

A *Behálózott Psyche* az 1990-es évek végén indult *Psyche* közösség története. A közösség ötlete Hermann Zsuzsának, jelen könyv írójának a fejéből pattant ki de nem teljes harci díszben. A Psyche ugyanis sokat formálódott a megalakulása óta, és jelenleg is nyitott a változásokra, hiszen a forma, az internet fejlődése is ezt kívánja meg. A hazánkban egyedülálló múltra visszatekintő lelkeségély-közösség históriája izgalmas olvasmány. Konfliktusok és felemelő pillanatok, életek (sőt, sorsok), felkavaró érzelmek és történetek színes forgataga.

A könyv nyelvezete külön említést érdemel, hiszen elvont fejtegetések helyett chat- és fórumbejegyzések, blogbeírások vannak összeollózva, amiből hús-vér valójában ismerhetjük meg az interneten zajló segítő beszélgetések stílusát, hangulatát, ízét. Azonban ne csak felemelő stílusú és tartalmú szövegeket várjon az olvasó, hiszen segíteni, valljuk be, nem könnyű vállalkozás. Nem csak a segítő szavak megtalálása nehéz, hanem a segítséget kérő hang megszólaltatása is. Ezért különösen fontos a Psyche, az a biztos pont, ahol ezzel újra és újra lehet próbálkozni.

A könyv kiemel néhány olyan témát, amelyek a Psyche közösségét különösen foglalkoztatták. Ezek azok a dolgok, amelyekkel a netező is találkozik:

Létezik-e szerelem a neten?

Hogyan kezeljük az internetes agressziót?

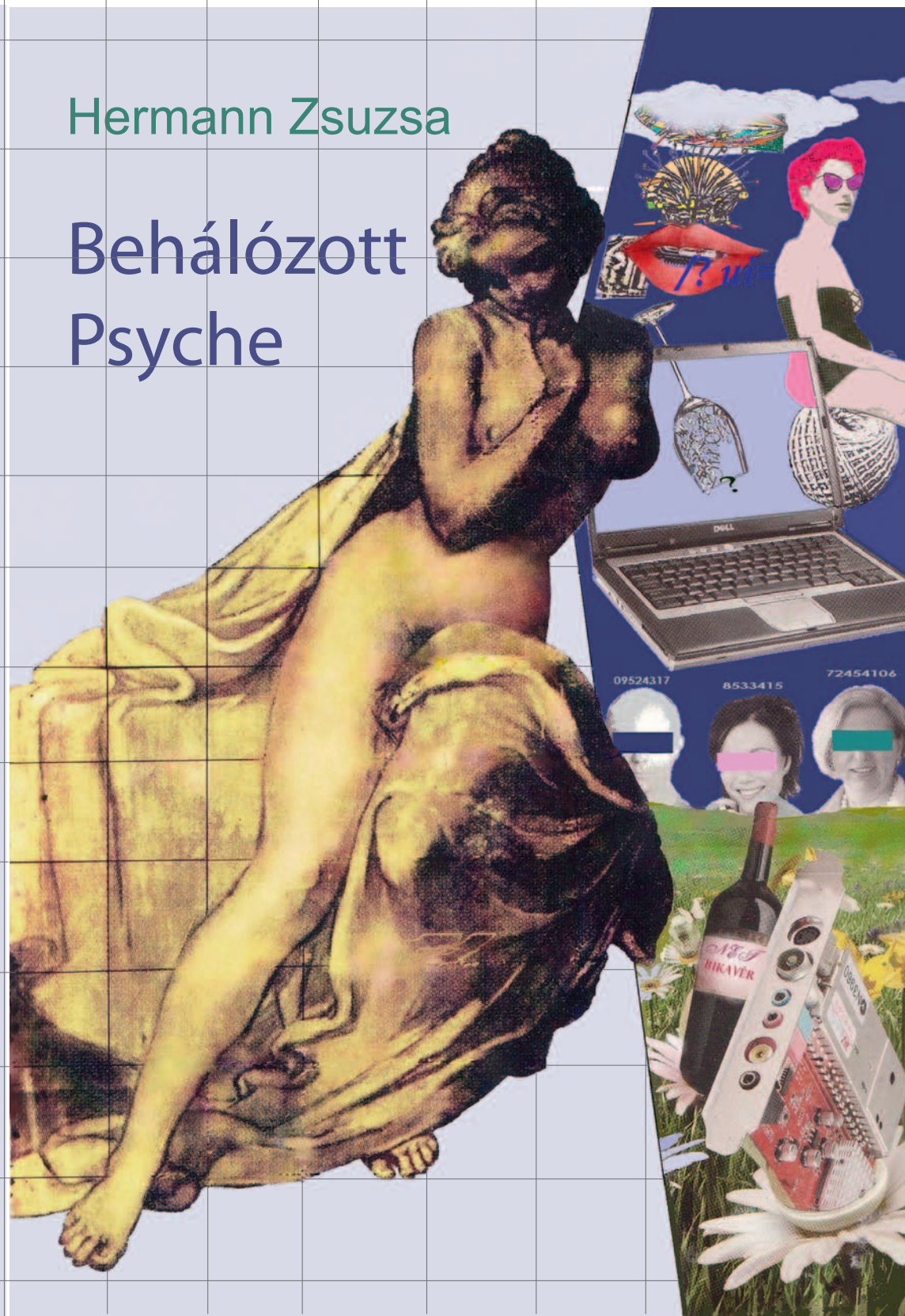
Hogyan segíthet az internet az alkoholbetegnek, az öngyilkosságra készülőnek vagy a gyermekét gyászoló anyának?

Többek között ezekre kapjuk meg választ ott, ahol mindenki egyenlő: a segítő, a segítséget kérő és az olvasó.

Hermann Zsuzsa • Behálózott Psyche

Hermann Zsuzsa

Behálózott Psyche



9 789639 771475

BEVEZETÉS

BEHÁLÓZÁSOM TÖRTÉNETE

NYÁR VÉGE VOLT, forró augusztusi nap. Akkortájt egy tudományos kutató-intézetben dolgoztam és éppen csak túljutottam egy hamvában holt kapcsolaton, amikor bevezették az akadémiai intézetekbe az internetet. 1998-at írunk, és kb. 3000 magyar szörföl ekkor a neten, túlnyomó részük munkahelyről, így elég sok az informatikus és rendszergazda, néhány unatkozó titkárnő, meg az egyetemi oktatók és tanulók. Később persze, amikor már bejött a képbe a sulinet, jöttek a gimnazisták és a tanerők is csöstül. Na és rengeteg külföldön élő magyar, akik felettébb örvendeznek annak, hogy ilyenén módon kedvükre beszélgethetnek az anyanyelvükön.

Nos, ebbe a társaságba csöppentem én bele. Először egy Bulinet¹ nevezetű közösségi oldalra iratkoztam fel, ahol elég alacsony volt az átlagéletkor, de azért találtam hozzám hasonlóan vállalkozó kedvű középkorúakat is. Érdekes világot ismerhettem meg, ahol a kor egyáltalán nem volt fontos, és ahol mindenki egyenlő volt, akármennyi pénzzel és bármily státusszal bírt is a való életben. Elbűvölt ez az Agóra, ahol megszűnt a tér és az idő, a társadalmi különbségek, a generációs problémák, s a lehetőségek hatalmas tárháza volt mindenki számára. Akkor még nem látszott, hogy ez is a pénzről fog szólni nemsokára. Ami igazából megfogott a Bulinetben, az az volt, hogy havonta rendeztek élő találkozót, illetve bulit, és így nemcsak párkapcsolatok, de igaz barátságok is kialakultak. Ja és volt egy chatjük² is, ahol azok is beszélgethettek, akik még nem találták meg egymást a sokadalomban, de véletlenül egy időben tartózkodtak a chaten. Itt ismerkedtem meg valakivel, aki azóta is jó barátom, és nehezen bár, de sikerült áthívnia egy másik chatre, ahol a világ körül élő magyarok talál-

1. 1997-től működő társkereső és közösségi oldal. Ma is működik, de ma csak egy a száz közül.

2. Szinkron csevegő csatorna, ahol a netezők egy időben beszélgethetnek írásban. Ma már vannak hangos- és videochatek is.

koztak és beszélgettek. Itt újra éreztem a tér és az idő kizökkenését, amikor ugyanazon helyen és időben beszélgettünk mondjuk Sydneyből, Torontóból, New Yorkból, Budapestről és Kolozsvárról; az egyikünk éppen reggelizett, a másikunk épp aludni készült, a harmadiknak meg mondjuk akkor volt ebédszünete.

Ekkor és itt vettem észre, mekkora igény van arra, hogy legyen egy oldal, ahol lelki segítséget kaphatnak az infosztrádán kóválygók. Úgy történt, hogy egy Erdélyből Svédországba kitántorgott beszélgetőnek, meghalt a nővére, és persze rettenetesen ki volt borulva. Mivel nem volt akinek ott-hon kiöntse a lelkét feljött a chatre és ott tette meg. Miután kibeszélte bánatát, mindenki próbált valami vigasztalót mondani, nagyjából közhelyeket, utána mesélgettünk ezt azt, néha még viccelődtünk is, és a végén egészen jó hangulatban ment aludni. Már az az apróság is rengeteget segített neki, hogy elmondhatta ami nyomasztotta és hogy voltak akik meghallgatták. A második ilyen meghatározó élményem a Bulineten esett meg, 1998–1999 szilveszter éjszakáján. Egy sráccal beszélgettem akinek a szerelme – akivel itt jött össze – bulit rendez, és megkérte őt (a srácot), hogy ne menjen el. Nos, a szituáció magáért beszélt, a fiú pedig suicid gondolatokkal küszködött. A vele való beszélgetéssel telt el az éjszaka. Elmondom, hogy a fiú még ma is él, nemrégén hallottam, hogy cca. 10 évi munkanélküliség után úgy kapott állást, hogy roma identitásúnak vallotta magát, egyszóval hatalmas fazon.

Közben ismerkedtem más oldalakon is. Letöltöttem például az ICQ-t. Biztos vannak, akik még emlékeznek erre a programra: régi ismeretségre alapozott, mint most a skype vagy az msn messenger, de azért lehetett új ismerősökre is szert tenni. És mivel még elég kevés magyar használta, nyitottak voltunk az újakra. Szóval ott is megismerkedtem pár emberkével, akiknek elmondtam a tapasztalataimat, és találtam is együttműködőket. Egyikük, a Manó fedőnevű, elvállalta a honlap szerkesztését, Nóra pedig, aki klinikai szakpszichológus volt, hetente háromszori ügyeletet.

Hogy egyik szavamát a másikba ne öltsem, el kell még mondanom, hogy akkor pár hónapja éppen szerelmes voltam egy fiúba, akit Jánosnak hívtak. (Bulinetes ismeretség.) Hogy még szebb legyen a dolog, még együtt is jártunk, és mit tesz isten, Jánosnak többek között pszichológusi diplomája is volt. Sikerült rábeszélnem, hogy tartson velünk, csináljuk együtt a Psichét. Bár eleinte nem tette, de később a részévé vált.

Ekkor már 1999-et írtunk és március közepére elkészült a honlap, a reá applikált freechattel³ egyetemben. Jómagam március 16-án leültem a gép-hez, bementem a chatre (szinkron csevegő) és vártam a vendégeket. Jöttek is rendesen, főleg a Bulinetes és egyéb ismerőseim, és egyszer csak bejött valaki csak úgy. Nem volt ismerős, azért jött, hogy elmondhassa valakinek a problémáit. Nemsokára már 8–10 ember volt, akik rendszeresen visszajártak. Hát így indult a történet.

Az első évekről szinte semmi dokumentáció nem maradt.

2000-ben applikáltam az oldalhoz egy fórumot⁴ amiből szépen idézgetni fogok. 2007-től vannak chatlogok. A fórumokban is és a chatlogokban is csak nicknevek vannak, amiket természetesen megváltoztatok, hogy senki ne legyen még csak véletlenül sem beazonosítható.

Sajnos Nóra és Manó csupán pár hónapig voltak még velünk, utána elsodorta őket az élet. De később csatlakozott hozzánk egy pszichológus: „kulcs”, néhány fórum beírás mögött őt lehet sejteni metanicken. A fórum beírások és a chatlogok, amiket a későbbiekben publikálni fogok, mind közösen jelentek meg, privát⁵ beszélgetés nem lesz köztük. A fórumok és a chat szabályzatában benne van, hogy az ott publikált tartalmakkal a szolgáltató rendelkezik, bárhol megjelentetheti, de a személyiségi jogok védelmében szükségesnek tartottam a metanickkék használatát. Továbbá a chat és a fórumszabályzat tartalmazza azt is, hogy *nem illik sem a többi vendéget, sem a házigazdákat sértegetni. A beszélgetésekben sem trágárkodásnak, sem más emberek (csoportok) elleni hangulatkeltésnek, uszításnak helye nincsen. Tartsd tiszteletben a másik emberi méltóságát, hitét, esetleges másságát, véleményét! Az ilyen jellegű hozzászólások és az oda nem illő viselkedés kizárással jár!* A Psyche szobára vonatkozik még a gyalogló chat szabályzata is.

Mindezekből kitűnik, ez voltaképpen egy fejlődés regény, tudományos eredményeket nem tartalmaz, kizárólag saját tapasztalatra épít, a felvetett hipotézisek nincsenek kísérletileg igazolva.

3. Ingyen használható chatprogram.

4. Aszinkron vitafórum, ahol az internetezők vitatkozhatnak, beszélgethetnek különböző témákról.

5. Olyan beszélgetés a chaten, ami két ember között folyik és a többiek nem látják.

11 év után próbálom összefoglalni, mit csináltunk, elmondani, milyen buktatói vannak, mik azok a hibák, amiket nem szabad elkövetni, tanulságul azoknak, akik valami hasonlót csinálnak majd a jövőben.

Ami fontos, először is, hogy legyen szakszerű segítség a chaten és a fórumban. Évekig volt is a Psychén eleinte János, később csatlakozott kulcs/csluk is, továbbá megfordult sok magánemberként, aki nem vállalta be a rendszeres segítséget, de amikor kedve volt benézett és beszélgetett a szobalakkal, ilyen jelenleg is van.

Szükség van a csapatépítésre is, ami nagyon jól megy, létrehozni egy olyan erős magot, akik összetartják a szobát, akik fogadják az újakat és megpróbálják őket integrálni a közösségbe. Ez 2004 óta folyik rendszeresen, bulik, táborok, tréningek és egyéb foglalkozások keretében.

Ami jó lenne még, az önkéntes képzés, ergo a magot kiképezni arra, hogy terápiás hatású beszélgetéseket tudjanak vezetni, moderálni.

Tapasztalataink azt mutatják, hogy ami jól működik chaten és fórumban az az életvezetési tanácsadás, és a közösségépítés, továbbá kiváló hely speciális csoportterápiára, és önsegítő csoportok működésére.

És amit nem szabad:

Ez ugye az internet, az ember azt gondolná, hogy nem érvényesek itt azok a szabályok, amik az életben. Most elmondom, hogy nagyon is érvényesek. A privát beszélgetésre érvényes például a titoktartási kötelezettség.

Amit semmiképpen sem szabad, azt az illúziót kelteni orvosi kezelést igénylő chatesekkel azt, hogy a közösségünkben megoldódnak a problémái. Ezért általában már az első beszélgetésnél, de legkésőbb a másodiknál ajánlunk neki élő segítséget, pszichiátert vagy pszichológust, és biztosítjuk arról, hogy a „real” kezelés mellett is a közösség teljes jogú tagja lehet és szívesen látjuk mind a chaten, mint pedig az élő programjainkon.

Ergo a chat és a fórum nem alkalmas diagnózis felállítására, krízisintervencióra és pszichiátriai betegek kezelésére, azonban megfelelő IRL⁶ kezelés mellett, elfogadó közösséget tud biztosítani számukra. A krízisintervenciót – mint az egyik legfontosabb feladatot – most már skype telefonvonalon oldjuk meg.

6. In Real Life = a való életben. Netes rövidítés.

A KEZDET VÉGE

A KEZDETEK UTÁN körülbelül egy évvel, verbuválódott egy kisebb csapat, akik néha összejöttünk.

