

Katasztrófa helyzet lelki egészségi vonatkozásai

László Attila rk. lelkész, Székelyudvarhely - Szombatfalvi Egyházközség

Ötven óra utazás, alvatlanság után semmi másra nem vágytam, mint hogy szünjön köröttem a mozgás és lefekhessek azon a keddi, estbehajló órán. Hazatérésemnek örvendező szüleim szedegették kis batyujukat, hogy induljanak Csíknak, miután vendégeimnek megágyaztak - két ismerős kért szállást éjszakára. Én még utolsó erőmmel a fényképezőgépről a hozott képeket töltöttem le számítógépre, amikor íróasztalomon csengeni kezdett a telefon. A gondnoknő volt, a túlsó utcából. Remegő hangon a következőt kiáltotta minden bevezetés nélkül: „Attila! Meneküljete! Elszakadt a gát a Szejkén, hatalmas víz jön.”

Lecsaptam a telefont és kirohantam. Valahol rendőrautó szirénázott, nem láttam semmit. Alig esett pár csepp eső...

Szóltam szüleimnek: „azt mondják, nagy víz jön. Ejsze ki kellene állni az autókkal az útra...” Édesapám azonnal indult a hátsó szobában alvó lelki fiamat költeni, aki pattant is a szóra, s indultak az autókhoz. Én ki újra az erkélyre. Első pillantásra akkor sem láttam mást, mint egy valamit – traktorra gondoltam, - ami az utat majdnem átfogó, hatalmas szénaboglyát hozott nagy sebességgel. De gondolkodni nem volt idő. Morajló örvény vett körül, és döbbsen láttam, hogy a kapun már lehetetlen kimenni. Kb. 30-40 másodperc telt el...

Csak két nap múlva, amikor újra volt áram, és visszanézhettem a kezemben lévő géppel (- nem tudom, hogy) készített első kockákat, akkor tudatosult, hogyan is reagáltam az első percek... Azt láttuk, hogy a víz egyre nő. Kiszolgáltatottságot, tehetetlenséget ilyen mértékben nem éltem át. Döbbsen rohangásztunk egyik ablaktól a másikig. Gondolatok cikáztak bennem. Amikor édesapám remegő ajkakkal tudatta, hogy az automat elvitte a víz, nem is látszik, az övé fennakadt a kertben egy meggyfán, arra emlékszem, hirtelen egy nagy csendet éltem meg. Majd élő bizalommal öleltem át félárva fiam vállát, aki kéthavi munkájával, két héttel azelőtt elkészült kis otthonát siratta. Együtt néztük, ahogy a víz majd ablakközépig nő, és örültünk, hogy együtt vagyunk.

Akkor csak egy számított: akiket szerettem, jól voltak. Barátaimat hívtam mobilon – és hívtak rengetegen. Ez adott erőt.

Csak sejtettük: vannak sokkal rosszabb helyzetben is. És nem akartunk arra gondolni, vajon hányan... de nem mondtuk ki. Másnap délre már tudtuk: 9 halott és 7 eltűnt – köztük egy 4 éves gyermek. De volt házaspár is Hodgyában, Farkaslakán pedig 2 testvér feleségei. Azt is tudtuk, Jézus Krisztus rámbízottjai közül is eltűnt egy 54 éves férfi. Hogy miken mentek át sokan, bemutatni szűk e keret.

Az örvénylő víz közepén a Príma-rádióból értesültünk a fejleményekről. Először éreztem: értünk van. És amikor éjjel, újabb ártól való félelem miatt kitelepítették Szombatfalvát, minket is felparancsoltak az emeletre, villany, víz és gáz nélkül, barátaink telefonon hívtak minden fejlemény hallatán és hallgattuk a rádiót a telefonon keresztül reggel hétig, veszély multáig.

Csak érzés szintjén motoszkált bennünk valami. Sejtés, hogy sok minden más lesz.

Az élet aznaptól másként kezdődött

E bevezető – hangolódás után az árvízi helyzet mentálhigiénés vonatkozásait kellene összefoglalnom. Távat és csend híján csak emlékezni tudok, - félek, a szakmaiság rovására. Nekünk még nem múlt, s bár azóta sok világhatalmasztrófa történt – és sokkol az

újszerűségével, nekünk nem csengett még le az árvíz. Sőt, mindennapunkká lett, minden mást háttérbe szorítva.

