

BAZATĂ PE BESTSELLERUL LUI GARY CHAPMAN

CELE

*CINCI limbaje*  
*ALE IUBIRII*

*Secretul iubirii  
care durează*

CARTE DE COLORAT MOTIVAȚIONALĂ PENTRU ADULȚI

CURTEA & VECHÉ

# Introducere

---

Îmi aduc aminte pe vremea când eram copil cărțile de colorat mă purtau prin locuri în care nu fusesem niciodată. Aveam ocazia să pictez cu orice culoare doream și să fac imaginile să prindă viață. Cărțile de colorat pentru adulți au același rol. Una dintre însușirile adulților de succes este simțul aventurii. Cartea de colorat *Cele cinci limbaje ale iubirii* a fost creată pentru a stimula dorința de aventură. Cea mai valoroasă aventură este călătoria iubirii.

Sper că pe măsură ce vei colora paginile următoare, vei descoperi idei interesante despre felul în care ai putea să împărtășești iubirea cu oamenii importanți din viața ta. Cele cinci limbaje ale iubirii sunt: cuvintele de încurajare, primirea de daruri, gesturile binevoitoare, clipele petrecute în doi și mângâierile fizice. Le poți colora așa cum dorești, dar mesajul lor va fi mereu același: „Te iubesc!”

Așadar, așază-te, relaxează-te și bucură-te de călătorie.

GARY CHAPMAN,  
autorul cărții


*Cele cinci limbaje ale iubirii. Secretul iubirii care durează*

PARTEA I

## Cum păstrăm plin rezervorul afectiv

Psihologii au ajuns la concluzia că nevoia de a te simți iubit este o trebuință umană primară. Avem nevoie de iubire pe parcursul întregii vieți.






Dacă vrem ca cineva  
să se simtă iubit,  
trebuie să îi comunicăm  
ce simțim într-un mod  
pe care să-l  
înțeleagă.



Iubirea  
nu  
înseamnă să  
obții ceea ce  
vrei, ci înseamnă  
să faci ceva pentru  
binele celui pe care  
il iubești.



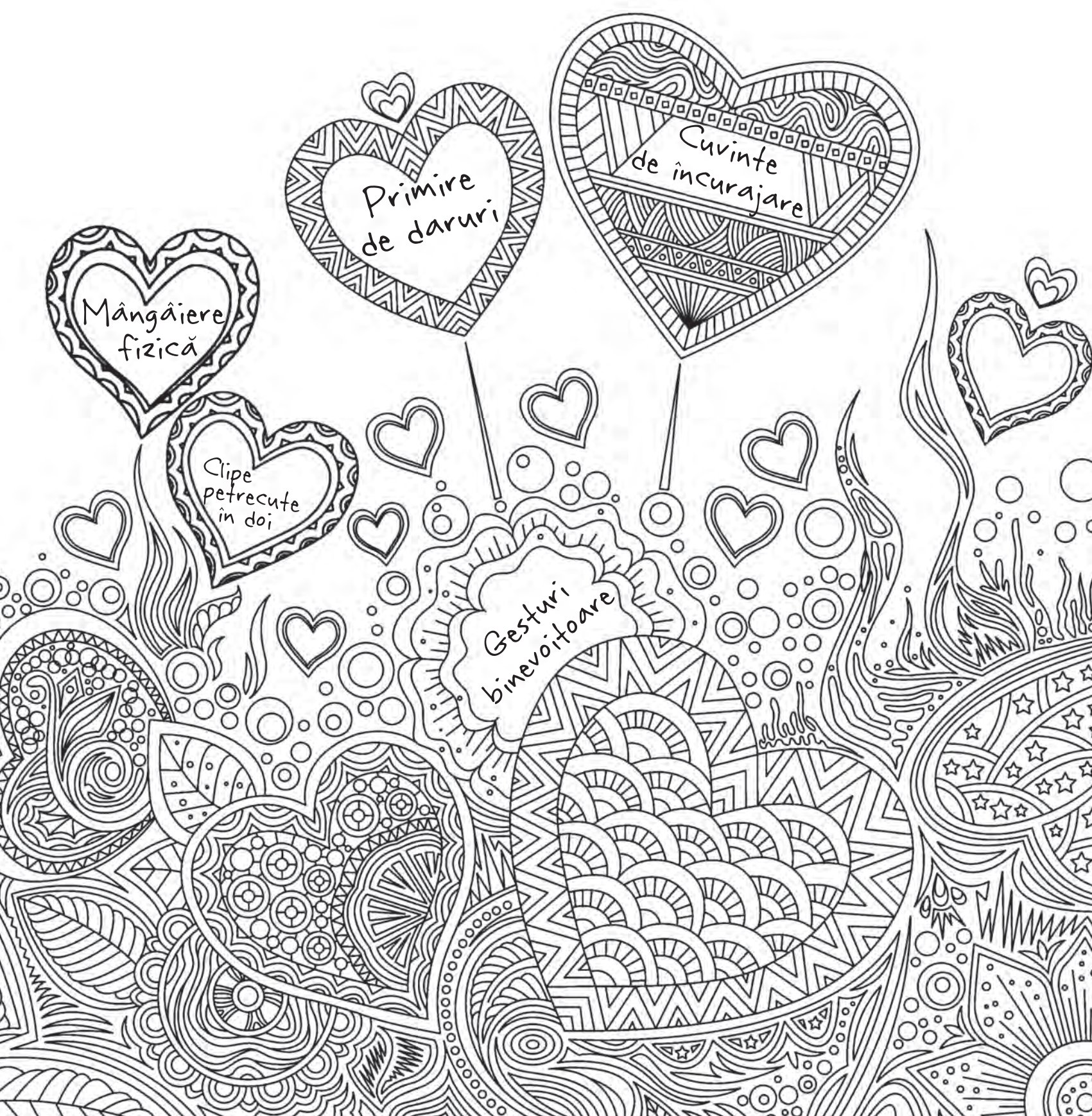
Lucrurile materiale  
nu sunt înlocuitori  
ai sentimentului  
uman al iubirii.