Egészen egyedi dolog volt, ami a Psychéből alakulni kezdett, valamiféle közösségi pszichiátria, na persze annak a lightosabb formája. Mert a valódi pszichés betegek, max. ideig-óráig tudtak a közösség tagjai lenni, ha próbálkoztak is olykor az élő kapcsolattal, hamar feladták. Természetesen vannak kivételek, pl. személyiségzavarosok közül sokan váltak a közösség rendes tagjává. Igen, két szinten is létezik a Psyche, és van létjogosultsága a csak virtuális változatnak is. Ma is sokakat csak chaten látunk, néha meg is kapjuk, hogy őket másodrendű chatpolgároknak tekintjük – ez mondjuk nem igaz –, de valóban és érthetően más a viszony az életben is találkozó és a csak virtuális csapat tagjai között.

Mi segítők rengeteg hibát követtünk el eleinte. A chat jellegéből adódóan mindenki segített mindenkinek, kapcsolatok alakultak, volt úgy, hogy klikkek is, és nem igazán lehetett követni a csoportdinamikát. Volt idő, amikor kedvem lett volna megszüntetni a privátokat, de rájöttem, hogy nem lehet. A kétszemélyes kapcsolatok is fontosak, nem csak a csapat. De a hangsúly a közösön van, megpróbáljuk a problémákat ilyen módon megbeszélni, vagy ha mégsem megy, akkor telefonon, skype-on, amik sokkal inkább beválnak, mint a privát chat.

Első találkozásunk Jánosnál volt. Körülbelül 20 fő jöhetett össze. Körbe ülünk és mindenki bemutatkozott, és elmondta, hogy mi az, amiben megváltoztatta az életét az internet, és azon belül mit kapott a Psychétől.

A második találkozás szeptemberben volt a Rózsika forrásnál, ahol tüzet raktunk, szalonnát sütöttünk, activityt játszottunk. Az akkori csapatról szeretnék valami képet adni és szerintem ezt a fórumbeírások publikálásával tudom leginkább megtenni. Mint mondtam volt abból az időből chatlogok nem maradtak fent.

Először nézzünk egy konkrét témát!

1. TÉMA: NŐS/FÉRJEZETT AZ ILLETŐ. TABU, DE NEM AKADÁLY?

Franciska nyitotta, aki 2000 nyarán csatlakozott a csapathoz. Huszonéves, gyönyörű leány volt, hosszú fürtökben leomló barna hajjal és opálos kékeszöld szemekkel. A vendéglátóiparban dolgozott, és egy nős kollégájával volt kapcsolata. 1. téma: nős/férjezett nem akadály? Franciska:

Arról a szituációról szeretném a véleményeteket, gondolataitokat, tapasztalataitokat :))) hallani, amikor már a kezdetektől tudjátok, hogy a kapcsolatnak nem igazán lehet realitása, jövője, mert az illető nem szabad.

Belementek? Vagy hallgattok inkább az eszetekre? Esetleg másra :))) ?

Ha együtt dolgoztok az illetővel?

Ha ismeritek a párját is?

Ha nagy barátságból lett kapcsolat?

Lehet-e visszacsínálni az egészet?

Újra barátság?

Lehet-e folytatás nélkül folytatni?

Lehet-e titokban tartani, vagy mindenképpen ki kell derülnie egyszer mindennek?

Azt hiszem, sikerült feltennem néhány esszékérdést. Várom hozzászólásaitokat!

Az első hozzászóló TIBI, 40-es évei végén lévő férfi, szülei elváltak. Nem nősült meg, gyereke sincs. Vagány, sportos férfi, alkoholista:

Az én kialakult véleményem: nőt férfitől el szabad csábítani, és fordítva is, külső körülményektől függetlenül (mert ez maga az élet), de anyát/apát a gyermekétől már nem nagyon. Kivételek lehetnek.

A második válasz SENACÁTól érkezik. 50-es férfi, nem mesélt magáról, azt hiszem Ausztriából írt:

“Belementek?”

Mit lehet ilyen kérdésre felelni? Legföljebb Goethével; “Szürke minden élet, barátom/ Ám az élet aranyfája zöld.” Gyakran nem, néha igen. A körülményektől függ; de nem annyira az illető házasság-singlénél, mint hogy magam miként állok kapcsolat dolgában.

“Ha együtt dolgoztok az illetővel?”

Ízlés dolga. Ami engem illet, lehetőleg nem. De mit lehet tudni... “Szürke minden elmélet...”

“Ha ismeritek a párját is?”

Elvben semmiképp. De ismétlem; “Szürke minden elmélet...”

“Ha nagy barátságból lett kapcsolat?”

Előfordul. Szerintem nem rossz predispozíció; viszont ha régi, tartós barátságból alakul ki szerelmi kapcsolat, akkor a status quonak könnyen annyi...

“Lehet-e visszacsinálni az egészet?”

Nem. Soha semmit. De miért kéne visszacsinálni?

“Újra barátság?”

Lehet. Sőt...

“Lehet-e folytatás nélkül folytatni?”

Mit?

“Lehet-e titokban tartani,”

Hosszú időn át talán nehezen vagy sehogy (de leginkább és főként nem is kell).

“vagy mindenképpen ki kell derülnie egyszer mindennek?”

Nincs olyan törvényszerűség, hogy “mindenkepp ki kell derülnie egyszer mindennek” – sok minden soha nem derül ki. De ha a kapcsolat lényeges és időt álló, akkor gyakran nem az lesz a kérdés, kiderül-e, vagy titokban marad a párja/párod előtt, hanem az, hogy ti magatok mit kezdetek az egészszel. Ha meg, és ez a gyakoribb, hamar kifulladás, akkor annyi volt... megérte vagy nem, neked kell eldönteni; néha igen, néha nem.

János, akivel együtt csináltuk sokáig a Psychét, később az utunk kettévált, de most még nagy egyetértésben vagyunk. Ő elvált, 3 gyerekes 50 felé közeledő férfi, gyerekeivel él. János válasza:

Franciska!

Szerintem nem lehet kihagyni a dologból az "illetőt". talán némi beleszó-lása neki is van a dolgokba. hogy ő kit (kiket) hagy ott miattad az az ő dolga, nem a tied. ezért nem neked kell a felelősséget vállalnod. termé-szetesen a közös (lehetséges) jövő előzetes megbeszélése és tisztázása a legszerencsésebb. de hat a dolgok ugye menet közben sokat változhat-nak, erre számítani kell.

Senki, 30-as évei elején járó menedzser, elég erős depresszióra való haj-lammal. Senki válasza:

két megjegyzés:

1. ez is piac es mindenkinél van jobb. valami régi sláger erről daloltatta el egy hölgygel, hogy "félteni kell! néha a biztosat is védeni kell."
 2. ha valaki akar valakit, csak a célszemélyre legyen tekintettel. a képmu-tató társadalom csak árthat a természetes gondolkodású embernek.
- hajrááááááááááááá!

Franciska:

Szépen gyűltek a vélemények, tapasztalatok, nagyon tanulságosak...
Idén nyáron valaki elmesélte nekem, mivégre is vagyunk a Földön...
Állítólag minden embernek van az életében kb. 4-5 olyan pont, amin át kell esnie, amit „meg kell tanulnia”, hogy továbbléphessen. Az élet célja, hogy ezen pontokat átéljük.

Ha az ember nem tanul a leckéből, amit rá akkorra épp kiszabtak, addig kap újabb nagy adagokat belőle, míg levonja a helyes következtetést...
Nekem azt sikerült megtanulnom az elmúlt fél évben, hogy a dolgok nemcsak fehérek és feketék lehetnek, hanem közte rengeteg szürke ár-nyalat is található...

És bár nem fekete vagy fehér, némelyik különösen gyönyörű árnyalatú, mely elkápráztatja, elvarázsolja az embert...

A varázsba bele kell feledkezni, már tudom. Nem szabad elfutni előle, hagyni kell hogy beragyogjon, átjárjon, erővel töltsön fel, hogy a legkö-zelebbi feketét jobban viseljük...

Nos, én ezt tanultam a most nyáron elért élet-ponttól...

Kis kedvcsináló:

Egy francia hetilap férfiak részére pályázatot hirdetett „Egy reggelem le-írása” címmel.

Az első díjat a következő műnek ítelték: „Felkelek, reggelizem, öltözködöm és indulok haza!”

Zsóka, 40-es évei második felében lévő nő, elvált, 2 felnőtt gyermeke van, keresi az igazit. Zsóka hozzászólása:

A mosoly-jeleket akkor is kitennéd a végére, ha a Te férjed indulna haza?

Franciska válasza:

A mosolyokat nem azért raktam, mert ez egy mosolyogni való téma, hanem mert igyekszem mindig mosolyogni..., akkor is, ha fáj...

Nem voltam még férjnél, így nem tudhatom, milyen érzés az, ha az én férjem ér haza későn... Szörnyű lehet... Sajnos, egyre inkább úgy tapasztalom, elkerülhetetlen lesz ezt nekem is átélni...

És senkin sem mosolygok, akinek ezt bármilyen szerepben is át kellett már, vagy át kell éppen most élnie...

Ha önző, gonosz, számító lennék, ami szerettem volna még pár nappal ezelőtt..., akkor nem érdekelné, mi történik egy kapcsolatban, amihez esetleg közöm volt/van. De érdekel...

Az 'illető' ezt nem tudta elfogadni..., hogy engem végig jobban érdekelt, hogy a családi békéjük, s ha volt, boldogságuk ne menjen rá, bármi is történt közöttünk... A hozzá fűződő barátságom, és hitem abban, hogy egy pár életébe nem szabad belelépni, végig gyötört, és a kapcsolatnak elég hamar vége is szakadt...

Mosolyogni ezen? Nem tudod, mennyit sírtam már emiatt...

Köszönöm, hogy meghallgattál...

Zsóka válasza:

Kedves Franciska!

Remélem, azt nem kell bizonygatnom, hogy nem akartalak bántani. A mosolyok a végén valóban gondolkodóba ejtettek. De most, hogy elmagyaráztad, értem. Én is állandóan mosolygok, pedig az elmúlt öt évben nem sok okom volt rá. Vallom, hogy nincs jogom átvinni a környezetemre a rossz kedvemet, a problémáimat, a bánatomat.

Az általad felvetett témába azért nem bocsátkozom bele, mert erről csak sok-sok oldalon keresztül tudnám elmondani a véleményem. Talán majd egyszer lesz rá mód és idő, hogy beszélgessünk.

Nem tudom mennyit sírtál? Talán tudom.

48 éves vagyok. Sok minden előfordult már az életemben.

Volt olyan, hogy a férjem életébe toppant be valaki. Na, természetesen a férjem sem volt ártatlan báránka. Biztosan tett valamit azért ő is, hogy megtörténhessen.

Volt nekem is nő, családos barátom. Életem egyik legszebb három éve volt, az összes nehézségekkel, lelkiismeret furdalással együtt. Nem voltam hajlandó "szétrobbantani" a két család életét. Néhány év múlva ő mégis elvált, és együtt él egy másik nővel. Na? Igazam volt? Ki tudja? Később én is elváltam. Újabb hatalmas szerelem. Szerelmem tárgya, négy gyermek édesapja. Ismét kitáncolás a kapcsolatból. Pokoli kínok, szenvedés. Helyesen cselekedtem? Ki tudja?

Itt tényleg befejezem.

Nos, azt hiszem, körülbelül látszik ebből a pár bejegyzésből, hogyan is működik a fórum. Valaki felvet egy problémát amire a többiek – természetesen akiket érint – reagálnak, így akié a probléma, több szempontot is megismer, objektívebben látja a helyzetet.

Franciska, aki a topicot nyitotta, hamarosan túljutott ezen a kapcsolaton és külföldre ment dolgozni. Tibi még mindig egyedül él. Senki megismerkedett a Psyche chaten egy lánnyal, azóta együtt élnek. Zsóka is megtalálta a párját és boldogan élnek.

Ez, mint a legtöbb népszerű téma a fórumban, több ízben is előjött, mert sokakat érintett. A válaszokból kitűnik, hogy ki melyik oldalról és hogyan élte meg ezt a problémát.

Nézzünk most egy másik témát, ami a legtöbbször közelről érintett.

Ezt a témát jómagam nyitottam, mert kíváncsi voltam a tagok véleményére.

2. TÉMA: ÉLETREVALÓ-E A NETSZERELEM?

Fehér Agyar:

A netszerelmet, ha úgy értelmezzük, hogy olyan szerelem, amely két olyan ember között szövődik, akik meg sosem látták egymást, akkor egyáltalán nem életrevaló.

Emberek, akiknek az érzelmi kultúrája még nem alakult ki, nem tudják mibe ugranak bele.

Egyszerűen nem netszerelemről van szó, hanem levelezésről, amely nem is biztos, hogy kiszemelt nemű partnerrel zajlik, ráadásul hamis reményeket ébreszt. Egy gesztus, egy fejrázás ezerszer többet mesél, mint 100 levél.

Nick:

Szóval a véleményem a témához, hogy van benne valami. Az élet nagyon sok furcsaságot hoz. Tudtommal már megszületett az első NET gyermek is. Vagyis a neten a levelezés tovább fejlődött egy komoly kapcsolattá. Vannak olyan emberek, akik nehezen oldódnak, nehezen tudnak kapcsolatot teremteni, így viszont kinyílnak ismeretlenül is bátrabban őszintén tudják adni önmagukat.

Persze sok csalódás is érheti az embert, mivel sok simlis is megjelenik. Ettől függetlenül van benne fantázia.

Dávid:

Netszerelem van, csak pont úgy, mint az életben, idő kell hozzá, hogy kiderüljön, tényleg szerelem-e? Persze az egész akkor ér valamit, ha a kapcsolat a "valóságban" is folytatódik.

Nem tudom, hallottatok-e arról, hogy a háború idején lányok frontkatonákkal leveleztek és ebből sok jó házasság is lett.

Éretlen:

Nem hinném, hogy ez így általánosítható lenne.

Természetesen óriási veszélyeket rejt magában, hiszen hajlamosak vagyunk idealizálni a másikat (és most nem csak, sőt: főleg nem a külsőről beszélek).

A Netnek van egy olyan sajátos misztikuma, ami egyébként is hihetetlené, varázslatossá teszi éjeleinket. Ezt a misztikumot mindannyian pontosan ismerjük. Feldolgozhatatlan a tudat, hogy valahol egészen máshol egy másik lény TÉNYLEG elolvassa gondolatainkat, s mikor meg-

látjuk a választ, lényünknek egy kis része még akkor sem fogja föl, hogy mindez valóság.

A Netet sokan bírálják a személytelen jelzővel, mégis azt mondanám, igaz, igaz, ennek ellenére a legszemélyesebb, ami valaha létezett. Miért merem ezt állítani? A Net az olyan, mint egy utópisztikus világ, egy idealizált világ, ahol mintha csak a "lelkek" kommunikálnának. Ez az egyetlen hely, ahol mindenkinek megadatott a tabula rasa, mindenki pontosan ugyanonnan indul, még a név, amit születésekor kapott, az is választható. Igen, itt egyetlen adott dolog sem érvényes. Nem érvényes a külsőnk, a talán zavaró gesztusaink, az életkorunk, a pattanás, ami reggel kinőtt az állunkon. Itt – természetesen elméletileg – mindenki azt kapja, amit érdemel. Még a mondatok, amiket írunk, még azok is inkább gondolatok. Hiszen a gondolataink is éppen olyan félmondatok, szóösszetételek, amik itt csodálatos, agyament harmoniává állnak össze, amikor a másik gondolataival egyesülnek.

Ez tehát egy ideális világ lenne? Talán, ha kiküszöbölhető lenne az "igazi". De ugye ez megoldhatatlan.

Nem tudom bírálni azokat, akik "netszerelembe" esnek, hiszen valami olyan abszurd, emberfölötti összhang tud létrejönni itt, ami – szomorúan valljuk be – egyébként soha.

Én – saját kis értékrendem szerint – kizárólag akkor nevezem szerelemnek ezt a vonzalmat, amikor átmegy a való életbe. Addig sajnos inkább az érzést szeretjük.

Mindazonáltal – sajnos vagy éppen szerencsére – úgy tapasztaltam, a legtöbb netszerelem mikor életbe átmegy, gyökeresen megváltozik (de egyáltalán nem feltétlenül múlik el). Általánosítani annyira tudom, hogy az összes kapcsolatnál úgy vettem észre, a felek egészen másképp viselkednek Interneten és egészen másképpen a való világban. És ez a különbség – nekem úgy tűnik – soha nem múlik el, bármennyi időt is töltenek együtt.

Ettől az egész kap valami titokzatos, borzongató pluszt, ugyanakkor szomorú, kesernyés mellékízt (talán csak a Net miatt... talán csak a Net miatt történt az egész?).

