

vencer la
impaciencia
con ilusión y esperanza

3ª edición

Antonio Fuentes Mendiola



Desclée De Brouwer

ANTONIO FUENTES MENDIOLA

VENCER LA IMPACIENCIA
CON ILUSIÓN Y ESPERANZA

3^a edición

DESCLÉE DE BROUWER
BILBAO - 2008

ÍNDICE

PRÓLOGO	11
I. ACOSADOS POR LA IMPACIENCIA.	15
1. Cautivos del tiempo	18
2. Zarandeados por las prisas	29
3. Quejas y protestas	40
4. Enojos por los defectos ajenos	47
5. Inquietud por la salud y el dinero	60
II. PASOS HACIA LA PACIENCIA.	75
1. Cada cosa a su tiempo	76
2. Mirar hacia lo alto	87
3. Caminar sin mirar atrás	103
4. Actuar con cordura	112
5. Confiar y esperar	124
III. FRUTOS DE LA PACIENCIA	133
1. Dominio de sí	136
2. Mansedumbre de corazón	150
3. Capacidad de aguante	165
4. Actitud esperanzada	176
IV. PACIENTES EN LA VIDA DIARIA.	199
1. Con uno mismo	200
2. En el propio hogar	212
3. En el trabajo y el descanso	235
4. En la vida pública y social	248
EPÍLOGO	263

PRÓLOGO

Raro es el día que no se encuentra uno con alguien aquejado de impaciencia. La mujer, por los defectos que aprecia en su marido; el marido, por lo que considera impertinencias en su mujer. Lo mismo puede decirse de las impaciencias entre padres e hijos y viceversa. Todos, de una manera u otra, sufrimos algún ramalazo de impaciencia. No puede extrañar ante un ritmo tan acelerado de vida. La agenda se ve repleta de compromisos, el trabajo parece cada día más absorbente, apenas queda tiempo para atender a la familia o descansar lo suficiente para reponer fuerzas. Y es lógico que aparezcan las tensiones y se multipliquen las inquietudes. Muchos no saben qué hacer para sosegar y tomarse la vida con más paz. La impaciencia ha terminado por convertirse en muchos casos en una especie de virus agresivo que amenaza la tranquilidad y la misma convivencia.

Y lo más llamativo es que esto sucede en una sociedad aparentemente próspera y civilizada, como la nuestra. Sin saber muchas veces cómo, los conflictos y crispaciones acaban sacando a la gente de sus casillas, provocando tirantes y auténticos torbellinos de sinsabores e irritaciones. Es fácil perder en esos casos el norte, no saber adónde se va ni qué es lo que realmente se quiere. Puede constatarse que uno se ha pasado de revoluciones;

pero, ¿cómo desacelerar?, ¿cómo salir del desorden? Sí, somos conscientes de que hemos de poner freno a un ritmo tan loco y vertiginoso, pero ¿cómo hacerlo?

Al inicio de su pontificado, Benedicto XVI dijo una frase que se me quedó profundamente grabada. Afirmaba que «el mundo es redimido por la paciencia de Dios y destruido por la impaciencia de los hombres». Con su afirmación ponía el dedo en la llaga de uno de los males que hoy más nos aquejan. Era la suya una llamada a la sensatez, al dominio de sí, a tomarse la vida con más serenidad. Y abría a quienes la escuchaban a un horizonte mental más amplio, a calar en el verdadero significado de la virtud de la paciencia. Advertía que la inquietud y el desasosiego son el caldo de cultivo en el que crecen a sus anchas las irritaciones, el nerviosismo y el mal humor. Dominados por ellos, es difícil que el hombre alcance la paz y felicidad que desea.

La impaciencia, como veremos, no es signo de fortaleza sino de debilidad. La avidez que se siente por alcanzar el éxito y triunfar en lo profesional, en lo económico o en lo político, acaba provocando inquietud y ansiedad. Lo cual hace que en lugar de hallar la paz y felicidad que necesitamos, nos precipitemos no pocas veces en el hoyo profundo del desaliento, la tristeza o la desesperanza. Por un error de perspectiva, por habernos apartado de la realidad y alimentar falsas expectativas.

