

Bidelagun

HEZIKETA-
FITXAK

*“Zeruetako Erreinuak
ziapere-ale baten antra du,
norbaitek hartu
eta bere sorozan ereiten duena”*



Caritas

Gipuzkoa

Aurkibidea



Bidelagun

prestakuntza proposamen oso erraza da, zure kabuz landu dezakezuna, baina, batez ere, zure parrokiako Caritaseko erreferentziazko taldearekin, eskualdeko Caritasen, edo parte hartzen duzun zentro edo programan.

Proposamen honek Caritasen **identitatean** eta **misioan** sakondu nahi du.

BIDELAGUN 1	BEGIRADA ETA HIZKERA	3. ORRIALDEA
BIDELAGUN 2	ZER DA AKONPAINATZEA?	5. ORRIALDEA
BIDELAGUN 3	ZERTAN DATZA AKONPAINATZEA? I	7. ORRIALDEA
BIDELAGUN 4	ZERTAN DATZA AKONPAINATZEA? II	9. ORRIALDEA
BIDELAGUN 5	ZERTARAKO AKONPAINATU? I	11. ORRIALDEA
BIDELAGUN 6	ZERTARAKO AKONPAINATU? II	13. ORRIALDEA
BIDELAGUN 7	ZERTAN AKONPAINATZEN DUGU?	15. ORRIALDEA
BIDELAGUN 8	ETIKA AKONPAINAMENDUAN	17. ORRIALDEA
BIDELAGUN 9	ENTZUTEAZ HASI	19. ORRIALDEA
ERANSKINA		21. ORRIALDEA
SIGLEN AZALPENA ETA MUSIKA		22. ORRIALDEA

Bidelagun 1



Otoitz egiten dugu...

Samariar onaren parabola (Lk 10, 29-37)

–Eta nor da nire lagun hurkoa?

Jesusek erantzun zion:

–Behin batean, gizon bat zihoan Jerusalemdik behera Jerikorantz eta lapurren eskuetan erori zen; zeuzkanak kendu eta, egurtu ondoren, alde egin zuten, erdi hilik utziz. Apaiz bat agertu zen bide hartan behera eta, gizona ikustean, bidetik okertu eta aurrera jo zuen. Gauza bera egin zuen handik igaro zen tenpluko lebitar batek ere: ikustean, bidetik okertu eta aurrera jo zuen. Baina bidaian zen samariar bat bertara iritsi eta, **hura ikustean, errukitu egin** zitzaion.

Jesusek esan zion, orduan:

–Zoaz eta egin zuk ere beste horrenbeste.

Gogoeta egiten dugu...

Ikustea (beste pertsona etorkizuneko beharrak, nahiak eta ametsak dituen gizaki gisa onartzea inplikatzeko duena) Caritasen akonpainamendua hasteko lehen pausoa da. **Zaindu ditzagun begirada eta hitz egiteko modua** laguntzen ditugun pertsonekin gaudenean. Gure hitzek itzaropena kaltetu edo zaindu dezakete, etsiarazi edo motibatu. Aurrean duguna lur sakratua da, eta, horregatik, pertsona guztiak berez direla baliotsuak onartzeko gai izan behar dugu. Hau da, azaltzen dizkiguten behar materialetatik haratago historia eta etorkizuna dutela ikusteko gai.

Akonpainatzen ditugun pertsonen gaitasunez eta ametsez jabetu, horiek aitortu eta iragartzea Caritaseko harreraren eta laguntzaren lehen urratsetako bat da. **"Jaiki, hartu ohatila eta zoaz etxera"** (Mk 2, 12) deiari erantzuten diogu horrela.

Gure buruei galdetu...

1. Nola ikusten dituzu laguntzen dituzun pertsonak, nola hitz egiten diezu hirugarrenei horiei buruz?

Paper batean idatz dezakezu zer hitz erabiltzen dituzun horiek aipatzeko, eta, batez ere, begiratu ea hitzak eta balorazio positiboak erabiltzen dituzun.

2. Caritasen lanean ari zarenean, pertsonak dituzten gaitasunak aitortzen eta ikusten dituzu?

Bere etorkizuna bultzatzen duten ametsak ezagutu eta ikusten dituzu? Haiekin hitz egiterakoan, balioan jartzen dituzu eta esaten diezu?



"Pobreak direnak diruz
laguntzea larrialdiei
aurre egiteko
behin-behineko
irtenbidea izan behar du
beti. Azkeneko helburua
bizimodu duina izateko
aukera ematea izan
beharko luke betiere"
(FT 162)

Bidelagun 2



Otoitz egiten dugu...