PARTEA A II-A

## Cele cinci limbaje ale iubirii

AVERTISMENT: Înțelegerea celor cinci limbaje ale iubirii și învățarea limbajului primar al celorlalți le pot modifica radical comportamentul. Oamenii se poartă diferit când rezervoarele lor afective sunt pline.





Mângâiere  
fizică

Primire  
de daruri

Cuvinte  
de încurajare

Clipe  
petrecute  
în doi

Gesturi  
binevoitoare



alala






Iubirea se  
exprimă prin  
rugăminți,  
nu prin  
porunci.



Mă simt cea mai iubită ființă atunci când facem lucruri împreună.




Îmi acorzi onoarea  
de a fi prezent?

---


când

---

unde



Clipele petrecute împreună  
se referă la ce îi place unuia  
dintre voi, sau amândurora,  
să facă. Nu este important  
ceea ce faceți, cât  
de ce faceți.



Azi îți  
voi arăta că te  
iubesc făcând  
ceva pentru tine.  
Ce ți-ar  
plăcea să  
fie?

PARTEA A III-A

## Iubirea este o alegere

„Adevărata iubire“ cere efort și disciplină. Presupune alegerea de a consuma energie într-un efort făcut în beneficiul celui iubit și, știind că viața lui (sau a ei) este îmbunătățită în urma eforturilor tale, tu vei fi, la rândul tău, satisfăcut – e vorba de acea satisfacție născută din iubirea necondiționată pentru cineva.






Iubirea  
nu șterge trecutul,  
dar poate schimba  
viitorul.



Dacă  
aleg să iert,  
intimitatea poate  
fi restabilită.  
Iertarea  
e calea  
iubirii.





Cartea de colorat  
*Cele cinci limbaje ale iubirii* este  
inspirată de bestsellerul cu același titlu  
al lui Gary Chapman. Ilustrațiile și textele din  
carte vă oferă prilejul să cunoașteți, să exprimați și  
să experimentați cele cinci limbaje ale iubirii: cuvintele  
de încurajare, clipele plăcute petrecute în doi, gesturile  
binevoitoare, primirea de daruri și mângâierile fizice.

---

Oferiți-vă zilnic câteva momente de relaxare și de pace în care să vă  
jucați cu culorile și să colorați aceste pagini. Cuvintele care însoțesc  
desenele vă dau ocazia să meditați la semnificația și la importanța  
relațiilor din viața voastră.

---

Existența noastră e plină de provocări. Trebuie să luptăm pentru  
orice relație la care ținem și trebuie să ne implicăm în ea trup și  
suflet. Cartea de colorat *Cele cinci limbaje ale iubirii* ascunde  
între paginile ei secretul construirii unor legături interumane  
sănătoase și autentice. Mai mult, însușindu-vă cele  
cinci limbaje ale iubirii, vă veți elibera de stresul  
cotidian, iar coloratul este un mijloc ideal  
de relaxare.

[www.curteaveche.ro](http://www.curteaveche.ro)

ISBN 978-606-588-922-4



9 786065 188922 4