

Loviisan seniorit ry

Petri Hyvönen

Syntymäpäiväjuhlat 19.5.2026

Puhe syntymäpäiväsankareille

## **YSTÄVYYS Ja YHTEISÖLLISYYS**

Ystävyys on kahden tai useamman ihmisen välistä ihmissuhdetta, joka on enemmän kuin tuttavuus. Se ilmenee monin eri tavoin, epäitsekkäänä toimintana toisen hyväksi, se näkyy sympatiana ja empatiana, se on keskinäistä ymmärrystä ja myötätuntoa toista kohtaan, myönteisenä vastavuoroisuutena ja ennen kaikkea mahdollisuutena olla oma itsensä; ilmaista tunteitaan, virheitä tehdessään olla pelkäämättä tuomitsemista.

Ystävyys on itsekkyyden vastakohta, itsekkyyden tappaa ystävyyden kateudellaan ja halulla vahingoittaa toista saavuttaakseen omat itsekäät päämääränsä keinolla millä hyvänsä. Ystävyyden tulee olla kuin peruskallio, luja ja järkkymätön tahtotila, joka pois sulkee kaiken vilpin ja uskottomuuden. Siitä meidän ei pidä luopua.

Nykypäivän kiireisessä elämänrytmissä pinnallisuus pyrkii pulpahtelemaan esiin monin eri tavoin. Juostaan kokouksesta toiseen, kello käy, illalla vielä viimeiset muistiot tai lukemiset seuraavan päivän menoihin. Onko aikaa vaalia ystävyssuhteita ja miettiä mitä sille ystävälleni kuuluu, kuinka hän voi, mitä iloja tai suruja hänellä on? Kun tätä aikansa jatkuu, niin huomaat, että et itsekkään tiedä missä olet.

Jos jätät suhteet hoitamatta niin loppuun palaminen on väistämätöntä ennen pitkään.

Varmasti mietit, mikä nautinto onkaan tuntea olonsa turvalliseksi jonkun seurassa, ilman tarvetta punnita ajatuksiaan tai harkita sanojaan vaan antaa niiden tulla vaan. Ystävyyteen liittyy monenlaisia sanontoja, lauseita; ystävää ei jätetä, hädässä ystävä tunnetaan jne. Mistä ne kertovat; eiväthän ne tyhjältä synny, eikä aika ole niitä vastaan, päinvastoin.

Mielestäni ne kertovat jo aikojen alusta alkaen siitä kaipuusta, henkisestä ja ruumiillisesta ykseydestä mitä mieleemme kaipaa. Jaettu ilo on kaksinkertainen ilo ja jaettu suru on puolta kevyempi kantaa.

Se, että omistaa ystäviä on erittäin tärkeää ihmisen elämässä. Ystävyydestä on kirjoitettu monia elämänkokemus oppaita, ystävyydestä on sanottu monia kauniita ja viisaita sanoja, lukuisat aforismit kuvaavat ystävyyttä. Jo muinaiset kansat kertomuksissaan ylistivät ystävyyttä.

Yhteisöllisyys tarkoittaa tunnetta siitä, että kuuluu johonkin yhteisöön, joukkoon, ja on osa kokonaisuutta. Siihen liittyy yhdessä tekeminen, toisten huomioon ottaminen ja kokemus siitä, ettei ole yksin. Se näkyy arjessa monin eri tavoin, yhdistystoiminnassa, naapureiden auttamisena, seurakunnassa, kylä- ja kaupunkitapahtumissa sekä siinä, että ihmiset tervehtivät ja välittävät toisistaan.

Hyvä yhteisöllisyys lisää turvallisuuden tunnetta, hyvinvointia ja luottamusta ihmisten välillä. Se syntyy pienistä teoista: kuuntelemisesta, mukaan kutumisesta, osallistumisesta ja siitä, että jokainen kokee olevansa tärkeä. Yhteisöllisyys ei tarkoita sitä että kaikkien pitäisi olla samanlaisia tai aina samaa mieltä.

Tärkeämpää on tunne siitä, että erilaiset ihmiset voivat kuulua samaan yhteisöön ja toimia yhdessä.

Ystävyys ja yhteisöllisyys näkyvät senioritoiminnassa hyvinkin konkreettisella tasolla:

- kerhoissa ja tapahtumissa syntyy usein uusia tuttavuuksia ja pitkäaikaisia ystävyysuhteita
- yksinäisyys vähenee, kun on paikka mihin tulla
- vertaistuki auttaa elämän eri vaiheissa
- kahvihetkissä, retkillä ja harrastuksissa jaetaan kokemuksia ja muistoja
- osallistutaan toimintaan yhdessä ja jokainen voi tuntea kuuluvansa joukkoon
- toiminta luo turvallisuutta, osallisuutta ja merkityksellisyyden tunnetta
- vapaaehtoistoiminta ja yhdessä järjestetyt tapahtumat vahvistavat yhteishenkeä

Toiminnassa ei tärkeää usein ole vain itse ohjelma vaan myös kohtaaminen. Juuri siksi aktiivinen senioritoiminta vahvistaa sekä ystävyyttä että yhteisöllisyyttä koko paikkakunnalla.

Toivotan kaikille syntymäpäiväsankareille paljon onnea sekä iloista kesän odotusta.

KIITOS