

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

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

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

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

BEKÖSZÖNTŐ

Mély sebek és hatalmas szakadékok tátonganak az idősök társadalmán, melynek vannak gazdasági, társadalmi, politikai okai. Sokan keresik az okokat, hogy valamilyen terápiát ajánljanak az idősök gondjaira a saját szakterületüknek megfelelően. Mi egy új kommunikációs teret szeretnénk nyitni, mely egész kárpát-medencénket összekapcsolja, összhangba hozza. Először borsodi kisvárosunkban – Sajószentpéteren –, majd megyénkben és most, kis országunkban kezdenék az élet ezen összehangolását.

Sokan kihasználják és visszaélnék azokkal a félelmekkel, melyek az erőtlenségből, a bizonytalan jövőképből táplálkoznak. Sokak számára a nyugdíjkorhatár úgy rémlik fel, mint egy élőhalott rémképe, pedig ez csak egy folyamatnak az átmeneti állapota. Ezért van szükségünk egy új kommunikációra.

A nyugati jóléti társadalmak az idős kori nehézségek feloldását elsősorban az önkéntes tevékenységekben, jótékonysági területeken látják. Próbálják ébresztgetni polgáraikat, aktivizálni az élet természetes medrébe. Nálunk más a helyzet, itt nem a totális elhidegülés, elidegenedés, hanem a meggyötört emberi sorsok sodornak a közömbösség, majd a közöny medrébe. Azok jelentkezését várjuk, azok támogatására számítunk, akik megértik és befogadják az alább felsorolt új kommunikációs elveket. Ezek

"Imádom ezt az egyszerűséget – a tudomány tökéletes őszinteségét és tisztaságát. Sokra tartottam, hogy nem ad teret a fantáziának vagy a gondatlan gondolkodásnak. Ha egy tényről lehet bizonyítani, hogy megingathatatlan és megbízható, akkor azt elfogadja. Ha nem akkor elveti. ez a megközelítés nem sok teret ad a léleknek és a szellemnek, a személyiség folytatólagos létezésének azután, hogy az azt támogató agy funkcionálása megszűnik. Még kevesebb teret ad azoknak a szavaknak, amelyeket újra és újra hallottam a templomban: 'örökké való élet'. És ezért támaszkodtam oly nagy mértékben a családomra – Holley-ra, a fiúkra, három lánytestvéremre és persze az anyámra és az apámra. Nagyon is szó szerinti értelemben képtelen lettem volna a hivatásom gyakorlására – nap nap után végrehajtani azokat a dolgokat, amelyeket láttam – a tőlük kapott szeretet nélkül.

És ezért volt az, hogy Phyllis (miután beszélt a húgunkkal, Betsyvel telefonon) úgy döntött, hogy tesz nekem egy ígéretet aznap éjjel az egész család nevében. Ahogy ott ült, kezében az én ernyedt, szinte élettelen kezemmel, azt mondta nekem, történjék bármi, onnantól fogva mindig lesz ott mellettem valaki, és fogni fogja a kezemet.

– Nem engedünk el, Eben – mondta. – Szükséged van egy horgonyra, amely itt tart, ebben a világban, ahol szükségünk van rád. És ezt a horgonyt mi fogjuk biztosítani.

Nem is tudta, mennyire fontosnak fog bizonyulni ez a horgony az elkövetkező napokban."

(Dr. Eben Alexander: A mennyország létezik, részlet
Fordította: Farkas Veronika – Magnólia, 2013)

nem felfedezett újdonságok, hanem az eddig megélt valóság, melyhez igazítani érdemes az életünket:

1. Időt kell szánni a másik meghallgatására, a dolgok megvitatására (kétirányú utca).
2. Nem kell mindent helyteleníteni, kerülni kell a szarkazmust, cinizmust (a „soha” és a „mindig” szavak használatát).
3. Tartsuk meg ígéreteinket (lefelé vivő út, amikor elveszítik bennünk a hitet), különben az emberi kapcsolatok hálója sérül.
4. Amikor nem értünk egyet, megkérdőjelezzük állásfoglalásunkat, ez egy játék, amelyben a másik keresi a határokat, hogy meddig lehet elmenni, itt fontos legyen a kölcsönös tisztelet, a szelíd és alázatos magatartás, hogy egy-egy ilyen válság után is egymásra találhasunk.
5. Nem szabad gyorsan elutasítani a másik félhez tartozó körülményeket.
6. Ne féljünk nemet mondani azokra a negatív normákra, amelyek a társadalomban az emberi kapcsolatokat megmérgezik. Segítsük a törvényes emberi igények és elvárások szintjének kialakítását.
7. Építsük ki az önbecsülésünket és ragaszkodjunk a méltóságunkhoz. Jó énkép jó példaképpé válhat, és ezt az értéket tudja átadni.
8. Az élettapasztalat átadása ne olcsó moralizálás legyen, mert ez megöli a kommunikációt, de ne habozzunk megosztani erkölcsi, etikai, vallási értékeket, amelyek meghatározták életünket.
9. Időt kell arra szánni, hogy együtt játsszunk, a játék feloldja formalizált kapcsolatainkat, szükségünk van „móka-kacagásra”.
10. Az idős ember az életével utat mutat a következő generációnak (útítársak vagyunk!).

Engem lelkesít, hogy majdan egy élhető öregkorba csöppenjek, és ezért már most tenni szeretnék. A munka egy életen át fenntartja az embert, és minden amit a másik emberért teszek, az munka és feladat. Egy életnek a tapasztalatait, a bölcsességét átadni nem kis erőfeszítés, de nagy bátorság. Erre a bátorságra a mai fiataloknak nagy szükségünk van. Ebben az újfajta

kommunikációs környezetben van esélyünk, hogy amik összetartoznak, azok egymásra találjanak. Ebbe az izgalmas játékba szeretnék mindenkit bekapcsolni, aki vágyik a játék örömére.

Szeretem a szép szimfóniákat, ahol a különböző hangszerek ugyan más és más hangot adnak ki, de együtt egy csodálatos melódiát játszanak. Mi is mind különböző emberek más és más hangot adunk ki, de miért ne lehetne az élet csodaszép szimfóniája, amit mi most elkezdünk játszani.

Maradva ennél a szép hasonlatnál, ahhoz, hogy ki-kik a maga hangszerén jól tudjon játszani, ismerni kell a szakmát és hogy szeresse azokat, akikkel egy "zenekarban" játszik. Ehhez szorgalom, kitartás, türelem szükséges, sok izzadság, gyakorlás és munka.

Ezt az életet „egy életen át kell játszani”, betegen, fáradtan, csalódottan, magányosan, de ez a játék oldja fel a szorongásunkat. Nyitva áll előttünk ez a tér...

Szeretettel köszöntök mindenkit!

Pacsai János elnök



FELHÍVÁS! Keresünk az ország minden vidékéről agilis nyugdíjasokat, akik mint önkéntesek szívesen lennének Egyesületünk helyi képviselői, akik feltérképezik a helyi nyugdíjas közösségeket, megismertetik őket Egyesületünkkel és koordinálják a kapcsolatot a helyiek és Egyesületünk között, szervezik helyben az általunk finanszírozott, ajánlott programjainkat, előadásainkat. Jelentkezni bármely elérhetőségünkön lehet!