Emauseko bidean (Lk 24, 28-35)

Zihoazen herrixkara hurbildu zirenean, aurrera jarraitzeko keinua egin zuen Jesusek. Baina haiek arren eta arren eskatu zioten:

- Geldi zaitez gurekin, berandu baita eta gava gainean dugu.

Eta herrian sartu zen haiekin gelditzeko. Ondoren, elkarrekin mahaian jarri ziren, eta Jesusek, ogia harturik, bedeinkazioa esan, zatitu eta eman egin zien. Orduan, begiak ireki zitzaizkien eta ezagutu egin zuten, baina Jesus desagertu egin zitzaaien begi aurretik.

Haiek elkarri esan zioten:

- **Ez al geneukan barrua sutan** bidean Liburu Santuak azalduz mintzo zitzaigunean?

Berehala jaiki eta bideari ekin zioten berriro...

Gogoeta egiten dugu...

Zer da akonpainatzea? Akonpainatu aditza latinezko 'cumpaniare' hitzetik dator eta '**ogia norbaitekin partekatu**' esan nahi du. Frantsesezko 'accompagner' (akonpainatu) hitzaren etimologiari kasu egiten badiogu, konturatzen gara ekintza horrek '**norbaiten ondoan ibiltzea**' esan nahi duela. Emauseko testuari helduta, bi esanahi hauek ('ondoan ibiltzea' eta 'ogia partekatzea') dute Caritasen egiten dugun lanarekin zerikusia, edo izan beharko lukete. Zehazki, Caritasen, honela definitzen dugu akonpainatzea:

Akonpainatzea pertsonen bizitza onaren proiektuari **babes sozialak** (ekonomikoak baino gehiago) **eskaintzea** da, konfiantzazko harreman batean, **ongizatea, autonomia eta ahalduntzea** sortzeko helburuarekin.

Gure buruei galdetu...

1. Caritasen egiten duzun eginkizunean, benetan 'laguntzen' duzun **uneak, egoerak edo pertsonak** aipatu ditzakezu?

Zure ustez, zeintzuk izan daitezke hori gerta dadila laguntzen duten elementuak? (adibidez, denbora gehiago izatea)

2. Benetan 'laguntzea' eragozten dizuten zailtasunak identifikatu ditzakezu?
Irtenbideren bat proposatzeko gai zara?



"Kristo pobre gorpuztuarengan dugun fedetik, beti pertsona behartsu eta baztertuegandik hurbil, gizartean baztertuenen **garapen integralarekiko** kezka sortzen da" (EG 4)

Bidelagun 3



Otoitz egiten dugu...

Samariar onaren parabola (Lk 10, 34-35)

Hurbildu eta **zauriak sendatu** zizkion, olio eta ardoz igurtziz, **lotu** egin zizkion; gero, bere zaldi gainean **igo**, ostatura **eraman** eta bere **ardurapean** hartu zuen.

Biharamunean, zilarrezko bi txanpon atera eta **ostalariari eman** zizkion, esanez:

- Zaindu ezazu eta, gehiago gastatzen badu, hurrena natorrenean ordainduko dizut.



Gogoeta egiten dugu...

Zeintzuk dira pertsona bat modu egokian akonpaintzeko baldintzak? Bi dira ezinbestekoak: **denbora eta konfiantza**. Hobeto esanda: konfiantzazko harremana eraikitze behar den denbora. Benetazko AKONPAINAMENDUA izateko, pertsona batekin 30 minutu baino gehiago egon behar dugu eta hileroko maiztasun jakin batekin errepikatu.

- Beste pertsonak **ongi hartua**, entzuna eta egoki tratatua sentitzeko behar duen denbora da beharrezkoa.
- **Ongizate materialetik haratago** laguntzeko denbora behar dugu, ongizate emozionalari, espiritualari, bere ahalduntzeari edo/eta gizarteratze prozesuari erreparatuz. Hau da, pertsona berriz 'zutik jartzeko' behar dugun denbora. Samariar onak egin zuen bezala.
- **Beste pertsona batzuen inplikazioa** bilatzeko behar dugu denbora, guri akonpaintzen laguntzeko edo/eta haiek zuzenean lagundu dezaten.

Gure buruei galdetu...

