



O ser "invencível"

Mestre De Paula

Não tem como vencer um capoeirista paciente, ele é capaz de analisar situações com mais calma, reduzindo o risco de decisões impulsivas, isso é especialmente útil em momentos de conflito ou pressão, dando a ele melhor tomada de decisões, lida melhor com frustrações e contratempos. Essa qualidade ajuda a superar dificuldades sem desistir ou desanimar facilmente, também favorece a empatia e a compreensão, fundamentais para construir e manter relações pessoais, se o outro está com pressa para entrar na roda, deixa o passar, ele já está vivendo não precisa entrar rapidamente na frente de outros para começar a viver.

Ele é imbatível aprende a tocar instrumentos antes de se aventurar a enfrentar uma bateria, nas aulas controla a ansiedade em situações tensas, o que contribui para um estado mental mais equilibrado e saudável não somente na Capoeira, no dia a dia vive a todo momento sem a necessidade de correr para viver, alguém com pressa no trânsito ele deixa passar e continua, nas filas a mesma coisa a paciência está ligada à autodisciplina, ela é essencial para atingir metas a longo prazo, treina todos os dias aperfeiçoando aos poucos capaz de aprender novas habilidades, concluir as sequências ou alcançar objetivos mais elevados.

Pessoas pacientes têm a capacidade de suportar dificuldades, adversidades ou esperas sem reclamar ou perder a calma, tendem a lidar melhor com emoções negativas, como raiva ou frustração, desenvolvendo maior maturidade emocional. Nos treinos seu dom é valioso ao lidar com o aprendizado, situações mais difíceis que exigem treinamento de longo prazo e repetitivo, exigem calma e determinação, aumentando a capacidade de superação, aquela movimentação que o capoeirista tanto quer realizar a paciência torna essencial para aprender algo novo, também ajuda a enxergar o valor do esforço contínuo, trazendo recompensas maiores e mais duradouras, concentração e persistência aumentam o rendimento em tarefas de longo prazo, estudos sugerem que essas pessoas mais pacientes têm maior probabilidade de viver mais, devido aos benefícios na saúde geral.

Cultivar a paciência é um investimento que traz recompensas profundas e duradouras, o capoeirista aguarda o momento certo em que o mestre pode passar um conhecimento, com essa virtude que não apenas melhora a qualidade de vida, mas também sua forma de agir

contribuindo para o crescimento pessoal, emocional e social. Além disso, essa qualidade pode ser desenvolvida com prática e autoconhecimento, pois geralmente tem uma visão mais otimista e menos reativa da vida, aceitando que bons resultados frequentemente exigem tempo e esforço.

Ele treina e aprende tudo do estágio que está vivendo sem se preocupar em queimar etapas de seu aprendizado querendo ser graduado precoce

No entanto, ser paciente não significa ser totalmente invencível. O equilíbrio entre calma e assertividade é fundamental. Em algumas situações, agir com firmeza e energia é necessário para enfrentar desafios ou se proteger.

Em resumo, alguém pode ser paciente demonstrar calma e tolerância, sem ser passivo que é o ser capaz de aceitar tudo sem agir. Da mesma forma, ser passivo não implica necessariamente ser paciente, já que a passividade pode surgir de desinteresse ou conformismo, e não de uma escolha consciente de tolerar algo.