



O Poder de Tolerar

Alka Patel

A tolerância é um poder que atua profundamente no “subterrâneo”. É uma das maiores ferramentas em nossa vida diária; uma ferramenta para a própria vida. Cada um de nós tem uma caixa de ferramentas que contém os oito poderes para nossa vida. Neste terceiro artigo de uma série de oito, estudaremos o que é a tolerância e como fazer o melhor uso dela.

Quando estou em silêncio interior, há espaço para a tolerância. Onde há amor, há abertura. Onde há transparência, há espaço para a tolerância. As pessoas tolerantes são muitas vezes consideradas como fracas, porém a grandeza de uma pessoa é revelada através de sua capacidade de tolerar. Tolerância é como um tanque de água. Cada um tem seu próprio tanque e é responsável por enchê-lo com a água da paciência. Com isso, a água da paciência começa a transbordar no tanque e a tolerância se torna abundante. Muitas pessoas querem provar que têm razão, que a outra pessoa está errada. Uma pessoa tolerante não precisa provar nada. A verdade está sempre à mostra. Há um provérbio muito antigo e, se eu o entendo bem, então eu consigo aceitar os outros exatamente como eles são: “Deixe-me ser o agente que vai mudar minha própria atitude em relação aos outros, e me tornar mais amável, carinhoso e compreensivo”.

A tolerância está baseada em ir além das coisas superficiais que nos dividem. Temos a tendência de culpar os outros pelos nossos sentimentos ruins, mas deixe-me olhar para meu interior para conhecer melhor a mim mesmo. Quando sou intolerante e consigo aceitar que na verdade sou eu quem estou com raiva, então, as coisas começarão a mudar. Se eu deixar de ser egoísta e me preocupar com as necessidades dos outros, eu conseguirei lidar com qualquer coisa. Costumamos dizer “Eu preciso ser compreendido” mas, o que deveríamos dizer é “Eu preciso entender”. Parem de dizer “Eles deveriam mudar”, e passem a dizer “Deixe-me ver o que é necessário”. Com essas diferentes formas de pensar, a paz, a paciência e a maturidade vão se desenvolvendo. A tolerância espiritual cultiva a sabedoria inata, a qual você não pode obter a partir dos livros.

As pessoas tolerantes são capazes de resolver as situações mais difíceis sempre encontrando uma solução pacífica. Quando me deparo com qualquer insulto, a tolerância me dá o poder de ser estável e calmo. Eu não preciso ficar na defensiva, mas sorrir e ficar no meu estado de autorrespeito, o qual me ajudará a ir além da situação. As pessoas tolerantes se moldam, se ajustam e são capazes de enfrentar dificuldades, vendo-as como oportunidades de se elevar, indo acima do que se passa à sua volta. Este terceiro poder vem da força interior e da integridade. Não há a sensação de ter de tolerar, mas um sentimento de simplesmente aceitar por ser generoso e aberto. Quando você percebe que seus relacionamentos e interações são mais felizes, isto indica que você está usando seus poderes, especialmente a tolerância. O poder espiritual vem da compreensão de quem você é, e está baseado nos seus valores que irão sustentá-lo em sua verdade, não importa quais sejam as circunstâncias.

Por exemplo, quando estou irritado, eu fico intolerante e isso cria barreiras. Uma pequena história ilustra bem isso. A mãe estava ficando muito irritada com sua filha, que sempre pegava emprestado sua escova e nunca a devolvia. Cada vez que isso acontecia, ela dizia com raiva para sua



filha que colocasse a escova de volta sempre que a usasse e isso nunca acontecia. Isso continuava a acontecer, apesar destas lembranças constantes de raiva da mãe. Isso fez com que a filha se tornasse muito avessa à sua mãe... e por um motivo tão pequeno. Muitas coisas acontecem em nossas vidas que fazem com que essas barreiras se formem e muitas vezes há soluções muito simples para isso. A mãe poderia ter comprado outra escova, sabendo que sua filha nunca se preocuparia em colocá-la no mesmo lugar. Isso é o que os adolescentes fazem e depois eles superam esses hábitos. Mas a mãe queria provar que estava certa e não tinha poder de tolerar para lidar com a situação.

