

BODNÁR DÁNIEL

Önkéntes segítőkkel

A szociális szférában és az egészségügy területén dolgozók munkáját jelentősen segíti az önkéntesek szolgálata. Vajon mi készítet valakit arra, hogy az egyéni érdeket, érvényesülést mindenek fölébe helyező világunkban önkéntesként tevékenykedjen beteg gyerekek és felnőttek mellett, segítse a mélyszegénységben élőket, a szülei által elhagyott gyerekeket, részt vegyen az idősgondozásban? Hogyan tud erre időt szakítani? Mi az, amit adni tud a segítségre szorulóknak, illetve mi az, amit kap tőlük? Milyen élményekben van része? Ezekre kerestük a választ az élet különböző területein szolgáló önkénteseket kérdezve.

Pintér Ákos

(45 éves, középiskolai testnevelő tanár egy budapesti gimnáziumban; nős, egy gyermek édesapja; a törökbálinti Tábittha Gyermekhospice Ház és a Magyar Hospice Alapítvány szerződéses önkéntese; elsősorban a Házban, illetve otthonápolásban végzi önkéntes munkáját)

Hosszú folyamat eredménye, hogy beteg gyermekekkel foglalkozó önkéntes lettem. Már kora ifjúságomtól kezdve megvolt bennem a vágy, hogy valamilyen nemes ügyet szolgáljak. A TF-en utolsó éves diákként kisfilmet készítettem játszótéri játékok óvodáskori mozgásfejlesztő lehetőségeiről. A játékokat gyártó cég vezetője terméképítési állást ajánlott, ez első munkahelyem is lett egyben. Ezután a Fővárosi Gyermekotthon dolgoztam nevelőtanárként, majd a Magyar Máltai Szeretetszolgálat budapesti központjában játszótérprogramvezetőként; keresve mindezzel a lehetőségét annak, hogy össze tudjam kötni a felnőttkorban kötelező munkavégzést egy nemes ügy szolgálataival. Később testnevelőként dolgoztam Törökbálinton, ahol 2011 júniusában egy helyi lapban olvastam, hogy Galambos László törökbálinti vállalkozó gyermekhospice javára ajánlotta fel saját házat, magára vállalva az ingatlan átépítését is, illetve hosszú távú üzemeltetését. 2011 szeptemberében megnyílt a Tábittha Gyermekhospice Ház. Én már nyáron jelentkeztem, s azóta dolgozom ott önkéntesként, emellett — lehetőségeim szerint — anyagiilag is támogattam a házat. 2015 áprilisa óta pedig párhuzamosan a Magyar Hospice Alapítványnál is önkénteskedem. Ez a munka két fő típusra osztható: az egyik a beteg gyerekekkel történő mindenemű foglalkozás, a másik pedig az összes többi teendő. Az esetek döntő többségében a gyermekek mellett szeretek és tudok lenni, akárcsak önkéntestársaim; ez szolgálatunk legnemesebb része.

Az önkéntes szolgálatot természetesen a munkám mellett végzem. Munkanapokon délutánonként, illetve hétvégeken és iskolai szünetekben. Míg társaim többsége rendszeresen ugyanazon időpontokban segít, én a kezdetektől alkalmanként, előre megbeszélten, körülbelül két órát töltök a Házban, s ezt igyekszem úgy szervezni, hogy ne kelljen továbbrohannom onnan.

Amit én önkéntesként tudok adni a beteg gyermekeknek és családtagjaiknak, az elsősorban a teljes nyitottság és az őszinte figyelem.

Ezek a gyerekek sokszor a halál közelségében élnek. Róluk az orvostudomány kimondta, hogy nem tudja meggyógyítani őket (bár hozzá kell tenni, hogy vannak bizonyos betegségek, például az izomsorvadás, melyek most még ugyan nem gyógyíthatók, de mivel nagyon hosszú lefolyásúak, reális esély van arra, hogy akár még az ő életükben gyógyíthatóvá váljanak). Ezért is, illetve amiatt is, hogy a beteg gyermekek egyébként fejlődnek, növekednek, iskolát végeznek, nem úgy állunk hozzájuk, hogy ők a szegény szerencsétlen betegek, mi pedig az egészséges segítők. Én sem sajnálatból, és nem áljótékony lelkülettel megyek hozzájuk, hanem próbálok teljesen közvetlen hangnemben fordulni feléjük.

Amit én kapok a gyerekektől, az a felnőttek világában csak ritkán megmutatózó nyílt, őszinte és közvetlen kapcsolat, ami pillanatok alatt kialakul köztem és a gyerekek között. Nagyon kellemes és megerősítő helyzetek ezek a számomra is. És az a fajta megbecsülés és hála, amit a szülők és a gyermekek kifejeznek irányomba, máshol nem megélhető.

Rengeteg szép élményben volt részem az elmúlt évek során: a Ház első kisbetegeivel például szorzótábláznom kellett a kedvenc römipartijai előtt. (Felvetődhet a praktikus kérdés, hogy minek tanuljon ő, ha gyógyíthatatlan beteg? Egyrészt hivatalosan magántanulónak kell lennie, másrészt ő is szívesen foglalkozik minden őt érdeklő dologgal, mint az egészséges társai.) Sok éve izomsorvadásban szenved. Amikor először bementem hozzá, maga a látvány is ijesztő volt: úgy nézett ki, mint egy afrikai éhező; abban a stádiumban, amikor már járni sem tudott. Egyik látogatásom végén azt mondta, hogy kikísér. Ez úgy történhetett meg, hogy először beemeltem gyöngye kis testét az elektromos toloszékébe, ahogy már valóban önállóan tudott jönni velem a kijáratig. Később az otthonukban is meglátogattam őt. Apukája súgta meg nekem, hogy ajándékként egy csokor virágnak örülne legjobban, amit ritkán szokott kapni. A vásárláskor az eladó sejtelmesen kérdezte, hogy milyen nőnek lesz. Amikor őszintén elmeséltem az „ esetünket”, a döbbenet és a sírás közti hallgatásban kötötte meg a csokrot. Virágvásárlás soha nem jelentett ilyen élményt nekem.