Para salir del círculo vicioso en que puede meternos la inquietud, la paciencia es el camino. Para tener paz y vivir sin sobresaltos, para hallar la serenidad que necesita el alma y moderar el afán y la avidez de poseer. Como es natural, eso exige ser dueños de nosotros mismos, personas reflexivas y prudentes. Una meta que puede parecer inalcanzable, pero que cuando se pone ilusión

y se vive de esperanza no lo es. Darse por vencidos a la primera sería tentar a Dios. Es verdad que las cosas requieren su tiempo para verlas realizadas, y la paciencia con más razón. No se ganó Zamora en una hora. Lo que vale cuesta. Y la virtud de la paciencia es un valor muy cotizado.

¿Qué nos aporta la paciencia? En primer lugar nos curte y fortalece, nos insufla fuerzas y energías nuevas para no doblegarnos ante el dolor ni desistir ante la presencia del mal. «Ser paciente –en palabras de Pieper– significa no dejarse arrebatarse la serenidad ni la clarividencia del alma por las heridas que se reciben mientras se hace el bien». Ya lo afirmaba santo Tomás: «No es paciente quien huye del mal, sino el que no se deja arrastrar por su presencia a un desordenado estado de tristeza».

En este libro damos algunas pistas y sugerencias que ayudarán a quienes lo deseen a ser pacientes en su vida diaria. Pero, como es lógico, esto requiere poner interés, decisión y coraje. Solo entonces podrán vencerse con cierta facilidad esos agobios, irritaciones e inquietudes que nos llenan de impaciencia. Y al gozar de sosiego, de paz y alegría podremos transmitirlos a cuantos la necesitan. Es cuestión de vivir de fe y llenarse de esperanza. Recientemente lo afirmaba el Papa en su discurso en la ONU: «El mundo tiene más que nunca necesidad de esperanza: esperanza de paz, de justicia, de libertad; pero no podrá realizar esta esperanza sin obedecer a la ley de Dios, que Cristo ha llevado a cumplimiento en el mandamiento de amarnos los unos a los otros. Haced a los otros lo que queréis que os hagan a vosotros...».

Fe, esperanza y amor. Son los tres pilares sobre los que se funda la paciencia. Sobre ellos construiremos un mundo más justo y humano, más esperanzado y opti-

mista. Porque han de aprender los demás del ejemplo que les demos; de la serenidad, alegría y paciencia que tengamos, aprenderán nuestros amigos, compañeros y parientes a tratarse con respeto, a descubrir el sentido de su vida, a imprimir un ritmo más humano a su trabajo, a descansar y disfrutar del tiempo de vida que el Señor les está ofreciendo. De todo ello iremos hablando a lo largo de este libro.

A.F.M.

I

ACOSADOS POR LA IMPACIENCIA

Es difícil catalogar su número. Pero qué duda cabe que son muchas las impaciencias que acosan al hombre de hoy, de las más variadas características y matices. Ahora bien, mientras para unos son un incentivo para la acción, para otros se convierten en auténticos suplicios y quebraderos de cabeza. Porque en realidad hay impaciencias que, al proceder del amor, son buenas y muy justas. ¿Acaso se pueden poner reparos, por ejemplo, a la impaciencia que siente una madre que quiere que su hijo enfermo se cure enseguida? ¿O la impaciencia que experimenta un marido por ver a su esposa tras una prolongada ausencia? ¿O la impaciencia que puede tener cualquiera de nosotros al desear que cesen cuanto antes el horror de las guerras, el azote del terrorismo o la violencia doméstica? ¿O es que no la siente incluso el cristiano que desearía irradiar su fe a gentes del mundo entero? No, estas impaciencias no ponen en peligro la paz del alma.

Son otras las impaciencias que atormentan y producen desasosiego. Estas no proceden del amor, sino del egoísmo. Son impaciencias desconectadas en su misma raíz de la fe y la esperanza; esa es la razón de que produzcan tristeza y lleven al pesimismo. Sus consecuencias son fácilmente perceptibles: mal genio, inquietud, crispación, reacciones de mal humor... Hacen difícil la convi-

vencia, porque crean tiranteces, producen choques y no pocas enemistades. A estas impacencias no se les debe dar tregua. De acuerdo, responden algunos, pero ¿cómo puedo plantarles cara sin morir en el intento?

