

La paciencia y la Tolerancia en la Espiritualidad Benedictina

Mariana Olivo Espinoza, OSB
26 de enero 2018

“Así como hay un mal celo de amargura que separa de Dios y lleva al infierno,
**hay también un buen celo que separa de los vicios
y conduce a Dios y a la vida eterna.**

Practiquen, pues, los monjes este buen celo **con el amor más ardiente**; esto es, que “se anticipen a honrarse entre sí; que soporten con la mayor paciencia sus debilidades, tanto físicas como morales; que se obedezcan a porfía; que nadie busque lo que le parezca útil para sí, sino más bien lo que lo sea para las demás personas;
practiquen desinteresadamente la caridad fraterna; que teman a Dios con amor; que amen a su abad con afecto sincero y humilde; que no antepongan absolutamente nada a Cristo, el cual nos lleve a todas juntas y juntos a la vida eterna” (*Regla de san Benito, Cap. LXXII*)

1. DEFINICIONES

1.1 La palabra paciencia, tiene origen en el vocablo latino patientia,¹ describe la capacidad que posee una persona para tolerar, atravesar o soportar una determinada situación sin experimentar nerviosismo ni perder la calma. De esta manera, puede decirse que una persona paciente es aquella que no suele alterarse.

La paciencia, guarda una relación estrecha con la calma y con la paz. Una persona paciente, es aquella que sabe esperar y logra tomarse las cosas con tranquilidad.

1.2 La palabra Tolerancia es el respeto por los pensamientos y las acciones de otras personas cuando resultan opuestos o distintos a los propios.

El concepto se origina en el latín tolerare (“soportar o sostener”)² y hace referencia al nivel de admisión o aprobación frente a aquello que es contrario a nuestra forma de pensar moralmente. Se trata, en otras palabras, de la actitud que

¹ **Real Academia Española**

La paciencia también representa la facultad de aprender a aguardar por alguien o algo sin perturbarse durante la espera, la capacidad de llevar a cabo diferentes planes o tareas sin permitir que la ansiedad arruine el o la lentitud con la cual se desarrolla una actividad que exige precisión y minuciosidad.

² Es importante tener en cuenta que la tolerancia no es sinónimo de indiferencia. Es decir, no prestarle atención o, directamente, negar los valores que defiende la otra persona, “no se trata de una actitud tolerante”. La tolerancia implica, en primer lugar, respeto, y en el mejor de los casos, entendimiento.

adoptamos cuando nos encontramos con algo que resulta distinto a nuestros valores.

Combinadas las dos actitudes tenemos que:

La tolerancia es la actitud (amorosa) que nos permite acoger a cada ser sin juzgarle ni pretender que sea como deseamos. Se llega a la paciencia cuando las actitudes de las demás personas nos producen sentimientos de rabia o tristeza.

2. Paciencia y Tolerancia en el contexto de la Espiritualidad Benedictina

San Benito, coloca el tema de la Paciencia y la Tolerancia, en el contexto del **Buen Celo**. Para él no se trata sólo de una virtud humana, sino de una actitud espiritual profunda, a partir de la cual nos invita a orientar toda la vida.

2.1 En sentido bíblico, la palabra “Zelus” significa; celos, ira, querella (Sir 40, 4; Prov. 6 34; 1Cor 3,3); Pero por otra parte también podemos tener un Celo Bueno.

“Zelus es una pasión dinámica, totalizante en la persona, lo contrario de un arrastrarse cansado, vacilante, malhumorado”³³. En RB 72 se trata de una intensa, ardiente pasión de amor, que se extiende hacia el bien del prójimo y, de igual manera, celo por Dios y Cristo (incluyendo a las hermanas y hermano y a quien coordina un grupo o comunidad o tiene el servicio de la autoridad).

2.2 ¿El buen celo según san Benito?

Está claro que el contenido del Buen Celo, es el “amor ardiente”, no sólo se trata de fervor en la humildad, en la observancia o el buen ejemplo, Se trata del Amor más Ardiente que se da a las otras/os, por Cristo. Cristo es pues, el sentido profundo y la fuente de nuestro Buen Celo.

Podríamos preguntar a nuestro Padre y maestro, San Benito: Pero, ¿cómo funciona esto en concreto? ¿Cómo se puede practicar el buen celo, en las situaciones cotidianas? Y otra vez nos contesta: “ que se anticipen a honrarse entre sí”; que se soporten con la mayor paciencia sus debilidades, tanto físicas como morales; que se obedezcan a porfía entre sí; que nadie busque lo que le parezca útil para sí, sino más bien lo que lo sea para las demás personas.

3. ¿Cómo vivir el Buen Celo en la Vida Comunitaria?