A Házban meghalt első gyermek egy néhány hónapos kislány volt. Kedves fiatal pár második gyermeke. A kicsi szívének fejlődési rendellenességét már magzati korban diagnosztizálták, amit nem lehetett műteni pici testében. Néhány nappal a halála előtt jöttek be a Házba. Maga a tudat volt leginkább megrendítő, hogy ez a kedves család csak annyiban különbözik egy teljesen átlagostól, hogy a kisbaba nem egyszerűen például hasfájástól sír oly sokszor, hanem gyógyíthatatlan betegségétől. Valódi példaképként viselkedtek a szülők: az utolsó napokban is a pici halálának tudatán felül emelkedve az itt maradók életének tisztelete mellett döntöttek.

A nagyobb fiúk szeretik megosztani örömeiket-bánatukat férfiemberrel. Az egyik tolókoksis, szellemileg teljesen ép nagyfiút a

szülei minden vasárnap elvitték katolikus misére. A Házban töltött egyik hétvégén szülei nem tudtak eljönni, így — rendhagyó önkéntes munkáim egyikeként — saját autómmal vittem el őt a helyi szentmisére. Ez a legemlékezetesebb templomi élményem.

Egy másik nagyfiúnak húszéves korában már harmadszor lett újabb rákbetegsége. Azt mondta, neki ebből elege van, nem akar újra elkezdni küzdeni, nem akar további műtéteket. Már önmagában az nagy dolog volt, hogy kimondta ezt (nem elkeseredetten, nem sértődötten, de teljesen megnyugodott lélekkel). Közvetlenül karácsony előtt történt mindez. A Ház haza tudta vitetni az ünnepekre; néhány héttel később meghalt.

Önmagában nagyon szomorú és leterhelő lenne ugyan ez a munka, de különösen nagy erőt ad, amikor olyan személyekkel beszélgetek (szinte soha nem a halálról vagy az elmúlásról), akikről az átlagemberek azt gondolnák, hogy bánatosak, depressziósak, önmagukba roskadnak, vagy éppen sértődöttek, hogy miért pont velük történt meg mindez. A tőlük kapott megerősítést cselekvő szeretetünk gyakorlásának folytatásához mástól nem kap(hat)ja meg az ember, csak az ilyen végletesen kiélezett élethelyzetben lévő gyermekektől és családtagjaiktól. Köszönöm nekik.

Gallai Márton

(23 éves, egy energetikai cég projekt mérnöke, a Bátor Tábor önkéntese)

A Bátor Táborban krónikusan beteg, többek között onkológiai, cukorbeteg és krónikus ízületi gyulladással kezelt gyerekek táboroztatása zajlik, teljesen ingyenesen. Korábban két testvérem is önkéntesként vett részt a tábor munkájában. Tőlük hallottam először erről a táborról, és az önkéntes szolgálatról is. Gyakran meséltek arról, hogy mennyi élményben volt itt részük, a gyerekekre milyen jó hatással van a velük való foglalkozás, rengeteget fejlődnek. Egyértelműen bizonyítható, hogy az élményterápiás programok jelentősen növelik az önmagukba és végső soron a gyógyulásba vetett hitüket. A táborban egy előre felépített rendszerben zajlik az élet. Van fotóoktatás, színjátszás, zene, vannak kézművesfoglalkozások, egy kiépített magas kötélpálya, ahol a gyerekek egy hat- és egy kilencméteres pályán mehetnek körbe. Van rejtekerdő, amely egy tudományos, fantasztikus világba vezeti őket. Az önkéntesek is komoly képzésben részesülnek, hogy fel tudják mérni, milyen nehézségűek legyenek a gyerekek elé állított feladatok, annak érdekében, hogy minél több sikerélményben legyen részük, kapjanak megerősítést és konkrét visszajelzést is. Mindez bennük olyan élményként marad meg, amit magukkal tudnak vinni. Nemcsak a táborban eltöltött hat nap alatt érzik magukat jól, hanem az ott átélt tapasztalatok olyan alapként maradnak meg bennük, melyekből később is erőt tudnak meríteni. A testvéreim hatására elhatároztam, hogy én is részt veszek ebben a munkában, a magam szerény módján mindent megteszek azért, hogy javuljon a gyerekek állapota.

A munkám mellett még egyetemre is járok, de szerintem mindenki tud időt szakítani arra, ami fontos számára, a munkahelyem

is rugalmas, nyáron azt a kilenc napot, amit a táborban töltök, megengedik, hogy kivegyem. A felkészítőképzéseken is részt vehetek.

A táboroztatás ideje alatt mindenki arra koncentrálni, hogy a gyerekeknek minél több sikerélményben legyen részük, és képzést kapjunk arra is, hogyan kell építő visszajelzést adni. Én fotósként vagyok jelen, a foglalkozásokon megtanítom a gyerekeknek a különböző technikákat, melyeket utána a való életben is tudnak majd alkalmazni. Emellett fotózom a tábor eseményeit, ami kézzelfogható emlék marad számukra, a képeket nézve később újra átélhetik a táborbeli élményeiket.

Elsősorban nagyon sok szeretetet kapok a gyerekektől. Az is lélekemelő számomra, hogy bár ezek a gyerekek huzamosabb ideje betegek, fantasztikus akarattal, kitartóan tudnak küzdeni egy célért, nem létezik számukra az a szó, hogy lehetetlen. Megtanultam tőlük, hogy még a legnehezebb körülmények között is sok minden elérhető, csak küzdeni kell értük. Ebben ők példát mutatnak.

Fotósként én szinte elsőként találkozom a gyerekekkel, mert a táborba érkezésükkor mindenkiről készítek egy portrét. Ilyenkor mindig arra törekszünk, hogy mosolygós kép szülessen róluk. Egyik alkalommal az egyik kislány azonban nem akart mosolyogni, ezért róla csak egy komolyabb kép készült. A táboroztatás ideje alatt többször próbálkoztam, hogy mosolygós közben is lefotózzam, de az első két napon ez nem sikerült. Minden este elbeszélgetünk a gyerekekkel, és ez a kislány elmesélte, hogy ő a külvilág felé nem nagyon szokott mosolyogni, de higgyük el, hogy belülről igen, csak ezt nem mutatja ki. A következő napon azonban sikerült róla olyan képet készítenem, amelyen sugárzik róla a boldog mosoly. S ettől kezdve kívülről is mosolygott, amikor pedig elment, hatalmas kacajjal búcsúzott tőlünk. Volt benne egy külső gát, amit legyőzött, és most már ki merte fejezni, hogy boldog.

