

La pazienza è la virtù dei forti

Di Sofia dal Zovo e Tatiana Mora

Attesa e velocità, pazienza e tutto e subito: quali sono i bisogni che maggiormente ci spingono quest'oggi?



Nella pratica meditativa, così come nella vita, una delle maggiori difficoltà in cui spesso ci imbattiamo è quella di trovare il tempo.

La pazienza implica uno stato emotivo di calma e quiete e nell'attesa siamo portati ad agitarci e pretendere di accelerare il corso degli eventi.

La pazienza, invece, è **una forma di saggezza** che nasce dall'osservare e accettare il corso naturale della vita, con la consapevolezza che ogni cosa ha un proprio tempo di maturazione.

Dovremo prenderci cura del seme della consapevolezza affinché esso possa germogliare, crescere, fiorire e, infine, poter dare alla luce i suoi frutti.

Tutto parte da un piccolo seme...che bisogna avere il coraggio, l'amore, l'accortezza, la forza e la pazienza di curare e di portare a maturazione.

È importante aiutare ragazzi e bambini al valore dell'attesa perché questo consente di lavorare su di sé per maturare calma emotiva, quiete, respirazione, osservazione e silenzio. È possibile anche in campo educativo?

Alcuni consigli educativi:

Avere pazienza significa rispettare la libertà dell'altro, considerare i suoi tempi!

Avere pazienza significa avere fiducia nelle capacità dell'altro

Avere pazienza significa esplicitare verbalmente che il nostro tempo e il nostro attendere viene vissuto con dedizione e non come un peso

Avere pazienza significa avere consapevolezza del fatto che la diversità è un dono

Avere pazienza significa prendersi cura delle relazioni e dei percorsi di crescita e sviluppo di bambini e ragazzi.

E tu che rapporto hai con la pazienza?

DATA DI PUBBLICAZIONE: 17/01/2025 – AGGIORNATO IL 04/11/2025 ALLE 02:00

2025 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI

AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 – SISTEMA [GLACOM®](#)