



SOBRE LA PACIENCIA

Cristina Avilés Marí ¹

RESUMEN:

En este artículo se pretende iniciar un abordaje filosófico sobre el tema de la paciencia desde una concepción de la *filosofía como forma de vida*. Por un lado, se muestra el papel fundamental que tiene el autoconocimiento para combatir algunos malentendidos a la hora de entender la paciencia y, por otro lado, se subraya la confluencia del cultivo de la paciencia con el pleno desenvolvimiento de las personas como seres humanos.

PALABRAS CLAVES: paciencia, sabiduría, autoconocimiento, filosofía sapiencial², amor, Nietzsche, Esquirol.

¹ Cristina Avilés Marí es licenciada en filosofía por la UB. Trabaja como profesora de filosofía al IES Capdepera (Mallorca) y también como filósofa asesora.

² La filosofía sapiencial es una expresión acuñada por la filósofa Mónica Cavallé, que alude a aquellas filosofías de todas las épocas y culturas que han tenido como guía el ideal de la sabiduría, esto es, que se han orientado a la realización de los fines últimos de la vida humana y para las que el ejercicio de la filosofía compromete todas las dimensiones del ser humano, no solo sus capacidades intelectuales. Esta forma de entender y practicar la filosofía amplía y complementa el enfoque académico actualmente predominante e intenta recobrar, en contextos contemporáneos, el sentido integral y originario de esta actividad. Disponible en: <https://escueladefilosofiasapiencial.com/filosofia-sapiencial/>



ABSTRACT:

This article aims to initiate a philosophical approach to the subject of patience from a conception of philosophy as a way of life. On the one hand, the fundamental role that self-knowledge has to combat some misunderstandings when it comes to understanding patience is shown and, on the other hand, the confluence of the cultivation of patience with the full development of people as human beings is highlighted.

KEYWORDS: patience, wisdom, self-knowledge, love, Nietzsche, Esquirol.

Si partimos de la idea de que la filosofía se vincula con un arte de formular buenas preguntas, con el objetivo de explorar terrenos inexplorados para vivir de acuerdo con la verdad, no se me ocurre nada mejor que iniciar una indagación sobre la paciencia al hilo de algunas cuestiones filosóficas. Empecemos, pues, con estas dos cuestiones: ¿Tiene sentido actualmente elogiar el cultivo de la paciencia? ¿Cómo vivir pacientemente en tiempos de aceleración creciente?

Antes de abordar estas cuestiones, resulta necesario matizar qué entendemos por paciencia. Deriva del verbo "pati" que significa padecer, sufrir, tolerar y aguantar y se define como la capacidad de padecer o soportar algo sin alterarse. De esta definición se deriva que la paciencia suele relacionarse con la pasividad, la tolerancia e incluso la resignación, por lo que está muy generalizada la idea de que ser paciente equivale a no hacer nada. Nada más lejos de la realidad porque la paciencia se halla en confluencia con la actividad. Es decir, que en esa



actitud de paciencia estar abiertos y receptivos “a lo que hay” e indagar sobre lo que nos pasa no puede ser considerado como pasividad sino como actividad. Actuar, por tanto, no tiene por qué corresponderse con la idea de hacer mil cosas, ni intentar llenar todos los huecos de nuestra vida con centenares de actividades, que en la mayoría de los casos, no constituyen una auténtica experiencia vital. No podemos confundir tampoco la paciencia con la indecisión, otra de las ideas que deambulan por el mundo, actualmente. Se cree que una persona paciente no sabe lo que quiere, que no tiene las cosas claras. Aquí subyace otra creencia limitada y muy extendida: tener dudas es algo que hay que erradicar porque obstaculiza la aspiración a la *vida buena*. En este caso cabe matizar que no es que la duda sea mala sino que lo que es contraproducente es ser impaciente con nuestras dudas. La duda nos da pistas para recorrer un camino hacia nuevas comprensiones y es, frecuentemente, la prisa para llegar antes de tiempo, lo que obstaculiza tener una buena relación con la realidad. Por otro lado, también se ha relacionado la paciencia con la resignación, cuando se asume la creencia de que es necesario “aguantar” algunas situaciones en nuestra vida ante la imposibilidad de poder cambiarlas. ¿Cuántas situaciones, relaciones, trabajos...aguantamos por miedo a confrontarnos con la verdad? Hacemos concesiones que pagamos muy caras, puesto que dejamos de vivir impulsados por quienes somos realmente. La paciencia de ninguna manera es resignación, ni darnos por vencidos, sino que va de la mano de una vida que confluye con el anhelo de vivir con más libertad.

