Öl im Getriebe des täglichen Miteinanders
Klimawandelnde Gedanken

Liebe Ehepaare

Auf Anraten unserer Haushälterin habe ich vor längerer Zeit ein Paar Schuhe entsorgt, obwohl die Absätze noch nicht schief und das Leder noch gut war. Der Grund? Die Schuhe ließen sich mit bequemen Klettverschlüssen schließen, aber diese Klettverschlüsse sorgten auch dafür, dass die Stoßbänder meiner Hosen sehr schnell ausfransten. Nur die neu entstandenen Fussel abzuschneiden war auf die Dauer keine Lösung. Und beim Bügeln merkte unsere Haushälterin, dass sich die Stoßbänder immer mehr in Wohlgefallen auflösten. Die Ursache dafür war dann schnell gefunden: die Klettverschlüsse der Schuhe.

Etwas Ähnliches hatte ich vor Jahren schon mal an anderen Kleidungsstücken beobachtet. Ich hatte eine neue Digitaluhr bekommen, so ein richtiges wuchtiges Zeiteisen mit verchromten Knöpfen für vielerlei Funktionen. Doch mit der Zeit sorgten genau diese Knöpfe und vermutlich auch die Kanten dafür, dass die Manschetten des linken Ärmels deutliche Scheuerspuren aufwiesen. Die Uhr, die nicht einmal so viel gekostet hatte wie ein Hemd, zerstörte mir meine Hemden. Heute trage ich wieder meine flache elegante Uhr mit nur einem Rädchen. Die kann zwar nicht um 21:00 Uhr zum Segen piepsen. Da muss ich selber daran denken, aber die Manschetten bleiben ganz.

Anstrengende Mitmenschen

Klettverschluss und Uhren-Bedienknöpfe, Stoßbänder und Manschetten - der ähnliche Vorgang spielt sich nicht nur bei Gegenständen ab, sondern auch zwischen Menschen. Es gibt einfach Menschen, die sind für ihre Umgebung sehr anstrengend. Sie können manchmal viel und bewirken viel, aber sie hinterlassen auch deutliche Beulen (manchmal sogar noch mehr) bei ihren Mitmenschen. Und – eine häufige Beobachtung: Sie merken es nicht einmal, wie sie ihren Mitmenschen auf die Zehen steigen! Manche können aber - nach entsprechenden Rückmeldungen, sprich: „Aua!“-Schreien der Verletzten - dazulernen und stellen sich um.

Neben solchen Menschen, die - bildlich gesprochen - ganz viele Leichen rechts und links auf ihrem Karriereweg liegen gelassen haben, gibt es aber die ganz normalen Verschleißerscheinungen, die ein Dichter mal die „Mühen der Ebene“ genannt hatte - im Unterschied zu den Mühen eines Aufstiegs.
Dass die ‚Mühen der Ebene’ erträglicher werden, darum soll es heute gehen. Eine kleine Anekdote aus meiner Schlosserzeit: Ein sehr eitler und arroganter Berufsschullehrer brachte seinen „Wartburg“ (in der DDR gab es nicht nur Trabis sondern auch „Wartburgs“) regelmäßig in die Werkstatt zum Service und zur Reparatur, in der ich meine Ausbildung absolvierte. Einmal musste das Getriebe

erneuert werden. Wieder einmal hatte sich der Kunde gegenüber dem Werkstatt-Leiter sehr herablassend verhalten. Aus Wut ordnete er dann an, dass kein Öl in das eingebaute Getriebe eingegossen werden sollte. Die Folgen waren absehbar. Der Besitzer fuhr eine Strecke von 20 Kilometern mit dem Auto, - dann hatten sich die Zahnräder des Getriebes so erhitzt, dass sie sich festgefressen haben. Der Werkstattleiter spielte den Ahnungslosen und führte das Problem auf Vergesslichkeit des Monteurs zurück. Das neue Getriebe und der Einbau gingen auf Kosten der Werkstatt. Dieser Preis für eine Rachemöglichkeit war es dem Werkstattleiter wert.

Öl im Getriebe

Öl im Getriebe. Das braucht es einfach. Nicht umsonst gibt es die Redewendung im Deutschen: Es läuft wie geschmiert. Was beim täglichen Miteinander diese Funktion des Öls im Getriebe übernehmen könnte - damit wollen wir uns heute Abend beschäftigen.