Ninguna virtud, y menos la paciencia, se alcanza por el simple hecho de desearla. Toda virtud se adquiere por repetición de actos, de modo que fortalecida la voluntad los actos sucesivos cuesten menos esfuerzo. Pero eso no se consigue sin poner empeño, decisión y constancia, es decir, si no se baja a la arena de lo cotidiano. Sirviéndonos de un símil taurino, podría decirse que es preciso enfrentarse a ese enorme *morlaco* llamado impaciencia. Para salir airoso de sus embestidas, lo primero que se ha de hacer, como los buenos toreros, es aprender a templar los nervios, a fajar sentidos y potencias, haciendo acopio de gallardía para dar unos buenos quites. No basta con dar unos simples capotazos, ni con correr de un lado para otro. Así ni siquiera se le espanta. Cualquier improvisación en un lance puede pagarse cara. El «toro» de la impaciencia que acosa cada día sin resuello, se ha de torear con mando y señorío, dándole unos pases bien ceñidos, burlando sus embestidas, para terminar matándolo de una estocada certera. Si queda vivo, lo más seguro es que intente cornear al menor descuido.

En la lidia, cada faena tiene su tiempo, su estilo. Es un arte que, para dominarlo, requiere tiempo. De modo análogo a la crianza del vino. El bodeguero, que también es un artista, sabe que debe respetar los tiempos de fermentación de cada caldo. Pone en ello los cinco sentidos, sigue al día su evolución, agudiza el oído, el olfato y el gusto, hasta conseguir esos vinos excelentes tan cotizados por su sabor y aroma, en uno cualquiera de sus diversos tipos: fino, amontillado, oloroso o palo cortado. Al bodeguero no se le pasa por la cabeza adelantar los plazos que necesita cada tipo de vino por

quererlo poner cuanto antes en el mercado. Sería una temeridad, su impaciencia le costaría caro. No puede ceder a las prisas si quiere que el vino que ofrece tenga auténtica calidad.

Algo semejante ocurre con la paciencia. No se logra a la primera. Se ha de proceder sin prisas, con cordura. Huyendo de la precipitación, dando a cada cosa su tiempo. Las cosas que impacientan y nos sacan de quicio, no vienen de fuera, están dentro de nosotros mismos. Es en el interior del hombre donde se producen las rebeldías, los desasosiegos, el mal humor, los desequilibrios y el desorden. Todo por falta de control, de dominio de uno mismo. De ahí que deban atajarse con rapidez, en su momento, para evitar que se apodere de nosotros la ansiedad y quedemos a merced de una voluntad floja o de un ánimo quebradizo. El que por flojera o comodidad no reacciona, lo normal será que se abandone a su suerte, que cada día le cueste más dominarse. No debe intentar justificarse achacando a otros la causa de sus impaciencias. No, la causa está en él mismo, en su falta de decisión para poner orden en su vida.

Cada persona es responsable de sus actos, como también de sus impaciencias. Sin embargo, algunos se parapetan en las dificultades externas y se resisten a reconocer que han de remover en ellos mismos las causas de su languidez y tibieza para hacerles frente. Para tranquilizar su conciencia, no dudan en acudir al manido recurso de echar la culpa de lo que les ocurre al «endiablado malhumor del jefe», a las «rarezas o manías de su cónyuge» a los «desplantes o extravagancias» de sus hijos... Tratan de endosar a otros la culpa de sus desatinos, se niegan a reconocer que les falta voluntad y les sobra desorden.

¿Qué hacer en estos casos, cómo asumir la propia responsabilidad? Lo iremos viendo en las páginas que

siguen. Lo primero será comenzar por aceptarse cada uno como es, con humildad y sencillez, con ganas de luchar para adquirir virtudes y, muy particularmente, la paciencia. Quizá algunos, todavía escépticos, se pregunten: ¿pero cómo yo, a mis años, llegaré a dominar mi mal genio, mis enfados y tantas reacciones bruscas como tengo? Claro que podrá, en la medida que recupere su ilusión y fomente su esperanza. Dispuesto a mejorar un poco cada día, controlando los nervios, echando de vez en cuando una mirada a lo alto en petición de ayuda. Sin olvidar de que ha de aprender a esperar, dando tiempo al tiempo, como hacen los buenos artistas.

1. CAUTIVOS DEL TIEMPO

Puede parecer una paradoja. El tiempo, que es un tesoro, para algunos se convierte en cambio en un verdadero suplicio. En fuente de inquietud, de ansiedad y mal humor. No saben emplearlo. El tiempo, que Dios nos lo ha concedido para que lo aprovechemos y desarrollemos nuestros talentos, por falta de serenidad y de equilibrio personal, se nos vuelve en contra. Y, no obstante, de cómo lo empleemos dependerá que nos sirva para hallar la paz o, por el contrario, para vernos dominados por la inquietud y el nerviosismo. Esa contradicción hace que muchos se zambullan en la espiral del desasosiego y el nerviosismo. No saldrán de ella si no dan al tiempo su verdadero valor. No somos ángeles, sino personas dotadas de cuerpo y espíritu. Por lo tanto, mientras estamos en la tierra vivimos inmersos en las coordenadas de espacio y tiempo. Todo lo que hagamos estará marcado por el sello de la temporalidad.