Van a táborban egy bátorkodó pálya, azon belül egy kilenc méter magas oszlop, amelyre a gyerekek felmásznak, és leugranak, persze megfelelő biztosítás mellett. Ám ahhoz, hogy felmásszon ide valaki, szükség van bátorságra. Az egyik kislány elkezdett felfelé mászni, de félúton azt mondta, hogy nem mer tovább menni. Ilyen esetekben mindig megpróbálunk segíteni, hogy a gyerek legyőzze félelmét, felmásszon az oszlop tetejére, és ezáltal sikerélményben legyen része. Ezúttal én biztattam, hogy ne adja fel. Legalább öt percen keresztül beszélgettünk, a kislány elmondta, hogy mennyire fél, ám végül közölte velem, hogy igazam van, miért is ne másszon tovább. Ezért aztán folytatta a mászást, és felért az oszlop tetejére. Ott egy kicsit megállt, majd leugrott. Legyőzte a félelmét, ami nekem azért volt nagy élmény, mert sikerült motiválnom, bátorságot önteni belé.

Kelemen Dávid
(35 éves, társadalom-
statistikus, a fogya-

Az, hogy önkéntesnek jelentkeztem segítségre szoruló emberek mellé, egy évvel ezelőtt vetődött fel bennem. A Pál Feri atya körül szerveződött közösség karitászcsoporthoz hozott létre, szükségük

*tékkal élő felnőtteket
gondozó dunaharasz-
ti Bárka Alapítvány
lakóotthonának és egy
budapesti kórháznak
az önkéntese)*

volt önkéntesekre. Különböző területekhez kerestek embereket, én első körben egy természetvédelmi csoporthoz csatlakoztam. Itt elsősorban szervezői feladatokat kellett ellátni, én viszont ezt nem éreztem annyira testhez állónak, ezért tovább keresgéltem, és végül eljutottam a Bárka Alapítványig, emellett pedig a kórházi önkéntességhez is. Jelenleg is mindkét helyen kiségetek, Budapesten a Szentkirályi utcában lévő, SOTE által működtetett klinika 2-es belgyógyászatán, heti egy este vagyok a betegek mellett, a Dunaharasztin működő Bárka lakóotthonban pedig kéthetente töltök el egy egész napot, fogyatékkal élő felnőttekkel. A kórházban a betegekkel beszélgetek, rendszerint mindig másokkal. Emellett segítek a vacsoraosztásban, a betegek etetésében, ágyneműt húzok, néha sétálok az erre igényt tartó idősebb betegekkel. A Bárkában tizenkettő, 25–60 év körüli, fogyatékkal élő ember mellett vagyok önkéntes. Elkísérem őket szentmisére is. A Bárka keresztény felekezet, ökumenikus szellemenben működik, tiszteletben tartják a gondozottak vallási hovatartozását. Előfordul az is, hogy az étkezések előkészületeiben segítek, vagy a ház körüli egyszerű munkákban. Volt, hogy szekrényt szögeltem össze, de szereltem már biciklit is.

Családom nincs még, ezt sajnálom, és szeretném is, ha lenne. Így van annyi szabadidőm, hogy önkéntes szolgálatot végezhsek. Úgy érzem, az emberek többsége végez valamilyen önkéntes munkát, még ha nem is tartja annak. A legszebb ilyen dolog a családalapítás. Senki sincs erre rákényszerítve, mégis, az emberek örömmel vállalják. Az önkéntesség motivációjában nagyon fontos szerepe van nálam a keresztény hitemnek. Felfogásom szerint egy ember akkor érzi jól magát igazán a világban, ha részese valamilyen közösségnek, és nemcsak úgy, hogy élvezzi annak az előnyeit, hanem aktív tagként hozzá tud ahhoz tenni. Erre kiválóan alkalmas az önkéntesség, különösen, ha valaki a Bárka lakóotthonához hasonló közösségben tevékenykedik. Igaz, hogy csak kéthetente megyek ide, mégis, ez a közösség befogadott, élő kapcsolatomban van az itteniekkel. Amit végzek, nem áldozat, nem esik nehezemre az önkéntesség, nem riadok meg a nehezebb feladatoktól, helyzetektől sem. Ha az ember nem él olyan körülmények között, hogy az energiáit teljesen felélje, akkor vágyik arra, hogy keressen magának egy közösséget, amelynek hasznos tagja lehet, mások szolgálatára. Kapcsolódni más emberekhez, valamilyen formában részesévé lenni az életüknek, ez belső igény bennem.

A segítség nem könnyű. A Bárka otthonhoz hasonló helyekre nem azért megyünk, hogy jól érezzük magunkat, emberpróbáló feladatokkal kerülhetünk szembe. Ahhoz, hogy valaki ezeket a helyzeteket felvállalja, bátorságra, lelkierőre is szükség van.

A fogyatékkal élő emberektől őszinteséget kapok. A sérült emberek néha zavarba ejtően nyíltak. Ami éppen eszükbe jut, vagy amit az adott pillanatban éreznek, azt kifejezik. Előfordulnak nagyon nehéz helyzetek és feladatok, de ezzel együtt olyan különleges ér-

tékeket, szépségeket fedezhetek fel a Bárka otthonban végzett önkéntes munkám során, melyeket egy átlagos közösségben nem.

Már önmagában az is maradandó élmény, ahogy a Bárkában a gondjaimra bízott személyek fogadnak, illetve elbúcsúznak tőlem. Látszik rajtuk, hogy őszintén örülnek, amikor valaki meg hozzájuk. Amikor eljövök, akkor is többen odajönnek hozzám, átölelnek, kérdezik, hogy mikor jövök legközelebb. Élmény az is, hogy beleláthatok egy ilyen közösség életébe. Egy nagy családot alkotnak. Amikor ott vagyok, velük is ebédelek. Közben beszélgetnek egymással, és ennek a részesévé válni rendkívül izgalmas. Nem nagyon gondolná az ember, de a fogyatékkal élőknek ragyogó humoruk van, és ez a segítőkire is áll. Velük együtt ők nagyszerű közösséget alkotnak.

Az egyik fiú több alkalommal is úgy fogadott, hogy bibliai idézeteket gyűjtött össze számomra, melyeket írásban is rögzített. Szavakban is nehezen fejezi ki magát, írni pedig csak úgy tud, mintha rajzolna. Az idézetek kiírása biztos, hogy nagy fáradságába került, mégis vállalkozott rá, nyilván szeretetből. Ez megható élmény volt számomra.