Die Liebe kann sterben.
Eisen wird vom Rost zerfressen, die Liebe von:
- nicht geäußerten Wünschen,
- unterdrücktem Ärger,
- nicht besprochenen Problemen,
- hinuntergewürgten Vorwürfen,
- stumm ertragenem Kummer,
- nicht abgewehrten Kränkungen,
- heimlich geweinten Tränen.

Falls Sie zu denen gehören, die ihre Mitmenschen möglichst wenig verletzen wollen, dann finden Sie bei Pater Josef Kentenich, viele gute Tipps. In Anlehnung an Franz von Sales, auf den er immer große Stücke gehalten hat, formulierte er in der „Werktagsheiligkeit“ – dem ersten systematischen Buch über die Schönstatt-Spiritualität – die so genannten kleinen Tugenden.
Darin heißt es: [ab S. 245]
Die Tugenden, die hier gemeint sind, werden klein genannt, weil sie in den Augen der Welt kaum sonderlich geachtet und gewertet werden. Der Werktagsheilige schenkt ihnen aber seine besondere Aufmerksamkeit, weil sie ihm helfen, das gewöhnliche Alltagsleben heilig zu gestalten.

Kleine Tugenden

Pater Roberti hat im Anschluss an den hl. Franz von Sales über die kleinen Tugenden ein eigenes Büchlein geschrieben. Darin setzt er zuerst auseinander, wie sie aussehen. »Es gibt ihrer viele so sagt er, »ich will sie in Kürze aufzählen:

- Nachsicht gegen die Fehler anderer und
- Bereitwilligkeit, dieselben zu verzeihen, auch dann, wenn man sich ähnliche Rücksichten nicht versprechen darf;

- eine gewisse Verstellung, welche hervorspringende Fehler nicht zu bemerken scheint, die, wie du siehst, ganz das Gegenteil ist von dem traurigen Verdienst, verborgene Fehler zu entdecken;
- ein gewisses Mitleiden, welches die Leiden der Unglücklichen und Bedrängten zu den eigenen macht und
- eine Freudigkeit, welche die Freude der Glücklichen teilt, um sie zu vermehren;
- eine gewisse Geschmeidigkeit des Geistes, welche ohne Widerstreben in den Ansichten eines Gefährten oder einer Gefährtin das Vernünftige und Richtige annimmt, wenn sie es auch nicht sogleich erkannt hat, und die ohne Eifersucht der besseren Kenntnis Beifall zollt;
- eine gewisse Sorgfalt, den Bedürfnissen anderer zuvorzukommen, um ihnen den Schmerz zu ersparen, sie zu empfinden, und die Demütigung, Hilfe zu erbitten;
- eine Großmut des Herzens, die allezeit ihr Möglichstes tut zu helfen und gefällig zu sein, und die, wenn sie auch nur wenig tut gerne viel tun möchte;
- eine freundliche Leutseligkeit welche die Lästigen ohne Zeichen des Überdrusses anhört und die Unwissenden unterrichtet ohne empfindliche Bemerkung;
- eine gewisse Höflichkeit, die in der Erfüllung der Pflicht des Anstandes nicht die falsche Freundlichkeit der Weltleute, aber eine aufrichtige und christliche Herzlichkeit zeigt.«

Bischof Camus teilt uns ein Zwiegespräch mit, das er mit seinem heiligen Freund Franz von Sales geführt. Der Heilige sagt einmal: »Wie sehr sollten wir doch jene kleinen Tugenden lieben, die am Fuß des Kreuzes wachsen, weil sie begossen werden durch das eigene Blut des Sohnes Gottes!«
„Und was sind das für Tugenden?“, fragte ich. –
»Die Demut«, erwiderte er,

