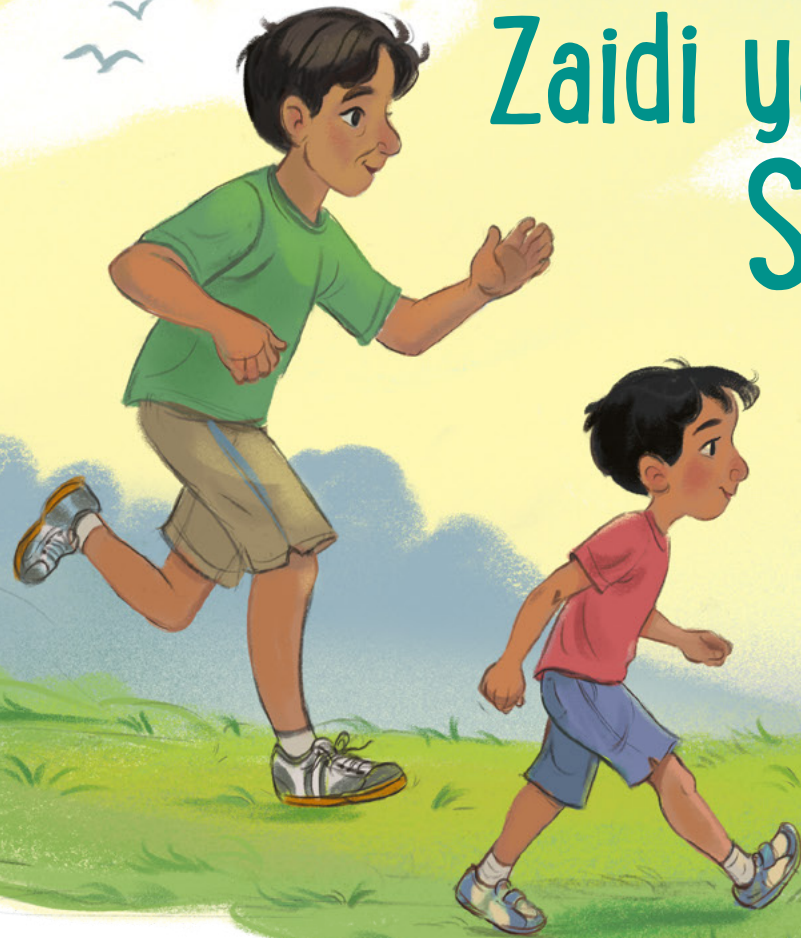


# Zaidi ya Siku Nzuri ya Kufanya Mazoezi



Ismael alimwalia yule mwanamke akipangusa paji la uso wake. Hisia za kutaka kuzungumza naye zilizi kuongezeka. “Hakika nahisi kama tunapaswa kufanya hilo,” Ismael alisema. Aliushika mkono wa Papá na wakaenda kwa yule mwanamke.

“Shikamoo, mama,” Ismael alisema kwa kumpungia mkono.

Yule mwanamke hakuinua kichwa. “Unataka nini?”

Ismael aliweza kutambua yule mwanamke hakuwa na furaha. Lakini hilo halikuweza kumzuia. “Nilitaka kukuambia kwamba unafanya kazi nzuri sana!”

Sasa yule mwanamke aliinua uso na kumtazama.

Ismael alitabasamu. “Asante kwa kujali bustani hii!” Mwanamke yule alirudisha tabasamu. “Asante,” alisema. Kisha tabasamu lake likawa pana zaidi. “Asante sana.” Ismaeli alihisi furaha alipokuwa akitembea kwenda nyumbani.

“Nadhani kile ulichosema kilikuwa muhimu kwake,” Papá alisema. “Ninafurahi ulisikiliza hisia ulizokuwa nazo.”

“Ninafurahi pia.” Ismael aliwaza kwa muda. Kisha akauliza, “Unadhani alikuwa ni Roho Mtakatifu?”

Papá alikubali kwa kichwa. “Wakati mwingine Roho Mtakatifu hutupa mawazo ya kuwasaidia wengine. Na hilo ndilo hasa ulilolifanya.”

Ismael alitabasamu. Kuzungumza na yule mwanamke ilikuwa ni jambo dogo tu, lakini limeifanya siku yake iwe nzuri zaidi. Kumsikiliza Roho Mtakatifu kuliifanya siku ya Ismael iwe nzuri pia. ●

**Na Carolina Maldonado Leyes**  
(Imetokana na hadithi ya kweli)

Hadithi hii ilitokea huko Bolivia.

Ismael alitabasamu alipokuwa akitoka nje katika mwangaza wa jua. Yeye na Papá (Baba) walikuwa wakienda kwenye bustani. Walipokuwa wakitembea, Ismael aliushikilia mkono wa Papá na alibeba mpira wake wa miguu. Ismael alipendelea kutumia muda wake akiwa na Papá—hasa wanapokuwa wakicheza soka!

Walipofika kwenye bustani, Ismael aliangalia pande zote. Mwanamke mmoja alikuwa akipalilia jirani na ule uwanja wa soka. Familia ilikuwa ikitembea kwenye njia ya watembea kwa miguu. Lakini hapakuwa na mtu aliyekuwa akicheza kwenye uwanja wa soka. Ismael na Papá walikuwa na nafasi kubwa ya kufanya mazoezi!

“Uko tayari kucheza?” Papá aliuliza.

“Ndiyo!” Ismael alikimbia uwanjani haraka kadiri alivyoweza. Alifanya mbio za kimshazari, kupiga mashuti ya penati na kupiga mipira ya kona.

Papá alipiga shuti kali. Lilipaa juu ya kichwa cha Ismael!

“Nitaufuata,” Ismael alisema. Alikimbia kwenda kwenye kona ya uwanja na akaukota ule mpira. Alimwona yule

mwanamke akiwa bado analima. Mama yule alionekana amechoka.

“Mimi nitakuwa golikipa sasa,” alisema Papá. “Tuone kama utaweza kufunga!”

Ismael alikimbia mbio na kuupiga ule mpira golini. Papá aliruka ili audake lakini aliukosa kidogo.

“Goliiii!” Ismael alishangilia wakati mpira ulipotikisa nyavu.

Punde saa nzima ikawa imepita. “Ni wakati wa kwenda nyumbani,” Papá alisema.

Ismael aliangalia nyuma kwa yule mwanamke aliyekuwa akipalilia. *Kufanya kazi juani siyo burudani kama kucheza mpira wa miguu*, aliwaza. Alitaka kumsaidia kidogo. Kisha akapata wazo.

“Papá, hufikirii kwamba yule mwanamke anafanya kazi nzuri?” alisema.

“Nini?” Papá alimtazama yule mwanamke. “Ee, ndiyo.”

“Nafikiri tunapaswa kwenda kumwambia!” alisema Ismael.

“Sawa, lakini tunahitaji kuwahi nyumbani. Mama anatungojea,” Papá alisema.