Isten nagy csodája, hogy – ez morbidul hangzik – csak 16 áldozatunk van. De ha azt nézzük, hogy több helységben félnapos délután volt, egy csepp eső nélkül, akkor érthető csodálkozásunk. Percek alatt öntött el mindent az ár, elsodorva utcákat, házakat, csűröket, állatokat, hidakat, fákat, vasutat – mindent, ami útjába állt.

Reggel, mihelyt megjöttek a csodálkozók mellett a segíteni akarók is, nagyon hiányos adatok birtokában első gondolatom az volt, hogy vajon mi van az idősokkal, egyedül élőkkel. Délben el is indult 3x2 ember szétnézni, szóbaállni. Aki tehetett, mindenféle merte az iszapot, sarat, mentette a menthetőnek látszót, iszonyatos bűzben.

Sokat nem tudtam meg aznap, csak annyit, hogy viszonylag jól vannak. A következő napokban hiába sürgettük felmérésre kiküldött csoportjainkat, nem nagyon haladtak. Szükség volt, hogy meghallgassák őket. Ez nem tétlenségben várakozást jelentett – ahogy a médiában kellően és örömteljesen a világ tudtára is adták. De amikor lehetőség nyílt, szívesen megnyíltak az emberek.

Többféle reakciót tapasztaltunk segítőkkel:

- **mély lelki megrázkódtatás – létválság:** tudatosult sokakban hogy „milyen könnyen meghalhattam volna” s „ettől megőrülök” – főleg, ha jön az este, vagy ha dörög. Sokakat az is zavart, ahogy a csapból buzogó vizet hallották.

- **bizonytalanságérzés + félelem:** ki az, aki segíteni tud, miért nincs itt, hogyan köthetem – kötelezhetem le. Most tapasztaltam, hogy a korrekt információ mennyire tehermentesítő lehet. A másra figyelés pedig őszinteséget és jóleső tárgyilagosságot szül. az összefogás csodálatos megnyilvánulásaiból azok is erőt merítettek, akik csak hallották, hogy mással mi történt, hogyan, ki segített. Ez az érem egyik oldala. Hatványozottan **kiélezett indulatoknak, dühnek, irigységnek** is voltunk tanúi. A **veszteségérzet** nem csak a szolidaritást erősítette, de olykor rendkívüli, önző megnyilvánulásokat produkált. (Bezzeg, neki segítettek... bár vitte volna el a...is...)

- **fokozott ingerlékenység, türelmetlenség,** csekély mértékben tapasztaltuk a **lábadást** az „igazságtalan sorssal” szemben

- **gyászélmény közösségi megtapasztalása** – Malomfalva – a „mi” halottaink.

Nagy erőt adott, ahogy érkeztek a segítségek, a nem várt ismerősök, ugyanakkor nagyon fájtak a távolmaradó „jóbarátok”. Sokszor hallottam: „az jött, akire nem számítottam volna...” Ezzel én is így vagyok. Sok minden átminősült bennem, és még nincs letisztulva. Sokat tanultam. Mintegy első „eredményként” máris élesebbek a saját mulasztásaim.

Az első napokban főleg az idősekre koncentráltam. Ahogy jöttek a hírek a veszteségekről, szinte láttam az állatait, csűrét-kertjét búsuló öregeket. Viszonylag gyorsan változott meg ez bennem, és szinte csalódott voltam, amikor a segítők is – szakképzetlenekként (!?) megerősítették bennem, hogy ezek az öregek derűsek! Nem a veszteséget siratják, az átküszködött életet, hanem annak örülnek, hogy **élnek!**

Sokkal nagyobb szüksége van lelki támaszra a 40-60.-as korosztálynak. Itt sokkal nyomasztóbb a folytatás, a jövő kihívása. Sajnos, úgy tűnik, többen roppannak meg közülük. Mostanában sok temetés volt – közép-korosztálybeliek. A csüggedést még tetézi, hogy az igazi bajok hónap teltén kezdtek előjönni: süllyedő házak, nem száradó falak, a hirtelen kijavított padlók, falak penészedése...

S hiába visszük a szakembert, jelentettük meg a tennivalókat újságba és osztottuk ki (Caritas), a székelynek mondhatasz... Mielőbb helyreállított életet akar. Segítséget elfogad, de nem vár, nem ül télenül.

