

# La paciencia en la familia

Importancia de practicar la paciencia en diferentes contextos pero sobretodo en la familia.

Por: Francisco | Fuente: [www.micumbre.com](http://www.micumbre.com)



## **Virtudes y valores humanos relacionados con la paciencia:**

Caridad, condescendencia, constancia, equilibrio, esperanza, firmeza, freno, generosidad, humildad, insistencia, justicia, perseverancia, persistencia, responsabilidad, serenidad, sobrellevar, sosiego, tesón, tolerancia, voluntad, etc.

## **Actitudes antagónicas de la paciencia:**

Angustia, ansiedad, desasosiego, enojo, intolerancia, intranquilidad, intransigencia, ira, tensión, etc.

## **La paciencia en las relaciones familiares.**

Hay que considerarla como una de las virtudes humanas más importantes, para el dominio de uno mismo y para poder llevar una familia feliz. Después de bien estudiadas y aprendidas sus características, beneficios y mecanismos para ejercitarla, hay que dominarla bien para ponerla en práctica, primero con uno mismo y posteriormente practicarla con la esposa o el esposo, los hijos, los padres, los hermanos y demás familiares y amigos. La paciencia empieza en uno mismo, sigue por aplicarla con la familia y termina esparciéndose, en los distintos estamentos de la sociedad. Es una virtud que como todas, se aprende y se va mejorando con la práctica. Los resultados son extraordinarios para llevar por buen camino, la formación de la familia y de la sociedad.

La paciencia se puede u debe aprender, a través de libros especializados que se encuentran gratuitamente en las Bibliotecas Públicas. Ahí podemos aprender de los consejos, que escritores especializados en esa materia, han demostrado que sirven para cada una de las ocasiones, donde en el curso de la vida necesitaremos ejercitarla. También en las conferencias de profesionales, en las Iglesias y centros cívicos.

Pero la paciencia es muy difícil de practicar, si no va acompañada entre otras cosas, de mucha creatividad. No se puede ser paciente nada más que por serlo, hace falta construir un sistema mental, hacia dentro de uno mismo y hacia fuera, para que la paciencia funcione. Tiene que haber algún motivo superior, como el amor a Dios o al prójimo para practicar la paciencia. Ser paciente y demostrar una mala cara o

mal genio, no ayuda a las otras personas a ser conscientes de la paciencia, que se ha desarrollado. La paciencia no debe ir acompañada de actitudes de perdonavidas. A poder ser, debe ir acompañada con gestos de sonrisa o por lo menos, de no mal humor, aunque sea difícil no expresar que esos actos de paciencia, corresponden a un fuerte acto interno o externo de dominio personal.

La práctica de la paciencia, que muchas veces se convierte en auto dominio de la personalidad, tiene que tener varios objetivos, muy concretos y un programa, para poder alcanzarlos. Ser pacientes por el simple hecho de ser pacientes, no es la mejor forma de fomentar esta costumbre, para convertirla después en hábito y posteriormente en virtud. Los objetivos variarán según para lo que queramos practicarla. Por ejemplo la paciencia con la familia, nos llevará a conseguir una familia bien educada y feliz. La paciencia con un carácter religioso, nos llevará a conseguir el camino para la perfección humana. La paciencia en los deportes, nos llevará a conseguir los objetivos de marcas, que nos hayamos propuestos. La paciencia en el trabajo, nos llevará a la mejora del mismo. Cada actividad tendrá unos frutos diferentes.

También hay que aprender a educar la virtud de la paciencia, para saber escuchar a otros, siempre se podrá aprovechar algo, además de ejercitar la caridad de escuchar, al que necesita o quiere comunicar algo.

### **Con la propia familia.**

La paciencia expresada en la familia, tiene que ser también firmeza de los padres, en los principios no negociables, especialmente en el amplio concepto de la educación y seguimiento de las virtudes y valores humanos.

La paciencia está relacionada también, con el sacrificio personal, ya que muchas veces, supone un gran esfuerzo tener la paciencia para escuchar a los hijos, esposos, nietos o padres que tienen la necesidad de hablar sobre temas, que no son de nuestro agrado. Pero hay que tener paciencia, escucharlos, procesarlos mentalmente y ponerse a trabajar, para encontrar las soluciones adecuadas.

Ser pacientes practicando el silencio, ya que muchas veces nuestro interior, está pidiendo que expresemos algo que no es adecuado, porque no va a servir para nada, que va a herir a los demás o que no nos han pedido nuestra opinión y que es posible, que no sea adecuado que la demos.

Los familiares entre sí, esposos, padres e hijos tienen que practicar la paciencia, también en la base de la tolerancia hacia los sentimientos y actos de los demás, pero dando la importancia debida a lo que la tiene.