1. Caritasen aritzen zarenean pertsonen eskaintzen diezun denboran pentsatu. Denbora nahikoa eman diezun **pertsona, egoeta edo/eta uneak** aipatu al ditzakezu? Nola sentitu zara?
Nola sentitu dira denbora hori eskaintzen zenien pertsonak?
2. Eskaintzen dugun denbora **nahikoa eta kalitatezkoa** da pertsona zutik jartzeko eta bestelako etorkizun bat eraikitzen laguntzeko? Nola aurkitu dezakegu pertsonak "zaldira igo, ostatura eramaten eta ostalaria haien zaintzan inplikatzeko" lagunduko digun denbora?

"Gure buruari **laguntzen eta sendatzen uzteak** (gure bizitza zintzotasun osoz adierazteko gai garenean), besteekin pazientzia eta errukia izaten **irakasten digu**.

Konfiantza pizteko moduak eta bestearen irekitasun eta hazteko jarrera bilatzen ere trebatzen gaitu, gainera" (EG 172)

Bidelagun 4



Oramos...

Jesus eta Samariako emakumea (Jn 4, 8-15)

Samariako emakume bat putzura etorri zen ur bila. Jesusek esan zion:

– Emadazu edaten.

Orduan, emakume samariarrak esan zion:

– Nola zuk, judu izanik, eskatzen didazu edatekoa niri, samariar naizen honi? (Jakín behar da juduek eta samariarrek ez dutela elkarrekin harremanik).

Jesusek erantzun zion:

– Jainkoak ematen duena eta edatekoa nork eskatzen dizun jakingo bazenu, zeuk eskatuko zenioke berari, eta hark ur bizia emango lizuke.

Emakumeak esan zion:

– Jauna, ez daukazu ura zerekin atera, eta putzua sakona da. Nondik aterako duzu, beraz, ur bizi hori? Gure aita Jakobek utzi zigun putzu hau eta bertatik edan zuten berak, beraren seme-alabek eta abereek. Hura baino handiagoa al zara zu?

Jesusek ihardetsi zion:

– Ur honetatik edaten duena berriro ere egarri izango da; nik emango diodan uretik edango duena, ordean, ez da sekula egarri izango; zeren nik emango diodan ura **betiko bizia** darion iturburu bihurtuko baitzaio barruan.

Orduan, emakumeak:

– Jauna, emadazu ur horretatik, berriro egarri ez nadin, eta hona uretara etorri beharrik izan ez dezadan.

Gogoeta egiten dugu...

Laguntzeak **konfiantza** dakar, topaketaren eta elkarrizketaren bidez eraikitzen dena, pertsonak gudan eta gure laguntza-asmoetan izan ditzaketen mesfidantza, beldur eta zalantzei aurre eginez. Pasartean, Jesussek badaki denbora eskaini behar diola topaketari eta elkarrizketari emakume samariarraren bestelako jarrera lortzeko.

Batzuetan, zama handia jartzen dugu sostengatzen ditugun pertsonengan euren egoera konplexuen egia kontatu diezaguten. Konfiantza eskatzen diegu, aurretik konfiantza hori landu gabe. Konfiantza **irabazi egin behar** da eta, horretarako, harremanak sortzeko dugun gaitasuna jokoan jarri behar dugu aurrean dugun pertsonak gudan konfiantza izatea erabaki dezan. Konfiantza pazientzia eta **zaintza ariketa** da gure aldetik, eta **askatasun ariketa** aurrean dugun pertsonaren aldetik. Halaber, ulertu behar dugu, hainbat arrazoi egon daitezkeela (mingarriak, ziurrenik), pertsonak jada ez dutela inorengan konfiantzarik.

Konfiantza denbora eskainiz eraikitzen goaz, pertsonen kezken inguruan **elkarrizketak eraikiz**, auzoan egunerokotasuna partekatuz, bere bizitzarekin aurrera jarraitzeko arrazoiez galdetuz, bere zoriontasun proiektua bultzatuz.

Gure buruari galdetu...

1. Zein da gure konfiantza maila?

Uste al duzu artatzen ditugun pertsonak **fidagarritzat** jotzen gaituztela? Identifikatu Caritasen egiten duzun lanean, **pertsonak, uneak edo egoerak** pertsonak zudan konfiantza dutela sentitu duzunak.

2. Pertsonen **konfiantza nola lortu** (edo/eta konfiantza handiagoko espazioak nola sortu) pentsatzeari denbora eskaintzen al diogu? Zein oztopo gainditu behar ditugu konfiantza hori lortzeko?