- »die Geduld,
- die Liebe,
- die Güte,
- die Ertragung des Nächsten,
- die Nachgiebigkeit,
- die Sanftmut des Herzens,
- die Willigkeit, die Herzlichkeit,
- das Mitleid,
- die Verzeihung der Unbilden,
- die Einfalt,

die Aufrichtigkeit und andere ähnliche Tugenden. Diese Tugenden sind wie die Veilchen, die gern in der Frische des Schattens sich aufhalten, die sich vom Tau

nähren, und die, so wenig Ansehen sie haben, doch den lieblichsten Geruch um sich verbreiten.«
»Gibt es denn auch welche auf dem Gipfel des Kreuzes?«, fragte ich ihn. Und er antwortete mir: »Sehr viele; es sind das diejenigen, welche einen großen Glanz geben, wenn sie von einer merkbaren Liebe begleitet sind, als:
die Weisheit,
die Gerechtigkeit,
die Großmut,
der Eifer,
die Freigebigkeit,
das Almosengeben,
der Mut,
die Keuscheit,
die äußere Abtötung,
der Gehorsam,
die Beschauung,
die Standhaftigkeit,
die Verachtung der Reichtümer und Ehren und andere dieser Art von denen jeder zu kosten wünscht, weil sie ausgezeichneter und mehr in Ehren gehalten sind und oft, weil sie uns ansehnlicher und berühmter machen, obwohl wir ihre Auszeichnung nur lieben sollten, weil Gott sie mehr liebt und weil sie uns die Mittel sind, ihm unsere Liebe auf eine ausgezeichnetere Weise zu erkennen zu geben.«

Die kleinen Tugenden sind deswegen von so großer Bedeutung, weil sie als gesellschaftliche, als sichere, als gewöhnliche und als vernünftige Tugenden anzusprechen sind. *Gesellschaftlich* sind sie, weil das gesellige Leben von ihnen beseelt wird, ja ohne sie nicht recht gelebt werden kann. Sicher werden sie genannt, weil sie nicht viel Ehre einbringen und darum nicht leicht zum Stolze verleiten. *Gewöhnlich* heißen sie, weil man im gewöhnlichen Alltag ungezählt viele Gelegenheiten hat, sie zu betätigen. Als überaus *vernünftig* müssen sie angesprochen werden, weil wir ja alle aus Erfahrung wissen, dass andere unter uns und wir unter ihnen leiden.“ [S. 246]

Selbsterziehung fördert Nächstenliebe
Weil hier eine allgemeine Aussage über den Menschen und das menschliche Miteinander getroffen wird, brauche ich nicht zu befürchten, dass ich Sie mit diesen Zeilen verletze. Und Sie dürfen auch davon ausgehen, dass ich Ihnen nichts unterstelle. Wir Menschen sind nun mal so.
Auf diesem Hintergrund wird deutlich, dass alle Arbeit an uns selbst, die so genannte Selbsterziehung, in erster Linie Nächstenliebe ist. Weil ich den Nächsten liebe, möchte ich, dass er weniger unter mir leidet. – Sehr schön formulierte es einmal eine Frau am Ende einer Familientagung: „Weil ich meinem Mann das Beste schenken möchte, muss ich noch viel an mir arbeiten.“ Sie merken: Bei dem Kentenichschen

Ansatz der Selbsterziehung geht nicht primär um Selbstverwirklichung, sondern diese steht noch einmal im Dienst und im größeren Zusammenhang der Nächstenliebe. So hat es Pater Kentenich auch in seinen Dachauer Gebeten auf den Punkt gebracht: „Die eigene Heiligung wird Familienliebe, hilft der Familie froh durch alles Trübe."

Ich wünsche Ihnen in diesen Wochen, die oft von Sorgen um Gesundheit oder um die wirtschaftliche Existenz geprägt sind, dass Sie eine neue Freude an der Selbsterziehung – ganz speziell am Einüben der kleinen Tugenden – bekommen und diese Verhaltensweisen, die die Reibung zwischen uns Menschen verringern, ganz bewusst einmal wieder neu trainieren. So gelingt es uns, in unseren eigenen vier Wänden ein Mikroklima zu schaffen, das sich vermutlich deutlich vom Klima unterscheidet, das uns sonst umgibt.

Geschmeidigkeit des Geistes

Schauen wir uns diese kleinen Tugenden noch mal genauer an:
1. Nachsicht gegen die Fehler anderer und Bereitwilligkeit, dieselben zu verzeihen, auch dann, wenn man sich ähnliche Rücksichten nicht versprechen darf.