Ó, azt hiszem most a sok szóval semmit esete forog kockán, abba is hagyom.

Zsuzsa:

Kedves Éretlen

Egy csöppet el vagyok ájulva, hogy zsenge korod ellenére ennyi bölcsesség szorult beléd, ezen felbuzdulva elmondanám a véleményemet eme témáról én is.

SZVSZ⁷ a net az életben olyan mint a zene/ének a daljátékokban. Nem tudom megfigyeltétek-e már, hogy amikor két ellenkező nemű ember tétova lépéseket kezd tenni egymás felé, éppen hogy csak szimpatizálnak, de mikor váratlanul dalra fakadnak akkor az bizony szerelmi vallomásnak is beillik.

Attól lehet mert a zene elvarázsol, amikor megszólal akkor hirtelen felül-emelkedünk a valóságon, szinte egy másik világba kerülünk, ám anélkül, hogy elfeledkeznénk a realitásról, hiszen abban a pillanatban amikor a zene elhallgat, a párocscsa riadtan szétrebben és a történet ugyanott folytatódik ahol a dalra fakadás előtt tartott, mivelhogy abban a dalban a vágyaik az énekelték meg és nem a helyzetet. DE, gyakorta előfordul, hogy ez a zene csak elébe megy a történéseknek, mondhatni jósló jelleggel, ilyenkor a sztori előbb vagy utóbb utoléri és beáll a szinkron. Nos, én ugyanezt tapasztalom a netkapcsolatokkal, amin nem csupán a szerelmi kapcsolatokat értem. Ha két ember megérzi egymás kisugárzását akár az éteren át akkor elég hamar kialakulhat egy szép és intenzív kapcsolat a neten is közöttük, ÁMDE amíg ezt nem erősítik meg IRL addig bizony látsz az egész, a nagy kérdés pedig, az, hogy sikerül-e ez a megerősítés. És ez ugyanúgy vonatkozik a szerelemvallásra, a szakításra, etc., aminek SZVSZ igenis van a neten relevanciája, főképpen ha a kapcsolat objektív körülmények miatt nem tehető élővé, mégis ha egy mód van rá, meg kell erősíteni IRL DE arra nagyon vigyázzatok gyerekek, hogyha lehoztátok kapcsolatokat a valóságba, NE VESZÍTÉTEK EL A NETEST sem, hisz gondoljátok el, mennyire unalmas és száraz lenne az élet zene nélkül.

János:

A netszerelem a netre való. Csak ott tud megélni, az a lételeme.

Ha ez életben folytatódik, akkor már nem netszerelem, hanem igazi, élő szerelem lesz belőle.

7. SZVSZ = szerény véleményem szerint. Netes rövidítés.

Summa summarum, a válaszem: a netszerelem nem életrevaló.

Az életre az igazi, elő, hús-vér szerelem való, de ezt megalapozhatja egy netszerelem is akár. Vagy bármi más.

Tibi:

A net-szerelemről (ha annak veszem):

1. váratlanul csap le a digitális közegből
2. először nem veszi az ember gyereke komolyan
3. elenyészlik hamar, ahogy jött
4. utólag tipródik a delikvens: mi a fene történt már megint velem?
5. azt hiszi, jóvátehető: ez igaz, de csak mással
6. SOHA SEM SZABAD AZ ELSŐ INTIM TALÁLKOZÁSKOR SZERETKEZNI.

Máskor ugyanő ímígyen ír:

A netszerelem életképesebb, mint a valóságos. Persze azzal a feltétellel, hogy megvalósul a valóságban (is).

Miért: ha valaki a valódi világban jön össze a párjával, és azután összevesznek, akkor lehet hogy soha többé nem találkoznak. A neten ez más-hogy van. Itt újra találkoznak. Ezt a körülményt mind a ketten tudják előre. Emiatt a kapcsolatuk sokkal kevésbé fog fatálisan (sorsszerűen) alakulni. És ez így van jól. Ezért őszintébbek lehetnek egymáshoz, főleg a kényes időszakokban. Saját magukat nyújthatják, ami felbecsülhetetlen érték.

Üzletasszony:

Érdekes a kérdés felvetése!

A NET-en levelezünk, esetenként elbeszélgetünk, gondolatokat cserélünk.

Hogy kivel? Nem tudhatjuk! Vajon őszinték vagyunk-e, és őszinte, igaz válaszokat kapunk-e?

Két ember lelki azonosulása, vonzódása természetesen megtörténhet így is, de ez a szerelem?

Talán definiálni kéne, mi is az a szerelem, netszerelem. IGEN. Valóban jó lenne bízni a másokban, de nem lehet tudni, hogy mikor élnek vissza az őszinteségeddel, vagyis azzal a bizalommal, amivel TE megtiszteltél valakit. Én is szeretnék hinni és bízni, de egyre inkább rájövök, hogy csak önmagamnak hihetek és önmagamban bízhatom!

Kegyetlen dolog mindez! Egyre inkább magányosabb leszek!

Anonim:

Egy kapcsolatnak – bármilyen minőségű is legyen az – csak úgy van esélye nemcsak az Interneten, hanem bárhol is a való életben, ha a résztvevő felek önmagukat adják, nem félnek az őszinteségtől, a kitárulkozástól, önmaguk hiteles megmutatásától. Mindehhez természetesen belső biztonság és meglehetősen alapos önismeret kell. Jó, ha tudjuk, az életben működik egy univerzális alapelv, miszerint “ki mint vet, úgy arat”. Ezt szem előtt tartva is érdemes becsületesnek, tisztességesnek lenni. Az Internet az információszerzésen túl az emberi kapcsolatok kincsés bányája, s az egyes emberen múlik, hogy képes-e élni ezzel az óriási lehetőséggel.

Sári:

Szia!

Engem már ismertek, pont én voltam, aki ezzel a “problémával” fordultam hozzátok és ti segítettetek:)) ezért így utólag is ezer köszönet! nekem pont egy ilyen szerelem miatt van mind a mai napig még vitám a szüleimmel, sajnos..

Nekem bejött és imádom a szerelmem.. sajnos keveset tudunk együtt lenni, de néha legalább a chaten tudunk találkozni.

érdekes és különleges dolog az ilyen szerelem, de azért van sok probléma is vele..erről majd később szeretnék beszélni... ha érdekel valkit egyáltalán... hozzám lehet ilyen ügyben fordulni...

ÉN NEM BÁNTAM MEG A DOLGOT. ÉN KITARTOTTAM A SZERELMEM MELLETT, IGAZ JÓIDEIG ÚGY HOGY NEM IS LÁTTAM DE ÉREZTEM HOGY NEM FOGOM MEGBÁNNI, ÉS EDDIG, SZERENCSÉRE ÉS NEM IS AKAROM MEGBÁNNI...

és a netszerelemben tényleg az fog előtérbe kerülni, amit sokan csak mondanak... az érzelmek, a belső számít nagyon sokat, hisz legelőször az alapján tudod eldönteni, mennyire szimpatikus az illető...

most egyelőre ennyi... mennem kell, de még szólok hozzá később...

:))

IMÁDOM A BARÁTOM, AKIT A NETEN ISMERTEM MEG, TALÁLÓZTUNK ÉS MÉG JOBBAN IMÁDOM, MINT AZELŐTT!;)

Sári:

épp tegnap bizonyosodott be a dolog, hogy ez egy nagyon is életre való kapcsolat... csak ott van az a nagy távolság :(de ha jön, minden percét

kiélvezzük!!! :) az biztos!

ha őszinték vagyunk egymáshoz, akkor tud működni a dolog, egyébként a kapcsolat meghal, hisz nem láthatod mindig a másikat, az arcát, az arc-kifejezését a dologról... és nem tudsz olyankor róla szinte semmit sem, mi zajlik ott körülötte és a lelkében

ezért a legfontosabb az ŐSZINTEÉG! az ilyen szerelemben még nagyobb hangsúlya van, mint a "rendes szerelemnél"... de előbb-utóbb` miután már előben találkoznak a felek... átalakul olyan szerelemmé, de mégis különbözni fog tőle` van egy kapocs, a számítógép` melynek segítségével tarthatják a kapcsolatot`

ez a szerelem mégis érdekesebb, valamivel több van benne, mint a más-fajta megismerkedésben` valamivel több`és pont ez a szép benne` a szerelem , a szeretet egy értékes gyémántja... melyet tudni kell megbecsülni`

istenem` mióta szerelmes vagyok, egyre több filozofikus gondolatom van` :)

a szerelem amúgyis egy összetett dolog... de ugyanúgy, mint a barátságot, nemcsak, hogy megbecsülni kell és ápolni, hanem ügyelni kell arra, hogy ne csak mi magunk leljük benne örömünk, hanem a társunk, a párunk is` hogy boldog legyen, hogy örüljön, és büszke is legyen valahol, hogy mégis neki milyen fantasztikus társa van` éreztetni kell, hogy szeretjük és ügyelnünk arra is, hogy ne unjon meg bennünket` de ez is már más téma`

a lényeg, hogy erre a kincsre nagyon kell ügyelnünk, mert nem sokszor adódik meg az életben, és legtöbbször van, hogy az igaz szerelem, függetlenül attól, hogy hol jött létre, csak egyszer jön el az életben` persze hinnünk kell benne` mert ha nem hisz benne az ember, akkor az már nem is szerelem` az már valami más` hát nem?!

Sári:

Nos` hát van valami` tudjátok írtam hozzászólást` nem-nem vonok vissza` kitartok mellette` csak annyit akarok mondani, hogy amikor ezt írtam, szóval az akkori barátommal kapcsolatosan írtam`a netszerelem életre való dolog` de a nagy távolság sok gondot és fájdalmat okozhat esetleg` nálunk ez lett a baj` sajnos` és pont ma szakítottam vele` de ugyanakkor, ő hozta az újabb szerelmet is, mert mikor fájdalmat okozott, megismertem (szintén a neten) egy másik srácot, aki vigasztalt` az a hely-

zet, hogy viszont én még mindig szeretem őt, és eddig is hiányzott a távolság miatt, hát ezután is fog` viszont ez a másik srác, aki először csak barát volt. szóval ő már rég többet jelent nekem egy szimpla barátnál` és most már annyira, hogy rájöttem szerelmes vagyok belé, és hogy minden nap egyre jobban szeretem` és vele remélem már jobban fogunk ügyelni a kapcsolat ápolására` és vele még talán jobban is érzem magam, mint ezzel a másikkal éreztem` őt majd szép lassan elfelejtem` viszont ezt a másik srácot egyre jobban szeretem` és vele legalább érzem, hogy szeretjük egymást` és remélem nagyon sokáig így marad még` kíváncok mindenkinnek ilyen sok jót, mint amit én is kaptam az élettől, mikor megismertem ezt a nagyszerű srácot! :))))))

1 ember:

És mi a netszerelem és mit jelent a net.

Szerintem csak a kommunikáció legújabb formája, semmi misztikus semmi valótlán realitás a 21. században
én a Bulineten találtam meg az igazit :))))

és most nem a pentiumommal élek együtt, hanem egy gyönyörű lánnyal akit nem ismertem volna: meg lehet soha ha nem lépek fel a hálóra. Sőt titeket sem ismernék. De Ti azért léteztek nem????? :))))

Névtelen:

Ültél már órákat farkasszemet nézve a sötétből előbukkanó betűkkel` vártad-e izgatottan, valaki gondolt-e rád ma` vagy` hosszú hallgatással, rövid jaj sikollyal adtad-e a másik tudomására` mi bánt` minek örülsz` átérezted-e valaha, hogy körülötted megfogható a csönd` keltél-e korán, vagy le sem feküdtél` gyalogoltál esőben, hóban` csak` hogy computer közelben légy` és ne mulasz el egyetlen szavát sem annak a másiknak`?` akkor ne szólj semmit` mert, akkor` átérzed` átérzed, hogy milyen sokan vagyunk, akik arra várunk, hogy megszólaljon valaki` értünk` csak nekünk` csak mi legyünk a FONTOSAK annak a másiknak` órákat várva egy-egy találkozóra` mondhatod` eszméik rabjai` valahol félresiklott valami bennük` igen` ez az egyszerűbb` így elintézni` de` akkor miért van, hogy a személytelenség mögött is lázasan kutatjuk a személyt` mi` akik nem tudjuk szavakba foglalni nagy érzéseinket a nagyvilágnak, és csak félresikerült vallomást hallhatnak ajkunkról` hogyan válunk hát legtitkosabb vágyainkat is feltáró sebezhető istenekké a személytelenségben` hogyan merjük vállalni azt, hogy szeretünk` ho-

gyan válunk tudatos cselekvőkké` hogyan éljük át legbelsőbb álmaink`? Ne mondd, hogy a személytelenség teszi` azt mondanám, a biztonság, a bizonyosság` hogy nem nevetnek szemközt minket sutára sikeredett mondatainkért` félrecsúszott nyakkendőnkért` a bizonyosság, hogy hallgatnak ránk` ne mondd, hogy a romantika halott` ne mondd` hogy nem lehet szerelmesnek lenni egy képzeletbelibe` hisz mindig is ideált gondolunk el magunknak` a vizuális társsal is` ne mondd`, hogy azokkal a kis és félresikerült mosolyokkal nem mondasz el semmit` hallgatásod önmagáért szól ott` ne mondd` hogy nincs szükségünk álmaink kiélésére` ne mondd` hogy nem vagyunk sokan` többen, mint gondolod` száműzött romantikusok` akik megbúvunk a "háló" egyik sarkában alázattal várva arra a hiányzó szóra` ne mondd` mert már nem hiszem el Neked` már megjártam az utat` és csendes megadással` örömmel` sírással nyugtázom a felém áramló ismeretlen szeretetét` úgy` de úgy fáj a ki nem mondható` és mi mégis szavak nélkül is értjük egymást` ez` ez` nem a Te világod`

Franciska:

Kedves Névtelen

Az utolsó szavaid fogtak meg`

Én sem hittem el 5 hónappal ezelőtt, amikor nekem, kis zöldfülű netesnek valaki azt mondta, egy idő után érezni fogom a Másikat a képernyőn keresztül is`

Nem hittem el, pedig tényleg így van.

És ezt, meg az ezernyi apróságot, amit itt a neten élsz át, nem tudod megmagyarázni annak, aki nem járt még itt... Ne is próbáld, nem fogja megérteni. Csak Te tudod, mit élsz át, amikor nap mint nap idejössz`

És azok, akik szintén átélik`

Névtelen:

A nyár... messze sodort... el a hálótól, messzire... vissza a valós világba, vágytál oda úgyis... akartad fájó sebeidre gyógyírt találgatni... akartad, hogy felejtssd első netszerelmed... akartad, hogy a valóság újra hatalmába kerítsen... s ne a bitekkel vívj tehetetlen szélmalomharcot... álomvilágod megcsalt... kiábrándultan menekültél vissza a valósághoz, honnan egyszer úgy, de úgy ki voltál rekesztve... a háló, amelyben úgy hittél... mitől oly sokat reméltél... hűtlenné lett... és csak egyre vágytál, el onnan, nem

akartál több bujkálást... nem akartad percenként, szinte öntudatlanul ellenőrizni a neked szóló kis üzeneteket... nem tudtad hinni, még akkor sem, mikor azt az utolsó elbocsájtó levelet megírtad, és beismerted benne... igen, te is csaló voltál... de akkor rég azt hitted, elveszítetted őt... fájdalmas önigazolást kerestél arra, amit el sem követtél... átkozódva fogadkoztál, hogy nem látsz egy ideig... és nem fog hajnal a képernyő előtt találni soha többé... aztán, apró kis kifogásokat találva visszaosontál, akkor még nem is sejtetted, hogy szenvedély ez... a magányosságod szenvedélye... hogy újból önigazolást kapj létezésedre, titkon remélve... hogy a következő az csakis rád vár... próbálva gyógyítgatni az első ütötte sebet... de Te is tudod, ott mélyen... az első... feledhetetlen... bármit tegyen... kicsit felnőttél... kicsit gyanakvóbb lettél... szíved nem oly nyitott már az új csodára... talán nem is vesz erőt a kényszer oly sokat... az a fajta, ami odaszögez, odaköt ahhoz a beporosodott kis sarkodhoz... ott, a háló szögletében... szíved meg izgatottan dobban egy megszokott kedves név láttán, de tudod már, oda a régi varázs, más lettél... felnőttél kicsit, a nyár nemcsak gyümölcsöt érlelt... nem várod már bizakodva az ősz... a levélhullás neked is szól... bizlmaid lombos fája megritkult... nem... nem vesztetted el teljesen a hitedet... hisz ott kint van valaki, csak neked, aki új reményt plántál beléd... akiért átvirrasztod újra az éjszakákat... aki csendes megadással hallgatja szavaidat... gyógyírt csöpögtetve még fel-fel szakadó sebidre... visszazökkent a jelenbe... elkalandozó gondolataidat új mederbe zökkenti... aki új értelmezést ad létednek, átírja fontossági sorrendedet... kimozdít a közömbösség nyugvópontjából... igen... reméled, és ezért mész újra és újra vissza... csenedesebbé is váltál... nem, nem őrjöngsz már, ha ellenkezésbe ütközöl a másikkal... próbálsz felfogni, mi történt veled... olyan furcsa lett minden körülötted... az is új, hogy türelmesebb, megértőbb lettél... aztán azt veszed észre, olyan jó, hogy örülsz neked... hogy azért mégsem csak úgy, nyomtalanul múlt el az a pár hónap... kis közösségbe tartozol, még ha magányosnak mondják is magukat... bűnbánó lélekkel somfordálsz vissza... hát hogyan is lehetett olyan kishitű, hogyan is gondoltad, elfeleded a hálót, és az elereszt... hisz úgy összenőttetek, cinkostársak lettetek... szégyelled, hogy azt hitted... hűtlen lehetsz... pirulva, lábujjhegyen osonsz vissza... restelkedve ülsz le az oly jól ismert, megszokott helyedre... félszeg mosollyal nyugtá-

zod... újból hazataláltál... homlokodról erőlesen hessented el a gondolatot... a háló rabja vagy... fogva tart Téged...

