Vivir Esperanzados

Aceite en los engranajes de la vida cotidiana.

Pensamientos que cambian el clima

Siguiendo el consejo de nuestra ama de llaves, hace mucho tiempo que me deshice de un par de zapatos, aunque los tacones no estaban torcidos y el cuero todavía estaba bien. ¿La razón? Los zapatos se podían cerrar con cómodos cierres de velcro, pero estos cierres de velcro también hicieron que los parachoques de mis pantalones se desgastaran muy rápidamente. Cortar la nueva pelusa no fue una solución a largo plazo. Y al planchar, nuestra ama de llaves notó, que los parachoques se destrejaban cada vez más. La causa de esto se encontró rápidamente: los cierres de velcro en los zapatos.

Hace años había visto algo similar en otras prendas de vestir. Había recibido un nuevo reloj digital, una plancha de tiempo masivo real con botones cromados para muchas funciones. Pero con el tiempo, fueron precisamente estos botones y probablemente también los bordes, que los puños de la manga izquierda mostraron signos claros de desgaste. El reloj, que ni siquiera había costado tanto como una camisa, destruyó mis camisas. Hoy vuelvo a usar mi elegante reloj plano con una sola rueda. No puede emitir un pitido a las 9:00 p.m. para bendecir. Tengo que recordarlo yo mismo, pero los gemelos permanecen enteros.

Personas ocupadas, Velcro y botones de reloj, parachoques y puños: el proceso similar ocurre no solo con los objetos, sino también entre las personas. Simplemente hay personas que son muy cansadoras para su entorno.
A veces pueden hacer mucho e impactan mucho, pero también dejan golpes significativos (a veces incluso más) en sus semejantes. Y, una observación frecuente: ¡ni siquiera se dan cuenta de cómo pisan las puntas de los pies a sus semejantes! Sin embargo, algunos pueden, después de las retroalimentaciones correspondientes, decir: "¡Ay!", Gritos de los heridos, aprenden y cambian. Además de aquellas personas que, en sentido figurado, dejaron muchos cadáveres a la derecha y a la izquierda de sus carreras, hay signos normales de desgaste, que un poeta una vez llamó las "luchas en la llanura", en contraste con las luchas de un ascenso.

El objetivo de hoy es hacer que los 'esfuerzos del nivel' sean más llevaderos. Una pequeña anécdota de mis días de cerrajería: un maestro de escuela vocacional muy vanidoso y arrogante regularmente traía su "Wartburg" (en la RDA no solo había Trabis sino también "Wartburgs") al taller de servicio y reparación donde había completado mi entrenamiento. En una oportunidad la caja de cambios tenía que ser renovada, una vez más el cliente había sido muy despectivo con el gerente del taller. Por ira, ordenó que no se vierta aceite en el equipo incorporado. Las consecuencias eran previsibles. El propietario condujo una distancia de 20 kilómetros en el automóvil; luego, los engranajes de la caja se habían calentado tanto que se atascaron. El gerente del taller haciéndose del tonto, atribuyó el problema al olvido del instalador. La nueva transmisión e instalación fue a cargo del taller. Le valió al gerente del taller este precio por una oportunidad de venganza.

Aceite en la transmisión
Sólo eso necesita. No en vano hay un dicho en alemán: funciona como lubricado. Nos gustaría abordar esta noche lo que podría suceder con esta función del aceite en la caja de cambios, en la cooperación diaria.
El amor puede morir
El hierro es comido por el óxido, el amor por:
- deseos no expresados,
- ira reprimida,
- problemas no discutidos,
- las acusaciones retenidas,
- el dolor soportado en silencio,
- mortificaciones no evitadas,
- lágrimas derramadas secretamente.

Si usted es uno de los que quiere lastimar a sus semejantes lo menos posible, encontrará muchos buenos consejos en el Padre Josef Kentenich. Al estilo de Francisco de Sales, por quien siempre guardaba gran admiración, formuló las llamadas pequeñas virtudes en la "santidad de la jornada laboral", el primer libro sistemático sobre la espiritualidad de Schoenstatt.
Dice: [de la p. 245] Las virtudes, que se entienden aquí, se llaman pequeñas, porque apenas son respetadas y valoradas a los ojos del mundo. El día laborable santo le presta especial atención, porque ayudan a santificar la vida cotidiana.