Egyszer egy vak fiúval pingpongoztam, az ő kérésére. Először meghökkenem, mi jön ki ebből, hiszen nem látja a labdát. S akkor érkezett egy sugallat, amelynek segítségével megoldottuk a dolog technikai részét. A háló alatt átgurítottam neki mindig a labdát, és jeleztem, hogy a kezétől jobbra vagy balra érkezik. Ő pedig visszaütötte, és minden labdamenet így ment, egészen gördülékenyen játszottunk.

Néha előfordul, hogy gitározok, énekelek a Bárkában, a sárga könyvből, mely katolikus karizmatikus dalokat tartalmaz. Lélekemelő élmény, hogy együtt énekelünk. Mindenképpen nagy élmény számomra, amikor látom, hogy a fogyatékkal élők miként viszonyulnak egymáshoz. Időnként minden látható ok nélkül egyikük megöleli a másikat, ad neki egy puszit, azt mondja, szeretlek, és sugárzik az arca az örömtől. Máshol nem nagyon tapasztal ilyesmit az ember.

A Bárkának van egy műhelye, amelyben az itt lakók is különböző kézműves tevékenységet folytatnak, egyszerű kis tárgyakat készítenek. Adventkor karácsonyi vásárt tartottak, volt egy standjuk, abban segítettem, terítőt tettem az asztalra, kiraktam a tárgyakat. Ketten voltak a Bárkából, én pedig a harmadik, segítőként. Gyönyörű volt maga a látvány, és az ügyességük bizonyítéka is, mindenből a legszebbet állították ki, gyertyákból, ékszerekből, szőnyegekéből. Felemelő érzés volt látni, hogy mindezt ők készítették el. Egész nap árultuk a termékeiket, karácsony öröme költözött közénk.

Pulay Annamária
(54 éves, jogász, két gyermek édesanyja, az Országos Korányi Tüdőgyógyintézet Palliatív Osztályán gyógyít-

Fiatal koromban a mozgáskorlátozottak intézetében évekig voltam önkéntes, majd amikor a gyermekeim már felnőttek, a gyermekvédelem területén próbáltam segíteni. Nyolc évvel ezelőtt az egyik ismerősöm mesélte, hogy a hospice-nál önkénteskedik. Fölvettem velük a kapcsolatot, elvégeztem egy tanfolyamot, s azóta a Korányi Kórház Palliatív Osztályán vagyok önkéntes. Itt végstádiumban

hatatlan beteg felnőttek mellett önkéntes)

lévő, rákos betegeket kezelnek, megpróbálják enyhíteni a földi élet legutolsó szakaszának a fizikai-lelki fájdalmait. Abban, hogy végül is itt lettem önkéntes, valószínűleg hozzájárult, hogy tizenöt évvel ezelőtt én is átestem ezen a betegségen.

Ha valaki valamit nagyon akar csinálni, akkor arra időt is tud szakítani. Hetente egyszer megyek be a kórházba önkénteskedni, két-három órát töltök a betegekkel.

Önkéntesként két dologban tudok segíteni. Az egyik a fizikai segítség, reggelit, ebédet, vacsorát adok a betegeknek, megetetem őket, levágom a körmüket, megfésülöm a hajukat, ha megkérnek, veszek nekik kávé, édességet. A másik pedig a velük való beszélgetés, ez az önkéntes szolgálatom legfontosabb része. Itt a lényeg, hogy én hallgassam meg őket, mert a betegek többsége számára a végstádium állapotában már beszűkül a külvilág, de az fontos lehet számukra, hogy elmondhassák azt, amit még lényegesnek tartanak közölni. Nincs szó tehát klasszikus párbeszédéről. Előfordul, hogy a beteg olyan bizalmas dolgokat is elmond nekem, amiket még a családtagjainak sem. Természetesen vannak magukba forduló ápoltak is, akik egyáltalán nem akarnak beszélgetni, sem a betegségükről, sem másról. Ezt tiszteletben kell tartani, nem szabad erőltetni.

A betegek hálása a segítségért. Jó érzés azt is látni, hogy a nővérek teljes odaadással, szeretettel ápolják a betegeket, és velünk, önkéntesekkel is nagyon jó a kapcsolatuk, sok pozitív visszajelzést kapunk. Az ember azért teszi a jót, mert úgy érzi jól magát. A nővérek pozitív visszajelzése biztos, hogy minden önkéntesnek jólesik. Néhány évvel ezelőtt a katolikus egyháznak volt egy plakátja, rajta a felirat: „Jót tenni jó”. Az önkéntesség szerintem erről szól. Jó érzés segíteni az arra rászorulóknak.

A Palliatív Osztályra többségében olyan betegek kerülnek, akiknek már csak néhány hetük van hátra, van közöttük fiatal, középkorú és idős is. A közelmúltban az egyik haldokló ágyánál ültem, és ő észrevette, hogy nyakláncot viselek. Kezébe vette és azt mondta: De gyönyörű ez a lánc! Öt perc múlva meghalt. Számomra fölemelő érzés volt, hogy földi élete utolsó perceiben valami szép dolgot látott.

A betegek mellett az ember a valóságban is megéli, hogy mennyire igazak az Evangélium sorai: „Szomjas voltam és inni adtatok, éhes voltam és enni adtatok...” Előfordult, hogy a nővér azt mondta, a beteg már nem eszik, nem iszik, mégis, amikor bementem hozzá, jelezte, hogy szomjas. Csak néhányat kortyolt bele a teába, talán életében utoljára vett magához táplálékot.

Előfordul, hogy a beteg már nincs magánál, s látogató sincs az ágyánál. Odamegyek hozzá, a homlokára teszem a kezem, s valami parányi visszajelzést ad, hogy ez neki most jó. Apró dolgok ezek, de a haldokló betegeknél minden ilyen kis gesztusnak megsokszorozódik a jelentősége, szeretetteljes többlettartalommal bír.

Nagyon sokan félnek a haláltól, az ismeretlentől való félelem teljesen érthető, vonatkozik ez a hívőkre és a nem hívőkre is. Vannak,

akik két kézzel csimpaszkodnak belém, szorítják a karomat, semmit nem kérnek, szót sem szólnak, de érzem, hogy ez biztonságot ad nekik, bizonyos megnyugvás a számukra.