Tras esta matización de lo que es la paciencia, podemos pasar a abordar la primera cuestión, que se refiere a vislumbrar si es necesario el cultivo de la paciencia en la actualidad. No



podemos obviar que actualmente vivimos bajo el dictamen de la cultura de lo rápido y fácil. Entendemos que lo que no es rápido ni fácil es una pérdida de tiempo y queremos, en consecuencia, que las cosas cambien o que se resuelvan antes. Asumimos, por tanto, que acoger y acompañar lo que acontece en la vida -esperar a que "madure"- es lanzar nuestro valioso tiempo por la borda. Obviamente, la impaciencia obstaculiza el florecimiento humano porque su foco de visión no está en el propio desenvolvimiento personal y se centra en el afán de dar frutos antes de madurar. De esta forma, confundimos lo que es rápido con un ficticio progreso, cuando no es más que un tupido velo que esconde nuestra propia insatisfacción con la realidad que nos envuelve.

La impaciencia también se entrelaza con la condición mortal del ser humano: vivimos de forma voraz el presente porque el tiempo se nos acaba. En muchas ocasiones se ha defendido una concepción del "carpe diem" que se vincula con la idea de exprimir el instante presente porque es lo único que tenemos. Esta forma de "comernos" la vida vorazmente nos lleva a no ser responsables y no contemplar las consecuencias de nuestras acciones en el futuro. En realidad, no hay mejor manera de vivir el presente que atendiendo lo que viene, sin "empujar el río" porque éste fluye solo. Podemos escuchar al río -como hace *Siddhartha*, de Herman Hesse- y estar atentos a lo que el universo nos dice. Éstas son sus palabras:

"Siddhartha escuchó. Escuchaba ahora con toda atención, enteramente, absorbiéndolo todo; sentía que al fin había aprendido a escuchar. Ya otras muchas veces había oído todo esto, todas aquellas voces en el río; pero hoy sonaban de modo distinto. Ya no sabía distinguir



aquellas numerosas voces, ni las alegres de las llorosas, ni las infantiles de las de los hombres; pertenecían a todos juntos, lamentos del que añora, risas del sabio, gritos del colérico y gemidos del moribundo; todo era uno, todo entremezclado y enredado mil veces.

Y todo junto, todas las voces, todos los fines, todos los anhelos, todos los dolores, todos los goces, todo lo bueno y lo malo, todo junto formaba el mundo. Todo ello formaba el río del acaecer, la música de la vida. Y aunque Siddhartha escuchaba atentamente este río, esta canción a mil voces; aunque no oía el dolor ni la risa, aunque no acordaba su alma a ninguna voz ni penetraba con su yo en ellas, sino que escuchaba el todo, percibía la unidad, y la gran canción de las mil voces venía a concentrarse en una sola palabra, que se llamaba Om: la perfección".³

Una vez vista la necesidad de cultivar la paciencia podemos plantearnos la segunda cuestión que versa sobre cómo podemos cultivar la paciencia en tiempos de aceleración creciente. En primer lugar, es necesario recalcar que la paciencia no se consigue con el control y la gestión de las emociones. Son estrategias, que se venden suficientemente bien por parte de la industria del bienestar y crecimiento personal y, que proponen sustituir, eliminar, tapar unas emociones que se consideran tóxicas, a cambio de otras que se consideran sanas. Pero, no nos engañemos, los procesos de transformación, de cambio y de comprensión no se dan "cambiando los muebles de sitio", sino con una *nueva visión*

³ Herman Hesse (2019), *Sidharta*. Everbooks editorial. p. 115.



que nos impulsa a mover los muebles de sitio. Desde el enfoque de la Filosofía sapiencial, lo que se propone es que nos detengamos a mirar con más detenimiento lo que está pasando realmente, para encaminarnos a un proceso de mayor comprensión que amplíe nuestro nivel de conciencia. Es decir, que ver lo falso como falso -ver nuestra ignorancia- nos permite ir más allá de las creencias que limitan un mejor conocimiento de la realidad. A través de la indagación filosófica podemos comprender que la lentitud no es una pérdida de tiempo, sino más bien lo que nos hace perder el tiempo es ir rápido. Lo que veíamos como una pérdida de tiempo, ahora lo podemos percibir como una ganancia, porque entendemos que sin esa actitud de detenimiento que confluye con el ritmo natural de la vida misma no podemos realmente avanzar.