Azt hiszem, ezek az idézetek nem szorulnak különösebb magyarázatra, mert önmagukért beszélnek. Itt is – az előző témához hasonlóan – személyes élményekből, tapasztalatokból táplálkoztak a fórumozók. Meglehetősen lírai vallomásokat olvashattunk a nettel való kapcsolatukról: néhányan úgy viszonyulnak hozzá, mintha valami istenféséség lenne. Mások azért megemlítetik, hogy a net csak média, időnként katalizátor. A kapcsolat lényegében a két emberen múlik akik a gépeknél ülnek és egymással kommunikálnak.

NÉVTELEN, 40-es férfi, Kanadában él a feleségével rossz házasságban. A netre egyrészt az anyanyelven beszélgetni, másrészt ismerkedni jár. Természetesen irreális szerelmi kapcsolat köthető csak akkora messzeségből, nyilván nem is szeretne mást. Ez sikerült neki, a chaten beleszeretett egy lányba, akiről nem lehetett igazán sokat megtudni, és egy idő után el is tűnt a színről. Néha megjelenik ma is és az után a lány után érdeklődik

SÁRI, frissen érettségizett fiatal leány, nem tudja, még, mit is kezdjen magával, éppen a fiúkban és a szerelemben próbálja megtalálni önmagát. Ma kozmetikus, férje van és egy kislánya.

LEMBER, 30-as éveit taposó szakács, azóta kapcsolata megszakadt, most is a neten keresi a következő igazit.

ANONIM, valószínűleg a kulcs (csluk) nicket viselő 70 éves pszichológus egyik álneve. Ő haláláig segítőként működött a Psychében.

Franciskát, Jánost és Tibit már ismerjük az előző fórum topicból.

ZSUZSA én vagyok, akkor 40-es nő, 3 felnőtt és 1 gimnazista gyermekkel.

ÜZLETASSZONY, vidéki tanár válófélben, 2 gyermekkel. Senki nevű chattessel esett szerelembe, felköltözött Pestre, azóta együtt élnek.

DÁVID, 20-as éveit taposó lévő egyetemista fiatalember. Most egy alapítványban tevékenykedik és testvérével lakik együtt.

ÉRETLEN, érettségi előtt álló lány, már akkor is írogatott, azóta már meg is jelent könyve.

NICK, 50-es férfi, az APEH-nél végrehajtó, teljesen eltűnt.

FEHÉR AGYAR, 30-as fiú, újságíró, akkor single volt, azóta nő, van 2 gyermeke

0. ESET: AZ ÁLDROGOS

Ebben az esetben csak a fórumra támaszkodhatok, mivel chatlog nem maradt fent. Zuboly nyitotta a topicot és a címe Hatalom és bukás volt. Zuboly igen érdekes figura volt, 26 éves heroinfüggő srác és drogdíler, hírhedt alvilági figura. Pontosabban ezt akarta elhitetni velünk. Másfél esztendeig vezetett mindenkit az orránál fogva. A megtérni vágyó rosszfiút igen hitelesen alakította. Néha még saját öccsét is eljátszotta, de ezt már nem tette annyira ügyesen. Sorban elcsavarta a lányok fejét a chaten. Néha egyik-másikkal hatalmas netszerелеmbе esett. De valahogy egyszer csak lebukott, és kiderült, hogy sem nem drogos, sem pedig nem fiú. Lebukása után bejárt a chatre saját nevén, a hazudozást abbahagyta, de így már senkit nem érdekelt. Később csakugyan drogos lett, majd elvonó, rehabilitáció és csoport. Jelenleg tiszta, vidéken lakik, dolgozik, egyedül él.

Zuboly:

a nap sugarai beragyogják a tájat, gyönyörű hely, béke és szeretet honol, a hangok a fények a színek különös összjátéka ez. a tér és idő megszűnik létezni, kilépek a testemből, a hatalmam egyre erősödik. e menybéli színek látványa szeretettel tölti el szívem. lelkem felszabadult. a testem felett lebegek egyre közelednek a felhők, megérintem őket. puha meleg tapintásúak...

a színek hatalmas kavalkádja cikázik át rajtuk... a nap sugarai áthatolnának a sűrű habrétegen. a fény átölel, még magasabbra emelkedem. beengedem a külvilág hangjait, figyelem a zenét. követem az útját, a hangok külön életre kelnek, angyali hangzás, egész lassú, finom dallam. még mindig a fény szárnyán utazom, látom az angyalokat a csillogást, sugárzik belőlük a szeretet, a fény letesz e határtalan boldog lények közé, eggyé válok velük.

Szeretet és Béke honol. Bármit megtennék hogy ez az állapot örökké tartson.

Az ég alja elborul, a nap sugarai jéggé fagynak, a fény fagyos leheletétől megfagy a szívem. az angyalok kivetnek maguk közül, lehull róluk a lepel, elkárhozott lelkek sikolya hallatszik., a rettegés mélyen betelepszik a lel-

kembe., zuhanok., körülöttem fáklyaként égő lelkek... vad lángok csapnak körém, a káosz ura fölém emelkedik, kéjes mosollyal tört dőf a szívembe, a fájdalom elhatalmasodik, bűneim lángjában égek, összecsapnak a fejem felett a lángok., üvöltöni szeretnék de nem jön ki hang a torkomon, mozdulni szeretnék. de nincs hatalmam a testem felett, belezuhanok a kín tengerében, gyilkos hullámok csapódnak hozzám...

testem csontig fagy a jeges vízben... egy hatalmas zuhatag alá sodródom...

az emlékek zuhataga... egyszerre ömlik rám az összes rémálom... a fájdalom a kín a rettegés társammá szegődnek. Oh ISTEN miért hagyod hogy szenvedjek?...

vétkeztem tudom. de megbűnhődtem már, kérlek...könyörgöm.

ISTEN...

szeretnék végre megnyugodni. Olyan nagy kérés ez TE ISTEN????

A gyönyör szétárad a testembe újból szállok, gyönyörű lebegés, hatalmas vagyok. körülöttem ezernyi csillag, emberfeletti univerzum, velem szemben a Hold, Isten ajándékaként ragyog fel. beleborzongok a gyönyörbe, menyeeien csodálatos. hatalmas meleg sugaraival körülfonja a testem, teljesen átadom magam a márnak, örökké akarom ezt érezni, remélem sosem enged el, bárcsak ÖRÖKKÉ így ölelne.

Az agyam a fájdalomtól lüktet, sötét van, mély, velőtrázó dübörgés hallatszik. a Szenvedés Hercege vágat felém. fekete lovai tüzet okádnak, kigyullad a lelkem. a rettegés hatalmas lángjai nem eresztenek, menekülnék, de nem mozdulhatok, a Rémálmok Királyának rabja vagyok, pokoli gyötrődés, a kín egyre elviselhetetlenebb, megalázottan könyörgöm neki de csak kajánul kacag bűnös lelkemen, ezer sebből vérzek, hatalma minden csepp véremmel erősödik. kiszívja belőlem az életet, de életben tart hogy kínozhasson.

Könyörgöm... mikor lesz ennek már vége?

Millió égő lélek fájdalma tombol bennem. elgyötört lelkem végső nyugalomát keresi. Üvöltök, könnyeim patakokban folynak, lelkemben hatalmas vihar tombol, nincs védelem, nincs menekülés, erős láncok tartanak fogva, bűneim bilincseiben vergődöm, gonosz hatalmak sárba tapossák testemet, könyörtelen szenvedés, pusztulás vesz körül, testem minden része kízó fájdalomba lüktet, csak egy gondolat izzik bennem, mi fájdal-

mamra enyhülést hozna, fehér por, a Halál íze, ami most nekem mégis az Életet jelentené.

Kérlek, könyörülj rajtam Oh ISTEN...

Fehér por. Hatalom. Elönt a forróság, a mámor pillanatai, beleolvadok a fotelba, a szoba falai távolodnak, a tér kiszélesedik, másik dimenzióba kerülök, isteni hely... sosem látott színek, az idő nem létezik többé. halhatatlan vagyok, gondolatommal mozgatom a tárgyakat, kiemelkedem a fotelból, könnyű vagyok, szinte légies... úrrá lesz rajtam a gyönyör, lebeggek, csodálatos érzés. nem lehet elmondani, nincsenek rá szavak.

Ülök a lépcsőn.... ujjaim kékre fagytak már, sötét van és csend., minden nyugovóra tért, én mégsem nyugodhatok, csak én hallom a zajt, lelkem zaja ez, végigfut rajtam a hideg, beleremegek... sírni szeretnék... de nincsenek már könnyeim... várok... mindig várok... a napok már nem léteznek számomra... nincs nappal... nincs éjjel... percekben számolom az időt... és félek minden perctől... félek a borzalmaktól... az emlékektől... megnyugvás percét várom... ami néha illúzióként pillanatokra rám talál, aztán ahogy jött el is tűnik, maga mögött hagyva egy hatalmas űrt és fájdalmat, iszonyú szenvedést, sóvárgást, hogy örökre megtaláljam a nyugalmat. Ezt az örök percet várom most is. De mikor jön már?

És könyörgöm meddig kell még várnom?

Félelmetes sikoly rázza meg a csendet, a hideg végigfut a testemen, megborzongok, a nagy sötétből hirtelen vadul rám törnek az emlékek... a sötét utcák, sikátorok, kínvallatás, hideg, fagyhalál... robbanások... akasztott ember... a tűz... kínhalál... az éget hús szaga... temető... börtön, pokol, fájdalom, pusztulás, szenvedés, kn, terror, vér, lemoshatatlan vér, áldozatok vére, sikoly, halott lelkek sikolya. a sosem szünő, életfogytig tartó.

Könyörgöm... IRGALOM...

Érdekes, ahogy a drogos élményeiről ír, később beszélgettem vele arról, hogy mire is volt jó az egész. Mondta, hogy nagyon vonzza őt a heroin, és gyakorta elképzelte már magát a hatása alatt. Tulajdonképpen valami-féle prevenció ez nála, úgy érzi, ha el tudja hitetni magával és másokkal, hogy benne van, akkor megúszhatja. Végül nem úszta meg. De ez már egy másik történet.

KÉT ÚJ KEZDET

Két új kezdetről szólok, amely egészen más mint az első volt, de hát tudva lévő, hogy nem lehet kétszer belelépni ugyanabba a folyóba.

Azt mondják a csúcson kell abbahagyni, mert onnan már csak lefelé visz az út. De ez inkább hullámvasúthoz hasonló.

Jó kis csapat összejött eddigre. Mind chaten, mind élőben kialakult egy egymást segítő közösség. Ekkortájt még alig volt közösségi oldal, a pszichológusok éppen csak elkezdtek weblapra szert tenni, és maximum egy email címet tettek fel, amit szinte csak bejelentkezéshez használtak. Több újságban jelent meg velünk interjú, rólunk cikk, szerepeltünk rádióban, televízióban. Egyik Psychés tag hálából írt nekünk egy saját chatet, amin esetenként 10–20 ember beszélgetett egyszerre. Na és persze megjelentek az ellendrukkerek.

Természetesen sok hibát elkövettünk, hiszen nem volt még előttünk semmiféle példa, ez a kezdeményezés Magyarországon teljesen egyedülálló volt, és voltaképpen mindmáig az is maradt. Persze végigjártuk az összes buktatót, és az új média használatának gyermekbetegségeit sem úsztuk meg. Elég furán alakult itt a csoportdinamika. Mert ugye egyszer voltunk mi, az ún. segítők, ekkortájt hárman, János, kulcs és jómagam, és nemigen voltunk összegyakorolva. János és kulcs fülbegyónásos módszerrel dolgoztak, kevés emberrel foglalkoztak, de velük behatóan, míg én elejétől észrevettem, hogy a chaten éppen a közösség az, ami jól működik. Az ám, csakhogy a két módszer időnként rosszul hatott egymásra. A privi ugyanis nem csak csillag alakban ment, ergo nem csak a pszichológusokkal kommunikáltak hanem egymással is. Titkokat osztottak meg, kapcsolatok születtek és mentek szét, a féltékenységi, harag, irigység, kavarás sem volt ritka. És természetesen mindenért a chatet tartották felelősnek és ez gyakorta nem megfelelő módon csapódott le. Volt pár olyan szobalakó, akinek bizonyos dolgok nem tetszettek, de ami mindenkinek tetszett, az maga a dolog létezése, sőt, némelyek annyira magukénak érezték, hogy amikor jött a chatszakadás, úgy gondolták, hogy nekünk kéne elmenni az ő territóriumukból.

Hát így történt. Mi, akik 2 éve minden időnkét és energiánkat a Psychebe feccöltük, nemkívánatos egyének lettünk a saját chatünkön, Jánost még IP⁸-re is kitiltotta a webmester, aki állítólag nekünk írta hálából a chatet és csinálta meg az oldalt. Úgy esett, hogy János nagyon sokat foglalkozott egy anorexiás lánnyal, akinek a barátja – aki éppen a Gyalogló chat (akkoriban nagyon népszerű, kb. napi 3000 látogatót befogadó chat-kombinát) fő-főoperátora volt, és akinek a barátnője rengeteg jót mesélt rólunk – valahogy megtudta, hogy mi folyik nálunk és áthívott minket a Gyalogló chatre, ahol nyitottunk egy szobát Psyche néven. Akkoriban volt már egy hasonló szoba a Gyalin, ahol 2 végzős pszichológus hallgató fogadta a segítségkérőket pszichogabi és pszichoréka néven, a szobájuk neve pszicho volt. Megkérdeztük tőlük, hogy zavarná-e őket ha nyitnánk egy Psyche szobát, aminek a profilja hasonló lenne az övékéhez. Örömmel fogadták az ötletet, sőt, arra is hajlandók voltak, hogy átjöjjenek a mi szobánkba ők is, de mivel csak hetente egyszer volt idejük a chattal foglalkozni, mi pedig minden nap fent voltunk, így lassan nem fordult hozzájuk senki, mert minket ismertek jobban, imígyen egy idő után el is maradtak a chatről.

Sajnos ebből az időből sem maradt fent chatlog, így nemigen tudom dokumentálni az írottakat.

Azt állítottam, hogy a szakadás előtt voltunk népszerűségünk csúcán, pedig ez az új start olyan volt mint egy robbanás. Esténként volt úgy, hogy a 40 főt is elérte a Psyche szobában a csevegők száma, nem is igen lehetett már kezelni a közöset, főleg privátban ment a segítség. A közösben próbálkoztam a közösségépítéssel, de ilyen mennyiségű embert nem tudtam egymagam kézben tartani. Ennek ellenére kitartottam, ellenben Jánosnak fél esztendő elmúltával teljesen elege lett, és visszament az előző chatre, amit rátettünk a lapra. Sokat veszekedett velem, hogy hagyjam ott a gyaloglót, de én láttam benne fantáziát és végére akartam járni a benne rejlő lehetőségeknek és pláne nem akartam cserben hagyni az ott csetlő-botlókat. Ekkor már rendszeresen szerveztük az élő találkozókat, és mindig nagyon izgalmas pillanatok voltak azok, amikor egy-egy jól ismert nick arcot kapott.