Nagyon érdekes, hogy a betegek közül sokan nem vesznek tudomást arról, hogy már csak néhány hét, legjobb esetben hónap van hátra az életükből. A közelmúltban az egyik férfi beteg elmesélte nekem, hogy hamarosan nyugdíjba megy, és tervezgette, hogy mennyi mindent fog csinálni. Szegénykém a következő héten már nem élt. Ezen az osztályon nagyon ritkán lehet kiépíteni hosszú távú kapcsolatokat. Minden beszélgetésben fokozottan van ott a lehetőség, hogy ez egyúttal az utolsó is lesz.

Fűzfa Gézáné

(Özvegy, 76 éves, aktív éveiben a Tungsram munkaiügyi vezetője volt. A Magyar Máltai Szeretetszolgálat békásmegyeri, Kelta utcai Befogadás Házában működő Idősek Klubjában végez önkéntesi szolgálatot)

Annak, hogy önkéntesnek jelentkeztem, története van. Néhány évvel ezelőtt az akkor már kilencven éves anyós-anyukám éjszaka elesett, és bár nem ütötte meg magát erősen, nem tudott felkelni, csak annyira, hogy megtámaszkodott a falnál a szőnyegen, és várta, hogy valaki rányissa az ajtót. Mivel az apósom már nem élt, és az anyósom nővérei is meghaltak, teljesen egyedül volt a lakásban. Nem tudta elérni a telefont. Magatehetetlen állapotban találtunk rá. Ez az eset rádöbbenett bennünket arra, hogy szükség lenne egy olyan riasztókészülékre, amivel anyuka el tudna érni minket, ha ne adj Isten hasonló eset előfordulna. Érdeklődtem az önkormányzatnál, és ők a máltai szeretetszolgálatot ajánlották. Itt nagyon kedvesen fogadtak, minden segítséget megadtak. Éppen volt egy szabad készülék, és akkor anyuka megkapta az első biztonsági medált, ami a családnak rengeteget jelentett. A medál állandóan a nyakában lógott, szükség esetén azonnal értesíteni tudta a szolgálatot, ők pedig minket, a családot. Így kerültem kapcsolatba a máltaiakkal. Mivel anyuka egyre betegebb lett, egyre több segítséget kaptunk tőlük, különösen élete utolsó évében, a fürösztéstől kezdve az öltöztetésig, mindent. Amikor elment szegény, arra gondoltam, itt az ideje, hogy én is segítsek a máltaiaknak. Anyuka halála után néhány hónappal a férjem — az ő elsőszülöttje — is eltávozott közülünk, ott maradtam egyedül. Van ugyan gyermekem, de Angyalföldön lakik, a két unokám pedig felnőtt, természetesen nem kell már őket olyan rendszeresen segíteni, mint kiskorukban, a maguk életét élik. Nagyon jó kapcsolatom van a fiammal és az unokáimmal is, hetente egyszer találkozom velük. Emellett rengeteg szabadidőm volt és van, ezért valami értelmes, hasznos elfoglaltságot kerestem magamnak. Mivel itt lakom az Elfogadás Házával szemben, kézenfekvő volt, hogy 2013 tavaszán önkéntesnek jelentkeztem az idősek mellé.

Hetente kétszer, hétfőn és pénteken nyolctól délig vagyok az idősek mellett. Működik egy kétszáz személyes szociális konyha, az Idős Klubba jövőknek adok tízórait, kenyeret szeletek, megkenem vajjal, mosogatok. Havonta két alkalommal beszédem a térítési díjat. Ezek mellett játszom is az idejárommal, leginkább malmozni és dominózni szoktunk. Rendszeresen felolvasok nekik

könyvekből, most éppen Gárdonyinak *Az én falum* című regényéből, mert ebben sok önálló rész van, és egyszerűbb a szövege is, nagyon szeretik ezt a könyvet. Ha igénylik, megmértem az idejások vérnyomását is. Van egy gyermekparalízissal élő idősünk, neki segíték a körmét levágni, vagy a cipőjét bekötni. Természetesen vannak egyéb tevékenységek is az Idősek Klubjában, így kézművesfoglalkozások. Az egyik hölgy kiváló iparművész, nyolcvan fölött van már, nagyon szép dolgokat alkotnak a vezetésével, szőnek, batikolnak. Ezekből kiállításokat is szerveznek.

Önmagában nagy élmény számomra, hogy emberek között vagyok. Rendkívül hálásak tudnak lenni, aranyosak, kedvesek, értékelik a velük való törődést. Érzem és tudom, hogy szükség van a szolgálatomra, igénylik azt, és ez felemelő érzés. A térítési díj beszedése sem olyan népszerű dolog, hogy azt bárki elvállalná, mert pénzzel dolgozni nem könnyű. Nekem azonban gyakorlatom van ebben, semmiféle terhet nem jelent ez számomra. Békásmegyeren a panelekben az emberek eléggé elszigetelten élnek egymástól, de amióta itt vagyok önkéntes, úton-útfélen rám köszönnek, érzem a szeretetet az emberek részéről.

A közelmúltban az egyik rokkantnyugdíjas, aki szellemileg enyhén fogyatékos, kapott egy hivatalos levelet, amit nem teljesen értett. Megkért, hogy segítsek neki. Elmagyaráztam, hogy a szerény segélykérését, amit benyújtott az önkormányzat felé, nem utasították el, csak adathiánypótlásra szólították fel. Ha ezt rendezzi, megkapja a segélyt. Ilyen dolgokban is tudok segíteni, ha szükséges.

