

3770 Sajószentpéter, Sport u. 14-16. Iroda: 1112 Budapest, Puskapor u. 2/a  
www.egyutthangzas.hu; e-mail: info@egyutthangzas.hu

Pacsai János elnök  
Tel.: 30/953-6067  
e-mail: pacsai.janos@egyutthangzas.hu

Dósa György irodavezető  
Tel.: 30/846-4967  
e-mail: dosa.gyorgy@egyutthangzas.hu

"Lépésről-lépésre" projektünk támogatója:  
az EMBERI ERŐFORRÁSOK MINISZTERIUMA

*A távol csillagok oly szőke fénnel égnek.  
/Annára gondolkodok, ki szőke, s messze rég./  
Kaszálók illatát üzenik esti rétek.  
/Annára gondolkodok, emléke enyhe, szép!/*

*A nyár ragyog, lobog. Pipacsosok a rétek.  
/Annára gondolkodok, ó, én letűnt nyaram./  
Őszünk be közeleg, falevél földre téved.  
/Annára gondolkodok, és siratom magam./*

Juhász Gyula: Nyár

### Előadások hónapja - Június

Június hónapban az egyesület munkájának nagy részét különböző előadások szervezése és megtartása kötötte le. Úgy meghívásra, mint saját szervezésben előadásokat tartottunk Záhonytól Budapesten keresztül Kiskunmajsaig különböző helyszíneken huszonnyolc előadással. Téma volt többek között a Szimfónia Nyugdíjas Egyesület bemutatása, Irodájának működése, az új kommunikációs tér kialakítása, a szeretet az új kommunikációs térben, a tíz pont részletes kifejtése, hozzáállás a tíz ponthoz. A nyugdíjasok jogi helyzete, problémái úgy általánosságban, mint konkrét formában például az eltartási szerződések, vagy a végrendelkezések kérdéskörében. De több előadás szólt az időskori aktivitásról (mozgás, sport az idősek körében), valamint egészségügyi kérdésekről (káros szenvedélyek és azok későbbi hatásai stb.).

Személyesen is találkoztunk azon összekötőinkkel akik nem voltak jelen az összekötői konferencián, így jártunk Komlón, Kecskeméten, Kiskunmajsán. A személyes találkozások felülírtak minden addigi "online" kapcsolatot. Jó volt találkozni kiváló, agilis segítőinkkel, akik feladatokat kértek és javaslatokat adtak a "Lépésről lépésre" program sikere érdekében.

Ugyancsak örömmre ad okot, hogy újabb szervezet jelentkezett együttműködését felajánlva, a kalocsai Nyugdíjas Egyesület. Személyes találkozóra ugyan még nem került sor, az várhatóan a nyár végén szeptember elején jön létre.

Eredményként könyvelhetjük el, hogy a "Lépésről lépésre" programról Pacsai János elnökkel beszélgetést folytattak a Mária Rádióban. E témáról riport készül

ugyancsak az atyával a budapesti Hegyvidék TV-ben. Ez utóbbit várjuk, hogy a PAX TV is műsorára tűzze.

János atyát meghívták az Időügyi Tanács júniusi ülésére is előadást tartani, azonban ez elmaradt, a meghívás őszre tolódtott.

– ♪ –

### Pontok – gondolatok: "háromtól ötig"

3. Tartsuk meg ígéreteinket (lefelé vivő út, amikor elveszítik bennünk a hitet), különben az emberi kapcsolatok hálója sérül.

*Oly evidens, mégis oly nehezen tartható igazság. Ha nem utasítunk el azonnal (mely oly gyakori), ígériünk azonnal. Meggondolás nélkül, nagyvonalúan, rögvest. Majd jön a teljesítés, az ígért határidő...*

*Gondoljuk át mit, miért ígérünk. A dolog egyszerűnek tűnik és ott, abban a pillanatban, eseti fellángolásban számunkra kivitelezhetőnek, megoldhatónak látszik, majd a teljesítés idejében kivitelezhetetlenné válik. Így magyarázatra szorul a "miért nem". Mely lehet, hogy logikus, de mégis, akinek ígértünk hitét veszti irányunkban.*