8. Internet Protokoll (az interbe kötött számítógépek egyedi száma).

Az eddigiekből jól látható, hogy egymás problémáinak megbeszélésén és a közösségépítésen kívül volt még egy téma, ami körül a leggyakrabban forogtunk. Jelesül magáról a Psychéről, a működési elvekről és a gyakorlatról, arról, hogy mit lehet tenni és mit nem szabad. Hétről hétre előjöttek a hátulütők, mind a drukkerék úgy az ellendrukkerék szemszögéből is.

Most ezekből a fórum beszélgetésekből idézek párat. Kicsit előrementünk, az alábbiak 2005-ös fórum bejegyzések, de ma is nagyon aktuálisak. Ekkor már 2 chaten voltunk, közös fórummal, János egy parachat nevezetű amerikai freechaten, jómagam pedig maradtam hűségesen a Gyalogló chat Psyche szobájában, ahol lassan a létszám kezdett közelíteni az optimális felé. A viták egyik része arról szólt, hogy melyik chat alkalmas és mire, persze mindenki nagy vehemenciával védte a magét, ezeket a részeket nem rakom ide, csak azokat, amik általában szólnak a Psychéről.

3. TÉMA: BESZÉLGETÉS AZ ONLINE (CHATEN FOLYÓ) SEGÍTSÉSRŐL

Ebben az időben (2005-öt írunk), még mindig főleg a chat és kicsit a fórum jelentette a Psychét, vitáink egy része arról szól, hogy mi a szerepünk az interneten és a szakmában, mi az, amit jól csinálunk, és mi az, amin változtatni kéne.

ÁGNES vidéken élő, gyermekét egyedül nevelő 30-as éveit taposó szociális munkás. Ágnes kérdései:

Mennyit bír egy pszichológus?

Biztos, hogy ha hatan beszélgetnek egy pszichológussal, ők nem beszélgethetnének egymással ?

Vajon árt a chatnek, ha csak priviben folyik a beszélgetés?

Meddig bírja egy lelkesegély chat, ha a közösben nem beszélgetés folyik?

Meddig működhet egy lelkesegély chat szakmai felügyelet és segítség nélkül?

Min érdemes gondolkodni és építő szándékkal vitázni: a külsőn vagy a belső tartalmon?

A lelkesegély chat tényleg arra való, hogy az emberek bejöjjenek és a többi jelenlétön bosszulják meg saját rosszkedvüket, függetlenül attól, hogy ki egészséges és ki beteg?

Aki beteg, attól el kell-e viselni, hogy másokba belerúgjon? (Ismét: legyenek akár betegek akár egészségesek?)

A mindent megengedés és a mindent elnézés a helyes bánásmód a beteg emberekkel kapcsolatban? Az elfogadás valóban ezt jelenti?

Mindenkinek a homlokára van-e írva, hogy ő beteg vagy egészséges, hogy ő éppen jól vagy rosszul érzi-e magát?

Kell-e asszisztálnunk, sőt néha céltáblaként szolgálunk mások hisztijéhez és dührohamaihoz?

Zsu válasza:

“Vajon árt a chatnek, ha csak priviben folyik a beszélgetés?”

Természetesen a segítséget kérő fél dönti el, h priviben vagy közösben szeretné-e elmondani a problémáját, de ha a közösben hosszadalmas hallgatás van és senki nem foglalkozik az új bejövőkkel az igenis árt a csetnek...

“Meddig bírja egy lelkesegély chat, ha a közönsben nem beszélgetés folyik?”

Mi az, ami nem beszélgetés? Sztem a veszekedés is kommunikáció, a baromkodás is, végülis nem a létük a probléma, inkább a túlbujánzásuk lehet az, ez ellen viszont lehet tenni...

“Meddig működhet egy lelkesegély chat szakmai felügyelet és segítség nélkül?”

Addig, amíg lelkes és jóindulatú emberek működtetik, ja és ameddig szét nem verik... Nem az a kérdés, h meddig működhet, hanem az, hogy mindent el kell követni, hogy valamilyen módon megszerezzük a szakmai segítséget...

“Min érdemes gondolkodni és építő szándékkal vitázni: a külsőn vagy a belső tartalom?”

Mi tetszik nekünk egy emberben a külseje vagy a belseje? Nekem spec mindkettő egyformán fontos, nem utolsósorban azért mert hatnak egymásra, és imigyen a külső és belső csak és kizárólag egységként kezelhető... Nos, sztem ez nem csak emberekre vonatkozik...

“A lelkesegély chat tényleg arra való, hogy az emberek bejöjjenek és a többi jelenlévőn bosszulják meg saját rosszkedvüket, függetlenül attól, hogy ki egészséges és ki beteg?”

Ez elég nehéz kérdés.... Sztem ha valaki ki van borulva és bejön levezetni a cseten, ill az ott található embereken, az ha nem is jó, de elfogadható, viszont aki rendszert csinál abból. hogy minduntalan bejár szenyázni, azt szívem szerint ignorálnám, habár kétségkívül a betegségének egyik tünete ez, de nem biztos, hogy azzal használunk neki ha hagyjuk, hogy tomboljon. sőt...

A hazugságokkal kapcsolatban pedig úgy szoktam eljárni, hogy bár tudom, h egy másik én, egy másik élettörténet kitalálása is betegség tünete, de magamat ismerem annyira, hogy képtelen vagyok kommu-

kálni ha érzem, hogy nem őszinte a velem "szembenálló" fél és szégyengyalázat, ilyenkor átadom valaki másnak az illetőt...

A chaten való segítség sajnos meglehetősen korlátozott, pszichiátriai betegeknek maximum toleráns társaságot, meghallgatást lehet nyújtani, akiknek igaziból segíteni tudunk, a kommunikációs zavarokkal küszködők, a szociális fóbiások, akik chaten könnyebben megnyílnak, és lassan-fokozatosan megpróbáljuk az életben is kamatoztatni bimbózó képességeiket, a magányosok akikkel beszélgetünk és jó esetben talál a chaten haverokat, barátokat, esetleg társat is...

Részemről a pszichiátriai betegeknek élőbeni segítséget javasolok, általában pszichiátert, természetesen a chaten továbbra is szívesen látott vendég, sőt kíváncsian várom, hogy elmondja, hogyan halad a terápiájával, persze csak ha kedve van hozzá...

SZVSZ ez az amit chaten tenni lehet, na meg persze szeretni kell őket nagyon....

VALÓSÁG, 30 év körüli alkoholbeteg nő, férjezett, egy gyermek anyja, házassága mostanában romlott el. A későbbiekben még sokat fog szerepelni. Valóság hozzászólása:

Sziasztok!)))

Ne felejtsetek el köszönni egymásnak gyerekek!!

Elmondanám a véleményem ha lehet bár, nem rég óta vagyok köztetek!

Amikor én mint Valóság beléptem a csetre igen morózus voltam sőt nagyon az! S csodálkozva tapasztaltam, hogy nem rúgta ki sőt, toleráltak és befogadtak!

Pedig balhéztam vergődtem stb.

Aztán valamelyest meg nyugodtam, mert tudtam ha bemegyek a csetre akár jó kedvem van akát rossz mindig szeretettel fogadnak.

Persze találtam itt ellenséget is, de hát ez hozzá tartozik az élethez!

Én special arra használok a psychét, amire épp szükségem van! Hisz akárhogy nézzük, ti szolgáltattok mi meg elfogadjuk ezt!

Ha olyanom van, akkor fórumozok, vagy épp dühöngök de soxor előfordul h én beszélgetek másokkal a problémáiról, persze nem úgy, mint egy lógus csak mint egy másik nick tulajdonos!

Ha olyan kedvem van privizek, bár nem jellemző rám, én szeretek közösködni! De csak a cseten persze! Ám néha bizony szükségem van egyedi

beszélgetésre! S el kell mondjam, hála nektek általában van lehetőségem privizni ami nagyon okés dolog!

Annyit azért szeretnék elmondani még, hogy minden tiszteletem és főhajtás Zsunak és a többi segítőnek

Ágnes válasza Valóságnak:

Abban igazad van, hogy akinek éppen nincs baja, aki segítőképés állapotban van, az elfogad, akármilyen kedvedben vagy is. Szeretettel fogad, meghallgat, beszélget Veled. Ám arról azért ne feledkezz el (és ez persze nem csak Neked szól), hogy akik kilépnek, akik nem tudnak per pillanat tolerálni egy ilyen "morcos" hangulatot, talán neki is volna joga a chathez. Nem kioktatni akarok senkit, nem veszekedni, nem kötözködni (mint azt gyakran feltételezik rólam alaptalanul), egyszerűen csak arra kérek Téged és mindenkit akit illet (néha magamat is), hogy gondolkodjunk egy kicsit empatikusabban az önzőség helyett... ha lehet... szerintem lehet.

A másik dolog, ami homlokon csapott, hogy itt szolgáltatás folya... és szolgáltatás elfogadás... Lehet, hogy csak nem egyformán értelmezzük a fogalmakat. Szerintem a szolgáltatás az, amiért a szolgáltató hasznot zsebel be. Amit pusztán segítő szándékkal tesz, emberbaráti szeretetből, elhivatottságból vagy mert ezzel magának is segít, az nem egy ELVÁRHATÓ dolog. Azt köszönettel el lehet fogadni vagy köszönettel vissza lehet utasítani. Szerintem az ilyen "szolgáltatónak" vagy nevezzük inkább "segítő kezett nyújtónak" nem KELL jószándékáért cserébe hálátlanságot, durvaságot elfogadnia. Persze ő elfogadja, hiszen nem a háláért csinálja, de azért ez nem jelenti azt, hogy nem esne neki jobban egy köszönöm. Ahogy a szülő sem vár köszönetet a gyermekétől azért mert szereti és gondoskodik róla legjobb tudása szerint (sosem tökéletesen), mégis milyen jól esik egy virág anyák napján, vagy egy hálás ölelés az esti puzsi mellé. Nem várja el, de nélküle nehezebb lenne.

Szerintem.

Valóság válasza Ágnesnek:

Lehet, hogy szűk szóincsem az oka és a szolgáltatás szót rosszul használtam! Ezért bocsánat, ha meg sértettem valakit! De akik ismernek azok pontosan tudják h én igen igen meg szoktam köszönni a legkisebb odafigyelést is ami irányomba történik!!

Sőt, inkább "alázatos" vagyok ha arról van szó mintsem rátarti...

De persze azt is tudják mikor vagyok morc és azt , hogy lehet kezelni:)))
 Mert ezek az emberek ilyen fantasztikusak!!!!!!!!!!!!!!
 S persze nem feledkezem meg arról se h vannak akik szintén gondokkal
 küzdenek bár tény és való ha épp vergődöm akkor kevésbé figyelek oda,
 de fejlődőképes vagyok !! S kösz h erre felhívtad a figyelmem!:)))

ZELENA, vidéken élő 40-es nő, két gyermeke volt, már csak egy fia van, a kislánya meghalt leukémiában, így került hozzánk. 2009-ben született meg a kislánya, Napsugár (jelenleg 2005-öt írunk). Zelená hozzászólása:

Sziasztok!

Én a magam szemszögéből próbálok néhány gondolatot hozzáfűzni.
 Nekem ez az oldal, a fórum és a chat egyaránt nagyon fontos volt, amikor először idetévedtem (szó szerint). Én akkor sem éreztem, hogy beteg lennék, persze a lelki törésemet lehet annak nevezni, vagy esetleg azzá is válhatott az elmúlt négy év alatt. Nem tudom gondolatban valamikor valaki állított-e fel diagnózist rólam. De nem ez a fontos. Nagy kétségbeesésben, és már egy pszichológust megjárva írtam be a keresőbe: lelkiesség.

(A mobilomról már nem engedte hívni a számot , amit akkor hívtam amikor kimondták a végső diagnózist). Emlékszem, először a chatre tévedtem be, és miután a kérdésre hogy hogy vagyok, nem adtam valami megnyugtató választ, egyből egy priviben találtam magam, ahol nagyon sokáig beszélgettünk Zsival, aki nagyon megértő és megnyugtató volt. Ő kérdezett, én válaszoltam, és közben úgy sírtam hogy alig láttam a monitort.

De akkor, azon az éjszakán aludtam először viszonylag nyugodtan, a temetés óta. Talán igazából erre volt akkor szükségem. A pszichológusnál ültem azon a méregdrága sarokülön, és alig tudtam megnyikkanni, mert csak sírhatnék volt, és nem tudtam mit kezdeni magammal. Mert talán én nem voltam jó alany, vagy kevés volt az idő, mert nem vagyunk egyformák, és idegesített, hogy az óráját nézte. Tudtam, hogy mindjárt mennem kell, és nem éreztem, hogy ő velem érezne, pedig a maga valójában ült velem szemben. Voltam még néhányszor, mindenféle tesztet végeztetett el velem, és az utolsó alkalommal azt mondta, nem vagyok beteg, az idő ahogy telik majd mindent megold. Ezt sejtettem én is.

Tudom, hogy a munkáját jól végezte, de azt is tudom hogy nekem nem erre volt szükségem.

A chat-tel párhuzamosan fedeztem fel a fórumot, ami talán még fontosabbá vált, mint az előbbi. Itt olyan dolgokat is le tudtam írni, amiről beszélni soha nem sikerült. Persze olyan dolog most is van, amiről azóta sem beszéltem, de mára már jól el vagyok vele. Azt is mondhatnám hogy én, és a lányom legbelsőbb titka marad örökre.

Jobban éreztem magam, mert tudtam, hogy akár minden este feljöhetek, vagy napközben is, és olyan emberek 'vesznek körül' akiket érdekel, hogy mi van velem, vagy éppen hogy érzem magam.

A chaten már nem éreztem hogy mindig velem kellene valakinek foglalkoznia, mert megnyugtató volt, hogy mindig van ott valaki, és bármikor tudok valakivel beszélgetni ha szükségem lenne rá.

A közösben gyakori vendég voltam, és sokszor csak általános dolgokról beszélgettünk, vagy bohóckodtunk. Mert ilyen is volt. Miközben lehet hogy priviben komoly dolgokról beszélgettek éppen. Én azt tapasztaltam, hogy ha valaki belépett a közösbe valamilyen problémájával, akkor inkább elvitték privibe, mert csak könnyebb úgy beszélgetni, mintha többen is kérdeznének, vagy ne adj isten valaki beszélne.

Szerintem ez így működik jól.

Meddig bírja egy lelkeségű chat, ha a közösben nem beszélgetés folyik?

Ezt a kérdést tehát nem értem, igaz van olyan amikor kevesen vagyunk, mindenki priviben van, akkor a közös áll.

Mit kell eltérni és mit nem attól, aki beteg?

Én úgy gondolom mindenkivel előfordul, hogy egyszer kirohan, elveti a súlykot. Azt hiszem ez belefér. Persze más kérdés, ha ez rendszeres, vagy egy valaki ellen irányul, akkor ezt meg kell oldani, mint más chaten. Mindenki kedvére nem működhet egy chat.

Másról. Amin persze nem most gondolkodtam először.

Vajon mi az ami napról napra ideülteti a pszichológusokat, segítőkét? Hogy képesek másnak a gondjaival problémáival foglalkozni egyfolytában, mindenféle helyzetet lereagálni? Vajon mi jár a fejükben ha vásá-

rolni mennek?El tudnak-e egyáltalán gondolatban szakadni az itteni emberektől, sorsoktól?

Miért nem mennek délutánonként kirándulni, friss levegőre, vagy este moziba, vacsorázni valahová? Hogy fér el a fejükben ennyi minden, hogy bírják napról napra azt a terhet, amit egy-egy beszélgetés jelenthet. Kapnak-e elég hálát, vagy csak egy köszönömöt odabiggyesztve mielőtt kilépnek? Muszáj eltűnniük a szélsőségeket?

Erre ők tudják a választ.

Én azt tudom, hogy négy év sok idő. Ezalatt az idő alatt mindig köszöntöttek, ha beléptem a chatre, megkérdezték hogy vagyok, és többnyire mindig figyelemmel kísérték a fórumot is, ami talán jobban megismerhetővé tett, vagy csak a véleményemet írtam le. A két év kihagyás után is amikor visszajöttem, örültek nekem, nem felejtettek el .Én több barátra találtam itt. Lehet hogy nem írom le nap mint nap, nem nevezem meg őket, de itt vannak!És ezt biztosan tudják :)

Én ezt látom tapasztalom ezen az oldalon, és nem érzem semmilyen szakmai felügyeletnek a hiányát. Úgy érzem mindenen felül lehet kerekedni, még ha akadnak is problémák változások. És működik! Ez a legfontosabb.