Ide, az Elfogadás Házába hajléktalanok is betérnek, mert itt étkezhetnek. Az egyik hajléktalanunk, Dénes, valamikor bányász volt. A bányászat leépítését követően hajléktalan lett, és alkalmi munkákat vállalt a piacon. Amikor végzett, gyakran bejött hozzánk, játszott a klubban, nagyon szeretett malmozni, mindig ő győzött. Aztán egyszer csak megbetegedett, kiderült, hogy gégerákos. A Margitkórházba vitték, de a műtét előtti éjszaka megszökött. Valószínűleg nem akarta vállalni az ezzel járó procedúrát, annak ellenére, hogy az egyik társunk már huszonhárom éve él együtt a torkába helyezett erősítővel, és velünk együtt biztatta, hogy a gégerákkal, ha időben észreveszik és meggyógyítják, sokáig el lehet élni. Dénes azonban megszökött, és néhány nap múlva holtan találta meg a rendőrség, valahol a kórház közelében. Az önkormányzat temettette el, gondoskodott számára végső nyughelyről, a Forgách utcai református templom urnatemetőjében. A temetés előtti napon azonban megtudtuk, hogy nem lesz szertartás. Ezt a hozzátartozóknak kellett volna elintézniük, megrendelniük. Ez engem nagyon megrázott, egész nap azon tűnődtem, mit lehetne tenni, hogy ne ilyen hivatalosan, érzéketlenül, hanem méltóképpen búcsúztassuk el Dénest, szóljunk róla néhány kedves szót. Végül találtam két versidézetet, mindkettőt Kosztolányitól. *A szegény kisgyermek panaszzai* című versében olvasható — „Azon az éjjel / Halt meg szegény, ősz nagyapám” —,

de én kicseréltem „szegény, ősz apám”-ra, mivel ott volt a temetésen Dénes fia is. A másik idézetet a *Halotti beszédből* vettem: „Nem volt nagy és kiváló, / csak szív, a mi szívünkhöz / közel álló (...) Ilyen az ember. / Egyedi példány. / Nem élt belőle több, / és most sem él.”

Remegő hangon idéztem Kosztolányit, és emlékeztettem a megjelenteket, hogy Dénes hajléktalanként sem hagyta el magát, dolgozott, adott magára, mindenkire volt egy kedves szava. Ám ha nem így lett volna, akkor is minden embert megillet az, hogy méltóképpen búcsúzzunk el tőle, amikor elhagyja ezt a földi világot, és átlép a másikba. Számomra mindez hatalmas, megnyugtató élményt jelentett.

Veres Ibolya

(40 éves, takarítónő, három gyermek édesanyja, a Menhely Alapítvány budapesti Kiirt utcai központjában önkéntes)

A barátnőm itt dolgozik a Menhely Alapítványnál, és három évvel ezelőtt egy augusztusi napon bejöttem hozzá ide egyik alkalommal. Az egyik hajléktalan megkérdezte, mikor kezdik el osztani a téli ruhákat. A barátnőm azt felelte, ha majd lesz önkéntesünk, de jelenleg nincs. Én akkor megkérdeztem, mivel jár az önkéntesség, és ő elmagyarázta, hogy heti egy alkalommal kell ruhát válogatni, kiosztani. Ott helyben eldöntöttem, hogy elvállalom ezt a feladatot, mert nem indulhatnak neki úgy a télnek a hajléktalan emberek, hogy nincs megfelelő ruházatuk. Ezt követően egy hónapig mindennap bejártam ide, és kiválogattam a zsákokból a ruhákat, feltöltöttem a raktárt. Jelenleg szerdánként két-három órán keresztül osztom az öltözetet, de ha szólnak, hogy érkezik egy nagyobb szállítmány, akkor külön is bejövök segíteni a szétválogatásban.

Eddig cégeknél takarítottam, és úgy osztottam be a munkámat, hogy legyen időm az alapítványnál az önkéntes szolgálatra. Jelenleg munkanélküli vagyok, így ez most nem okoz problémát. Hamarosan azonban újra lesz állásom.

Arról, hogy mit tudok adni a hajléktalanoknak, őket kellene megkérdezni, de azt hiszem, elsősorban őszinte odafigyelést. Előfordult, hogy egyikük elsírta magát, és azt mondta, vele még ilyen emberi hangon soha senki nem beszélt, még akkor sem, amikor normális körülmények között élt. Igyekszem mindig mosolyogni, jókedvűnek lenni, mert tudom, hogy a derű milyen fontos a többnyire megkeseredett, fedél nélküli emberek számára. Nekem is vannak gondjaim, a férjemtől elváltam, egyedül nevelem a három kiskorú gyerekemet — közülük a két lány gyakran besegít nekem itt a menhelyen, a kisfiam erre még nem alkalmas, hiszen mindössze négy éves —, de akárhányszor ránézek egy hajléktalanra, belém hasít a felismerés, hogy minden problémám ellenére mennyivel könnyebb az én helyzetem.

A legfontosabb, amit kapok a hajléktalan emberektől, az a köszönet. Érzem a szeretetüket, jó érzés számomra, hogy örülnek, ha meglátnak, szavakban is kifejezik ezt, jaj de jó, hogy megint maga van, soha nem idegeskedik, mindig türelmes!

Az alapítványunk mellett van egy senki földje, lepusztult állapotban, melynek egyik oldalát hatalmas fal fedi be. Az egyik hajléktalan

férfi, Baranyecz János „Branyó” képet festett a falra, és verset is írt hozzá: „Lehet még neked is utca a lakásod, / lesz-e még akkor igaz barátod? / Nem sodor-e téged erre? / Fogadj el engem, / hisz én is elfogadlak, / olvasd ezt lassan, / s ne menj a falnak!” Ez a tévé híradójában is lement. Néhány héttel később itt voltam bent, válogattam a ruhákat, amikor csöngettek. Kimentem, egy hölgy állt a kapuban, mondtam, hogy zárva vagyunk. Ő azonban erősködött, hogy azonnal beszélnie kell valakivel, maga is jó lesz, de én csak egy önkéntes vagyok, mondtam. A hölgy akkor megkérdezte, hol van az a fiatalember, aki a képet felfestette, a verset felírta a falra, mert ő a nagynénje. Erre kihívtam az egyik kollégát, Robit, akinek a hölgy sírva mesélte el, hogy az unokaöccse, János három éve eltűnt, nem tartja a kapcsolatot a családjával, nem tudják, mi lehet vele, milyen dolog az, hogy ő hajléktalan, amikor van hová hazamennie. Ám azt, hogy Jánossal mi lett, hazament-e végül a családjához, nem tudom, hosszú ideje nem láttam.

Az egyik ruhaosztáskor egy nem magyar állampolgár — ukrán, orosz vagy szlovák — annyira meghatódott attól, hogy jó minőségű ruhát adtunk neki, hogy sírva szorongatta a kezemet, milyen rendes vagyok, és csak most látja, hogy önkéntesként dolgozom itt.