Resulta imposible hablar del cultivo de la paciencia sin abordar un trabajo de autoconocimiento, en el que vamos siendo más sabios, cuando vamos cuestionando nuestros prejuicios y vivimos desde nuestro propio criterio y discernimiento. No podemos ser pacientes debido a nuestros límites de comprensión. Empecemos, pues, por lo que no nos permite vivir pacientemente para poder acceder a lo que sí nos permite cultivar la paciencia. Una de las actitudes que no nos permite ser pacientes es la irresponsabilidad. Es bastante común culpabilizar a los demás y al mundo de nuestra impaciencia cuando interpretamos en las acciones, palabras o situaciones, falta de sensibilidad hacia nosotros, sea porque no nos sentimos valorados, reconocidos o estimados. Otro momento que nos hace perder la paciencia es cuando la realidad no encaja en nuestro cuadro de valores, principios e ideas. Sin embargo, la paciencia no se agota, ni desaparece, ni tampoco se puede eliminar del todo -aunque de primeras lo parezca-, ya que, si



nuestra propia naturaleza se encamina hacia nuestro pleno desenvolvimiento como seres humanos, éste no se consigue sin confluir con un cultivo de la paciencia. Y con paciencia me refiero a un estado de ser, que se vincula con el respeto por lo que las cosas son en realidad. Muchas veces somos impacientes porque no se da una absoluta confianza en lo que uno es o lo que los demás son. Y, lo que uno es tiene que ver con salir de una prisión egótica que nos separa de los demás y del mundo. Esa salida que nos devuelve a nuestro auténtico hogar que es el de la Unidad, de ser Uno con el Todo.

Ahora, ya podemos ir a lo que sí nos permite cultivar la paciencia. Y con ello me refiero a considerar la paciencia como una *vía de amor*. Si acudimos a una de las metáforas más manidas para hablar de la paciencia, la del cultivo, vemos que cuando se producen los mejores frutos -los más jugosos, sabrosos y saludables- van unidos a una actitud de paciencia, de espera y de cuidado de todo lo que va surgiendo, con lo que no vamos por "delante de" sino de "la mano de". Aunque pueda venir una gran tormenta que inunde los campos y arruine la cosecha, porque habrá que empezar de nuevo y trabajar de nuevo con paciencia y cuidado la tierra, el cuidado de las plantas, su poda, su riego... En la paciencia está implícito el cuidado y, por tanto, el amor con todo lo que pueda llegar a suceder, con un respeto incondicional. Vivir pacientemente es una muestra de sabiduría en la que se muestra que sentimos que la vida nos posee y no que la poseemos a ella.

La paciencia como *vía de amor* implica cuidado y acogimiento. Nietzsche describe la prisa como "indecorosa" y apunta hacia otro camino que nos permite vivir de manera más calmada y plena, convirtiendo la propia vida en una obra de arte que se



disfruta lentamente. En *El crepúsculo de los ídolos*, nos dice: "Se ha de aprender a ver y se ha de aprender a pensar [...] Aprender a ver implica habituar el ojo a la calma, a la paciencia, a dejar que las cosas se nos acerquen; aprender a aplazar el juicio, a rodear y a abarcar el caso particular desde todos los lados".⁴

En la misma línea también encontramos a Josep M^a Esquirol. Éstas son sus palabras en su obra *La penúltima bondad*:

*[...] en sintonía con el verbo concebir, y con la paciencia de la madre que espera y acoge el hijo que viene; el hijo que, aun siendo concebido por la madre, es exactamente otro, y no invita a la apropiación sino a la aproximación y la acogida. Después del parto, la madre coge al bebé en brazos. Pero éste es un coger que mece. Acunar y acariciar: esto es metafísica. Brazos, manos y dedos mendicantes que reciben y sienten lo que es verdaderamente. La delicadeza es connatural al tacto, y más aún al tacto que rodea la concepción. Pensar como concebir, y concebir como esperar y acoger.*⁵

La paciencia está vinculada, por tanto, a la sensibilidad, a nuestra condición de seres humanos porque remite a una

⁴ F. Nietzsche (1989). *Crepúsculo de los ídolos. Cómo se filosofa con el martillo*, trad. A. Sánchez Pascual, Madrid, Alianza, 1989 p. 83.

⁵ Josep M^a Esquirol: *La penúltima bondad: assaig sobre la vida humana*. Quaderns crema, Barcelona, 2018. Traducción propia del catalán p. 170.



El Búho Nº 23
Revista Electrónica de la [Asociación Andaluza de Filosofía](#).
D. L: CA-834/97. - ISSN 1138-3569.
Publicado en <https://elbuho.revistasaaafi.es/>

cualidad en la que se unen, el cuidado, el acogimiento, la dulzura y el amor. En cuanto somos insensibles, más egoístas somos y menos pacientes -menos humanos, diríamos- somos.