Pequeñas virtudes
Pedro Roberti ha escrito anexo a lo de Francisco de Sales un pequeño folleto sobre las pequeñas virtudes. En él, primero explica cómo se ven.» Hay muchos de ellos», dice; los enumeraré brevemente:

- Tolerancia frente a los errores de otros y
- Voluntad de perdonarlos, incluso no pudiendo prometer tales deferencias;
- un cierto ajuste, que errores sobresalientes no perceptibles parece que, como puedes ver, es todo lo contrario del triste mérito para descubrir fallas ocultas;
- cierta compasión, que es el sufrimiento de los desafortunados y los oprimidos y
- una alegría la cual divide la alegría de los afortunados, para multiplicarla;
- una cierta flexibilidad de la mente, que sin renuencia en los puntos de vista de un compañero o de una compañera asume lo razonable y correcto, incluso si ella no lo reconoció de inmediato, y ella sin los celos de un mejor conocimiento paga con aplausos;
- cierto cuidado para anticipar las necesidades de los demás, para ayudarles a evitar el dolor, sentidas al solicitar ayuda en la humillación;
- una generosidad de corazón que siempre hace todo lo posible para ayudar y complacer, y a quién, incluso si haciendo poco, le gustaría hacer mucho;
- un afecto amistoso que, a los molestos, sin signos de cansancio de escuchar y enseñar, a los ignorantes, sin comentarios sensibles;
- cierta cortesía que no está en cumplir con el deber de la decencia, la falsa amabilidad de la gente del mundo, pero muestra una sincera cordialidad cristiana.

El obispo Camus nos cuenta sobre un diálogo que tuvo con su amigo sagrado Franz de Sales. El santo dijo una vez: "¡Cuánto debemos amar esas pequeñas virtudes que crecen al pie de la cruz, porque son regadas por la propia sangre del Hijo de Dios!"
"¿Y qué clase de virtudes son esas?", le pregunté.

"La humildad", respondió.

- "la paciencia,
- el amor,
- la bondad,
- la comprensión del prójimo,
- el cumplimiento,
- la gentileza del corazón,
- la disposición, la calidez,
- la compasión,
- el perdón de los rigores,
- la simplicidad,
- la sinceridad y otras virtudes similares.

Estas virtudes son como las violetas, a las que les gusta permanecer en la frescura de la sombra, que se alimentan del rocío y que, con tan poca reputación como tienen, difunden el olor más encantador a su alrededor"
"¿Hay alguna en la parte superior de la cruz?", le pregunté. Y él me respondió: "Muchas; ellas son las que dan un gran brillo cuando van acompañados de un amor notable, como:

- la sabiduría,
- la justicia,
- la magnanimidad
- la euforia
- la generosidad dando limosna,
- el coraje,
- la castidad
- la muerte externa,
- la obediencia,
- la inspección,
- la constancia
- el desprecio por las riquezas y los honores y otros de este tipo, que todos desean probar, porque son más distinguidos y honrados, y a menudo porque nos hacen más prestigiosos y famosos, aunque solo deberíamos amar su distinción porque Dios los ama más y porque son los medios para que le demostremos nuestro amor de una manera más excelente ".

Las pequeñas virtudes son tan importantes porque pueden abordarse como virtudes sociales, seguras, ordinarias y razonables. Son sociales porque inspiran la vida social, de hecho, no se pueden vivir sin ellas. Ciertamente se nombran, porque no traen mucho honor y, por lo tanto, no conducen fácilmente al orgullo.
Por lo general, se las llama porque tiene innumerables oportunidades para operarlas en la vida cotidiana. Deben abordarse como extremadamente razonables, porque todos sabemos, por experiencia, que otros sufren a causa nuestra y nosotros sufrimos a causa de ellos ". [P. 246]