Megtörtént azonban egy ezzel homlokegyenest ellentétes hangulatú eset is, amikor az éppen nem jó minőségű választék miatt nem tudtam olyan ruhát adni az illetőnek, amelyet szerettem volna. Javasoltam neki, jöjjön vissza egy hét múlva, akkor talán megint lesznek megfelelő ruhák. Ő azonban makacszkodott, hogy neki most kell az öltözet, válogassam ki a jobb minőségűeket. Nem értette meg, hogy ezúttal nincsenek ilyenek. A pulóveremen van egy kis tábla, rajta az „Ibolya, önkéntes” felirat. Az említett úr a fejemhez vágta, azért nem adok neki jó ruhát, mert nem érzem át a nyomorúságát. Egészséges vagyok, rengeteg a pénzem. Ez az eset tavaly tavasszal történt. Akkoriban halt meg az anyukám, nálam pedig egy vizsgálat kiderítette, hogy mindkét tüdőmben vannak betegségekre utaló elváltozások. Ezért aztán elég rosszul érintett, hogy ez a hajléktalan ember ennyire igazságtalan velem, és olyan dolgokkal vádol, melyeknek közül sincs a valósághoz. Nem vesztettem el azonban a türelmemet, szép nyugodtan elmagyaráztam neki, ha gazdag lennék, nem itt lennék, hanem egészen máshol. Pont azért vagyok itt, mert nekem is van épp elég bajom, de látom, hogy maguk még rosszabb helyzetben vannak, ezért segíteni akarok magukon, amennyire az erőmből és a lehetőségeimből telik. Megemlékeztem az anyukám halálát meg a betegségemet is, és azt sem titkoltam, hogy egyedül nevelem a három gyermekemet, saját otthon híján albérletben lakunk. Végül ez az ember elsírta magát, és bocsánatot kért. Én próbáltam erőt önteni belé.

Wellner Veronika
(43 éves, egy nemzetközi cég kereskedelmi

Évekkel ezelőtt a Mária Rádióban hallottam egy felhívást, hogy önkéntest keresnek. Először náluk jelentkeztem, itt kezdtem el önkéntesként szolgálni. Az egyik évben Rómába zárandokoltam, teljesen

képviselőjeként dolgozik, a Szeretet Misszionáriusai Nővéreinél önkéntes, hátrányos helyzetűekkel és romákkal foglalkozik)

egyedül, hogy közelebbi kapcsolatba kerüljek Istennel. A Szent Péter téren imádkozva arra kértem a Jóistent, mutassa meg, ki az a Szent, akinek valamiképpen én is fontos lehetek. Hosszasan imádkoztam, de sajnos igazán nem kaptam megvilágosodást. Némileg csalódottan álltam fel, és akkor a lábamnál hirtelen megpillantottam egy kis érmét, rajta Teréz anya arcképe. Teréz anya? — kérdeztem csodálkozva, hiszen addig semmilyen kapcsolatomban nem volt Teréz anya Magyarországon tevékenykedő nővéreivel. A Mária Rádióban, ahol akkor a „Napindító” műsorban műsorvezetőként szolgáltam, elmeséltem ezt az élményemet. Nem sokkal később egy kedves hallgatótól megtudtam, hogy Teréz anya nővérei Budapesten működnek, a Tömő utcában. Én pedig az Örökimádás-templom mellett élek, gyakorlatilag a szomszédságukban. Ekkor már nagy késztetés volt bennem, hogy felkeressem a Szeretet Misszionáriusait, és jelentkeztem náluk, tudnék-e valamiben segíteni nekik? Természetesen, válaszolták, hiszen itt mindig van munka. A hajléktalanokat ellátó konyhán kaptam feladatot, emlékszem, egy őszi napon, vasárnap kora reggel készültünk elő az asznapi ételosztáshoz, főzéshez. Ez teljesen más világ volt, mint az a megszokott, kényelmes, csillogó világ, amelyben én addig forgolódtam. Mondtam is magamban, Istenem, nem biztos, hogy én ide vissza tudok jönni, mégis, valami időről-időre mindig visszavonzott. Először az ételosztásban segédkeztem, itt sok hajléktalant, szegényt ismertem meg és egyre jobban belekerültem a Szeretet Misszionáriusai Nővéreinek a mindennapjaiba, majd a nővérek különböző feladatokkal, programok megszervezésével bíztak meg. Szépen lassan beépültem az önkéntes szolgálatba. Az igazi áttörés öt évvel ezelőtt történt, amikor a nővérekben felvetődött, milyen jó volna, ha a mélyszegénységben élő cigány és nem cigány családoknak nyári tábor szerveznénk, hogy legyen nekik is lehetőségük egy kis utazásra, másokkal való vidám együttlétre és lelki feltöltődésre. Roska Péter atya, a tábor lelkivezetője hívott meg engem is, s bár először aggódtam, végül elvállaltam, s azóta is nagy örömmel veszek részt ebben a munkában, immár ötödik éve, minden nyáron. A tábor pár évig Csobánkán Böjte Csaba testvér házában, majd a Jablonka utcában a Szűz Mária Társasága házában tudtuk megszervezni. A tábor főszervezői Schaffler Ágnes és Borhidán Bernadett, jómagam pedig mint fő segítő vagyok jelen, és rajtunk kívül is még sokan vesznek részt a munkában, hiszen a táborban a családokban a csecsemőktől kezdve a nagymamáig mindenki jelen van, ahol rengeteg lelki foglalkozással és szabadidős programmal várjuk őket. Ezenkívül évközben is tartjuk a családokkal, a gyerekekkel a kapcsolatot, hétvégékre szervezünk kirándulásokat, egyéb kulturális, illetve lelki programokat is.

Ha a Jóisten meghív valakit egy szolgálatra, és ma már teljesen bizonyos vagyunk abban, hogy Teréz anyával együtt hívtak meg pont ide, a Szeretet Misszionáriusai Nővéreihez és pont erre a feladatra, akkor a Jóisten mindig biztosítja is azt az időt, ami a tábor szervezéséhez szükséges, és hogy személyesen is jelen tudjak lenni

nyaranként. Szerintem az idő a szeretet egyik mérőeszköze, az embernek az a fontos, amire időt tud szakítani, és arra szakít időt, amit szeret, és én nagyon szeretek a Szeretet Misszionáriusai Nővérei mellett szolgálni, ami már az életem részévé vált.