De que formas podemos aplicar, la vivencia del Buen Celo en la vida comunitaria del Colegio. En que puede traducirse el:

*“se anticipen a honrarse entre sí;
que se soporten con la mayor paciencia sus debilidades,*

³³ **Böckman, Aquinata, OSB**; En el Taller del Monasterio: ¿Qué es buen celo para san Benito?; Simposio Internacional, San Anselmo, septiembre 2002, pag 4.

*tanto físicas como morales;
que se obedezcan a porfía entre sí
que nadie busque lo que le parezca útil para sí,
sino más bien lo que lo sea para las demás personas;
practiquen desinteresadamente la caridad fraterna;
que teman a Dios con amor;”*

Una comunidad benedictina, es ante todo un grupo humano que sabe vivir la reconciliación, pero sobre todo se trata de una comunidad que se esfuerza en subrayar, lo bueno de la otra persona, la belleza que aporta a la comunidad entera, el don que es ella-él para todas y todos.

Una comunidad benedictina es aquella que valora a la persona en primer lugar por lo que es. Creando a través de la estima mutua un espacio de confianza y de vida, de creatividad y movimiento. Se trata de un espacio en el que se ama cada vez más, puesto que la caridad no tiene límites.

“La hermana o hermano que obedece de mala gana y murmura, no ya con la boca, sino sólo con el corazón” (5,17-19)”

No podemos negar que la vida comunitaria, está llena de tropiezos en el camino, las relaciones interpersonales siguen siendo el terreno de la lucha cotidiana. Se dan dificultades en la comunicación, vinculadas a veces en las diferencias generacionales, rivalidades, sed de poder o control, falta de escucha y de acogida mutua; y sobre todo la falta de humildad que puede llegar incluso a la murmuración⁴ (aquello que San Benito, no quisiera jamás).

El único remedio que San Benito propone, es la conversión de corazón de cada persona para recrear nuevamente a la comunidad y esta llegue a reflejo vivo de la Trinidad..

“Que nos lleve a todas y todos juntos, a la vida eterna” RB 72, 12

Ante las exigencias de la caridad, siempre somos débiles y nuestra práctica es pobre, pero mediante la fe creemos que Cristo es quien nos congrega y nos une, sólo desde la fe activa seremos capaces de reconciliarnos cada día y no rendirse.

4. Algunos recursos para vivir la paciencia y la tolerancia, es decir el Buen Celo en la vida cotidiana

4.1. Baja un poco la intensidad de la vida cotidiana.

⁴ Para la Regla la murmuración es uno de los siete vicios principales que todo monje, también todo cristiano, debe procurar arrancar de su vida¹³⁰. Asimismo una obediencia acompañada de la murmuración pierde para la Regla todo su valor

¿Sueles ir con prisa?, ¿te sientes tensa y/o ansioso constantemente?, ¿tratas de realizar más de una tarea al mismo tiempo con frecuencia? Cambiar de hábitos lleva tiempo pero tratar de ser más consciente de tus pasos cuando caminas por la calle, hacer pequeñas pausas entre una actividad y otra para reflexionar sobre lo que vas a hacer, realizar una sola actividad a la vez y respirar conscientemente pueden contribuir a tu bienestar.

4.2. Practica reflexionar un poco sobre lo que vas a decir antes de hablar.

Trata de hacer una pausa justo antes de decir algo, respira un par de veces y date cuenta de lo que quieres decir. Esto también te puede ayudar a transmitir tu mensaje mucho más claramente y lograr una mejor comunicación.

4.3 Haz de la paciencia tu meta diaria.

Experimenta tomar un día para hacer el esfuerzo consciente de vivir en el momento presente con consciencia plena y pacientemente. Al final del día reflexiona de qué manera esto afectó la calidad de tus decisiones o tus relaciones con otras personas. Nota la el efecto que actuar con paciencia puede tener en tu vida. Después de todo la práctica hace al maestro, pero también se necesita de un ejercicio observación para determinar en qué dirección es mejor orientar nuestros esfuerzos.

4.4 Pregúntate ¿cómo soy yo teniendo la misma actitud que ahora me llena de impaciencia?

La empatía nos lleva a tener un corazón más abierto y aceptante de las debilidades de las demás personas.

4.5 Para aprender a ser paciente debes trabajar la aceptación.

Cuando aceptamos que a veces las cosas no suceden como o cuando queremos aprendemos que la vida tiene un ciclo y que no debemos anticiparnos a los hechos.

4.6 Mantenerte en el presente.

¿Como? La clave está en tu respiración. Como la impaciencia desespera lo ideal es propiciar la calma en el organismo a través del pensamiento racional, internalizando que no hay nada más que puedas hacer para acelerar un proceso y que por los momentos lo ideal es calmarte.

4.7 Ver el lado positivo de las cosas también es de gran ayuda para aprender a ser paciente, pues te permitirá dentro de la angustia o la desesperación valorar las opciones positivas que está determinada situación puede traer a tu vida.