“Gure konpromisoa ez datza ekintzetan edo/eta sustapen eta laguntza programetan. Izpirituak mugiarazten duena ez da neurrigabeko aktibismoa, baizik eta **beste pertsonarengan jarritako arreta**, «nerekin» bat bezala ulertuta” (EG 199)

Bidelagun 5



Otoitz egiten dugu...

Jesusek elbarri bat sendatzen du (Mk 2, 1-12)

Bildu zen jendetzarekin, ez zegoen inon tokirik, ezta atarian ere. Eta mezua adierazten zien. Hartan, elbarri bat ekarri zioten lau lagunen artean. Baina jendetzagatik, Jesusenganaino ezin zuten eraman. Orduan, pareko etxeko sabaia zulatu eta hortik jaitsi zuten elbarria ohatila batean. Jesusek, haien sinesmena ikusirik, elbarriari esan zion :

–Seme, barkatuak dituzu bekatuak.

Bazeuden han eserita zenbait lege-maisu, eta hau zioten beren baitan:
– Nola du halako ausardia? Biraoka ari da. Nork barka ditzake bekatuak, Jainkoak berak baizik?

Jesus pentsatzen zutenaz jabetu eta honela esan zien:

– Zergatik pentsatzen duzue hori? Zer da errazago, elbarriari «Barkatuak dituzu bekatuak» esatea ala «**Jaiki, hartu zure ohatila eta zabilitza**» esatea? Erakutsiko dizuet, bada, Gizonaren Semeak baduela mundu honetan bekatuak barkatzeko ahalmena.

Eta elbarriari esan zion :

– Zuri diotsut: Jaiki, hartu ohatila eta zoaz etxera.

Elbarria jaiki, ohatila hartu eta guztien aurrean oinez atera zen.

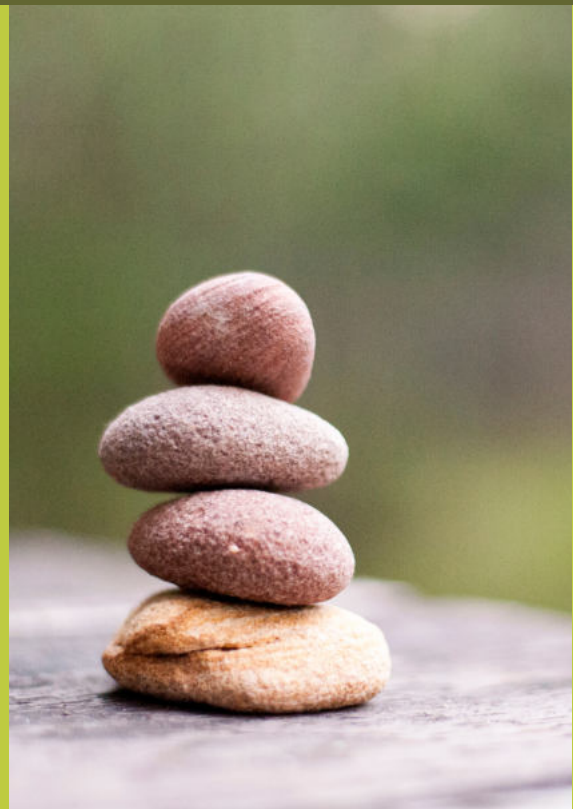
Gogoeta egiten dugu...

Zertarako laguntzen dugu? Caritasek funtsezkotzat jotzen du galdera hau, baita haren erantzuna ere. Gure laguntza ez da soilik arlo materialera mugatzen, horrez gain, **pertsonak ahalduntzea** bilatzen du, altxatu eta euren kabuz ibili ahal izateko. **Pertsonen bizi-baldintzak eraldatzeko** akonpainatzen dugu, hau da, laguntza egokia ematen diegu, beraiek izan daitezen 'beren ohatila hartu eta ibili' ahal izango dutenak.

Akonpainamenduak, beraz, ahaztu behar ez dugun helmuga du. Pertsonak 'beren ohatila hartu eta ibiltzeko' **autonomia nahikoa** lortzeko aukerak eta/edo beharrezko laguntzak sortzea eskatzen digu. **"Jaiki"** **pertsonen gaitasunetan sinesteko deia** da. Hortaz, 'Akonpainatzea' pertsona guztiek gaitasun eta ahalmenak dituztela onartzea da, gizarte-laguntza egokiarekin (materiala, emozionala, espirituala, harremanezkoa...) garatu ditzaketen gaitasunak eta ahalmenak.

Gure buruei galdetu...

