

„Vigasztaljátok, vigasztaljátok népemet!” – így szól az Úr. (Ézs 40,1)

Gyülekezeti gyászfeldolgozó csoport...

A Kecskeméti Gyülekezet tagjaként, azt hiszem, megszoktuk, hogy szinte végtelen a választható alkalmak száma és formája. A bibliaórák, a különféle tematikus estek, koncertek mindig is részét képezték a gyülekezeti életnek. Mára már talán mindenki tudja, mit takar a „Kékkereszt” csoport neve, és sokan már meg tudják különböztetni a „Keresztkérdések” sorozattól. Azonban gyanítom, hogy sokat eláruló neve ellenére a gyászcsoporthoz legtöbb gyülekezeti tagunk viszonylag keveset tud, sőt talán némi kétkedéssel, esetleg viszolygással gondol rá. Több-e ez a csoport, mint a sebek nyalogatása? Egyáltalán keresztyén embernek nem illendő-e gyorsan és minél kisebb felhajrással maga körül elrendezni a veszteségét, hiszen nekünk örök életre szóló reménységünk van?

Már a II. Helvét Hitvallás, Egyházunk egyik hitvallásos irata is beszél arról, hogy – bár elítéli a halottakért tett áldozatokat és a pogányos gyászt – „*a mérsékelt gyászt... nem gáncsoljuk, mert természetellenesnek tartjuk, ha valaki semmi fájdalmat nem érez*”. Ezen túl egymás vigasztalása (1Tessz 4,13-17) mindig is a keresztyén közösség egyik ismertetőjele volt. Mára, amikor a jórészt felbomlottak az egyes embert – örömeiben és nehézségeiben – megtartó (nagy)családi közösségek, amikor sem az élettempónk, sem az „illem” nem engedi meg, hogy megéljük, és kifejezzük a veszteségeink feletti fájdalmunkat, ez a keresztyén szolgálat – egymás és a „kívül valók” felé – különösen szükségessé, sőt égetővé vált. Egy olyan helyet, közösséget teremteni, ahol szabadon ki lehet fejezni a gyással járó érzéseket, együtt lehet emlékezni az elmenttel együtt töltött időre, meg lehet fogalmazni mindazt, amit belőle továbbviszünk, és kereshetjük azokat az utakat, lehetőségeket, melyeket az Élet Ura készít nekünk, a még itt maradottaknak – mindezt téve a közös hit és reménység fényében; ezt jelenti ma elsősorban egy keresztyén gyászcsoporthoz.

Ezzel a lelkülettel hirdettük meg tavaly ősszel az első gyülekezeti gyászcsoporthoz. Kezdő alkalmunk a novemberi vigasztaló istentisztelet volt, majd a következő hónapokban kétheti rendszerességgel találkoztunk kedd délelőttönként a Gyülekezet Diakóniai Központjának otthonos nappalijában. A három tagból álló kis csoport és mi, vezetők (Kabai Virág, diakónus, mentálhigiénés szakember; Kuti Józsefné Filep Katalin és Pintér Nóra, lelkipásztorok) az elmúlt nyolc találkozás alkalmával ezt a nagy utat jártuk be. A – sokszor elnyomott – gyász megélésétől, megosztásától annak tudatosításáig, hogy hogyan változott meg az életünk, és kikért és mi mindenért lehet és érdemes folytatni azt. Különös ajándéka volt az együttléteinknek az, amilyen együttérzéssel tudták a csoporttagok egymás veszteségét, fájdalmát vagy kérdéseit meghallgatni, és arra reflektálni – felismerve a másik szenvedésében a saját korábbi vagy jelenlegi küszködésüket. ... Valóban egymás terhét hordoztuk, és kiderült, hogy ezzel nem nehezebb, hanem elhordozhatóbb lett a sajátunk.

Természetesen a gyászmunka nem ér automatikusan véget a csoportalkalmakkal. Ám az együtt eltöltött idő – Isten kegyelméből – elég lehet arra, hogy a gyászolók már e nélkül a külön segítség nélkül mehessejenek tovább az útjukon azzal a biztos tudattal, hogy ahogy eddig voltak, úgy ezután is vannak testvérek, akikhez szükség esetén fordulni lehet.

Zárásképpen néhány mondat két csoporttagunktól arról, hogy számukra mit adott a csoportban való részvétel:

- „Nagy segítséget kaptam, hogy visszataláljak a lelki békémhez, letegyek egy nagy terhet.”
- „Amíg el nem kezdtem a csoportba járni, semmi sem érdekelt, amit régen szerettem. Sem a piac, sem a horgászat, sem a kirándulás. Nem vártam sem az estét, sem a reggelt, sem a tavaszt, a kerti szorgoskodást. De most már érzem, hogy kezd visszatérni belém az élet. Rájöttem, hogy az elhunyt szüleim szeretetén nem csorbít a haláluk.”
- „Alkalmanként a fájdalmaim egy-egy részét le tudtam tenni.”

- *„A közösen végzett feladatok, gyakorlatok sokat segítettek a gyász feldolgozásában.”*
- *„Az életkedvemet kaptam vissza. Jön a tavasz, egyre inkább kisüt bennem a nap!”*
- *„Az egyház, az Istenben vetett hit segítségével, a szeretet érzése és a támogatás nagyon kellett.”*
- *„Jót tett velem. Sokat adott, hogy együtt lehettünk, kibeszélhettem a fájdalmaimat. Ha lenne még ilyen, a testvéremnek is ajánlanám.”*
- *„Másoknak is tudok segíteni azzal, amit a csoportban tanultam.”*

Hálásak vagyunk ezért a kicsiny kezdetért. Hiszen tudjuk, hogy Isten a „kicsiny kezdetek Istene”. Ezért tervezzük, hogy októbertől újabb tíz alkalmas csoportot hirdetünk meg. Szeretettel várjuk azokat, akik akár ebben az évben, (de 3 hónapnál nem rövidebb ideje!) akár évekkkel ezelőtt elvesztett szerettük, szeretteik iránti gyászukat szeretnék kézbe venni, és egy testvéri közösségben feldolgozni. Valamint kérjük a testvéreket, hogy ajánlják ezt a lehetőséget ismerőseiknek, szomszédaiknak hitvallási és felekezeti hovatartozásra való tekintet nélkül!