A táborból minden évben úgy mennek el az emberek, hogy már a búcsúzásakor várják a jövő évi találkozást. Ebben a táborban nagyon figyelünk mindenkire, odaadó szeretettel, törődéssel, amit a mindennapokban a társadalmi hátrányos helyzetük miatt sajnos nem igazán kapnak meg. Itt próbáljuk elfelejtetni velük a mindennapok küzdelmeit, és próbáljuk kiszolgálni őket. Én a konyhai szolgálatot vállaltam el, ahol bevonom a gyerekeket is, közösen terítünk, tálalunk, közben beszélgetünk, odafigyelünk rájuk, a felnőttekre és a gyerekekre is egyaránt. Ez alatt az egy hét alatt nem nyomasztja őket az, ami a kinti világban naponta, hogy kevesebbek lennének másoknál, itt teljesen egyenlőként van jelen mindenki.

A táborban minden gyermek mellett van egy pártfogó segítő, aki beszélget a gyerekekkel. Ezek nagyon mély beszélgetések, itt a gyerekek őszintén megnyílnak, megosztják a gondjaikat, örömeiket a pártfogóval, bizalmat szavaznak neki. Nagy örömmel fogadják, ha meghallgatjuk őket, a tanácsainkat pedig nyitott szívvel elfogadják. Amikor a gyerekekkel beszélgetünk, mindig hangoztatják, hogy milyen jól érzik magukat itt a táborban, mennyi szeretetet kapnak, és milyen nehéz nekik visszamenni abba a környezetbe, amelyben mindennap élnek, ahol körülveszi őket az alkoholizmus, drogozás, prostitúció. A táborban védettséget élveznek, de mit te gyenek odakint, amikor megtámadják őket a nagyobb gyerekek, késsel fenyegetik, elveszik a kis pénzüket, vagy megkínálják őket fűvel? Hogyan tudnak ebben a szorongató közegben jók maradni? Gyakran kérdeznek ilyeneket tőlem is, és nagyon nehéz, szinte lehetetlen megnyugtató, előremutató választ adni. Ez a tábor egy kis oázis ezeknek a gyerekeknek, ám egy hét elteltével a mindennapjaikat újra az irgalmat nem ismerő környezetben kell tölteniük. Számomra ez megrendítő, a segítség korlátainak felismerése. Ennek ellenére, amit csak tudunk, mindenképpen meg kell tennünk ezekért a családokért, gyerekekért, hiszen annak ellenére, hogy nem mindig tudjuk, mi történik velük a jövőben, valami mindig megmarad abból, amit mi adtunk nekik! A nyáron volt az esküvője egy fiatal párnak, akikkel évről-évre együtt táborozunk. Meghívtak bennünket, emellett megkértek arra, hogy segítsünk az előkészületekben, szinte családtagként tekintettek már ránk.

Amióta önkéntes vagyok, megtanultam hálásnak lenni, megköszönni a Jóistennek, hogy én milyen szerencsés helyzetben élek. Nem kell nélkülöznom, van munkám, szerető szüleim, testvéreim, keresztgyermekeim, akik nagy szeretettel vesznek körül. Az ember mindezt természetesnek veszi, sőt, rengetegszer a jó dolga ellenére elégedetlenkedik, panaszkodik, és akkor látva ezeket a mélyszegénységben élő családokat, hogy még a nehéz körülményeik ellenére is tudnak

nevetni, szeretni, reggelente felkelni, újrakezdeni, rádöbben arra, hogy az életben mindent meg kell becsülni, és meg kell köszönni. Emellett pedig mindig törekednünk kell arra, hogy jobb emberekké váljunk, legyünk nyitottak a szegénység, a nyomorúság iránt. Ne legyünk kívülállók, hanem keressük meg a magunk személyes szegényeit, próbáljunk meg segíteni nekik, és ebben mi is megtaláljuk a saját boldogságunkat, hiszen egy szerető személyes kapcsolat sokkal többet jelent, mint akármennyi személytelen segély.

Szunyogh Kata

(17 éves, a miskolci Fényi Gyula Jezsuita Gimnázium és Kollégium 10. osztályos tanulója, a helyi Gyermekvárosban önkéntes)

A gimnáziumunkban a 9. osztályosoknak kötelező önkéntes munkát végezni, a szeretetszolgálat program keretében. Én a Gyermekvárosban teljesítettem ezt a feladatot. Itt egészen a csecsemőkortól kezdve tizenhét éves korig laktak olyan gyerekek és fiatalok, akiket a szüleik vagy eldobtak maguktól, vagy elvették tőlük, mert különböző — mentális, szociális, anyagi — okok miatt alkalmatlanok voltak szülői feladataik elvégzésére. Nagyon megszerettem a gyerekeket, ezért most már önkéntesként visszajárok hozzájuk, két kislányt és egy kisfiút — kilenc-tízévesek — kísérek haza a Gyermekvárosba iskola után, heti egy alkalommal. Két-három órát vagyok velük, játszunk, segítek nekik a tanulásban.

Szerintem az embernek arra van ideje, amit fontosnak tart. Nekem fontosak ezek a gyerekek, ezért szívesen vagyok velük. Próbálok nekik jó példát mutatni, és egy kis állandóságot biztosítani az életükben.

A gyerekektől megtanultam értékelni azt, hogy én velük ellentétben rendezett családi körülmények között, biztonságban élhetek, és ez hatalmas dolog. Az egyik legmeghatóbb élményem az volt, amikor egyszer hazafelé kísértem a gyerekeket, és az egyik kislány odaszaladt a panelház kapujához és becsengetett. Kérdeztem tőle, miért tette ezt, az anyukámat hívtam, felelte. Az anyukáját, akit talán sosem látott, semmit nem tud róla.

Az állandó elhagyatottság érzése miatt sokszor előfordul, hogy a gyerekek rossz hangulatban vannak. Egyik alkalommal az iskolában azzal fogadott a tanár, amikor a gyerekekért mentem, hogy a gondjaimra bízott kislány ki akart ugrani az ablakon. Utána próbáltam erőt önteni belé, de kevés sikerrel. A letargikus pillanataikban nem szabad erőltetni a beszélgetést, legjobb ilyenkor csöndben maradni, és megvárni, míg megnyugszanak végül.