La autoeducación promueve el amor al prójimo
Debido a que aquí se hace una declaración general sobre las personas y la interacción humana, no debo temer que le esté lastimando con estas líneas. Y también puede suponer que no le estoy asumiendo nada. Los humanos somos así.
En este contexto, queda claro que todo el trabajo en nosotros mismos, la llamada autoeducación, es principalmente amor al prójimo. Como amo a mi prójimo, quiero

que sufra lo menos por mí. - Al final de una conferencia familiar, una mujer lo expresó muy amablemente: "Debido a que quiero darle lo mejor a mi esposo, todavía tengo que trabajar mucho en mí". Usted nota: el enfoque de Kentenich para la autoeducación no se trata principalmente de la auto realización, sino de eso que una vez más está al servicio y en el contexto más amplio del amor al prójimo. Así lo resumió el Padre Kentenich en sus oraciones en Dachau: "La propia santificación se convierte en amor familiar, con mucho gusto ayuda a la familia a superar todo lo nublado". Les deseo estas semanas, que a menudo se caracterizan por preocupaciones sobre la salud o la existencia económica, que obtengan una nueva alegría en la autoeducación, especialmente en la práctica de las pequeñas virtudes, y vuelvan a entrenar conscientemente estos comportamientos que reducen la fricción entre nosotros los humanos. Así es como logramos crear un microclima en nuestras cuatro paredes, que probablemente sea muy diferente del clima que nos rodea.
Flexibilidad mental Echemos un vistazo más de cerca a estas pequeñas virtudes:
1. La tolerancia a los errores de los demás y la voluntad de perdonarlos, incluso si uno no puede prometer consideraciones similares.
En el verano de 1972, Bernhard Duchois (= seudónimo) había empujado a su esposa en Escocia desde el acantilado de Salisbury, un mirador en el Queenspark de Edimburgo, un día después de la boda para cobrar el seguro de vida, que ambos habían contratado de forma mutua. Durante el interrogatorio, se involucra en contradicciones. La corte no cree en un accidente; como asesino es enviado a una prisión escocesa de por vida. Como alemán-holandés, es insultado por prisioneros y guardias como cerdo nazi. Las condiciones de detención son desastrosas. El acoso mutuo está a la orden del día. El 7 de mayo de 1975, comenzó a leer un libro en su celda: David Wilkerson, The Cross and the Knife Heroes. Este libro provocó una conversión en él.

Se siente tocado por Dios. Este Dios, en quien cree desde la infancia, pero a quien considera sádico debido a su brutal padre y su madre con enfermedades mentales, se le revela como el Dios infinitamente amoroso e infinitamente misericordioso y perdonador. A partir de ese día, trató a sus guardias y compañeros de prisión como seres humanos. Pero dado que tiene su etiqueta de distancia, es acosado aún más. Solo unos pocos notan realmente el cambio. Se han vuelto tan cortos de vista en su trote y odio por todo. Pero también hay supervisores sensibles y alertas que perciben el cambio, no lo descartan como un nuevo truco e incluso le permiten estudiar teología con una salida diaria gratuita. Bernhard ya no puede ser arrastrado al nivel del conflicto. I

2. una cierta adaptación que no parece notar errores prominentes, que, como puedes ver, es todo lo contrario al triste mérito de descubrir errores ocultos.
El Padre Kentnich aconsejó a los educadores: "¡Ver todo, pasar por alto mucho, censurar poco!". Él había observado por su propia experiencia que, si deja que las cosas buenas mediante el feedback se vuelvan poderosas, los lados negativos desaparecerán gradualmente.
3. Una cierta compasión que hace propios los sufrimientos de los desafortunados y los oprimidos, y una alegría que comparte la alegría de los felices para aumentarlos.
Ya podemos leer en la carta de Pablo a los romanos: "¡Regocijaos con los alegres y llorad con los que lloran!" (Rom. 12:15) Pablo no pide primero a los cristianos que consuelen el llanto, sino que primero lloren con ellos.

