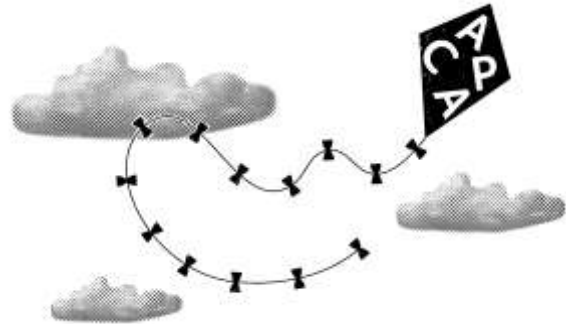


CÁPSULA DE ECOLOGIA EMOCIONAL

Enero, 2014

EL MODELO “CAPA” DE SER HUMANO



CREATIVA – AMOROSA – PACÍFICA – AUTÓNOMA

Continuamos la serie de Cápsulas EE en las que desplegamos el modelo de persona que proponemos desde la Ecología Emocional. Buscamos seres humanos CAPA para aprender de ellos. Nuestro segundo CAPA es Teresa de Calcuta a la que dedicamos esta cápsula.

Una bella cometa CAPA. Éste es el modelo humano que propone la ecología emocional y que integra lo mejor de las características adquiridas como especie a lo largo de nuestra evolución: La persona Creativa-Amorosa-Pacífica- Autónoma. Y de la unión de una persona CAPA con la conciencia ecológica surge el “homo ecologicus”, una forma más evolucionada de ser persona en el mundo que integra la dimensión afectiva, el don de la lucidez y la conciencia ecosistémica.

Los cuatro ejes CAPA están interrelacionados entre ellos y deben desarrollarse de forma sincrónica, puesto que de no ser así se produciría un desequilibrio. Representamos este modelo en la forma de cometa porque el objetivo de ser una persona CAPA es que, metafóricamente «levantemos el vuelo», y exploremos todos los paisajes y posibilidades que la vida nos ofrece.

EL día más bello: Hoy.
La cosa más fácil: Equivocarse.
El obstáculo más grande: El miedo.
El error mayor: Abandonarse.
La raíz de todos los males: El egoísmo.
La distracción más bella: El trabajo.
La peor derrota: El desaliento.
Los mejores profesores: Los niños.
La primera necesidad: Comunicarse.
Lo que más hace feliz: Ser útil a los demás.
El misterio más grande: La muerte.
El peor defecto: El mal humor.
La persona más peligrosa: La mentirosa.
El sentimiento más ruin: El rencor.
El regalo más bello: El perdón.
Lo más imprescindible: El hogar.
La ruta más rápida: El camino más correcto.
La sensación más grata: La paz interior.
El resguardo más eficaz: La sonrisa.
El mejor remedio: El optimismo.
La mayor satisfacción: El deber cumplido.
La fuerza más potente del mundo: La fe.
Las personas más necesarias: Los padres.
Lo más bello de todo: El amor.

Teresa de Calcuta

NUESTRO CAPA Nº 2: TERESA DE CALCUTA



- De nombre secular Agnes Gonxha Bojaxhiu, fue una monja católica de origen albanés naturalizada india, que fundó la congregación de las Misioneras de la Caridad en Calcuta en 1950.

- **Fecha de nacimiento:** 26 de agosto de 1910, Skopje, República de Macedonia
- **Fecha de la muerte:** 5 de septiembre de 1997, Calcuta, India
- **Padres:** Nikollë Bojaxhiu, Dranafile Bojaxhiu
- **Premios:** Premio Nobel de la Paz, Bharat Ratna

CREATIVA

«La oración que brota de nuestra mente y de nuestro corazón y que recitamos sin necesidad de leer en ningún libro se llama oración mental».

Las personas más felices no siempre tienen lo mejor de todo. Solo sacan lo mejor de todo lo que encuentran en su camino.

La revolución del amor comienza con una sonrisa. Sonríe cinco veces al día a quien en realidad no quisieras sonreír. Debes hacerlo por la paz.

Hay que hacer las cosas ordinarias, con un amor extraordinario.

No permitas jamás que alguien llegue a ti, sin dejarle ir mejor y más feliz.

AMOROSA

No deis sólo lo superfluo, dad vuestro corazón.

El amor tiene que ponerse en acción. Muchas veces basta una palabra, una mirada, un gesto para llenar el corazón del que amamos”

Lo que importa es cuanto amor ponemos en el trabajo que realizamos.

El que no sirve para servir, no sirve para vivir».

Los niños son como las estrellas. Nunca hay demasiados.

PACÍFICA

El fruto del silencio es la oración. El fruto de la oración es la fe. El fruto de la fe es el amor. El fruto del amor es el servicio. El fruto del servicio es la paz.

Si no tenemos paz en el mundo, es porque hemos olvidado que nos pertenecemos el uno al otro, que ese hombre, esa mujer, esa criatura, es mi hermano o mi hermana.

El perdón es una decisión, no un sentimiento, porque cuando perdonamos no sentimos más la ofensa, no sentimos más rencor. Perdona, que perdonando tendrás en paz tu alma y la tendrá el que te ofendió
El mayor mal es la falta de amor y caridad, la terrible indiferencia hacia nuestro vecino que vive al lado de la calle, asaltado por la explotación, corrupción, pobreza y enfermedad.

La paz comienza con una sonrisa.

AUTÓNOMA

A veces sentimos que lo que hacemos es tan solo una gota en el mar, pero el mar sería menos si le faltara una gota.

Continua a pesar de que todos esperan que abandones, no dejes que se oxide el hierro que hay en ti”.

Quando no puedas trotar, camina. Quando no puedas caminar, usa el bastón. ¡Pero nunca te detengas!

Jamás he visto cerrarse una puerta alguna. Creo que eso ocurre porque ven que no voy a pedir, sino a dar. Hoy día está de moda hablar de los pobres. Por desgracia, no lo está hablarles a ellos.

Las cosas deben ser siempre un medio, nunca un fin en sí mismas.