Bernhard Duchois (=Pseudonym) hatte im Sommer 1972 einen Tag nach der Hochzeit seine Frau in Schottland von der Salisbury-Klippe, einem Aussichtspunkt im Queenspark von Edinburg, geschubst, um die Lebensversicherung, die beide auf Gegenseitigkeit abgeschlossen hatten, zu kassieren. Beim Verhör verwickelt er sich in Widersprüche. Das Gericht glaubt nicht an einen Unfall; er kommt als Mörder in ein schottisches Gefängnis – lebenslänglich. Als Deutsch-Holländer wird er als Nazi-Schwein von Häftlingen und Wärtern beschimpft. Die Haftbedingungen sind desaströs. Gegenseitige Schikanen an der Tagesordnung. Am 7.Mai 1975 fängt er in seiner Zelle ein Buch zu lesen an: David Wilkerson ‚Das Kreuz und die Messerhelden' Dieses Buch löst eine Bekehrung in ihm aus.
Er fühlt sich von Gott berührt. Dieser Gott, an den er von Kindheit an glaubt, aber den er – bedingt durch seinen brutalen Vater und seine seelisch kranke Mutter für einen Sadisten hält, offenbart sich ihm als der unendlich liebende und unendlich barmherzige und vergebende Gott. Von dem Tag an behandelt er seine Wärter und seine Mithäftlinge als Menschen. Doch da er sein Etikett weg hat, wird er weiter drangsaliert. Nur einigen fällt der Wandel überhaupt auf. So stumpfsinnig sind sie in ihrem Trott und ihrem Hass auf alles geworden. Doch es gibt auch sensible und wache Vorgesetzte, die den Wandel wahrnehmen, nicht als neue Masche abtun und ihm sogar ein Theologiestudium bei täglich freiem Ausgang ermöglichen. Bernhard lässt sich nicht mehr auf das Niveau der Auseinandersetzungen herunterziehen.[i]

2. eine gewisse Verstellung, welche hervorspringende Fehler nicht zu bemerken scheint, die, wie du siehst, ganz das Gegenteil ist von dem traurigen Verdienst, verborgene Fehler zu entdecken.

Pater Kentnich riet Pädagogen: „Alles sehen, vieles übersehen, weniges tadeln!“ Er hatte aus eigener Erfahrung beobachtet, wenn man durch Feedback auf die guten Seiten eines Menschen das Gute in ihm mächtig werden lässt, dann verschwinden mit der Zeit die negativen Seiten.

3. ein gewisses Mitleiden, welches die Leiden der Unglücklichen und Bedrängten zu den eigenen macht und eine Freudigkeit, welche die Freude der Glücklichen teilt, um sie zu vermehren.

Wir können schon bei Paulus im Römerbrief lesen: „Freut euch mit den Fröhlichen und weint mit den Weinenden!“(Röm 12,15) Paulus fordert die Christen nicht zuerst auf, die Weinenden zu trösten, sondern erst einmal mit ihnen zu weinen. Für dieses Verhalten hat sich auch der Begriff „Empathie“ eingebürgert. Auch das Wort ‚Resonanz’ ist nach dem gleichnamigen Buch des Jenaer Philosophen Hartmut Rosa zu einem Modewort geworden.

4. eine gewisse Geschmeidigkeit des Geistes, welche ohne Widerstreben in den Ansichten eines Gefährten oder einer Gefährtin das Vernünftige und Richtige annimmt, wenn sie es auch nicht sogleich erkannt hat.

In der politischen Auseinandersetzung erleben wir häufig das genaue Gegenteil. Wie wird dort voller Misstrauen mit Unterstellungen gearbeitet! Ich sehe allerdings auch einen Hoffnungsschimmer: Jetzt in der Corona-Krise gibt es viel Kooperationswilligkeit. Die Herausforderungen in der Krise schweißen auch Spitzenpolitiker zusammen.

