



*Paciencia es el que hace que casi todo en la vida sea posible*

*Vuelve Karate Kid en [forma de serie](#).*

*El recuerdo del legendario señor Miyagi y de sus sesiones de coaching con Danny Larusso han inspirado este post sobre la paciencia, un súperpoder que mi generación aprendió con esta película.*

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es ponerse a **caminar en una dirección aunque no se conozcan todos los detalles sobre el lugar de destino**. Quien pretenda saberlo todo con antelación, nunca se pondrá en marcha. Ese destino (lo que de quiero hacer, mi vocación, mi contribución al mundo, los amores de mi vida...) se va revelando poco a poco, durante años, pero para descubrirlo hay que tomar decisiones. Si dudas y te paras, te pierdes. Y si no revisas de cuando en cuando la dirección en la que marchas, caminas en círculos y te agotas.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es **darse cuenta de que los estados de ánimo son volátiles** y están muchas veces fuera de nuestro control. Paradójicamente, la persona paciente no lo es con las sensaciones interiores: no espera a que llegue el *feeling* para ponerse en marcha porque sabe que al cerebro lo que más le cuesta son dos cosas: empezar y cambiar de tarea cuando toca.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es **descomponer cualquier reto grande en una lista de acciones pequeñas**. Empieza por una que parezca insignificante. Y después de resolver la primera, te pones con la segunda, y luego con la tercera... Y así, tarea a tarea, vas a notar un pequeño *subidón* con cada cosita que vas eliminando de la lista, y lo que parecía inabordable se hace asequible.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es **no tener la expectativa de que todos sean, piensen y actúen como tú**. Si te serenas, dejas tiempo para que surja una conversación natural y escuchas las señales que los demás te envían, lo pasarás muy bien, y ellos contigo. Así lograrás que al final, cualquier oportunidad de relación social valga la pena.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es **persistir con serenidad y a su debido tiempo en nuestros objetivos** y en las ideas en las que creemos. No dejarse hundir por un primer no, o por un pequeño traspies. Saber levantarse, intentarlo de nuevo, un día y otro día. Con suavidad pero con determinación.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es **aprender a sobrellevar a personas que nos resultan desagradables**, insulsas, cerradas, de otro universo diferente al nuestro... gente *imposible*. Puede ser tu jefe, o una compañera del equipo, o un cliente (están por todas partes). La paciencia te facilitará escucharles con serenidad, sin dejarte arrastrar por la reacción FOF (*fight or fly*). Aguanta el tirón: no les muestres la evidencia de tu disgusto, y no los evites. El truco es escucharles observándoles y darte tiempo antes de hablar. Conforme les vayas conociendo mejor, se te irán revelando las cosas atractivas que tienen -sólo son monstruos en tu cabeza- y descubrirás cómo puedes comunicarte con ellos; qué cosas les puedes proponer y cuáles no; a qué gestos y palabras debes dar importancia y a cuáles no.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es **tener claras unas prioridades** (aunque no sean las mejores ni las definitivas, basta con que sean las tuyas). Y que tu horario, tus relaciones y tus aficiones reflejen esas prioridades. Así no serás una persona *random*, perdida.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es entender que **los hábitos son lo que hacen de ti una**

Publicado: Miércoles, 16 Mayo 2018 01:08

Escrito por Gustavo Entrala

---

**persona atractiva**, interesante y segura. Eres una colección de hábitos, buenos y tóxicos. Si son buenos, los has escogido tú y los cultivas, cada vez tendrás menos dudas sobre quién eres. Y los hábitos te van a hacer capaz de cosas muy grades. Lo grande se construye momento a momento, día a día, durante un tiempo largo. El viaje para conseguirlo mola cada vez más.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es saber esperar antes de matar moscas a cañonazos **cuando alguien te hace ver que has metido la pata**. Cuando aparezca una situación que puede degenerar en crisis, espera. No sobreactúes pidiendo perdón de forma preventiva ni revelando tus inseguridades. No tengas prisa por asegurarte recuperar el aprecio de la otra persona. Espera un poco. Deja que las situaciones aparentemente dramáticas se estabilicen. Si se confirma la crisis, espera a tratar el asunto con calma con la otra persona. Explica tus motivos y escucha. Las más de las veces verás que lo que parecía una crisis definitiva no era más que un pequeño malentendido.

*Dar cera, pulir cera...*

Paciencia es interiorizar que **las personas con éxito han trabajado mucho, durante años**, para lograr lo que buscaban. Que cuando empezaron, no sabían, y que cuando supieron, no se daban cuenta de lo buenos que eran. Siguieron practicando, un día tras otro, y fueron suavemente críticos consigo mismos para seguir mejorando.

Paciencia es, en definitiva el súperpoder que hace que casi todo en la vida sea posible.

**[Gustavo Entrala](#) es experto en Tendencias, Innovación y Branding**

Asesora a CEOs y consejos de administración en su estrategia digital y hace workshops sobre tendencias e innovación in-company. Está en [Twitter](#) y en [LinkedIn](#) y dirige un podcast sobre [música y tendencias](#)

Fuente: [inspirinas.com](http://inspirinas.com).