Esto quiere decir que todo hombre tiene un antes y un después, y que por lo tanto tiene una fecha de caducidad. Cada uno ha nacido en un día y hora determinados, en el

seno de una familia, en la que ha crecido y se ha desarrollado. Al final de sus días, como a los demás seres vivos, le aguarda la muerte. Cuando se contempla serenamente esta realidad, se gana en sensatez y prudencia y, en consecuencia, se previene la impaciencia. No quiere esto decir que haya que actuar por temor a la muerte. No, el hombre no es un «ser para la muerte», como aseguraba Heidegger, sino para la vida. Ciertamente no debe olvidar que es *moriturus*, por cuanto no solo tiene la posibilidad de morir, sino la certeza de que un día morirá. Quien se plantea la vida a la luz de esta realidad, tiene una visión mucho más serena, y al ganar en sensatez se ahorrará infinidad de inquietudes e impacencias.

Todos los años solemos celebrar en familia el aniversario de nuestro nacimiento. Es un día alegre, festivo, lleno de regocijo. De esa alegría participan todos los miembros de la familia, también amigos y conocidos. Pero algo tan natural suele desconectarse, sin saber por qué, del hecho cierto de que la vida es corta y que el hombre tiene un final. Se olvida que entre el nacimiento y la muerte media un tiempo siempre breve, que ha de ser administrado con prudencia y responsabilidad. Sin embargo, por prisa, miedo o frivolidad –y no pocas veces, por superstición– se olvida lo que realmente es el tiempo y el valor que tiene. Con lo que muchos o bien se precipitan, intentado hacer más de lo que pueden, o se abandonan, pensando que permanecerán en la tierra para siempre; en cualquier caso, viven con la ilusión de creerse eternos. Lo cual no pocas veces provoca en ellos infinidad de desvelos y obsesiones. Se da en estas personas el supremo engaño que señalaba Julián Marías: el de una vida que intenta ignorar la muerte y no cuenta con ella más que de modo negativo.

La reflexión sobre la certidumbre de la muerte es una de las mejores terapias para dominar la impaciencia.

No caigamos, por tanto, en el error de querer juzgar las cosas a la luz de nuestro pobre y limitado entendimiento. Algo de esto descubrió un día Nagai, médico japonés superviviente de la bomba de Hiroshima. Recordaba al cabo del tiempo la clase en la que un profesor les había mostrado el cadáver de una persona, y tras unos breves comentarios, les dijo: «Señores, esto es el hombre, el objeto de nuestros estudios: un cuerpo con propiedades físicas. Cosas que se pueden ver, pesar, probar y medir. Esto es todo lo que es el hombre». Nagai, en un principio, no encontró nada de extraño en la negación de la parte espiritual del hombre. Él era un apasionado de la ciencia, estaba convencido de que la ciencia tenía la llave para abrir todas las puertas. Aunque reconocía también que nada podía hacer para remediar sus dolores y desconsuelos, sus ansiedades e impacencias.

Todo cambió con la experiencia de la muerte de su madre; fue el detonante que le hizo salir de su error. Así lo relata él mismo. «Me precipité junto a su almohada. Todavía respiraba. Me miró fijamente y así es como llegué al fin. Mi madre, en su última mirada penetrante, derribó la estructura ideológica que yo había construido. Esta mujer que me trajo al mundo y me crió, esta mujer que nunca había dejado de amarme [...], en los últimos momentos de su vida ¡me habló con claridad a mí! Sus ojos hablaron a los míos tajantemente, diciéndome: “Tu madre ahora se va con la muerte, pero *su espíritu vivo* estará junto a su pequeño Takashi”. A mí, que estaba seguro de que no había tal cosa llamada espíritu, se me decía ahora lo contrario. ¡Yo no podía sino creerlo! Los ojos de mi madre me decían que el espíritu humano vive después de la muerte»¹.

1. Paul Glinn, *Requiem per Nagasaki*, p. 28.