5. und die ohne Eifersucht der besseren Kenntnis Beifall zollt.
Das spektakulärste Beispiel dafür ist die Entzauberung des Hormons Oxytocin, das als Wunderdroge gefeiert worden war. 2005 hatte der Zürcher Verhaltensforscher und Ökonom Ernst Fehr in einer seriösen Studie nachgewiesen, dass die Verabreichung dieses Hormons über ein Nasenspray das Vertrauen unter den Versuchspersonen gefördert hatte. Viele Veröffentlichungen zitierten die Ergebnisse dieser Studie; und clevere Firmen vertrieben das Nasenspray unter dem Titel ‚Liquid Trust’ = flüssiges Vertrauen und versprachen: Egal, ob Sie ein Vertriebsmitarbeiter sind, der einen zusätzlichen Vorteil bei der Zusammenarbeit mit Kunden sucht, eine stärkere emotionale Bindung mit Ihrem Partner wollen (…) Liquid Trust kann ihnen das geben, was Sie suchen.“
In einer Replikationsstudie von 2020 kommt derselbe Ernst Fehr nun zu einem anderen Ergebnis: "Unsere Analyse zeigt, dass die einfache und allgemeine Hypothese 'Oxytocin verstärkt Vertrauen' nicht mehr länger gebilligt werden kann." Und der damals mitbeteiligte Psychologe Markus Heinrichs kommentiert: Die Substanz allein kann bei einem komplexen menschlichen Verhalten nichts ausrichten. Ihre Wirkung hängt immer vom sozialen Kontext und der genetischen Sensitivität des Individuums ab.“[ii]

6. eine gewisse Sorgfalt, den Bedürfnissen anderer zuvorzukommen, um ihnen den Schmerz zu ersparen, sie zu empfinden, und die Demütigung, Hilfe zu erbitten.
Da gibt es einen häufig zu beobachtenden Unterschied zwischen Männern und Frauen. Für Frauen gilt das uneingeschränkt. Aber Männer empfinden ungefragt angebotene Hilfe oft als Skepsis des Helfers: Er traut mir nicht zu, dass ich das Problem allein löse.

7. eine Großmut des Herzens, die allezeit ihr Möglichstes tut zu helfen und gefällig zu sein, und die, wenn sie auch nur wenig tut gerne viel tun möchte.
Die Welt retten wollen … Plastik aus den Ozeanen fischen

8. eine freundliche Leutseligkeit welche die Lästigen ohne Zeichen des Überdrusses anhört und die Unwissenden unterrichtet ohne empfindliche Bemerkung.
Im Grunde ist das eine Haltung, die in allen Dienstleistungsberufen gefordert wird, dass man auch anspruchsvolle und komplizierte Kunden freundlich behandelt und nebenbei noch ein bisschen Fachkompetenz vermittelt, um zu vernünftigen Kaufentscheidungen zu kommen. Das Problem ist nur hin und wieder, dass dann, wenn solche Verkäufer oder Verkäuferinnen gestresst nach Hause kommen und sich entspannen wollen, dem erstbesten, der ihnen über den Weg läuft – wie bei einem Blitzableiter die eigenen Spannungen spüren lässt.

9. eine gewisse Höflichkeit, die in der Erfüllung der Pflicht des Anstandes nicht die falsche Freundlichkeit der Weltleute, aber eine aufrichtige und christliche Herzlichkeit zeigt.«
Auch hier sind wir wieder bei den Schlüsselqualifikationen des Dienstleistungssektors. Wenn es mir gelingt, in jedem Menschen ein Ebenbild Gottes zu sehen, dann wird mir eine solche Haltung leichter fallen, als wenn ich die Höflichkeitsregeln nur als Konvention ansehe.

Klimawandelnde Tugenden
Unser heutiger Abend stand unter dem Thema „Öl im Getriebe des täglichen Miteinanders“. Klimawandelnde Tugenden. Ich bin die einzelnen so genannten kleinen Tugenden durchgegangen, wie sie in Anlehnung an Franz von Sales in der „Werktagsheiligkeit“ zu finden sind.

Wenn wir in Zukunft noch mehr darauf achten, dann können wir in unserem Umfeld ein Mikroklima schaffen, von dem alle Beteiligten letztlich profitieren. Je geschickter wir im Konfliktlösen und im Kompromisse-Aushandeln werden, je achtsamer und wertschätzender wir miteinander umgehen, je weniger Porzellan wir zerdeppern, desto weniger verletzen wir uns.
Es lohnt sich, die kleinen Tugenden nicht gering zu schätzen in ihrer Bedeutung für das tägliche Miteinander.

P. Elmar Busse

[i] Anonym, Der Prediger, Adeo Vlg. Asslar 2015
[ii] Quelle: https://www.zeit.de/2020/25/oxytocin-studie-hormon-neuropeptid-vertrauen/seite-2