

Klubin presidentin puhe kauden aloituksessa 15.8.2023

Hyvät rotarysisaret ja -veljet!

Rotary-internationaalin presidentti, Gordon McNally, on antanut tämän kauden teemaksi *Create hope in the world*, Luo toivoa maailmaan. Hän kertoo päätyneensä tähän teemaan kohdattuaan yksinäisyyttä, eristyneisyyttä ja henkistä pahoinvointia. Mac Inally toteaa, että yksinäisyys on samalla toivon ja tarkoituksen puutetta.

Me tiedämme, että sähköisen median yhä suurempi valta-asema on vaarallisesti vähentänyt aitoja kohtaamisia. Liiallinen ruutuaika on lisännyt yksinäisyyttä ja heikentänyt henkistä hyvinvointia. Nykyisin tiedetään myös, että yksinäisyydellä on yhteys moniin kroonisiin vaivoihin. Yksinäisyys voi jopa tappaa. Päänsisäinen puutostila vaikuttaa koko kehoon ja sillä on terveyttä rapauttavia vaikutuksia. Henkisellä hyvinvoinnilla taas on suuri merkitys myös elintoimintojen kannalta. Sitä vastoin monipuoliset sosiaaliset suhteet ja mielekäs toiminta edistävät terveyttä.

Tämän kaiken takia Gordon McNally lausuu näin: “Tavoitteena on luoda yhteenkuuluvuuden henki klubikokouksiimme ja palvelutoimintaamme. Meidän on varmistettava sellainen ilmapiiri, jossa jokainen voi kokea olevansa hyväksytty omana itsenään.” Tästä syystä rotarypiirin ja klubimme kausitavoitteisiin on kirjattu henkisen hyvinvoinnin edistäminen.

Me tiedämme hyvin, että jo ystävällinen kohtaaminen ja huomaavainen keskustelu ilmentää arvostusta ja hyväksyntää. Tätä meidän kannattaa vaalia yhä edelleen.

TV:ssä näkemäni ohjelmapätkän innostamana tutustuin äskettäin geenitutkija Steven Colen tutkimuksiin. Tämän professorin mukaan ihmislajin perimään on kudottu se, *että epäitsekäs käyttäytyminen toisia ihmisiä kohtaan edistää kaikenpuoleista terveyttä ja onnellisuutta*.

Tämä ei toki ole kokonaan uusi uutinen, sillä muistan, että jo antiikin viisas, Aristoteles, puhui samasta asiasta. Aristoteles opetti, että eettisestä eli hyveellisestä toiminnasta seuraa onnellisuutta. Paheellisesta ja itsekkästä toiminnasta ennen pitkää onnettomuutta. Aristoteleen mukaan kaikki ihmiset tavoittelevat onnellisuutta, mutta monet ovat onnettomia, koska haluavat vääriä asioita tai haluavat liikaa sinänsä hyviä asioita.

Tämän päälle professori Cole toteaa, että hyveellisen elämän synnyttämä onnellisuus on erilaista kuin huvittelu tai sellainen ilonpito, joissa tavoitellaan naurua. Vaikka näilläkin tuki on paikkansa.

Cole tutki hyvien tekojen vaikutuksia ihmisen kokonaisvaltaiseen terveyteen. Hän totesi, että itsekkäät teot, olivatpa ne tekijän kannalta kuinka hyviä tahansa, eivät juurikaan edistä tekijän terveyttä. - Sen sijaan varojen tai ajan antaminen hyviin tarkoituksiin, yhteisten asioiden edistäminen ja vaikkapa valaiden suojelu vaikuttivat edullisesti terveyteen. Keskeisin tulos oli kuitenkin se, että myös oman hyvinvoinnin kannalta selvästi arvokkainta *on tehdä hyvää suoraan ja kasvokkain toisille ihmisille*. Cole lausuukin, että lähimmäisen välitön tukeminen on oiva lääke mielenterveyden ja myös kokonaisterveyden edistämiseksi. Tästä kertoo myös se, että olemme tyytyväisiä itseemme silloin, kun olemme hyödyksi toisillemme. Auttaminen tekee taikojaa.

Tämä kaikki on yllättäen yhtäpitävää Rotary-järjestön ensimmäisen moton kanssa. Tämän, jota sittemmin on häpeilty itsekkään kuuloisena: *“He Profits Most Who Serves Best*, Se joka palvelee parhaiten, hyötyy eniten.”

Tätä hyötyä me, sisaret ja veljet, saamme häpeilemättä tavoitella - ensinnä omassa piirissä ja sitten kaikkialla, missä olemme mukana. - Näillä ajatuksilla kannustan meitä luomaan edes hiukan toivoa maailmaan!

Teppo Ritari