

Mały Lew i Wielka Burza

Mały Lew i Wielka Burza.

Czy kiedykolwiek bałeś się burzy? Mały lew Leo mieszkał w sercu dżungli, gdzie często dochodziło do gwałtownych burz. Leo był odważnym lwem, ale burze sprawiały, że czuł się bardzo nieswojo. Kiedy tylko zaczynały się grzmoty i błyskawice, Leo krzyczał, tupał i złościł się, próbując odpędzić strach.

Pewnego razu, gdy nadchodziła największa burza, Leo schował się pod wielkim drzewem. Jego serce biło szybko, a łzy napływały mu do oczu. Nagle usłyszał cichy głos: - “Dlaczego płaczesz, mały lwie?” - zapytała stara sówka, która siedziała na gałęzi. Leo spojrzał w górę, zdziwiony, że ktoś go zauważył. - “Boję się burzy,” - odpowiedział Leo, - “i nie wiem, jak sobie z tym poradzić.”

Stara sówka uśmiechnęła się łagodnie. - “Rozumiem,” - powiedziała, - “ale wiesz co? **Burze mogą być straszne, ale nie musisz się ich bać. Mogę ci pokazać, jak znaleźć spokój i odwagę w trudnych chwilach.**” Leo spojrzał na sówkę z nadzieją. - “Naprawdę? Jak to zrobić?” - zapytał. - “Zamknij oczy i oddychaj głęboko,” - zaczęła sówka. - “Wyobraź sobie, że jesteś silnym drzewem, którego korzenie sięgają głęboko w ziemię. Nic nie może cię przewrócić.”

Leo zamknął oczy i zaczął oddychać głęboko, tak jak sówka mu powiedziała. Wyobraził sobie, że jest drzewem, które stoi mocno na ziemi, mimo że burza szaleje wokół niego. **Poczuł, jak jego serce zaczyna się uspokajać.** - “To działa!” - zawołał z radością. - “To dopiero początek,” - powiedziała sówka. - “Kiedy czujesz, że złość i strach przejmują kontrolę, spróbuj znaleźć spokojne miejsce w swoim sercu. Pomyśl o czymś, co cię uspokaja i daje ci radość.”

Leo zaczął ćwiczyć nowe umiejętności każdego dnia. Kiedy tylko czuł, że zbliża się burza, zamykał oczy, oddychał głęboko i wyobrażał sobie, że jest silnym drzewem. Myślał o rzeczach, które go uszczęśliwiały, takich jak zabawa z przyjaciółmi czy ciepłe promienie słońca na jego futrze.

Pewnego dnia nadeszła największa burza, jaką Leo kiedykolwiek widział. **Grzmoty były głośniejsze, a błyskawice jaśniejsze niż kiedykolwiek wcześniej.** Leo poczuł, jak strach zaczyna przejmować kontrolę, ale przypomniał sobie słowa sówki. Zamknął oczy, oddychał głęboko i wyobraził sobie, że jest silnym drzewem. Myślał o swoich przyjaciółach i o tym, jak bardzo ich kocha.

Ku swojemu zdziwieniu, Leo poczuł, jak złość i strach znikają. Burza szalała wokół niego, ale on czuł się spokojny i odważny. Kiedy burza w końcu minęła, Leo otworzył oczy i uśmiechnął się. Wiedział, że teraz potrafi radzić sobie z burzami i swoimi emocjami.

Od tego dnia Leo był innym lwem. Kiedy tylko czuł, że złość i strach go przytłaczają, przypominał sobie, czego nauczyła go stara sówka. Oddychał głęboko, wyobrażał sobie, że jest silnym drzewem, i myślał o rzeczach, które go

uszcęśliwiała. Dzięki temu Leo stał się spokojniejszy i bardziej odważny, a jego przyjaciele zauważyli, że jest teraz bardziej szczęśliwy i zadowolony.

Leo nauczył się, że każdy może znaleźć spokój i odwagę, nawet w najtrudniejszych chwilach. Dzięki mądrości starej sówki, Leo odkrył, jak ważne jest, aby oddychać głęboko i myśleć o rzeczach, które dają radość. Teraz, kiedy nadchodzi burza, Leo wie, że potrafi sobie z nią poradzić, a jego serce jest pełne spokoju i odwagi.