1. Caritasen egiten duzun lanean, **pertsonen ahalduntzea** sustatuz aukerak sortzea lortu duzun **pertsona, uneak edo egoerak** gogoratzen al dituzu? Zeintzuk izan dira hori lortzeko martxan jarri zenituen babesak?
2. Aukerak sortzea eta pertsonak ahalduntzea **zailtzen dizuten egoerak** aipatu ditzakezu? Nola egin diezaiekezu aurre?



"Jaiki' horrek esan nahi du norberaren lehen konpromisoa beste pertsona batekiko eta, batez ere, (...) erakunde politiko eta sozialena eta haien arduradunena, sustapen-lana izan behar dela, **pertsonaren garapen integrala** lortu nahi bada" (CDSI 131)

Bidelagun 6



Otoitz egiten dugu...

Mostaza-haziaren parabola (Mt 13, 31-32)

Jesusek beste parabola hau kontatu zien:

«Jainkoaren erregetza gizon batek soroan ereiten duen mostaza-haziaren antzekoa da. Hazi guztien artean txikiena da; baina, hazten denean, beste barazki guztiak baino handiago bihurtzen da, txoriek etorri eta adarretan habiak egiteko moduko zuhaitza».

Legamiaren parabola (Mt 13, 33)

Beste parabola bat ere esan zien:

«Jainkoaren erreinua emakume batek hiru irin-neurriekin nahasten duen legamiarekin konparatu daiteke, ore guztia harrotu dadin».



Gogoeta egiten dugu...

Parabola hauek erakusten digute zerbait txikiak, ia ikustezina, eraldaketa sakona eragin dezakeela eta eragin behar duela.

Caritasen laguntzeak zentzu sakon hori du: **pobrezia eta bazterketa betikotzen dituzten egitura sozial bidegabeak eraldatu nahia**. "Gure eginkizuna, egoera politiko zehatzetan, gizarte-bizitzaren printzipio eta balio moralak praktikan jarri ditzaketen ekintzak identifikatzea da. Horretarako, norbanako eta komunitatearen hausnarketa bultzatu behar da: egoeren ezagutza, gizarte-zientzien eta tresna egokien laguntzaz aztertua; errealitateari buruzko gogoeta sistematikoa, Ebanjelioaren mezua eta Elizaren gizarte-irakaskuntza; eta egungo egoera modu positiboan eboluzionatzeko aukerak identifikatzea" (CDSI 568).

Akonpainamenduak zerbait txikia dirudi, pertsonen premiak konpontzen ez dituen (diru-sarrera falta, lana edo/eta etxebizitza lortzeko zailtasunak). Baina legamiak bezala jokatzeko du sarean lan eginez sentsibilizazio sozialaren edo/eta eragin politikoaren bidez biderkatzen dugunean.

Gure buruei galdetu...

Caritasen zure eginkizuna betetzerakoan, **inoiz saiatu** al zara (edo lortu duzu) gizarte-egitura bidegaberen bat aldatzen? Nolakoa izan da prozesua? Artatzen dituzun pertsonen salaketa edo/eta sentsibilizazio prozesu horretan parte hartu zuten?

2. Aurkitzen dituzun **zailtasunak** identifika ditzakezu, sarean lan egitea edo egoera bidegabeak salatzea eragozten dizutenak?

Irtenbiderik bururatzen al zaizu horiei aurre egiteko?

"Karitatea benetan apartekoa izan dadin eta horrela ikustarazteko, beharrezkoa da: lagun hurkoan **Jainkoaren** irudia ikustea, lagundutako pertsonaren **askatasuna eta duintasuna** gauza guztien gainetik babestea, **justiziaz** zor dena karitate gisa ez ematea, gaitzen **jatorriei** aurre egitea, eta laguntza ematea jasotzen duena pixkanaka-pixkanaka **kanpoko menpekotasunetik askatzen** joateko moduan, haren autonomia bultzatuz" (AA, 8)

Bidelagun 7



Otoitz egiten dugu...

Ereilearen parabola (Mt 13, 1-9)

Egun horretan bertan, Jesus etxetik atera eta aintzira-ertzean eseri zen. Hainbeste jende bildu zitzaion inguruan, Jesus txalupa batera igo eta eseri egin zela. Jende-taldea, berriz, ur-bazterrean gelditu zen. Eta luze hitz egin zien parabolaren bidez.

