

*75 de povești
despre răbdare*



Aquila,
Oradea 2024

1. Repetiția este mama învățării! 5
2. Hai să facem un tort de hârtie! 6
3. Crede în tine! 7
4. Nu există scurtături! 8
5. Când mi se va îndeplini dorința? 9
6. Fiecare are drumul lui! 10
7. Ce este nerăbdarea? 11
8. Ce este răbdarea și cum pot să o obțin? 12
9. Toate începuturile sunt dificile! 13
10. Ce înseamnă cu adevărat răbdarea? 14
11. Răbdarea este cheia! 15
12. Lucrurile se întâmplă la timpul lor 16
13. Merită să îți strici ziua
pentru lucruri mărunte? 17
14. Învăță să asculți! 18
15. Încearcă să te relaxezi! 19
16. Ce ai văzut pe drum? 20
17. Învăță din greșeli! 21
18. Nu contează doar destinația, ci și călătoria 22
19. Așteptarea poate fi interesantă! 23
20. Să măsurăm timpul! 24
21. Toate se întâmplă la timpul potrivit! 25
22. Ține un jurnal al răbdării! 26
23. Nu te da bătut ușor! 27
24. Răbdarea este o chestiune de alegere 28
25. Prefă-te că ai răbdare! 29

26. Nerăbdarea nu duce la lucruri bune 30
27. Fii un model de urmat! 31
28. Fii prezent! 32
29. Încearcă să te concentrezi! 33
30. Nu te compara cu ceilalți! 34
31. Răbdarea este bună pentru sănătate 35
32. Încearcă să nu te grăbești! 36
33. Fii înțelegător! 37
34. Pentru orice este nevoie de timp! 38
35. Dragostea înseamnă răbdare 39
36. Timpul vindecă tot 40
37. Magia răbdării 41
38. Toată lumea merită o șansă! 42
39. Natura îndeamnă la răbdare 43
40. Schimbarea începe din interior 44
41. Dezvoltarea necesită timp 45
42. Prietenia necesită timp 46
43. Răbdarea atrage răbdare 47
44. Visele se îndeplinesc la momentul potrivit 48
45. Răbdarea este cea mai importantă atunci când e greu să o păstrezi 49
46. Răbdarea aduce inspirație 50
47. Să luăm decizii cu răbdare! 51
48. Răbdarea economisește timp 52
49. Totul se întâmplă într-o ordine 53
50. Acceptă că suntem diferiți! 54

51. Alege motivația potrivită! 55
52. Energia investită dă roade 56
53. Este bine să fii realist! 57
54. Haide să ne liniștim! 58
55. Nu-ți pierde răbdarea pentru ce nu poți controla! 59
56. Răbdarea se obține în timp 60
57. Profită la maximum de timpul tău liber! 61
58. Economisește cu răbdare! 62
59. Totul este mai ușor dacă ai răbdare 63
60. Tot timpul există o experiență pe care să o aștepți! 64
61. Cu răbdare, vei depăși frica! 65
62. Frumusețea necesită timp 66
63. Amintește-ți să ai răbdare! 67
64. O viață cu răbdare = O viață fericită 68
65. Să ne folosim creativitatea! 69
66. Cum te poți recupera cu răbdare? 70
67. Răbdarea dă roade! 71
68. Recunoștința te ajută să fii răbdător 72
69. Folosește-ți imaginația! 73
70. Dacă situația nu se schimbă,
trebuie să te schimbi tu! 74
71. Folosește-ți simțurile! 75
72. Drum lung? Joacă-te! 76
73. Ai răbdare cu tine însuși! 77
74. Surprinde momentul! 78
75. E bine să iei o pauză! 79

Erik a văzut niște copii mai mari care mergeau deja pe trotinete. S-a gândit că ar fi foarte bine dacă de acum înainte ar merge și el la grădiniță cu o trotinetă și nu cu o tricicletă. De aceea le-a cerut părinților să îi cumpere una cu ocazia zilei lui de naștere.

Părinții i-au ascultat dorința și, de îndată ce a primit cadoul, și-a rugat tatăl să meargă la locul de joacă pentru a încerca noua trotinetă. Odată ajunși, a sărit imediat pe trotinetă, și-a luat avânt, dar, nefiind obișnuit să-și țină echilibrul pe două roți, a căzut imediat. Din fericire, tata a avut grijă să-i pună genunchiere și cotiere, pe lângă casca de protecție. Erik era foarte supărat. În timp ce stătea pe jos, a lovit furios cu picioarul trotineta și a strigat:

– Trotineta asta nu e bună de nimic!

– Dragule, nimeni nu poate reuși din prima, s-a așezat tata lângă Erik. Haide, încearcă din nou, te ajut!

– Nu o să mai încerc! Nu mai vreau să învăț să merg pe trotinetă! a continuat Erik.

– Spui asta din cauză că ai căzut?

– Nu din cauza asta! strigă Erik, apoi adăugă puțin mai calm: Puțin și din cauza asta.