Sok gondot okoz a segítség hogyanja ilyen körülmények és lelkiállapotok között. Ezzel itt is az újabb kérdés: ki segít? Erről nem szívesen beszélek. Mert természetesen a már meglévő intézményekhez – önkormányzat, egyház, civil szervezetekhez fordul mindenki – segíteni akarók és rászorulókat egyaránt. Ez pedig messze nem úgy működik, ahogy remélni lehetne. A szükség szülte meg ezek mellett az önkéntes segítők csoportjait – kivétel nélkül minden helységeiben, és már első héten felfedeztük egymást. Tudtuk, milyen fontos a kapcsolattartás azokkal, akikre hallgatnak az emberek. Létrejött kis csoportunkkal tudtak együttműködni a különféle segélyszervezetek – Caritas, Máltaiak, Ökum.SzSz., Johaniták – akik mindjárt léptek felénk. Ma ott tartunk, hogy az állami szervek is velünk dolgoznak együtt (heti találka az alprefektussal), az általunk készített felmérések a leghasználhatóbbak.

Kitűntek hiányosságaink is – most csak a saját portámról beszélek. Az „intézményes Egyház” átká. Ahol megoldunk mindent, s ha a pap szól, ha tetszik, ha nem, valami, valahogyan lesz. (még egyszer: magamról besz!)

De alakulunk. Segítő szolgálatokban nagy a hiány. Mind a Caritas, Kolping jellegűekből, mind a lelki segítők közül. Nagy gépezet szintjén működik, de lassan, nehézkesen ér el az emberekhez. (Máltaiak- velünk, egyből – soha ilyen hamar és operatíván!) Több helyen tussolják a nehézségeket – nehogy azt higgye valaki, hogy mi nem dolgozunk, vagy nem tudjuk a pr.-t megoldani! Kozma Imre atyával eltöltött pár nap és beszélgetés után, mintegy konklúzióként így foglalta össze a tapasztaltakat:

„A kényszerítőkeletességgel szemben többet ér az eredményes felemáság. Jó, ha alkalomadtán szeretetünk, barátságunk, életigényünk megközelíti a teljességet. De az élet véges, nemcsak abban az értelemben, hogy meg kell halnunk. A végesség magában az életben van, a korlátozott boldogságban, behatárolt sikerekben és kiteljesedésben.

Úgy tűnik, a teljesség kényszerképzete összefügg az istenhit elkorcsosodásával. Aki valóban hisz Istenben, annak nem kell önmagát istennek megjátszania. Ahol ez a hit megroppan, az ember felelősségének terhe egészében saját magára nehezedik. A kis lépések, „felemás” szív többet érnek, mint a teljesség, ami egészében még nem birtokolható. A tökéletesség nagyhangúságával kijelentett „igen”-nél, ami kudarcot vall, többet ér a bizonytalankodó szív teljesítménye.

Mindenesetre ez világlik ki Jézus példájából.”

Ez lenne a dolgunk – ehhez keresünk segítőt.

Öröm, hogy bajunk sürgette életre születni az SOS Udvarhelyt, és kicsit bábáskodhattunk. (munka ezután!)

Az árvíz lelki hatásai, traumái máig nagyon élők. (Öt hét teltével is ébredés 3 után-Zuhanó álmok, 13 éves gyerek „megoldása”: cérnával összekötött testvéri kezek...stb)

Úgy látom, lelki okok most kezdenek kijönni (BA halála). Érzésem szerint egyre több halottunk lesz. A tétlen estéék nem tesznek jót. És itt nem látom még át, mennyire vagyok elfogult – mennyire tárgyilagos, de azt látom-tapasztalom, hogy a hívő embereknek könnyebb. Nem vádolnak, sőt, sokan közelebb érzik magukhoz. Közöttük látva, magukénak érezve, sose nyílt meg ennyi ember, mint e hetekben. Ebben erősíteni – egyedül nem megy. Személyes megerősödésem:

1. egyedül nem hatékony a működésem
2. Feladatom lehet felelősségteljesebb, de senki nem értéktelenebb
3. keményen munkálkodni Krisztus Testének egységén (1Kor 12, 12-)

Wolfgang Poeplau soraival zárom csapongó gondolataim:

Az ősz színei –

Melegebbek és szebbek, mint valaha.

Megtanulod: minden úgy jó, ahogy van.
Nincs mit hozzáadnod,
sem elvenned belőle.
És tudod, hogy nem gyengeség
vagy közöny,
hogy így gondolkodsz.

Amikor a szükségeset elvégezted,
és a fölöslegeset eldobtad,
a túl sokat elajándékoztad,
a túl kevés pedig már nem fáj,
amikor minden tévhit elfogyott,
kezdődhet az élet ünnepe.

Az életet akarjuk, reménnyel és bátorsággal. Tudjuk: veletek, együtt könnyebb. S akarom,
lássátok: **van folytatás, van jövőnk!**

László Attila