

A veszteség terhe alatt - gyászcsoporth

„Amikor én szenvedek, mindenem fáj”. A veszteség nagy teher. Együtt élni a tudattal, hogy hiányzik a gyermek, a férj, a szülő, aki soha nem fog már hozzánk szólni, meglátogatni, megölelni.... Nincs már a gondoskodó jelenléte, pajkos mosolya, kedvessége. Jelenléte pótolhatatlanul hiányzik. „Haragszom, de nagyon!” „Düh”, „vád” és „önvád”, „elrontottunk valamit?” megválaszolhatatlan kérdése, logikával meg nem oldható „feladat”... Harc, „nem haltam bele és nem örültem bele”, de „nehéz áthidalni a hiány fájdalmát”. Bárhog is van, a gyászban, amikor „ránk nehezedik a fájdalom”, „a lelkünk fázik”, hiszen a „hiány marad”! Nem vigasztal a tudat, hogy „ő már nem szenved”, igen is „önző vagyok”, hosszú és küzdelmes az út a „ne fájjon annyira”, hogy már elment tudatától a vágyig, hogy az „az öröm maradjon, hogy ő volt”. Meg kell küzdeni az érzéssel, amikor „rám tör a magány”. Az emlékeket is jó számba venni, hiszen annyi mindent „adni tudtam neki”, és ő is adott. Avagy mindezek hiánya, az elvett, vagy elszalasztott, már be nem pótolható lehetőségek képzeletbeli tárháza. Szembenézés magunkkal, az idealizálás mámorító szépségével, és mindezek realizálása. Mindennapos küzdelem önmagammal, szeretteimmal, Istennel.

Gyászcsoporth.

Tíz alkalomból álló sorozatot indítottunk január 16. és június 12. között, amelyre a gyász terhével küzdőket hívtuk. Hét bátor jelentkezőt kísértünk abban a kemény küzdelemben, ami a veszteséggel való szembenézés és megküzdés félelmetes harcát jelentette. Könnyek – de nevetés is, csend – de kimondható szavak is, bánat – de örömteli emlékezők is, veszteség – de az Istenben való megnyugvás nyeresége is jelen volt. Nem feketén-fehéren, hétféleképpen, de tízszer árnyaltabb keretek között. Igen, voltak szabályaink, amikhez tartanunk kellett magunkat, volt biztonságos keret, de meleg tea, csoki, kis harapnivaló is, és persze sok papírzsebi is kellett. A saját mellett „dolgozott bennem a többiek gyásza is”.

„El kell, hogy foglaljam magam”: munka – olvasás – sütés – koncert – hit és imádság – futás – Kertészkedés – kirándulás – kutyák – kosárcséc – tanulás.

„Még nem vagyok olyan erős, mint szeretném, de erősödtem lelkiekben”. „Nem tudtam még elfogadni ezt a hiányt, de közeledek afelé, hogy ez megmászható”. „Szeretetet, kedvességet, törődést, odafigyelést kaptam”, „felszabadultam – vigaszra várva”, „a harag és a hiányérzet mellett tudjak hálás lenni, megköszönve, hogy ő volt...”.

Örökségünk, avagy ahogy tovább élünk: Ölelés – empátia – mások fájdalmának átérzése – kapcsolat – értékes idő a családdal – nyugalom- hála – Isten.

Összefoglalva: „Szívem-lelkem vasmarokban, cserépedény – lyukakkal. Besütött a Nap, átjött a fénye. Iszonyatos fájdalmamban kiszabadultam”, „Elmosolyodom: a tulipánfa nyílik!”.

A csoport tagjai: Bánóczy Erzsébet, Görög Istvánné Katika, Hajagos Zoltánné, Makkainé Hoksza Éva, Mogyorós Helga, Nagy Zsuzsanna, Papp Jánosné Éva.

Csoportvezetők: Kuti Józsefné Filep Katalin, Borsos Pintér Nóra és Vincze Árpád

Novembertől havi rendszerességgel a hónap közepén bibliaórát tartunk a csoport tagjainak, és további, veszteségükkel küzdő testvéreinknek.