Com um coração aberto, amoroso e generoso, tenho a capacidade de acomodar. Este poder se transforma em uma força e me ajuda na minha capacidade de me moldar, e me tornar tolerante. Um estado de espírito calmo e pacífico permite que circunstâncias difíceis se tornem um pouco mais fáceis por meio dessa força. A tolerância é um alimento para o ser interior. Se eu digo que tenho de tolerar, então não há realmente nenhum poder em mim. Quando eu lido com uma situação, circunstância ou pessoa com amor, então não há nenhum sentimento de ter que tolerar. As pessoas tolerantes são como paredes de tijolo. Não importa o que esteja contra elas, permanecem fortes, seguras e amorosas. É tudo uma questão de absorver e aceitar. Uma toalha de papel é capaz de absorver e secar a água. Jardins e campos são capazes de resistir a qualquer tipo de clima. Será que podemos ser iguais e continuar a sorrir? Sem dúvida... um sonoro “sim”.
Continuem lendo.

Força de vontade e determinação podem mover montanhas. Cada um de nós é como uma árvore humana, passando por todas as quatro estações; cada um de nós tem uma capacidade diferente de tolerar. A força interior vem da compreensão. Conforme eu permaneço tranquila, começo a entender que na realidade não estou tolerando, mas somente tendo um coração grande e generoso para aceitar e absorver o que está vindo em minha direção. Se, como o oceano, eu sou capaz de aceitar qualquer coisa que vem em minha direção com os braços abertos, então a vida fica mais fácil e os relacionamentos se tornam mais felizes. Quando resisto a alguma coisa, os problemas ocorrem e até mesmo aumentam.

Ao pensar profundamente sobre isso, vejo que a tolerância é minha companheira de vida e a paciência é minha amiga. Ambas são necessárias ao longo do dia, em momentos diferentes e por isso estão comigo, assim como a minha sombra que me acompanha pela vida.

A tolerância é como uma dança. É como dar passos para dentro, para fora em cada momento certo. De que forma eu reajo, me relaciono e tolero todos ao meu redor, com aqueles no meu trabalho e aqueles com quem eu moro? A cada momento, uma técnica de dança diferente é necessária nesta dança da vida ... Às vezes, um tango, outras vezes uma valsa Rápido, rápido, rápido; lento, lento, lento.

As flores continuam a crescer e florescer, embora as ervas daninhas estejam ao lado delas. Da mesma forma, eu vivo em um mundo onde existem pessoas ao meu redor que são tão diferentes, e ainda assim, como tenho respondido a elas? Minha força não está na forma como eu respondo a elas, mas como eu me adapto e me ajusto. Todos esses são sinais da tolerância. Então, eu descobro que a tolerância é uma força e não uma fraqueza. É um presente no meio de uma tempestade; a luz no fim do túnel. Com tolerância eu amadureço e cresço em experiência. Cada experiência é um momento precioso em minha vida.



Às vezes, sentimos dores e ressentimentos, os quais são qualidades negativas, e então, não conseguimos tolerar e nos sentimos vazios, ou como se algo nos faltasse. Nossa capacidade de tolerar simplesmente não existe quando começamos a reagir e culpar. No entanto, quando aprendemos a simplesmente aceitar e seguir em frente, uma vez mais começamos a nos preencher com a força interior e a nossa capacidade de tolerar novamente aumenta. As circunstâncias difíceis são como um espelho e passamos a nos ver em nossas cores reais. É minha responsabilidade responder da melhor maneira possível. Imagine uma árvore carregada de frutos e um menino atirando pedras contra ela, enquanto ele tenta derrubar uma fruta. A árvore não se incomoda com o menino, mas dá o seu fruto assim mesmo. Se eu aprendo a ter tal tolerância, minha vida vai definitivamente tornar-se mais feliz. Uma boa mãe tem tanta tolerância com sua família. Ela se molda, se ajusta e aprende a cumprir as difíceis exigências e necessidades de cada membro. Por quê? Porque ela tem um profundo amor, compromisso e responsabilidade. Onde há amor e compromisso não há nenhum sentimento de ter de tolerar. Onde não há amor, o sentimento de ter de tolerar surge.

Inspirações para o Poder de tolerar

- O amor derrete a impaciência.
- A bondade alcança os corações endurecidos e os tornam suaves e gentis.
- Compaixão gera confiança.
- Ao permanecer na companhia da tolerância, permanecemos seguros.
- A mente silenciosa e o coração tranquilo trazem o poder de tolerar.
- Pessoas tolerantes continuam a inspirar e seguir adiante. Elas nunca desistem.
- A Tolerância funciona como uma ponte integrando a todos, contribuindo para a união.
- Às vezes na vida, somos forçados a enfrentar situações em que não temos escolha.

*Deixe-se tocar por dentro e sinta o poder interno;
use as inspirações acima para fazer mudanças em sua vida
e veja quanta felicidade isso pode trazer a você e aos outros.*