

## **Tisztelt Hallgatóság, Kedves Munkatársaim!**

**Szeretettel köszöntök** mindenkit az Ápolók Nemzetközi napján, mely intézményünkben hagyományosan évtizedek óta megrendezésre kerül.

Ezen a napon emlékezünk meg hazánk első főápolójáról, Kossuth Zsuzsannáról, ezen a napon emlékszünk Florence Nightingaleről, és a mai napon megemlékezünk a Magyar Ápolási Egyesület 30 éves születésnapjáról is.

Vagyis mindarról, ami az ápolás irányát meghatározta, szakmai, etikai iránymutatással a szakma megbecsültségének érdekében.

Engedjenek meg számomra egy kis időutazást a mai napon.

**2017-ben** Kossuth Zsuzsanna születésének 200-dik évfordulóját ünnepeltük, méltósággal, tisztelettel.

**2018-ban** Semmelweis Ignác születésének 200-dik évfordulójára emlékeztünk, felidézve munkásságát, érdemeit.

Az **idei évben** a Magyar Ápolási Egyesület megalakulásának 30-dik évfordulója van napirenden.

**2020-ban**, jövőre, Florence Nightingale születésének 200- dik évfordulója lesz.

**2021-ben** kórházunk 220 évére fogunk emlékezni.

**Évszázadok**, melyek esetenként a múlt homályába vesznek, de akár tudatában vagyunk akár nem, meghatározzák a jelent, és befolyásolják a jövőt. Értékeink függvényében szemléljük a múltbéli, a jelenleg megtett és meg nem tett, illetve a jövőben végzendő vagy elkerülendő cselekedeteinket, céljainkat is.

**Egyesek szerint** az emberi élet egyik legnagyobb művészete abban rejlik, hogy azt tegyük, aminek helye és ideje van az életünkben.

**Amikor a múltat** kutatjuk, és szép dolgokra emlékezhetünk, akkor az a **pozitív** múlt, hisz erőt gyűjthetünk belőle, tapasztalatokat használhatunk fel a jelenhez, és ez épít.

**Amikor a rosszra**, nehézre emlékezünk az a negatív múlt, mert az is beépül a személyiségünkbe, de nem biztos, hogy a legjobb irányba terel bennünket. Amikor a **jövőt tervezgetjük**, akkor néhányan azt mondják, hogy ne ábrándozzunk, mert majd lesz valahogy, de a jövőt igenis befolyásolhatjuk, mert az ha pozitív jövőképet rajzol, akkor az előrevisz, motivál, felemel, ha a jövőkép negatív, akkor az valóban romboló lehet. Hisz hivatásunk egyben missziónk szempontjából is kell lennie valamiféle pozitív vízióknak, az ápoló és szakdolgozói életpálya jövőjével kapcsolatban, hisz az is azt célozza, hogy legyen egy olyan szakmai jövőkép, amiért érdemes ezt a hivatást választani, amely kiszámítható, előre tervezhető és így valóban nem nehéz hűségessé maradni hozzá.

**Múlt, jelen, jövő**, tegnap, ma, holnap, ez az időtrió folyamatosan velünk van, és Einstein szerint ennek egyetlen oka van: minden nem történhet egyszerre.

**Idő!** - hogy is írható le, értelmezhető a múlt – jelen - jövő kontextusában? Elmondható, hogy az egyik legnehezebben megfogható fogalmak egyike, ugyanis különbség van a fizikai – objektív – és a lelki – szubjektív – idő között.

**A huszadik század elején** Henri Bergson, francia filozófus hozta be a köztudatba a szubjektív idő fogalmát, elkülönítve az objektív időtől, amely a fizika tartományába tartozik, így mérhető, lineáris és nem ismétlődik.

Egy nap mindig huszonnégy óra, egy óra pedig hatvan perc.

A szubjektív idő ezzel szemben az ember ideje.

Nem tekinthető folyamatosnak, hiszen rengetegszer tervezünk előre, és még gyakrabban emlékszünk vissza már megtörtént eseményekre. Ilyenkor van, hogy fel sem fogjuk a valóságos, körülöttünk levő világot, vagyis a jelen időt.

**Ma nagyon** divatos megközelítés az időhöz kapcsolatan, hogy élj a jelenben, élj a mában, „itt és most” ne a múltban vagy a jövőben.

De a jelen csak a múlttal és jövővel együtt értelmezhető, mert jöttünk valahonnan és tartunk valahová.

A múltat felidézzük, kutatjuk, emlékezünk, a jövőt tervezzük, megpróbáljuk megjósolni az elkövetkezőket, kell, hogy legyen jövőképünk.

A legrövidebb időt a jelenben töltjük, mert mire megragadnánk, tovatűnik.

A carpe diem sokszor vonzó világlátás. A kifejezést tévesen úgy fordítják, hogy „Élj a mában” pedig Horatius, az ókori római költő eredeti gondolata azt jelenti, hogy „Élvezd az időt, minden napnak szakítsd le a virágát!”, azaz keresd az értelmét. A pszichológia szerint jó dolog lehet a carpe diem, de csak akkor igazán pozitív hatású, ha elhelyezhető a személyes történelmi idősíkbba, ha a jelen mellett megjelenik a múlt és a jövő is.

