



Folha Informativa

da Paróquia do Campo Grande

A SUBLIME ARTE DE ENVELHECER

1. **Anselm Grün**, monge beneditino, escreveu um livro maravilhoso a que deu o título “A Sublime Arte de Envelhecer”. É uma obra de grande oportunidade quando o ano 2012 foi classificado como o Ano Europeu do Envelhecimento Activo. Todos envelhecemos, um pouco, diariamente, mas a partir dos 65 anos o envelhecimento torna-se estatuto, condiciona muitos dos comportamentos humanos. O envelhecimento activo é um desafio que se põe a cada um. Compete, porém, à sociedade estimular esta actividade dos mais velhos, uma vez que não podem parar no tempo à espera de um fim que não sabem quando acontece. Aumenta cada vez mais o tempo de vida, pelo que o número dos idosos constitui hoje um quinto da população. Ao mesmo tempo, diminui assustadoramente o número das crianças a nascer. Altera-se assim a pirâmide demográfica mas, sobretudo, mudam-se os comportamentos humanos. Os mais velhos não podem ser postos à margem do caminho. Manterem-se integrados no tecido social, com actividades próprias de que são capazes, oferecendo a todos a sua experiência e o seu saber, é uma mais-valia que não pode perder-se. O envelhecimento, porém, tem características que devem ser encaradas com coragem por cada um e pela própria sociedade.

- **O envelhecimento traz consigo renúncias:** a renúncia ao trabalho profissional pela reforma; a renúncia à administração económica dos bens entregue aos filhos; a renúncia a algumas actividades desportivas, pelo cansaço; a renúncia ao mundo de relação mais vasto, pela necessidade de tempos de silêncio e de repouso.
- **O envelhecimento tem perdas:** o problema da mobilidade que enfraquece; as dificuldades na memória com esquecimentos frequentes; o esquecimento dos amigos pela dificuldade de encontro; e, até, alguma crise afectiva que atira para a solidão.
- **O envelhecimento, porém, comporta riquezas invulgares:** um conjunto de experiências a partilhar com outros; uma liberdade extraordinária por não se estar em competição com ninguém; uma disponibilidade completa para acolher, aconselhar, ser agente de reconciliação.
- **O envelhecimento oferece ainda oportunidades que não podem perder-se:** o apoio à família e o cuidar dos netos; o descobrir coisas novas pela utilização das novas tecnologias; uma capacidade invulgar de ajudar outros a crescer na fé.

Vale a pena aproveitar este Ano Europeu do Envelhecimento Activo para tentar conhecer todas as pessoas mais velhas que no nosso universo podem ajudar todos a construir uma sociedade mais aberta, mais envolvente, de maior felicidade. Ninguém, pela idade, pode ficar à margem do caminho. Nem na família, nem no grupo de amigos, nem na comunidade cristã. Os mais velhos são pessoas com direitos e deveres como qualquer cidadão.

2. **O que fazer para apoiar o envelhecimento activo dos que têm mais idade?** A primeira condição está em reconhecê-los como pessoa. As características da pessoa humana assentam na sua dignidade e liberdade. Reconhecê-lo é essencial para poder estimular as capacidades de cada um na construção do bem de todos. O ser humano classifica-se por seis notas que devem ser reconhecidas aos mais velhos.

- **É um ser em projecto** – os mais velhos têm sonhos que é preciso alimentar. Do que vivem partem ao encontro do que desejam e devem fazer tudo para realizar o que sonharam. Assim, sentem-se felizes e sabem poder lutar sempre por novos ideais.
- **É um ser decididor** – continuar a ser livre, a fazer as suas escolhas, a dispor dos seus bens, a estar com os seus amigos, a construir os seus programas, e tantas outras coisas, são elementos essenciais para o uso da liberdade humana. O idoso tem direito a continuar a ser livre.
- **É um ser simbolizador** – exprimir-se na relação com os demais é essencial no mundo de comunicação. Comunica-se pelo olhar, pelo gesto, pela palavra, até pelo silêncio. Interpretar as

expressões dos mais velhos é um segredo essencial a uma relação positiva. Eles precisam de ser acolhidos como precisam também de acolher os outros. A comunicação é essencial para todos.