Egy csapat akik így vagy úgy, de összetartják, és mi, akiknek erre szükségünk van.

Egy mondat amit még hozzá tudok fűzni:

Két év kihagyás után amikor otthon újra lett netem, ez volt az első amit beírtam a keresőbe: psyche lelkiségély...

Ágnes válasza Zelenának

Zelena, jó volt olvasni amit írtál, örülök, hogy a psyche számodra ezeket jelenti :-)

A szakmai felügyelet a chaten úgy látom mindenkinek mást és zömmel valami korlátozó hatalmat jelent. Nekem egyszerűen azt, hogy jó lenne, ha pszichológus tudná segíteni a közösben folyó beszélgetést is. Lenne, aki figyelmeztetne, ha túlreagálunk dolgokat, aki tudná egy kicsit kívülről nézni a beszélgetést és nem dolgoznának benne olyan indulatok, mint magukban a beszélgetőkben. Egy kis terelgetés, nyugtatás, nem is tudom mi minden... legalábbis addig míg rá nem jövünk ennek az ízére. Mert akkor már megy magától is. Vagyis tőlünk :-)

Fontos ez a chat, ezért gondolkodunk róla, ezért próbáljuk mindig jobbra tenni. Ezért tanuljuk a toleranciát, az empátiát és a higgadt, egymás tiszteletén alapuló beszélgetést. Mert tanulnivaló mindig akad és ez nem szégyen :o)

BRÚNÓ 30 év körüli, vidéken élő pszichológus. Brúnó hozzászólása:

Segítés... Mit jelent segíteni valakinek? Főleg egy chaten, vagy egy nagyon felszínes személyes kapcsolatban? Biztosan nem mélylélektani elemekkel fűszerezett kíváncsiság kielégítést, esetleg terápiának feltűnő lelketlen kísérletezgetést. Segíteni itt annyi, mint A MÁSIKAT ELFOGADNI, MEGHALLGATNI ÉS SZÁMÁRA A TOVÁBBLÉPÉS LEHETŐSÉGÉT MEGMUTATNI. Ebben hiszek. Ha a chaten ez folyik, nagyot nem lehet hibázni. Ha más... az baj.

Ágnes hozzászólása:

Mindenkinek igaza van, csak egy valamit kezdünk elfelejteni. Azt, hogy a segítség nem csupán a maga professzionális voltában létezhet. Létezik segítség ember és ember között, pusztán azon az alapon, hogy felelősséget, empátiát, sorsközösséget érzünk valakivel kapcsolatban. Ez a fajta segítség pedig sokszor éppen a meghallgatás, az együtt gondolkodás, az hogy megpróbáljuk a másik ember számára más szemszögből is megvilágítani a problémát, hogy újfajta felfogást kínálunk fel egy-egy élethelyzettel kapcsolatban. Sok ember van akinek nem pszichológusra van szüksége, hanem csak egy kis megértésre és egy fórumra ahol elmondhatja azt ami éppen foglalkoztatja, legyen az öröm vagy bánat. A betegeknek is vannak ilyen szükségleteik. Betegséget orvosolni a neten nem lehet, de az emberrel foglalkozni annál inkább. Ne essünk a régi hibába, hogy a betegséget akarjuk "kezelní" és nem AZ EMBERT. A csupa nagybetű pedig legyen a tisztelet jele.

Szép napot Nektek! :o)

Zsu válasza Ágnesnek:

Nagyjából egyetértünk, DE (és most jön a monomániám:-), sztem azok az emberek, akik a neten keresnek az élet elől menedéket, nagyon magányosak, és elveszettek a való világban, és az élő találkozások, programok, segítik őket abban, hogy ott is megtalálják lassan a helyüket, persze ehhez az szükségeltetik hogy előzőleg kiépüljön a neten egy bizalmi kapcsolat....

Neked is szép napot! :-)

Brúnó válasza Ágnesnek:

Nagy részben adok igazat Ágnesnek abban, hogy nem feltétele a segítésnek a profi segítői képesítés. Azonban vannak olyan alapvetések, melyeket illik tiszteletben tartani. A gordonai alapok jók is erre. Akkor adj tanácsot:

- ha kellő ismereted van
- ha kellő kompetenciád van
- ha kellő időd van
- és ha megkérnek rá.

Jó példa erre, hogy saját megoldatlan területeinken nem jó tanácsot adni, mert csak félrevihetjük a klienst. Ebből adódik, hogy igazán hitelesek akkor tudunk lenni, ha saját életünkben megoldott problémákban tudunk segíteni másoknak. Na ebből le lehet vezetni azt a következtetést, hogy az a jó segítő, akinek a legzűrösebb élete volt korábban ;-). De ne vezessük le! Mondjuk ezért hangsúlyozom sokszor az önismeret, a személyiségfejlődés fontosságát.

Viszont...! Vannak olyan alapvető ismeretek, amire egy segítőnek szüksége van. Azért, mert előfordulhatnak olyan esetek, ahol a jó szándékú segítés esetleg káros is lehet. Éppen ezért szorgalmazom, hogy képzett, megfelelő ismeretekkel bíró segítők legyenek.

Ágnesnek megint csak igaza van. Nem a tudás, hanem a személyiség számít. Főleg a személyiség. Tud-e nyugalmat, derűt árasztani a segítő. Személyiség-e? Kialakult értékrenddel rendelkezik-e? Képes-e elfogadni a klienseit, vagy képes-e megmondani, ha valakit nem tud elfogadni? Azt hiszem, ezek az igazi kérdések.

Ágnes válasza Brúnónak:

Brúnónak igaza van. Fontos szem előtt tartani a nagy elődök tanításait, a segítő lét alapvetéseit. Ám a chaten nem csak segítők és segélykérők vannak, sőt szeretném hinni, hogy nem ez a szereposztás. Kellenek segítők, nekik ezeket mind tudni kell, de kellenek jószándékú laikusok is, hogy a lelkisegély ne menjen át terápiaszzerű szakemberfüggésbe. A Brúnó által idézett alapok, a szakember számára kötelezőek, a laikus számára megszívlelendőek, de azt hiszem jóérzésű ember ezekhez tartja is magát és még csak nem is azért mert Gordon mondta. Egyszerűen az intelligencia és az empátia is ezt diktálja. Az első ponttal talán vitatkoznék

(legalábbis ebben a helyzetben). Mert ugye a kellő ismeret nehezen meghatározható. Mi a kellő ismeret? Eolvastam róla egy könyvet? Megtapasztaltam saját bőrömön? Doktoráltam belőle? No és aki jószándékkal tanácsot ad, mert megkérték rá, nem gondolja-e vajon, hogy tényleg bölcs dolgot javasol? Igaz persze a jószándékkal kikövezett út története is, ezért kell segítő, aki jelen van és közbe tud avatkozni szükség esetén. Emiatt azonban nem kell mindenkinek segítővé válni és a laikusoknak nem kell félni bekapcsolódni a beszélgetésekbe. Meg aztán sokszor nem is kell tanácsot adni ahhoz, hogy segítsünk valakinek.

Most, hogy elolvashattuk, hogyan alakultak a vélemények a chaten való segítség gyakorlatáról, nézzünk pár részletet Eszter szakdolgozatából, aki évekig aktívan részt vett a Psyche életében, és időnként még ma is visszajár közénk. Ez a dolgozat három évvel az előbbi fórum beírások után, 2008-ban született. Ez volt az a három év, amikor a Psycéből hosszú vajúdás után végre igazi közösség lett.

A MA ÚJ KÖZÖSSÉGEI – VIRTUÁLIS KÖZÖSSÉGEK

*A modern kommunikáció világában a közös terek
jelentősége egyre csökken.⁹*

(Tom Ormay)

Az internet a modern felhasználás mellett, mely az adattárolást, a gyors levelezést és a kereskedelmet jelenti, felölel tehát millió és millió partikuláris elvet, és eszmecseré- lehetőséget biztosít nekik az online kommunikáció által, erősíti a civil szféra létrejöttét; eltörli az időbeli és térbeli korlátokat ember és ember között, így látszólag különösen alkalmas a közösségi életre. *Az online kommunikációs csatornák nemcsak sok száz távoli ismerőst hoztak karnyújtásnyi távolságra, de sok százmillió ismeretlent is. Többekkel, olcsóbban van lehetőségünk kapcsolatot teremteni, mint korábban. Ez a tény, ha át nem is írja eddigi közösségfogalmainkat, mindenképpen újabb jelentésekkel gazdagítja.*

Elsőként a fiatalokat¹⁰ – mint az internetet gyakran használó réteget, akik már a világhálóval szocializálódnak – szólították meg az úgynevezett „közösségi portálok”, melyek nevükben hordozzák szándékukat, azaz társas élményt, a közösséghez tartozás élményét kívánják nyújtani felhasználóiknak, hiszen a fiatalokhoz szóló tartalom mellett a fórumok lehetőséget adnak a véleménycserére, kommunikációra. Az élő fórumok egy bizonyos téma közösségi megvitatását jelentik, ugyanígy az internetes fórumok is a vélemény-, és eszmecseré virtuális helyszínei. Üzenőfal jellegűen működnek, a kommunikáció – ahogy az e- mailben – nem valós idejű. Regisztráció után bárki üzenetet írhat a fórumokba, melyeket többnyire moderálnak, azaz kitörlik a másokat sértő, vagy botrányosnak ítélt beírásokat. Ma már szinte minden társadalmi réteg és szubkultúra találhat magának „közösségi oldalt” az interneten, a kismamaportáloktól a szakmai lapokig széles a skála. A legtöbb embert tömörítő közösségi portálként az iwiwet (international who is who) és manapság a facebookot szokták

9. Ormay Tom: *Cyberterápia – Pszichoterápia az Interneten*. (Elhangzott az UKCP Konferenciáján, 2000 szeptemberében, Angliában)

10. Pléh Csaba, Bodó Balázs: *A mindent átszövő hálózatok. Hatalmas hálózatok – internetes közösségek, társas hálózatok*. (Elhangzott a Mindentudás Egyetemén, 2007. 05. 24-én.)

emlegetni. Szerintem tévesen, hiszen tagjai nem végeznek közös tevékenységet, nincsen közös identitásuk, az ismeretségen kívül gyakran még az ismerősöket sem fűzi össze semmi, ismerőseink egymásnak már nem ismerősei, nem összefüggő háló tehát, hanem sok-sok, egymástól többnyire elszigetelt kapcsolat kusza rendszere. Inkább adatbanknak nevezném, melyen keresztül természetesen egyszerre üzenhetünk sok ismerősünknek, ami kétségkívül hasznos és közösségiséget támogató vonása.

Ezzel szemben az online közösség, csakúgy, mint a valódi, valamilyen eszme, hobbi köré szerveződik, így az internet valóban érdeklődési kör, világnézet szerinti társulások „helyszínévé”, eszmei közösségek találkozóhelyévé válhat, ahol ki-ki a portál profiljának megfelelő személyiségvonásával, érdeklődési kör-szeletével – például a szabadidejében táncolni járó tanár egy táncportálon táncosként, egy pedagógiai lapon pedagógusként – vehet részt a közösség életében. A cset (chat) megjelenésével pedig valós idejű beszélgetésekre is mód nyílik. Az első csevegőprogramot (IRC = Internet Relay Chat, azaz internet közvetítette csevegés) 1988-ban alkották meg, az azóta eltelt húsz év alatt az egyik legnépszerűbb internetes szolgáltatássá vált a fiatalok körében. Léteznek kizárólag csetelő oldalak, ahol különböző témák köré szerveződnek a szobák. Lehetőség van privát beszélgetés folytatására is, aminek keretében egyetlen emberrel cseveghetünk, de beszélgetések százait is lebonyolíthatjuk és „ismeretségek” százait köthetjük meg egy-egy este a számítógépünk előtt. Ez kétségkívül izgalmas és vonzó, és sok varázst ad az online beszélgetésnek az ismeretlenség, a távolság, a hagyományos beszélgetés szöveggel való felváltása, ám ebben rejlik veszélye is. A cset a beszélgetés illúzióját adja, ám valójában pusztán gyors, szöveges üzenetváltás, hiszen hiányzik belőle az érzelmkövetítő metakommunikáció; a hangszín, hangsúly, a testbeszéd, a tekintet. Az is előfordul, hogy nagyon önkényesen értelmezzük beszélgetőpartnerünk jelzéseit, mintegy önmagunk kiterjesztésének éljük meg a másikat, nem csupán magunkat, hanem őt is úgy alakítva ezáltal gondolatban, ahogy nekünk megfelelő. *Indries* ezt a folyamatot az anya és a csecsemő valójában visszahozhatatlan szimbiozis élményéhez hasonlítja.¹¹ Így feltehető a kérdés, hogy egy nem valós közösség, amelyet bár nagyon élvezhetünk, de

11. Indries Krisztián: *Az Internetes csevegés tudattalan folyamatai*. www.lelekbenott-hon.hu (2005. október 3.)

ahol arctalan, sőt, gyakran hamis szerepeket játszó ismerősökkel kommunikálunk, pótolhatja-e a valódi emberi kapcsolatokat.

A pszichológia felismerte az internet árnyoldalát, ellentmondásosságát, illuzórikus voltát és a túlzottá váló kötődést is ehhez az illúzióhoz.

Ám a megtartó közösség nélkül élő, gondokkal küzdő emberekre előnyei mellett is nagyobb veszélyt jelenthet egy virtuális közösség, hiszen hamar annak rabjává válhatnak, elhanyagolva valós környezetüket, ezáltal halmozva problémáik számát. A pszichiátria egyetért abban, hogy minden szenvedélybetegség, így az internetfüggés is fedőbetegség, vagyis az egyén már meglévő gondjait próbálja elűzni, elfedni, a valóságból egy másik világba menekül. *„Ha csalódások vagy veszteségek érnek bennünket, szívesen kárpótoljuk magunkat evéssel-ivással. Innen gyakran csak keskeny határ választ el mindenféle szenvedélytől, amelyek pótkielégülésnek vagy a világtól való menekülésnek foghatók fel.”*¹² A bemutatásra kerülő Psyche Közösség nem kizárólag az internetfüggők felé kívánt fordulni, bár tény, hogy az elszigetelődés elleni harc ma már egyre több embert hajt a világháló felé, s így számuk valószínűleg a jövőben növekedni fog. Az elszigetelődés súlyos lelki zavarokat okozhat, s a lelki zavarokkal küzdők hamarabb elszigetelődnek, holott az átlagosnál jobban igényelnék egy közösség megtartó erejét, így a kör bezárul.

12. Fritz Riemann: *A szorongás alapformái*. Háttér Kiadó, Budapest, 2002, 82. old.

LELKISEGÉLY AZ INTERNETEN

A modern és posztmodern ember számára ez vigasz, hiszen elvesztette a 19. század közepéig általánosnak mondható vallásosságát. Addig „A lelki problémákra a vallás akkor még az egész társadalmat átfogó rendszere különböző levezetési lehetőségeket kínált. A modern társadalom nem rendelkezik a valláshoz hasonló intézményes lehetőséggel az érzelmi, emberi problémák enyhítésére, a pszichológiai szenvedések csillapítására.”¹³ – írja Buda Béla. A profanizálódott modernításban azonban mégis egy lelkész tette le a névtelen, sürgősségi lelkisegély intézményének alapjait, aki az 1950-es évek Nagy-Britanniájában felfigyelt az öngyilkosságok gyakoriságára. Első lépésként közzétette telefonszámát a helyi lapokban, majd önkéntesek csatlakozásával kialakította hálózatát. A lelkisegély szolgálat krízishelyzetben való, gyors segítségre hivatott, tulajdonképpen a problémák megbeszélése általi megkönnyebbülést célozza meg.

Itthon elsőként 1970-ben, Debrecenben, majd 1973-ban Budapesten indult meg az első ilyen szolgáltatás, és 1986-ban tömörültek szervezetbe, létrejött a Magyar Lelki Elsősegély Telefonszolgálatok Szövetsége, összesen félmillió hívást fogadnak naponta. Ma már számos telefonos lelkisegély szolgálat működik országszerte, és a szolgálatok specializálódtak. Léteznek például kimondottan idősekkel, erőszakot átélt nőkkel, drogos fiatalokkal és rákbetegekkel foglalkozó vonalak.

