

# Cultivar La Paciencia

**Si somos sinceros, cuando observamos nuestra historia, vemos muchos momentos en los cuales perdimos la paciencia, por eso nos damos cuenta de que no vive en nosotros.**



**Daniel Ferminades**  
Maestro espiritual



ARGENTINA

Podemos esperar a que se presente una situación en la cual volvamos a perderla para después lamentarnos, arrepentirnos y pensar cómo podemos evitarlo. Nunca vamos a evitar lo que ya sucedió, pero sí podemos ver la manera de evitarlo en el futuro. Siempre va a depender de que pongamos atención para no caer. Solamente estando atentos es que vamos a saber cómo hacerlo.

Si tengo una vida tranquila, poniendo todo el corazón en lo que estoy haciendo, y una situación hace que pierda la paciencia —es un momento específico, bien marcado—, es en ese momento cuando tengo que estar atento para no caer. Si caí, volver atrás es difícil. Ya me tomó, de alguna manera, una fuerza que me llevó a perder el equilibrio.

**Tengo que prestar atención para ver qué deo entrar y qué sale de mí**

Si entendí que tengo que obrar con paciencia, debo poner atención en toda situación a que lo que salga de mí sea atendido con paciencia.

Es fácil atender con paciencia las cosas que nos gustan, y es complicado atender de la misma forma las que no. Sabemos que hay cosas que -sin agradarnos- las tenemos que hacer, y que los demás hacen cosas que no nos agradan, y eso nos puede hacer perder la paciencia. Lo que no podemos cambiar es lo que pasa en la vida de los otros, tenemos que cambiar lo nuestro. ¿Cómo podemos hacerlo? A partir de la atención. Uno tiene que tener el convencimiento y la conciencia en su espíritu para que sea la fuerza del espíritu la que aplique esa modificación y atención.

**Hay que entender por qué no es conveniente perder la calma**

Cuando la pierdo todo se vuelve turbio, se nubla, se oscurece, no veo con claridad, no puedo hacer lo que debo, cometo equivocaciones, es todo más complicado. Si estoy obrando de esa manera, no me beneficia a mí y tampoco a los demás. Primero me perjudico, y luego también al otro.

Empiezo buscando equilibrio y entendiendo lo que es la justicia en mi vida desde mis propias acciones. A partir de ahí, veo cómo puedo llegar a manifestarlo con los demás, estando en paz con todos, sin perder la calma. Si tengo calma dentro de mí, no he podido conectarme lo suficiente para alcanzar esa paz que es eterna.

Muchas veces alcanzamos paz en una meditación, pero suele ser momentánea. Como todas las condiciones estaban dadas para estar en paz, no era difícil alcanzarla, lo que había que conseguir era acallar un poco la mente.

Cuando queremos sostener y alcanzar esa paz en un ambiente donde no podemos controlar a las personas y cada una, en su libre albedrío, hace lo que considera, o le resulta conveniente, es en donde me expongo con mi labor interna para ver cómo puedo integrarme o colaborar para que haya una relación más amorosa en ese entorno. Depende de lo que conseguí en mi interior. La calma y la paciencia se derivan de una serie de acciones que uno tiene que realizar en su vida.

Cuando entiendo el porqué de las cosas, entiendo por qué lo que están haciendo los demás me hace perder la paciencia. La falta de amor en el corazón no permite ver con claridad. Cuando entiendo el origen comienzo a tener paciencia.





Esto va surgiendo desde una labor de atención constante en todo lo que estamos haciendo.

Hay cosas que parecen irrelevantes, pero son muy importantes para poder llegar a aquello que se tiene que entender. Hay pequeños detonantes que nos llevan a perder la paciencia.

**Cultivar la paciencia...**

Cultivar también tiene que ver con sembrar, con atender, con alimentar. Tiene que ver con la observación constante sobre lo que estamos cultivando, para poder entender qué es lo que se necesita para crecer sano.

Toda mi atención tiene que estar puesta en hacer con paciencia todo lo que me corresponde. Es una labor, es atención, disposición y entendimiento.

No soy una persona que está en camino de desarrollar paciencia si cada vez que la pierdo me arrepiento. Estoy siempre en lo mismo, me arrepiento por lo que ya hice, lo hecho, hecho está, no lo puedo cambiar. Sí debo cambiar, para no volver a caer. Siempre depende de la atención.

**Todo lo que estamos haciendo tiene que ser llevado adelante con Amor, siempre**

Cuando entiendo esto, veo que la paciencia es algo que no tengo que perder. Todo lo que aparezca como ego, que me lleva a pensar tan solo en atender mis necesidades, tiene que ir desapareciendo.

**DANIEL FERMINADES**  
[www.impulsodeunanuevavida.org](http://www.impulsodeunanuevavida.org)

*Al poner AMOR en tu vida no solo produces un cambio en tí, cambia todo lo que te rodea.*

**VERDADES DEVELADAS  
 DESDE LA CONCIENCIA**  
 con DANIEL FERMINADES

Un espacio abierto para que puedas realizar preguntas sobre la vida y el espíritu, y en donde cada respuesta llevada a la práctica te ayudará a vivir una vida mas consciente y amorosa.

**PRÓXIMAS CONFERENCIAS EN LIMA, PERU**


**JUEVES 16/06**  
**18:30 hs**



**URANIA SCENIA**  
**Calle Santa Rosalía 585,**  
**Urb. Santa Emma.**  
 (Alt. cdras 20-21 Av. Mariano H. Cornejo)  
**CERCADO DE LIMA**

**SÁBADO 18/06**  
**10:30 hs**

**HANA**  
**salud y bienestar**  
**Pasaje Sucre 179**  
**MIRAFLORES**

**ENTRADA LIBRE Y GRATUITA**

 **FUNDACIÓN**  
**Impulso de una Nueva Vida**  
[www.impulsodeunanuevavida.org](http://www.impulsodeunanuevavida.org)

Mas información:  
[fundacion@impulsodeunanuevavida.org](mailto:fundacion@impulsodeunanuevavida.org)  
 +54 9 343 4684373  
 FundacionImpulsoDeUnaNuevaVida