– Există un proverb care spune că „Repetiția este mama învățaturii”. Asta înseamnă că, pentru a învăța ceva nou, trebuie să avem răbdare și să exersăm mult. Prin urmare, doar cei care exersează mult dobândesc suficientă îndemânare pot deveni maeștri ai trotinetelor. De săptămâni întregi spui că vrei o trotinetă. Chiar vrei să renunți la acest vis sau vei continua să exersezi?

– Dar dacă o să cad din nou? a ezitat Erik.

– Cu siguranță se va mai întâmpla asta, dar tocmai de aceea porți echipament de protecție. Dacă o să cazi, o să te ridici din nou și vei continua să exersezi.

Erik se gândi puțin, apoi se ridică și se urcă înapoi pe trotinetă. Cu ajutorul tatălui, a învățat să își mențină echilibrul, iar, până la sfârșitul zilei, mergea destul de bine pe două roți. Deși nu a devenit maestru într-o după-amiază, a doua zi a mers la grădiniță cu trotineta, iar apoi a continuat cu sârguință să exerseze și după grădiniță.



Matei a avut o zi foarte proastă. Activitatea lui preferată de după-amiază, antrenamentele de fotbal, a trebuit să fie amânată din cauza ploii torențiale. În plus, nici șosetele lui norocoase cu supereroi nu s-au uscat, tot din cauza vremii.

La ora gustării, situația părea din ce în ce mai rea. În timp ce stătea la masa din bucătărie, a întins mâna după sandwichi atât de nerăbdător încât i-a zburat din mână și a aterizat direct pe podea.

– Nu este corect! a exclamat Matei, exasperat. Nimic nu funcționează astăzi!

– Se pare că nu e ziua ta bună, dragule, a spus mama, care îl privea pe băiețel cu simpatie. Însă nerăbdarea duce rareori la lucruri bune. Trebuie să ai răbdare ca lucrurile bune să se întâmple.

– Dar e atât de greu! a suspinat Matei.

– Știi, dar există ceva care te poate ajuta să te calmezi. Ce zici dacă am face împreună un tort de hârtie?

– Tort de hârtie? Ce înseamnă asta? întrebă băiețelul pentru că nu auzise niciodată de un asemenea tort.

Mama i-a explicat că tortul de hârtie este un tort cu totul special. Fiecare felie de tort include o activitate care îi place lui și care îl ajută să se relaxeze. De exemplu, o îmbrățișare mare, o plimbare în familie, cititul, desenatul sau cântatul.

După gustare, mama și Matei au desenat tortul, apoi l-au pus pe frigider cu un magnet. După aceea, de fiecare dată când băiețelul se enerva din cauza nerăbdării lui, își alegea felia de tort care l-ar ajuta cel mai mult să se liniștească în acel moment.



Dani face caiac de ani de zile. Chiar și acum exersa la fel de sârguincios ca atunci când tatăl său îi dăduse prima dată o vâslă. A participat la competiție după competiție, dar nu a ajuns niciodată pe podium. Astăzi se pregătea pentru un nou concurs. Tocmai se uita la diploma de participare pe care a primit-o anul trecut, când a terminat pe locul șase, și a aruncat-o furios pe pat.

– Ce s-a întâmplat? a întrebat tata stând în prag.

– Când voi fi și eu pe podium? izbucni băiețelul.

– Uneori e greu să ai răbdare, mai ales când vrei cu adevărat să obții ceva, dar ideea este să nu disperi niciodată și să crezi mereu în tine! Hai să încercăm ceva! a sugerat tatăl, apoi a stat în fața oglinzii cu Dani și a continuat: Acum spune după mine: „Sunt foarte aproape de ce îmi doresc, iar când munca și efortul meu vor da roade toți vor fi uimiți!”.

Dani repetă fraza spusă de tatăl său și, deodată, îl cuprinse un sentiment ciudat. Se privi în oglindă. În ținuta sa de competiție nu mai vedea un băiețel, ci un concurent profesionist care, indiferent de rezultat, va munci la fel de mult să ajungă unde își dorește.

Concursul a început. De îndată ce a sunat semnalul de start, Dani a început să vâslească cu toată puterea. Dintr-o dată a simțit că puterile încep să-l părăsească și a rămas puțin în urmă. Sentimentele negative erau pe cale să-l învingă din nou, dar și-a amintit cuvintele tatălui său și le-a șoptit încet. Sentimentul de dinainte i-a inundat din nou trupul și i-a dat putere. A început să tragă din toate puterile, lăsându-i în urmă pe ceilalți concurenți și, în final, a terminat pe locul patru. Nu-i venea să creadă! Chiar dacă nu a ajuns pe podium, acum era mai aproape ca niciodată.

– Tată, ai văzut? Am fost foarte aproape de un loc pe podium!

– Așa e, dragule, continuă să crezi în tine și vei ajunge unde îți dorești!