*Ígéretünk legtöbbször teljesíthető, megvalósítható, viszont a konkrét időben számunkra már kényelmetlen, időszerűtlen, unalmas, fölösleges és a legfőbb indokunk: nem úgy gondoltuk.*

*Az idős ember számára viszont ígéretünk: biztos pont, várt pillanat, kapaszkodó a jövőbe. Ne induljunk el a "lefelé vivő úton". Csak rajtunk múlik..., ha akarjuk ...*

4. Amikor nem értünk egyet, megkérdőjelezzük állásfoglalásunkat, ez egy játék, amelyben a másik keresi a határokat, hogy meddig lehet elmenni. Tartsuk szem előtt a kölcsönös tiszteletet, a szelíd és alázatos magatartást, hogy egy-egy ilyen válság után is egymásra találhassunk.

*Mindenki úgy gondolja (a lelke legmélyén biztosan), hogy rendelkezik a bölcsék kövével. Neki és csak neki van igaza, megfellebbezhetetlen a tudása (már csak kora miatt is) és ha mégsem azt lehetőleg ne szembesítsék vele. Majd ő, esetleg egy sötét éjszakán egyedül, magányában erre rá jön. (Be nem vallja természetesen, különösen nem a másik előtt.)*

*Szinte percenként nem értünk egyet beszélgető társunkkal. Ez már génjeinkbe ivódott. Hát még ha egy idősebb az aki a vitapartner. Legyünk alázatosok, mi? Pont mi? Fogadjuk el, illetve csak gondoljunk bele a másik álláspontjába? Na azt nem. Jó esetben jön az elnézés, a cinizmus. És természetes számunkra, hogy a másik véleménykülönbsége azonnal ellenséggé jelenik meg nem pedig partnerként.*

*Másként gondolkodni világunkban, már-már szitokszó. Pedig az idős ember másként gondolkodik. Jól, rosszul, de másként. A konszenzus, a megértés hozhat eredményt, örömet, vagy egyszerűen csak megbékélést. Nem feladatunk, lehetőségünk, erényünk minden vélemény elfogadása. De az egyet nem értés nem válság, csak egy játék mely határainkat feszegeti. Nagy boldogság az egyet nem értő párbeszédet gyűlölet nélkül lezárni, tovább lépni és egymásra találni.*

5. Nem szabad gyorsan elutasítani a másik félhez tartozó körülményeket.

*Első reakciónk, mikor egy másik emberrel találkozunk, különösen ha a találkozás a közvetlen életterében történik, hogy megjegyezzük: hogy lehet így élni? (Lakás, tisztaság, hozzáállás a mindennapi dolgokhoz, szülő-gyerek viszony oda-vissza, rokon-rokon viszony oda-vissza stb.)*

*Könnyű elutasítani, hárítani a szemünk elé kerülő, számunkra elfogadhatatlannak tűnő, érthetetlen, irritáló, koszos, gusztustalan viszonyokat, dolgokat.*

*Idő kell míg megértjük okait. (Ha egyáltalán hajlandóak vagyunk megérteni, illetve időt szánni a megértésre.) Nem a körülmények elfogadásán a hangsúly, hanem a megértésén. Legritkább esetben fordul elő, hogy abba gondoljunk bele: mit mondanánk ha a mi anyánk, apánk élne így-úgy, avagy megöregedve mi magunk. Reakciónk azonnali és megfellebbezhetetlen: az nem lehet, azt nem engednénk, velünk ez nem fordulhat elő. Biztos...? Miért is nem...?*

*Elfogadni a másikat olyannak amilyen: nem tudjuk. Megváltoztatni akarjuk: de nem tudjuk. Megoldás: elutasítjuk. Azt hisszük, hogy a körülményeit utasítjuk el, valójában az embert.*

*Ez egy görcsös állapot, mely szinte mindnyájunkat jellemez. E görcs feloldása embert próbáló feladat. Sok gyakorlat, tapasztalat és némi emberszeretet szükséges a megoldáshoz.*



**A nyári szünet, a szabadságolás időszaka bennünket is elért.**

**Az "ÖSSZHANG" következő száma szeptember végén jelentkezik.**

**Minden olvasónknak, honlapunkat megtaláló "szörfözőnek" örömeiben gazdag nyarat kívánunk:**

*Szimfónia Nyugdíjas Egyesület.*