Honela mintzatu zitzairen:

«Atera zen behin ereilea hazia ereitera. Ereitean, zenbait ale bide-bazterrean erori ziren, eta txoriek etorri eta jan egin zituzten. Beste zenbait ale harri artean erori ziren, lur handirik ez zegoen tokian; eta, axaleko lurra izanik, berehala erne zen; baina eguzkiak jo orduko, erre egin zen eta, sustrairik ez zuenez, ihartu egin zen. Beste zenbait ale sasi artean erori ziren, eta sasiek, haztean, ito egin zituzten haziak. Eta **gainerako haziak lur onean erori ziren**, eta fruitua eman zuten: galburu batzuek ehun ale eman zituzten hazi bakoitzeko, beste batzuek hirurogei eta besteek hogeita hamar. Ulertzeko gauza denak uler dezala».

Gogoeta egiten dugu...

Pertsona baten autonomia lortzea helburu duen akonpainamenduak pertsona horren **dimentsio guztiak** kontuan hartzea eskatzen du. Baina zer esan nahi du garapen integralarekiko konpromiso horrek? "**Zentzu holistikoa zaintzearen**" sinonimoa da, hau da, pertsonak dimentsio guztietan kontuan hartzea eta, beraz, ongizate-materialean laguntzak artikulatzea (gutxiago, agian) baina, batez ere, pertsonen bizi-proiektuari ekarpena egingo dioten laguntzei lehentasun ematea: "garapen pertsonalari, autodeterminazioari, pertsonen arteko harremanei, gizarteratzeari, eskubideei, ongizate emozionalari eta ongizate fisikoari dagokienez". Horiei, jakina, ongizate² espirituala eta erlijiosoa gehitu behar diegu.

Pertsonen dimentsio guztiak zaintzea **galdera erraz** batzuetatik abiatu daiteke: 'zer moduz zaude', 'nola sentitzen zara', 'zer moduz zure familia', 'zer amesten duzu', 'zer lortu nahi duzu bizitzan'... Erantzun horietatik, pertsona horren "pozetan, itxaropenetan, senideekiko kezketan eta bihotza betetzen duten hainbeste gauzetan" bihurtu gaitezke bidelagun (EG 128).

1/J.Carlos Bermejo. "El arte de sanar a las personas", p.5

2/Guía para la personalización de los Servicios Sociales en Gipuzkoa, p.31

Gure buruari galdetu...

1. Caritasen betetzen duzun eginkizunean, behar materialez haratago (janaria, arropa, lana, etxebizitza...), beste behar horiek zaintzen dituzun **une, egoera edo/eta pertsonak** aipatu ditzakezu?
2. Ametsez, bere familiez galdetzea (eta, hortaz, beste dimentsio horiek zaintzea) eragozten dizuten **zailtasunik** aipatu al dezakezu?

Ez dugu ahaztu behar "leku amankomunak, ikus-esparruak eta hiri-mugarriak zaintzera deitzen gaituen dimentsio integrala. Izan ere, honek areagotu egiten baitu gure kide-izate zentzua, gure errotze-sentimendua, 'etxean' egotearena, bizi garen hiriaren barruan" (LS 151)

Bidelagun 8



Otoitz egiten dugu...

Jesus eta adulterioan harrapatutako emakumea (Jn 8, 1-11)

Jesus Oliamendira joan zen. Biharamunean, egunsentian, tenplura itzuli zen, eta herri guztia etorri zitzaion. Jesus, eseririk, irakasten hasi zen. Orduan, lege-maisu eta fariseuek adulterioan harrapatutako emakume bat ekarri zioten. Erdi-erdian ipiniz, Jesusi esan zioten:

– Maisu, emakume hau adulterioan ari zela harrapatu dute. Moisesen legeak harrika hiltzea agintzen digu; zuk zer diozu?

Galdera azpikeriaz egin zioten, hura salatzeke aitzakiaren baten bila. Jesus, alabaina, makurturik, atzamarrez lurlean idazten hasi zen. Haiek, ordea, galdezka jarraitu zuten eta, azkenik, Jesus zutitu eta esan zion:

– Zuetan **bekaturik gabe** dagoenak jaurti diezaiola lehen harria.

Eta berriro makurturik, lurlean idazten jarraitu zuen. Haiek, ordea, hori entzutean, banan-banan alde egiten hasi ziren, zaharrenetatik hasita. Jesus bakarrik gelditu zen, emakumea aurrean zuela. Jesusek zutitu eta esan zion:

–Emakume, non dira salatzaileak? Ez al zaitu inork ere gaitzetsi?

Hark erantzun zion:

–Inork ere ez, Jauna.