Internetes lelkisegélyt elsőként a Cormwell Egyetemen indítottak. „A háló támogatja és bátorítja a feltárulkozást és a hiperszemélyes kommunikációt, ami szoros kötődéshez és intimitáshoz vezethet. Ugyanezen jellegzetessége teszi az internetet alkalmas helyé arra, hogy különféle dolgokat tárjunk föl magunkról, különösen a segítő fórumokon.”¹⁴ Az internetet sok szakember magánrendelésre, sőt, gyógyításra is fölhasználja, és fizetős szolgáltatásokat is nyújtanak, így az Egyesült Államokban 1997-ben kézikönyvet adtak ki az online pszichológiai segítségről.¹⁵

13. Buda Béla: *A pszichoterápia alapkérdései. Kapcsolat és kommunikáció a pszichoterápiában. Válogatott tanulmányok.* Országos Addiktológiai Intézet és TÁMASZ Alapítvány, Budapest, 1999, 13. old.

14. Wallace, Patricia: *Az internet pszichológiája.* Osiris Kiadó, Budapest, 2004, 246. old.

15. Tóth Anikó Panna: *Az internetes lelki segítségnyújtás Magyarországon.* DE-BTK Szociálpolitika szak, IV. évfolyam. XXVIII. Országos Tudományos Diákköri Konferencia, 2007.

Hazánkban a bemutatandó *Psyche* kísérlete volt az első az online tanácsadás történetében. Informatív, szakemberekről, intézetekről, kórképekről tájékoztató gyűjteményes honlapok százait találhatjuk ma már a világhálón – például a startlap család, depresszió, pszichológia, és lelkeség lapjai – illetve maguk a szakemberek és intézetek is igyekeznek jelen lenni a weben saját, bemutatkozó site-jukkal, ám a segítség jelensége még ritka. Huszonkilenc olyan oldalt találtam, ahol fórumon belül működik lelkeség is, köztük kismamaportálokat (pl. babanet.hu), fiataloknak szóló lapokat (pl. necc.hu), és valamely egyházhhoz tartozó honlapot. Kimondottan pszichológiai, szakmai segítséget nyújtó oldalt csupán négyet találtam, három szakember e-mailben válaszol a kérdésekre, egy fórumon keresztül is. (Ezen írás kelte óta ezek köre azért bővült – szerző megj.)

Ezek a szolgáltatások – egy kivételével – ingyenesek, két honlapon pedig egy-egy lelkes válaszol az őket e-mailben megkeresőknek. Fórumos lelkeséget, és széles körű pszichológiai ismeretterjesztést is végző oldalt egyet, a külsőre is színvonalas bura.hu-t találtam, illetve a szorongas.com című oldalt. Mindkét oldal fórumán témakörönként, betegségcsoportonként tehetők fel a kérdések. A bura.hu-n egy, a szorongas.com-on két pszichológus várja a regisztrált felhasználók kérdései. (Azóta persze az ilyen típusú oldalak száma megnőtt. – szerző megj.)

A *Psychét* felkereső kliens elsőként a nyitólapal találozik, ahonnan elérheti a galériát, a fórumot, a vendégkönyvet, a lelkeség-, és a közösségi csetet. A fórum témái a legelterjedtebb pszichiátriai zavarokat ölelik fel, mint a depresszió, személyiségzavarok, skizofrénia, függőségek, szorongás, évészavarok, illetve általános emberi témákat érintenek, mint a párkapcsolat, család stb. A különböző témakörök között a látogató megkeresheti az őt érintő vagy érdeklő témát, regisztráció után felteheti kérdését, leírhatja gondjait.

A fórumon – ahol többnyire aszinkron kommunikáció folyik, vagyis az elektronikus levelezési folyamathoz hasonlóan üzenetküldő és üzenetfogyadó nem egy időben van jelen a cybertérben – nem kap azonnali választ a kliens. Ez hátrány lehet egy krízishelyzet esetében, ám jobban átgondolható a leírandó szöveg, és a válaszokat is alaposabban lehet mérlegelni. Számos példa akad a *Psyche* életében arra, hogy a látogatók hosszabb időn át, naplószerűen használják a fórumot, az alapprobléma vagy a lelkeségkeresést kiváltó ok ismertetése után a visszajelzésektől kedvet kapva fo-

lyamatosan leírják helyzetük alakulását, aktuális kérdéseiket. Gyakran már ezáltal is megkönnyebbülnek. Sok „gyógyulástörténetet” olvashatunk a *Psyche* lapjain. Az üzenetekhez nem csak a szakemberek szólhatnak hozzá, hanem bárki, aki regisztrált. Tehát lehetőség van a betegek közötti tapasztalatcserére, érvényre juttatva az internet természetét is, ahol minden tapasztalat és egyéni tudás jelentőséggel bír. Fórumtémát szintén bárki indíthat, ha nem talált a gondjának megfelelőt. A szakemberek igyekeznek a lehető leggyorsabb választ írni, és ha valaki a továbbiakban kerülni szeretné a nyilvánosságot, a levelezést e-mailben is folytathatják. Ha pedig valós idejű beszélgetésre van igény, a segítők a csetre vagy messengercímre irányítják a klienst.

A közösségi cseten, mely a gyalogló csetoldalról is elérhető, szintén előfordul, hogy egy-egy ember problémájának társas megbeszélése folyik, ám a fórummal ellentétben itt nehezebb követni a jó ötleteket, tanácsokat, hozzászólásokat, a beszélgetések gyakran nagyon gyorsan peregnek. Továbbá – a valós helyzetekhez hasonlóan – minél többen vesznek részt egy beszélgetésben, annál inkább elvész a segítségkérő hang a többi között, és annál inkább csökken a beszélgetők segítségnyújtási kedve. *„Pusztán a jelenlevők száma is befolyásolja a segítségnyújtás valószínűségét, mert ahogy a csoport mérete növekszik, az egyén egyre kevésbé érzik felelősségüket a segítségnyújtásban.”*¹⁶ Ha tehát valaki komoly pszichés problémájára vár választ a közösségi cseten, az önkéntesek inkább a lelkisegély csetre irányítják, ahol kettesben beszélgethet a szakemberekkel.

Az alapítók tehát sürgősségi lelkisegélyként, tanácsadóként és pszichológiai ismeretterjesztőként képelték el szerepüket, s úgy gondolták, az őket megkeresők majd egyenként és csupán egyszeri beszélgetésre keresik az oldalt, lépnek be a csetszobába, és – hasonlóan a telefonos lelkisegélyhez – válsághelyzetükben szívükön könnyítve elmaradnak. A Psyche, alapítói hitvallása szerint akkor éri el célját, ha a hozzájuk forduló segítségkérő, betegséggel küzdő elmarad az oldalról, azaz sikerült megoldani problémáit, és nem szorul többé az internetes lelkisegélyre.

16. Wallace, Patricia: *Az internet pszichológiája*. Osiris Kiadó, Budapest, 2004, 224. old. Wallace K. S. Young az internetfüggést és annak diagnosztizálását és gyógyítást tárgyaló művéből idéz. (Young, K. S.: *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. John Wiley, New York, 1998, 69. p.)

AZ INTERNETES LELKIGONDOZÁS LEHETŐSÉGEI ÉS KORLÁTAI

„Mivel a nem-verbális jelzések az elektronikus eszközök közvetítésekor hiányoznak, ennek a jelentős készségnek a használata lecsökken.”¹⁷

(Tom Ormay)

Gyakran merül fel a Psychét első ízben látogatók részéről a diagnosztizálás és a pszichoterápia igénye. Az alapítók a kezdetektől leszögezték, és a honlap nyitóoldalán is elhelyezték a netes segítségről szóló hitvallásukat, ismertették az internetes lelkigondozás határait, tudniillik, hogy pszichoterápia nem végezhető csupán virtuálisan, és a diagnosztizálás is az élő orvosi segítség feladata.

A pszichoterápia az egész embert igénybe vevő kommunikációs folyamat szakember és beteg között. Arra irányul, hogy a felfedezett gondolkodásbeli és viselkedésbeli problémák oka felszínre kerüljön és megoldást találjon. A probléma jellegétől és súlyosságától függően gyakran gyógyszer nélkül is hatékony lehet (ám például a pszichiátria betegségei, a súlyos depresszió, a személyiségzavarok kezelésében természetesen gyógyszert is kell alkalmazni, hiszen a beteg gyakran nem alkalmas még a beszélgetésre sem). Megkülönböztetnek múltat, illetve jelenre irányuló pszichoterápiát: míg előbbi a múltban kutatja a betegség gyökereit, a jelenre irányuló visszatekintés nélkül, „itt és most” szemlélettel igyekszik változtatni a negatív gondolkodáson vagy viselkedési beidegződésen. A pszichoterápiás kommunikáció – minden kommunikációs folyamathoz hasonlóan, – nem csupán szövegekzlés, sokkal összetettebb struktúra annál. *„A jelentő (denotatív) vagy referenciális funkció mellett elkülönül a kontaktusra irányuló fatikus, a kommunikáló ember érzelmeit kifejező emotív, a közleményre vonatkozó poétikai és esztétikai és a kódra irányuló úgynevezett metanyelvi funkció, a felszólító, befolyásolni igyekvő funkciótól, a konatív funkciótól.”¹⁸*

Minden közlés tartalmát befolyásolja tehát annak formája, ami a gépelt üzenetekben nem jelenik meg, holott a metakommunikáció jelzései gyak-

17. Ormay Tom: *Cyberterápia – Pszichoterápia az Interneten*. (Elhangzott az UKCP Konferenciáján, 2000 szeptemberében, Angliában)

18. Leary, Timothy: *Az eksztázis politikája*. Edge 2000-NDI, Budapest, 2003, 254. old.

ran akár ellentétesek is lehetnek a szöveggel. A szemtől szemben történő kommunikáció során a szakember pontosabban értelmezheti a beteg válaszait, esetleges hallgatását is, hiszen látja arckifejezését, testi állapotát és gesztusait. Az internetes kommunikációnak nagy hiányosságai vannak a szemtől szemben kommunikációhoz képest. Így nagyon fontos információktól esik el az interneten gyógyító, egyszerűen nem képes hiteles képet kapni páciense állapotáról.

Kiegészítőként, kapcsolattartásként tehát jól működhet az internet, ám a valós beszélgetéseket nem helyettesítheti. Többek között, például az Egyesült Államokban ma már folytatnak online pszichoterápiát, de hatékonyságuk megkérdőjelezhető a fent említett hiányosságok fényében, és etikai kérdéseket is felvetnek.¹⁹ Jobb megoldást kínálhat a videobeszélgetés szakember és kliens között. Erre a skype vonalon most már lehetőség is van. Pszichotikus, realitásérzéküket veszített pácienseknél azonban még ez sem ajánlható!

A *Psyche* szakemberei, bár nyújtanak szakmai segítséget, használják pszichológusi-pszichiáteri tudásukat, a beszélgetéseket hangsúlyozottan meghallgató-tanácsadó jelleggel folytatják. Annyiban hasonlíthat tevékenységük a pszichoterápiára, hogy klienseik egy része rendszeresen, hosszú időn keresztül „visszajár” hozzájuk. A közösségi csettel ellentétben, ahol sok ember beszélget egyszerre, a lelkesegélyszoa a hagyományos orvosi rendelő mintájára egy embert „fogad” egyszerre. A szakemberek igyekeznek megtalálni maguk között a kliens problémájának meghallgatására leginkább alkalmas segítőt, törekszenek a legteljesebb személyközpontúságra.

19. Wallace, Patricia: *Az internet pszichológiája*. Osiris, Budapest, 2004.

A KÖZÖSSÉGI ARCULAT

„A humán életprobléma nincs az individuum börtönébe zárva.”²⁰
(Gerevich József)

A másik végkifejlet azonban az, hogy a kliensek integrálódnak egy baráti körbe, amelyben folyamatosan megbeszélhetik problémáikat és ugyanígy ők is segítségére lehetnek társaiknak, egyáltalán, ahol figyelnek rájuk és senki sem tekinti őket „másnak”. Hiszen pszichésen sérült, stigmatizált vagy nagy életválságon átesett emberekről van szó, sokuknak a *Psyche* az egyetlen közösségük, így életükben nagy jelentőséggel bír.

Wallace²¹ szerint az internetes csoportképződés az online kommunikáció arctalansága miatt kicsit másképp zajlik le, mint a valós: az egyéni vélemények, a radikalizáció sokkal inkább jellemző az anonimitásnak köszönhetően. Kevésbé vagyunk hajlamosak a konformizmusra, hiszen nem vagyunk beazonosíthatóak, ha ismeretlenekkel beszélünk, szeretetük elvesztésétől sem kell félnünk, így könnyebben vállaljuk a véleményünket, színesebb beszélgetések születhetnek. Wallace három virtuális csoportfajtát különböztet meg: az egymást régebből ismerők csoportját, akik kapcsolattartásra használják az internetet; az azonos érdeklődés köré szerveződő csoportot, akik esetleg megerősödnek annyira, hogy előben is kíváncsiak legyenek egymásra; és a soha nem találkozó, valódi virtuális csoportot. A *Psychét* a második fajtaba sorolhatjuk, mégsem tipikus, mert a csoporttagok egymás iránt növekvő érdeklődése mellett a segítők tudatosan dolgoztak az élő közösség megteremtésén.

Az első lépésben, virtuálisan létrejött közösség kialakulása azonban az alapítók számára is váratlan volt. Ugyanis nem számoltak a csetet gyakran használók azon szokásával, hogy ha jól érezték magukat, többször visszavisszatérnek a meglátogatott „szobába”, gyakran függetlenül annak profiljától. A közös csetszobában nincs kommunikációs hierarchia – bár moderálás ott is működik –, és kötelező jellegű, megadott téma sem. A csetelők nem csupán a segítő szakemberekkel, hanem egymással is beszél-

20. Gerevich József: *A közösség lelki erőforrásai*. in: uő. (szerk.): *Közösségi mentálhigiéne*, Animula, Budapest, 1997.

21. Wallace, Patricia: *Az internet pszichológiája*. Osiris, Budapest, 2004.

gethettek, és nem föltétlen csupán pszichés problémáikról, hanem bármilyen, őket érdeklő témáról. A közösségi chat az élő csoportokhoz hasonlóan kommunikatívabb és csendesebb, megfigyelő típusú tagokból áll. Mivel az online kommunikáció szinte pusztán verbalitás, a jó verbális készségekkel rendelkezőkből, jó humorérzékűekből könnyen válhat hangadó. Előfordulnak romboló szándékkal érkezők is, őket azonban a közösség, bár nem veti ki, nem is fogadja el. Élő csoportmintát követ a Psyche közösségi chat azon vonása, hogy párok, kisebb társaságok alakultak, akik estéről-estére keresik egymást beszélgetés céljából. A csoport kialakulásához a fórumhasználat is hozzájárult. A már említett folyamatos öntörténetleírások olyan naplókat eredményeztek, melyek által a *Psyche* olvasói megismerhették egymást, közelebb kerültek egymáshoz, szembesülhettek életútjuk hasonlóságaival. Az önfeltárás kiszolgáltatottá tesz, de részvétet is ébreszt bennünk, közelebb kerülünk általa társainkhoz.

A fórum a látogatók által színesedett, új témák születtek, és nem csupán pszichopatológiai területeken. A kliensek például könyvajánló, programajánló vagy éppen kedvenc festményeiket megosztó témákat is indítottak egymás számára. És bár az eredeti közös nevező a bánat vagy valamilyen pszichés megbetegedés volt, a kliensek gyakran messzire szakadtak problémáiktól, és elmerültek bármely, számukra kedves téma közösségi megbeszélésébe. A közös alap természetesen megkönnyítette a látogatók dolgát, barátkozó szándékuknak bátorságot adott. Tudták és érezhették is, hogy a lapon nem fognak intoleráns, kirekesztő, őket megbélyegző véleményekkel találkozni. Az ember saját felfogásához, gondolkodásához, személyiségéhez hasonló társakkal barátkozik, hiszen így másokban igazolni látja önmagát, és énje megerősítést nyer. Különösen igaz lehet ez a pszichés sérültekre, hiszen őket valószínűleg érte már hátrányos megkülönböztetés a társadalomban.