- **É um ser em crescimento** – é um erro considerar que só se cresce quando se é pequenino. Faz parte da vida querer chegar mais longe. Os idosos querem adquirir conhecimentos, querem compreender situações, querem confrontar opiniões, querem dar razões da sua esperança, querem sorrir, querem chorar, querem tudo isto para poderem crescer. Chegar mais longe, “viver mais”, é-lhes um desafio permanente.
- **É um ser em necessidade** – nos seus limites, os mais velhos precisam de ajuda. A doença, a perda de amigos, a solidão, são problemas normais que precisam de ser compensados. Dar respostas às suas necessidades sem lhes tirar autonomia é um ponto de equilíbrio extraordinário no cuidado a ter com eles.

Há que terminar definitivamente com o assistencialismo a ter com os seniores. Ao contrário, deverá contar-se com eles para uma participação activa no viver comum de todos. Os seniores têm um saber de experiência feito que não pode ser desprezado. Integrá-los na comunidade a que pertencem, com actividades de que são capazes, constitui uma mais-valia que a todos pode enriquecer.

3. A Comunidade Paroquial do Campo Grande precisa da participação dos mais velhos. Integrá-los em todas as actividades que a comunidade vive constitui um desafio à criatividade constante. A Paróquia tem muitas valências e é nelas que irá desenvolver-se o processo de envelhecimento activo.

- **No Centro de Dia** há mais de uma centena de pessoas. São senhoras e homens que desde as 10h da manhã convivem com alegria e que depois do almoço se reúnem no nosso bar a conversar, ou partem para a visita a um museu, para um passeio, ou prestam um serviço.
- **Nas suas casas** há mais de uma centena de idosos que já não podem sair pelas suas limitações. São visitados pelas auxiliares sociais, pelos voluntários e até pelas crianças e os jovens da paróquia. Uns e outros arrumam a casa, servem a refeição, fazem oração e convivem com alegria.
- **Nas celebrações dominicais** há muita gente de cabelos brancos. É maravilhoso o convívio de todos na comunidade paroquial - adultos, jovens e pequeninos. É uma só família onde todos têm um lugar e se sentem amados.
- **Na vida da comunidade** há muitos voluntários que têm mais de 65 anos. Na estatística são considerados seniores. No trabalho que desenvolvem junto dos outros são jovens carregados de energia. É que o amor e o serviço não têm idade.

Neste Ano Europeu do Envelhecimento Activo a Comunidade Paroquial do Campo Grande tem muito a inovar com a criatividade indispensável. Se muitos podem receber benefícios, muitos mais podem servir com alegria para a felicidade de todos.

4. O grande desafio está em mobilizar toda a gente para o crescimento da nossa comunidade cristã. Alguns dos 39 projectos que temos são geridos por pessoas que se “recusam” a envelhecer.

- **Os voluntários** – sempre disponíveis para as inúmeras actividades que lhes são confiadas, sobretudo na acção social.
- **Os visitantes** – a percorrerem as ruas da Paróquia para estarem com doentes em suas casas a conversar, a rezar, a fazer pontes que preparem para sacramentos que possam vir a receber.
- **Os catequistas** – presentes várias vezes na comunidade para ajudarem a crescer na fé as crianças, os jovens, os adultos.
- **Os leitores, os cantores e os ministros da comunhão** – prestando um serviço incalculável na beleza da Liturgia.
- **Os acólitos** – com a alva branca a emprestarem beleza e solenidade às celebrações da Eucaristia.
- **E ainda os 83 profissionais** – um suporte fortíssimo para garantir a actividade dos 39 projectos que a comunidade realiza.

Este Ano de Envelhecimento Activo desafia a inúmeras acções que tornem felizes os seniores que são sempre para nós uma lição de vida.

A Comunidade Cristã do Campo Grande também é liderada por alguns sacerdotes que são seniores. Sem a colaboração de todos, nós os sacerdotes, quase nada podíamos fazer.

*P. Vítor Feytor Pinto
Prior*