Orduan, Jesusek:

–Nik ere **ez zaitut gaitzesten**; zoaz, eta **ez egin berriro bekaturik**.

Gogoeta egiten dugu...

Etikak gure akonpainamenduan egon behar du. Batez ere, **kalterik ez egitearen** laguntza-harremanaren printzipio etikoaz ari gara, hau da, nahita kalterik ez egitea. Honek "Ez egin besteei zuri egitea gustatuko ez litzaizukeena" urrezko arauari erantzuten dio.

Barne hartzen ditu: arduragabekeria, maltzurkeria, ezjakintasuna saihestea, konfidentzialtasuna errespetatzea, norberaren edo besteen kalte fisikoa saihestea, sufrimendurik ez eragitea, ez iraintzea edo gutxiestea, ondasunik ez kentzea; edo/eta gaitasunik edo askatasunik ez murriztea.

- **Baldintzarik gabeko errespetua:** pertsona guztiak errespetuz eta begirunez tratatzea, haien egoera ekonomikoa, soziala edo pertsonala edozein dela ere.
- **Beste pertsonaren aitortza:** berez baliotsua dena. Bere nortasun pertsonala eta bakarra, bere gaitasunak eta lorpenak aitortzea, bere eskubideak eta munduari egiten dizkion ekarpenak.
- **Entzute aktiboa eta parte-hartzea:** pertsonak akonpainamendu-prozesuan inplikatzeko, haien ahotsa eta beharrak entzungo eta errespetatuko direla ziurtatuz. Horrek, pertsonak ahalduz gain, kalte egitearen aukera murrizten du, esku-hartzea haien errealitatearekin eta itxaropenekin lerrokatzen baitu.

Gure buruari galdetu...

1. Zure egunerokoa, aipatu al ditzakezu "zuri egitea gustatuko ez litzaizukeena besteei ez egitea" urrezko araua kontuan hartzen duzun **pertsonak, uneak edo egoerak**?
2. Identifika al ditzakezu arau hori jarraitzea eragozten dizkizuten **zailtasunak**? Irtenbiderik proposatu dezakezu?

"Zenbat hitz bihurtu diren gogaikarri sistema honentzat! Gogaikarria da **etikaz** hitz egitea, mundu mailako **elkartasunaz**, gogaikarria da ondasunen **banaketaz** aritzea, **lan-iturriak** zaintzeaz, gogaikarria da pertsona ahulen **duintasunaz** hitz egitea, baita **justiziaren** aldeko konpromisoa eskatzen duen **Jainkoaz** aritzea ere" (EG 203)

Bidelagun 9



Otoitz egiten dugu...

Jesusek Bartimeo itsua sendatzen du (Mk 10, 46-50)

Jerikora iritsi ziren. Eta Jesus bere ikasleekin eta jendetza artean hiritik irteterakoan, Bartimeo itsua, Timeoren semea, eskean zegoen bide-ertzean eserita. Jesus nazaretarra zela jakitean, oihuka hasi zen:

–Daviden Semea, Jesus, nitaz erruki zaitez!

Askok agiraka egin zioten isilarazi nahian; baina hark are ozenago egiten zuen oihu:

–Daviden Semea, nitaz erruki zaitez!

Jesusek, geldituta, agindu zuen:

– Dei egiozue.

Itsuari dei egin zioten, esanez:

– Animo, altxa zaitez! Deika ari zaik.

Bere soingainekoa jaurtiz, salto batean zutitu eta Jesusengana joan zen itsua. Behin Jesusengana gerturatu zenean, honek galdetu zion:

– **Zer nahi duzu** zugan egitea?

Gogoeta egiten dugu...

Entzuteak du lehentasuna. Caritasera hurbiltzen diren pertsonak ere entzutea eta babesa eskatzen dute, askotan konponbiderik ez duen arazo baten aurrean.

Entzutea segurtasuna bilatzea da, beldurrari, ziurgabetasunari, minari... aurre egiteko. Pertsonak dituzten behar emozionalak eta harremanetakoak betetzen dituen espazioa da. Benetako elkarrizketa emateko ezinbestekoa bada ere, 'benetan entzutea' ez da zerbait naturala. Praktika eskatzen duen artea da.

BENETAN ENTZUTEA ERRAZTEN DUTEN HITZAK

- "Kontaidazu" - "Aditzen zaitut" - "Zein garrantzitsua esaten didazuna, hainbesteko zentzua du!" - "Hitzik gabe geratzen naiz" - "Asko sentitzen dut" - "Badakizu hemen nagoela" - "Ez nau harritzen horrela egoteak" - "Ea zer egin dezakegun pixkanaka" - "Eman denbora... Behar duzuna."