Képzeld el, milyen lenne az élet, ha csak a jelen létezne. Ha nem lenne tapasztalat, és nem lenne tervszerűség sem. Ha a pillanatnyi vágyak és érzések vezérelnének minket, ha csak a ma lenne a fókuszban. Nem törödnénk sem az előzményekkel, sem a következményekkel.

Antony Hopkins a következőképpen fogalmaz: Egyikünk sem szabadul ki innen élve. Így hát ne kezeld úgy magad, mint egy emléket. Egyél finom ételeket. Sétálj a napsütésben. Ugorj bele a tengerbe. Mond ki az igazat, amit a szíveden hordozol. Légy bolond. Légy kedves. Légy örült. Semmi másra nincs idő.

**Évszámok, jubileumok**, megemlékezések végig kísérik a személyes és szakmai életünket, más dimenzióba helyezve az idő értékét, amiből esetenként sok van, másszor kevés. Néha pörgetnénk az időt, hogy gyorsabban teljen, másszor lassítanánk, vagy megállítanánk az idő kerekét, néha időt akarunk nyerni, máskor elfogy az idő. Néha szeretnénk meggyorsítani,

gyerekként hamar felnőni, tanulóból dolgozóvá válni, függetlenségünket feladva szülői szerepet vállalni. Nehézségek időszakában szívesen „átkapcsolnánk” egy boldogabb időpontra, vagy a véget nem érő feladatok közepette előrehoznánk a szabadságot. Néha ólomlábakon cammog az idő, néha repül. Amit szeretünk, abban a tevékenységben repül az idő, szeretnénk néha megállítani, hogy élvezhessük a pillanatot. Amikor nehézségekkel nézünk, szembe szeretnénk már túl lenni rajta, hajtanánk az idő kerekét, hogy a kellemetlen időszakon túl legyünk. Betegségek idején időt nyerhetünk, de egy súlyos betegség esetén az idő az életet jelentheti, másszor azt mondjuk, hogy az idő pénz, hisz rendkívül értékes. Tudjuk, hogy amit adhatunk a másinak sokszor nem pénzben, fizikai ajándékokban mérhető, hanem az idő mennyiségében, de még inkább az együtt megélt idő minőségében. Igaz ez a családi életben, de egy beteg mellett eltöltött idő esetében is. Ha kiderül, hogy a diagnózis nem végzetes, akkor ajándékba kapott időről beszélünk, és átértékelődik az idő fogalma. Ismerjük a mondást, ki időt nyer, életet nyer, vagy... az idő begyógyítja a sebeket. Az idő megoldja a problémákat, Idővel majd jobb lesz..... Az idő értékelésére, átélésére meghatározó saját életkorunk is, az az idő- és tapasztalattmennyiség, amelyre visszatekinthetünk. A kisgyermek alig érzékeli az időt, hiszen sem a múlt, sem a jövő nem befolyásolja még: a jelenben él, akárcsak a régi korok embere. Az időfogalom is „tanulás” során, fokozatosan alakul ki bennünk, és más az időperspektíva ifjúkorban, és megint más a felnőttké, illetve az időskorúaké.

Az idő, amely szubjektív oldalról tekintve az egyes ember életének legfőbb meghatározó dimenziója.

Egészséget fenntartó vagy betegséget indukáló, életörömet adó vagy életkilátást csökkentő az a mód, ahogyan gazdálkodunk ezzel az életerőforrással, mondhatni: létünk lényegi feltételével.

Korszakunk emberének alapvető időélménye az idő felgyorsulása, amely mindennapjaink valamennyi területére kihat. Az előidéző okok és következményei igen sokrétűek:

A „felgyorsult idő” jelensége, az idősürgetettség, negatív érzelmeket, önmagunkkal szembeni elégedetlenséget kelt.

„Nincs időm rá!” – hangzik a leggyakoribb kifogás, ha egy tevékenység kimarad az életünkből. A mindennapokban a legtöbben folyamatosan időhiányban szenvedünk, nincs idő semmire, sem magunkra, sem másokra, egy baráti beszélgetésre, vagy egy beteg mellé ülni és meghallgatni őt. Idő a betegre, idő a nyugodt, odafigyelő munkára, és idő önmagunkra. A magunkra szánt idő is fontos lenne, hisz csak úgy lehet helyt állni, ha kellő énidőt biztosítunk magunknak, hogy fel tudjunk tölteni.

Hisz az idő számunkra kimért nagyságrendje, maga az életünk.

Személy szerint azonosulni tudok Berkesi András megközelítésével, amely így hangzik: „Nem tudom, ön hogy van ezzel a dologgal, de én harcban állok az idővel. Barátom és ellenségem egyszerre. Meg akarom tartani, és le akarom győzni. ”

Henry Van Dyke szerint Az idő (...)

túl lassú azoknak, akik várnak,  
túl gyors azoknak, akik félnek,  
túl hosszú azoknak, akik gyászolnak,  
túl rövid azoknak, akik örvendnek.  
Ám azoknak, akik szeretnek,  
az idő nem számít.

Ezekkel a szavakkal kívánok a mai napra jó időtöltést, élvezzék a mai nap eseményeit, az emlékezést a múltra, az itt és most carpe diemet, és holnaptól ne feledjünk tervezni a jövőre.

Szekszárd, 2019. május 10.,

Gliedné Tillmann Erzsébet  
ápolási igazgató