El término "empatía" también se ha utilizado para este comportamiento. La palabra 'resonancia' también se ha convertido en una palabra de moda según el libro del filósofo de Jena Hartmut Rosa.
4. una cierta flexibilidad de la mente, que sin renuencia en los puntos de vista de un compañero asume lo razonable y correcto, incluso si no lo ha reconocido de inmediato.
A menudo experimentamos exactamente lo contrario en los debates políticos. ¡Cómo trabajan las personas sospechosas con insinuaciones! Sin embargo, también veo un rayo de esperanza: ahora, en la crisis del Corona, hay mucha disposición a cooperar. Los principales políticos también están resolviendo juntos los desafíos de la crisis.
5. y quien aplaude sin celos de un mejor conocimiento.
El ejemplo más espectacular de esto es el desencanto de la hormona oxitocina, que había sido aclamada como una droga milagrosa. En 2005, el científico conductista y economista de Zurich Ernst Fehr demostró en un estudio serio que la administración de esta hormona a través de un aerosol nasal había aumentado la confianza entre los sujetos de prueba. Muchas publicaciones citaron los resultados de este estudio; y compañías inteligentes distribuyeron el aerosol nasal bajo el título 'Liquid Trust' = confianza líquida y prometieron: No importa si usted es un empleado de ventas que busca una ventaja adicional cuando trabaja con clientes, desea un vínculo emocional más fuerte con su pareja (...) Liquid La confianza puede darles lo que estás buscando ".
En un estudio de replicación de 2020, el mismo Ernst Fehr ahora llega a otro resultado: "Nuestro análisis muestra que la simple y general hipótesis 'oxitocina aumenta la confianza' ya no puede ser aprobada ".
Y el psicólogo Markus Heinrichs, que estaba involucrado en ese momento, comenta: La sustancia sola no puede hacer nada con el comportamiento humano complejo. Su efecto siempre depende del contexto social y la sensibilidad genética del individuo ". ii
6. un cierto cuidado para anticipar las necesidades de los demás para salvarles del dolor y de la humillación de pedir ayuda.
Hay una diferencia común entre hombres y mujeres. Esto se aplica a las mujeres sin restricciones. Pero los hombres a menudo encuentran la ayuda ofrecida sin pedir ayuda como escepticismo del ayudante: no confía en mí en que pueda resolver el problema por mi cuenta.
7. una generosidad de corazón que siempre hace todo lo posible para ayudar y complacer, y que, haciendo poco, quisiera hacer mucho.
¿Quieres salvar el mundo ... pesca el plástico de los océanos
8. Un afecto amistoso que escucha al molesto sin signos de cansancio y enseña al ignorante sin un comentario sensible. Básicamente, esta es una actitud que se exige en todas las profesiones de servicio, que incluso los clientes exigentes y complicados son tratados de manera amigable y, al mismo tiempo, imparten un poco de competencia profesional para tomar decisiones sensatas de compra. El problema es solo, de vez en cuando, que cuando estos vendedores llegan a casa estresados y quieren relajarse, a la primera persona que se encuentra con ellos, le permite sentir su propia tensión, como un pararrayos.
9. cierta cortesía, que muestra en el cumplimiento del deber de la decencia, no la falsa amistad de la gente del mundo, sino una calidez sincera y cristiana ".

Aquí también volvemos con las calificaciones clave del sector de servicios. Si logro ver una imagen de Dios en cada persona, será más fácil para mí adoptar esa actitud que si solo considero las reglas de cortesía como una convención.

Virtudes que cambian el clima

El tema de esta noche fue "Aceite en la caja de cambios de la vida cotidiana". Virtudes que cambian el clima. Revisé las llamadas pequeñas virtudes, ya que se pueden encontrar en la "santidad del trabajo" basada en Franz de Sales.
Si prestamos aún más atención a esto en el futuro, podemos crear un microclima en nuestro entorno que finalmente beneficiará a todos los involucrados. Cuanto más hábiles nos volvamos para resolver conflictos y negociar compromisos, más cuidadosamente y respetuosamente nos trataremos entre nosotros, menos porcelana quebraremos, menos nos lastimaremos. Vale la pena no subestimar las pequeñas virtudes en su importancia para la vida cotidiana.

P. Elmar Busse

i Anónimo, El Predicador, Adeo Vlg. Asslar 2015
ii Fuente: https://www.zeit.de/2020/25/estudio de oxitocina - hormona-neuropéptido-confianza/página-2