności jako o przyjacielu i wyobrażaj sobie piękne sny.”

Borys uśmiechnął się wdzięcznie. “Dziękuję, Lumino,” powiedział. “Spróbuję zastosować to wszystko dzisiaj wieczorem.”

****Pierwsza Noc Samodzielnego Snu.**

Tej nocy Borys położył się do łóżka i wziął kilka głębokich oddechów, przypominając sobie słowa Mądrej Sowy. Potem pomyślał o ciemności jako o przyjacielu, jak mówił Odważny Lew. Na koniec wyobraził sobie, że płynie po spokojnym jeziorze, otoczony pięknymi kwiatami, zgodnie z radą Czarodziejki Snów.

Ku jego zdziwieniu, poczuł się spokojny i zrelaksowany. Wkrótce zasnął, a jego sny były pełne radości i przygód.

****Nowe Początki.**

Od tamtej nocy Borys coraz lepiej radził sobie z zasypianiem. Czasami nadal czuł się niespokojny, ale przypominał sobie rady swoich nowych przyjaciół z Krainy Magii. Dzięki nim nauczył się, że ma w sobie moc, aby pokonać swoje lęki i znaleźć spokój.

*PODRÓŻ MISIA BORYSA PRZEZ KRAINĘ MAGII - BAJKOWA
OPOWIEŚĆ*

Borys zrozumiał, że każdy z nas może mieć trudności, ale z pomocą przyjaciół i odrobiną magii, możemy je pokonać. A kiedy zasypiał, zawsze czuł się dumny z siebie, że potrafił zasnąć sam.

Czy pamiętasz, jak Borys nauczył się radzić sobie ze strachem przed zasypianiem? Co ci się najbardziej podobało w jego przygodzie? Czy jest coś, czego chciałbyś spróbować, żeby lepiej zasypiać?

Pamiętaj, że tak jak Borys, masz w sobie moc, aby pokonać swoje lęki. Może spróbuj głębokiego oddechu, myśl o ciemności jako o przyjacielu lub wyobraź sobie piękne sny. Każdy z nas ma swoją Krainę Magii, wystarczy tylko uwierzyć w siebie.