¿Cómo no va a haber paciencia y tolerancia, en una familia que se quieren, si es la mejor forma de convivir, aceptándose unos a otros con sus defectos y virtudes, actos y omisiones?

Es muy importante que los hijos, se den cuenta de la paciencia que tienen los padres, en sus relaciones con los maestros, vecinos y amigos personales, ya que por su cercanía y porque muchas veces se realizan en su presencia, las conversaciones o comentarios, son esas actitudes las que mejor pueden comparar y analizar

## **Con la esposa o el esposo**

Siempre hay un periodo de adaptación en el matrimonio, donde ambas partes tienen que exhibir sus mejores dotes, para intentar conseguir esa perfección en las relaciones matrimoniales. La paciencia es el antídoto, para los malos humores y para la adaptación de esas vidas diferentes, que cada uno aporta al matrimonio. La paciencia se relaciona íntimamente, con el cariño hacia las personas. A mayor cariño, mas paciencia tiene que haber.

¿Como no se va a tener paciencia con las madres, que ofrecen ese derroche de entrega, en la crianza de los hijos y esa gran comprensión con su esposo?

## **Con los hijos**

En cada una de las edades, el tipo de paciencia tiene que ser diferente, siempre con el fin de procurar el bien de los hijos, desde cuando hay que enseñarles, con mucho cariño y creatividad a comer, andar, vestirse, lavarse, estudiar, etc. Ese tipo de paciencia y creatividad, es completamente distinta, con la que se tienen que ir adoptando, a medida que los hijos van creciendo. No es lo mismo tener paciencia con un hijo de un mes que no quiere comer, que la que hay que tener con un hijo o hija de 17 años, que quiere llegar o llega siempre tarde a la casa y en malas condiciones. En la primera etapa, la paciencia no conlleva riesgos para el hijo, ya que los padres se encargarán con creatividad, para hacerle que coma. En la segunda etapa, la paciencia mal ejercitada, puede llevar a que ocurran hechos graves e irreversibles, por haber tenido demasiada paciencia, antes de hablar muy claro sobre los peligros, que estaban corriendo esos hijos.

Hay padres que se comportan como energúmenos, porque los hijos no han sacado buenas notas escolares, no se han portado bien en la casa, no han ganado en los deportes o no consiguen los triunfos sociales programados. El no saberse dominar y ponerse a gritar, hasta conseguir que los hijos lloren y se dobleguen ante la autoridad paterna, aunque sean demasiado jóvenes para entender la importancia de la supuesta falta, que les dicen que han cometido, supone que esos padres tienen una gran falta de paciencia y un problema de autocontrol, lo que les impide, el poder reflexionar para buscar y encontrar las soluciones, a esos supuestos problemas. No se dan cuenta los padres, que están criando hijos a gritos, que terminarán siendo violentos. Los gritos y las humillaciones son la antítesis de la buena educación a los hijos. Mucho más se consigue con miel que con hiel.

Si los padres no tienen equilibrada la paciencia, con los estudios y formación de sus hijos, es muy difícil que estos progresen. Tienen que idear acciones creativas, para buscar y encontrar las soluciones a los problemas, que se presenten o que se intuyan que van a llegar. Nada adelantan los padres con gritar, asustar o castigar a los hijos, porque han tenido un problema si no se pone en marcha, una buena solución para corregirlo. Los hijos están reclamando de sus padres, soluciones creativas, ya que suponen que tienen el conocimiento y la experiencia necesaria, para ayudarles pacientemente. Los padres tienen que tener la paciencia de entregarse a sus hijos, pues eso es la grandeza del amor paternal, que convierte a los padres en servidores de sus hijos.

¿Cómo no se va a tener paciencia con esos hijos, que son lo que más aman los padres? Si no tienen paciencia con sus hijos, que tanto quieren y ellos la necesitan, es imposible que la tengan con otras personas.

### **Con los familiares de edad avanzada.**

Bien sean padres, suegros, hermanos, tíos, etc. Hay que tener mucha paciencia y reconocer que pueden tener limitaciones físicas o mentales, en su forma de actuar. La manera de comportarse, casi siempre difiere de la de las siguientes generaciones, de hijos y nietos. No se les puede tratar como si fueran todos de la misma edad. Si se convive con ellos, hay que tener mucha paciencia, para no hacerles sentirse mal, porque no pueden seguir el mismo ritmo, que los otros componentes de la familia en las comidas, conversaciones, lecturas, actividades, horarios, etc.

¿Como no vamos a compensar, la extraordinaria paciencia que demuestran los abuelos con los nietos, cuando se pasan horas explicándoles cosas, que algunas veces los padres no han sabido o no han querido comentarlas? Incluso cuando los nietos, para contar sus cuitas e inquietudes, han preferido refugiarse en la sabiduría y experiencias acumuladas de sus abuelos.