Gure buruari galdetu...

1. Caritasen betetzen duzun eginkizunean, aipatu ditzakezu benetan entzuten dituzun **pertsonak, uneak edo egoerak**, non ez zaren aurreratzen oraindik planteatu ez dizkizuten egoera edo beharrei erantzutera?
2. Benetan entzutea zaila egiten dizuten **zailtasunak** identifikatu ditzakezu? Konponbiderik bururatzen al zaizu?

"Eliza «irekia» ateak zabalik dituen Eliza da. Giza periferietara iristeko helburua izateak ez du esan nahi mundurantz noraezean eta zentzurik gabe korrika egitea. Are gehiago, askotan **pausoa gelditzea** esan nahi du, **begietara begiratzeko eta entzuteko**, premiak alde batera utziz, bide-bazterrean gelditu denari laguntzeko. Batzuetan, seme iriolearen aita bezala jokatzeko da: ateak zabalik utzi, itzultzen denean zailtasunik gabe sartu dadin" (EG 46)

Eranskina



"Benetan entzuteko artea landu behar dugu, gure belarrietatik sartzen denaz jabetzea baino gehiago dena. Bestearekiko komunikazioan, bihotzak hurbiltzeko gaitasuna lehenetsi behar dugu" (EG 171)

Elkarrizketa bat egituratzen lagun diezazuketen **galdera ireki** batzuk eskaintzen dizkizugu, pertsonen kezkak, ahalmenak eta ametsak ulertzen lagungarri izan nahi dutenak. Agian dagoeneko erabiltzen dituzu Caritasen egiten duzun lanean.

Topaketa aldeaz aurretik prestatzea beharrezkoa da beti, elkarrizketa erraz, arautu eta egituratu bat antolatuz. Honek beste pertsonarekin hizketan hasteko aukera emango digu, itaunketa gisa galdetzea saihestuz.

Halaber, garrantzitsua da **agurra**, ongietorria eta aurkezpenak zaintzea, **irribarreak** ez ahaztea eta elkarrizketa hastean gutxieneko datu-bilketa egitea (inoiz hiru baino gehiago).

- Zerk kezkatzen zaitu?
- Nola lagundu zaitzakegu?
- Zer pentsatu duzu egoera honi aurre egiteko?
- Zein dira zure bizitza-proiektuak?
- Nola zaude?
- Zer gustatuko litzaizuke egitea?
- Zertan zara ona edo zer gustatzen zaizu egitea?
- Zeintzuk dira zure zaletasunak?
- Zertan duzu interesa?
- Nola dago zure familia?
- Nortzuk dira zure lagun onenak eta zein harreman duzu haiekin?
- Nola sentitzen zara bizi zaren auzoan?

Siglen azalpena...

- AA** Apostolicam Actuositatem - Vatikanoko II. kontzilioko dekretua, laikoen apostolutzari buruzkoa (1965)
- CDSI** Elizaren Doktrina Sozialaren laburpena.
- EG** Evangelii Gaudium - Francisco aita santuaren apostolu-erregua Ebanjelioa egungo munduan iragartzeari buruz (2013)
- FT** Fratelli Tutti - Francisco aita santuak anaitasunari eta adiskidetasun sozialari buruz idatzitako enklizika (2020)
- LS** Laudato Si' - Francisco aita santuaren entziklika etxe komunaren eta ingurumenaren zaintzari buruz (2015)

Hemen dituzu lagungarri izan dakizkizukeen abesti batzuk...



'Jainkoa geurekin dugu'
Juanjo Elezkano



'Maria da Jainkoaren ama'
Juanjo Elezkano



'Dena da zeurea'
Juanjo Elezkano



'Zatoz Espiritu Santua'
Juanjo Elezkano



'Errukitsua da geure Jainkoa'
Juanjo Elezkano



'Eskerrik asko, Jauna'
Juanjo Elezkano



'Maitasun mezulariak'
Juanjo Elezkano



'Jesus, benetako adiskide'
Juanjo Elezkano



'Poz-pozik'
Juanjo Elezkano

Caritas Gipuzkoaren jarduera ezagutu
eta azken prestakunta eskaintzak eta albisteak
ezagutu nahi?



ALTA BIDALI: 689 874 575

www.caritasgipuzkoa.org