Tehát a csevegésből és a fórumon zajló eszmecserékből adódóan a pszichológiai tanácsadó jelleg mellett megjelent a közösségi eszmecsere arculat, szimpátiák és „barátságok”, születtek, kialakult egy szinte estéről-estére visszajáró kör, és megjelent az oldalon az önsegítés, az egymást laikusként segítség jelensége, melynek a szakemberek szabad folyást engedtek. Ha a csoportlétszám megengedte, a közös beszélgetések során több embertől több erőt kapott az egyén, és a felmerülő ötletek csoportos továbbfűzése jó megoldásokra, vagy megoldási alternatívákra vezette a bajban lévőket.

Emellett nagyon fontos, hogy a kliensek közvetlenül maguktól az érintettektől olvashatták sorstársaik tapasztalatait. Így belső élményekkel is találkozhattak, nem kellett csupán a szakemberek elvont tudására támaszkodniuk. A kliensek szakemberekre, intézményekre vonatkozó tudásukat is megosztották egymással. Minden ismeretterjesztő cikknél vagy propaganda hadjáratnál többet jelent, ha a pszichológiai szolgáltatásokat azok ajánlják, akik már kipróbálták, átérték az előnyeit.

Az alapító azonban tisztában volt az internet erős kötést kialakító hatásával. Néhányan különösen mélyen elköteleződnek az online csoporttársak iránt, s ezek a kötelékek esetleg sokkal erősebbek is lehetnek azoknál, amelyek valakit a valóságos csoportokhoz kötnek. Így törekedett arra, hogy a beszélgetőtársak ne maradjanak csupán virtuálisak, élő beszélgetésre invitálta a csetelőket, majd „szobatalálkozókat” kezdett szervezni a lap megindulásától számított fél éven belül. Pléh Csaba²² szavai mintha a Psyche elképzeléseit fogalmaznák meg: *„A közösségi szolgáltatások fejlődése az utolsó előtti nagy internetes forradalom volt. A következő, most zajló internetes forradalom épp arról szól, hogy a barátságot, a társas támogatást és a valahová tartozás érzését kifejezni képes szavakon túl mi mindent tudunk még megosztani a velünk egy közösségbe tartozó többiekkel.”*

22. Pléh Csaba, Bodó Balázs: *A mindent átszövő hálózatok. Hatalmas hálózatok – internetes közösségek, társas hálózatok.* (Elhangzott a Mindentudás Egyetemén, 2007. 05. 24-én.)

4. TÉMA: AGRESSZIÓ AZ INTERNETEN

Jöjjön most egy másik érdekes téma, amely nagymértékben kapcsolódik az előzőhöz, sőt az ezt kövöző topichoz is, jelesül a chat agresszió. Mert ugye gyakorta tapasztaljuk, hogy a webes felületeken, álneveken, arctalanul, gyakorta mennyire ki tudnak fordulni az emberek önmagukból. Elég, ha csak megnézünk pár politikai fórumot, vagy akár az index.hu fórumát, ez a jelenség szembetűnő. De a segítő site-okon sem kevésbé gyakori az ilyesmi.

Suler beszél a dizinhibíciós hatásról, ami kétféle lehet. A pozitív irányú jellemzője, ha az interneten szinte azonnal megnyílnak az emberek, beszámolnak az érzéseikről, titkos vágyaikról, félelmeikről. Kártékony lehet viszont, ha a gátlások, a düh és gyűlölet kifejezésében is megszűnnek. A felelősségvállalás hiánya miatt az ellenségességüket kifejező emberek továbbra is úgy gondolhatják, hogy ez a viselkedés valójában nem jellemző rájuk (hiszen a való életben tényleg így van), ilyenkor disszociációs mechanizmus áll a háttérben. A dizinhibíciós effektus további elősegítői az aszinkron kommunikáció – vagyis amikor nem kell a partner(ek) azonnali reakciójával számolni –, a szolipszisztikus introjekció, azaz online csoportok vagy személyek (képzelt) képének megalkotása, melyben saját belső világunk, vágyaink, elvárásaink nagy szerepet kapnak.²³

Láthattuk Milgram híres kísérletét, melyben a szociálpszichológusok agresszív viselkedésre tudták rávenni a kísérleti személyeket, és amellyel azt igazolták, hogy agresszív hajlandóságaink összefüggésben állhatnak konformitásunkkal is. A beépített kísérletvezetők álsorsolás után a kísérleti személyt egy olyan szobába vezették, ahonnan vélt áramütéseket adhatott a másik szobába került embernek. Az alanyoknak azt mondták, hogy a „tanulók” büntetés hatására történő eredményességét fogják vizsgálni. Minden egyes kérdésre fejjel lefelé jött a válasz, amely ha helytelen volt, a kísérleti személynek a következő gombot kellett megnyomnia, amely egyre magasabb áramütést mért a képzelt áldozatra. Akkor is ezt kellett tennie, ha egyáltalán nem jött válasz. Amikor a magnóról megszó-

23. Suler, John: *The psychology of text relationships*. in: Kraus, R., Zack, J., Stricker, G. (eds.): *Online Counseling. A handbook for mental health professionals*. Elsevier Academic Press, San Diego, California, 2004, 19–50. p.

lalt a könyörgés, melyből a kísérleti személy valóban azt hihette, hogy nagy fájdalmakat okoz és a másik fél ki akar szállni, a kísérleti személy a kísérlet vezetőjéhez fordult, aki ilyenkor azt válaszolta neki: „Ön elvállalta, hogy segít nekünk felmérni, mivel lehet javítani a tanulás eredményességét. Most már nem hagyhatja abba.” Ekkor rendszerint azt kérdezték, hogy ki fogja vállalni a felelősséget, ha a másik véletlenül meghal. A kísérletvezető azt felelte, hogy ő vállal minden felelősséget. A kísérleti személyek kétharmada végig csinálta a kísérletet, azaz azt hihette, hogy valóban megölt valakit egy villamosszékből.

Mindebből Milgram az agresszió fokozására két következtetést vont le. Az egyik, hogy *az agressziót fokozza, ha nem látjuk az áldozatot*, a másik, hogy *fokozza, ha annak megtételére parancsot kapunk*, s lehetőleg olyan személytől, akiről elhihetjük, hogy *a felelősséget átvállalhatja tőlünk*. Ilyen lehet egy fehér köpenyes, magas presztízsű egyetemen dolgozó kutató, vagy egy nemzetet reprezentáló katonatiszt.²⁴

A neten az agressziót elkövető nem látja az áldozatot, kivéve ha videóval ellátott kommunikációs programot használ.

A felelősség elhárítása neten más formát ölt, valamiféle önigazolás szolgál az agresszív viselkedésre az a tudat, hogy ez csak a net, nem az élet, meg különben sem vagyunk azonosíthatók, így azután nem is lényeges, hogyan viselkedünk, mit mondunk. Ez a nézet azonnal megdől, amikor az agressziót nem mi követjük el, hanem ellenünk irányul.

Mivel hiányoznak vagy nagy mértékben csökkennek azok a nonverbális jelzések, amelyek főként a kommunikáció kapcsolati aspektusát szabályozzák, a hiányos kapcsolati-érzelmi tartalom miatt a szöveg hézagossá válik, amit belső világunk tartalmaival egészítünk ki.

Ezt a kommunikációs szituációt Ormay Tom a pszichoanalitikus helyzethez hasonlítja, ahol a terapeuta és a kliens nem látják egymást, így tág teret kap a fantázia.²⁵

Indries Krisztián imígyen magyarázza ezt a jelenséget:

A Melanie Klein által leírt paranoid-szkizoid pozíció tárgykapcsolataiban olyan leki jelenségek dominálnak mint *a projekció, a hasítás, a paranoia, az idealizáció és a projektív identifikáció*.

24. Aronson, Elliot: *A társas lény*. Akadémiai, Budapest, 2000.

25. Ormay Tom: *Cyberterápia – Pszichoterápia az Interneten*. (Elhangzott az UKCP Konferenciáján, 2000 szeptemberében, Angliában)

Lehetséges, hogy a kibertér végtelenjében való bolyongás és arctalan kommunikáció a fejlődés igen korai szakaszára jellemző primitív archaikus élmény-szerveződési módokat aktivál, amelyek, paranoid-szkizoid pozícióra jellemzőek. A paranoid-szkizoid pozícióban szélsőségesen *hasítunk*, például szeretet gyűlölet, jó és rossz között, úgy kezelünk másokat, mint résztárgyakat és nem, mint egészes emberi lényeket.²⁶

Játszik még az általam „Nagy Testvér főbiának” hívott állandó félelem a beazonosítástól és a megtorlástól is. Több chatestől és fórumozótól hallottam már azt a véleményt, amely szerint IP címről tudják identifikálni, és megfigyelik őket a neten, amiről természetesen szó sincs.

Következzen pár fórumbeírás ebben a témában, és a chatlog részletekkel való reprezentáció:

LUCIANO frissen végezte az egyetemet, imádta Freudot és Pavarottit, és segítőként működött a chaten egy ideig. Később beleszeretett egy arra nagyon is érdemes leányzóba, és olyan egész embert kívánó munkát kapott, hogy idő és energia hiányában elmaradt tőlünk. Luciano beírása:

Talán nem röviden – de ennek nem is lehet röviden nyelvezetet adni – sebészkedjünk cseppet:

A chaten, fórumokon megjelenő agresszió természetéből adódóan a hétköznapi megjelenő, fizikai kapcsolatokat létesítő személyiséggel ellentétben, strukturálatlan módozatokban nyer kifejezést az arra hajlamos egyéneknek. Az erre való hajlam megfogalmazása több oldalról kaphat megerősítést az egyént tekintve. Létezhetnek természetesen (és ez a leggyakoribb) személyes ütközések következtében kialakuló, a másik egyént a verbális megsemmisítésre rendeltetett megnyilatkozások, illetve, mivel a projekció jelentős szerepet kap az egymás előtt idegenként megjelenő egyének között, így ennek jelentősége sem hagyható ki.

Hiszen az emberi értelem találkozása egy másik értelemmel, tehát a kommunikáció jelentősége abban rejlik a gondolatok, érzelmek közlésén kívül, hogy tapasztalatokat szerezzenek az interakcióban fellépő felek egymásról. Mivel ezen metódus a maximalizmus elve mentén determinált, így szükségét képzi ennek kivitelezéséhez egy, az egyénből áradó prekoncepció az adott egyénről, illetve felruházása a másik egyének a

26. Indries Krisztián: Az Internetes csevegés tudattalan folyamatai. www.lelekbenott-hon.hu (2005. október 3.)

saját belső feltevéseinkből táplálkozó képpel. Mindezek együttesét korábbi tapasztalataink, sztereotípiáink szolgáltatják, átszőve az esedékes érzelmi töltettel.

Ha azt vesszük számba, hogy a chat folyamán az egyén egy számára vad-idegen egyénnel létesít kapcsolatot egy „műnek” nevezhető közegben, akkor természetes annak velejárója, hogy az egyén a másikkal szemben bizonyos prekoncepciókba bonyolódik – és mivel a személyes, fizikai kapcsolatok lényege is, hogy részben a megismerés következtében nyilvánvalóvá válik számomra, hogy a másik bizonyos megnyilvánulásaimra milyen reakciókat mutathat –, tehát a vetítés erősen determinált. Ha a megismerés a beszélgetések során egyre mélyebb, akkor ugyanúgy, mint egy általános emberi kapcsolatban az összecsisolódás, mint az interakcionális folyamatok lényeges eleme jelenne meg, ám a tudatalatt érzett és részben tudatosult „nem valóság” vagy „más világ” érzete felhatalmazza az egyént arra, hogy az összecsisolódás, adaptáció lehetőségét aláaknázza. Ebben rejlik chates szabadságának fő kvintesszenciája, tehát döntést hozhat arról, hogy a továbbiakban kíván-e az adott egyén virtuális életének része lenni, csupán csak az ismeretség és a beszélgetések által. Sokan hozhatnak döntést amellett, hogy ennek elejét véve, megszüntetik a kialakult, ám még a mélyülés útjára nem került kapcsolatot. Viszont ebben az esetben megjelenik az a fajta emberi érzés, mely a későbbiekben akadályokat, nem kívánt frusztrációt szülhetnek saját hibás döntésünk következményeként.

A virtualitáson kívüli, fizikai életünkben valóban nem könnyen, sőt legtöbbször esetben egyáltalán nem léphetünk ki a megszokott és elrendeltetett kapcsolatainkból, közegeinkből. És ezt az akadályérzetet ültetjük át a virtuális életünkbe. Oly módon képződik le a virtuális közegbe valóságos életünk, hogy még az ott meghozott döntéseket is hasonló mérvűnek éljük meg, mint az életben. Persze más megvilágítást kapnak ezen dolgok azon egyének életében, akik különböző okok miatt, másokkal folytatott interakcióik hiányának tükrében, annak kompenzálásaként keresik fel ezen lehetőséget.

Az említett rossz döntés meghozatala milyen későbbi problémákat emelhet be a chates életbe? A legfontosabb, talán pont amplitúdója és az egész közösségre való kiterjesztettsége miatt élvez erősséget az időnként megnyilvánuló agresszió.

Kétfelől közelíthető meg ennek tárgya, hiszen létezik egy fórumon belül megjelenő, leginkább elv-ütköztető formája, illetve egy közvetlenebb, a közösségi beszélgető panelben („közös”) helyet kapó formája. Nos, az előző típusra jellemző az imént említett interakciós képződmény, hogy leginkább az ismert egyének által megfogalmazott nézetek és elvek antagonisztikus mivolta jelenik meg. Ebben az esetben is a vetítés, mint generalizált jelenség mutatkozik meg, hiszen az egyik egyén által megfogalmazott gondolatok, egy másik egyén számára más értelmezési közegben kerülnek feldolgozásra. Ezért lehetséges az, hogy rövid, tömör, érthető mondatok, gondolatok mögött is képesek vagyunk (leginkább negatív) tartalmakat feltételezni és nem utolsó sorban ellenünk irányuló, destruktív jellemzőkkel felruházni azokat. Ennek lényegében pont az a felismerés jelenik meg, hogy míg az egyén egy fizikai, életbeli kapcsolatban megvívott „harcában”, érdekütköztetésében egész testével jelenlétéről tehet tanúbizonyságot (mimika, metakommunikáció, gesztusok... sokféle néven nevezhető fogalmak írhatók még ide), kifejezve azzal is belső gondolatait, érzelmeit; a virtuális közegben addig, nem jelenhetnek meg ezek s kiegészítő mozzanatnak (bár a legelhanyagolhatatlanabbak) nevezhető tényezők. Így csupán az előzetesen más interakciók tapasztalatai által formált elképzeléseinkre, kategorizációnkra vagyunk hagyatkozva.

A chates közösségi beszélgető panelben megjelenő agresszióval kapcsolatban megemlítendő, hogy az ilyenkor destruktivitásukat az adott módon felvállaló egyének kompenzációra törekvése jelentős. Mint minden embernek, szükség van arra, hogy mind destruktív, mind empatikus, szolidáris, humánus (ragozhatnánk még) oldalunk kiélést nyerjen. Nem menekülhetünk el annak felismerése elől, hogy mindannyiunkban megjelennek a negatív előjellel használható személyiségjegyek, csak egy szociálisabb egyén számára ennek kiélésére a társadalmi együttélés lehetőséget biztosít. Megvannak a különböző csatornák. Ezért talán a chatnek is engedményt kell tennie arra vonatkozóan, hogy ahogy jól adaptálódó egyének megtalálják a kompenzálás megfelelő társadalmi közegét, fórumát, formáját az agresszióra vonatkozóan, úgy a kevésbé szociális, és alapvetően destrukciót eredményező motivációval megjelenő egyének is kiélhessék alapvető törekvéseiket ez irányba. Az agresszió chaten való kiélésének lehetősége nem hordozza magában a teljes

kompenzálás megvalósulását, sőt, mivel jóval kisebb mértékben jelenhet ez meg, ennek veszélye lehet az, hogy ez a fajta személyiségtartalom chaten való megjelenítése generalizálódik, és egyre vehemensebbé válik. Megoldást erre vonatkozóan ajánlani és találni egy ilyen virtuális közegben nem lehetetlen, de valódi kutatások megjelenését kívánja. Példa jelenik meg mindkét oldalról.

Végül a pszichopatológia tárgyköréből személyes tapasztalatok közlése: az általam megismert és a lehetőségek tükrében feltérképezett személyiségjegyek, problémák, határpróbálgatások fényében az agressziót tanúsító, vagy rejtett agressziót mutató egyénekre az alábbi közös jellemzők gyakoriságát véltem felfedezni. Ilyenek az impulzus kontroll zavar, ezen egyénekre jellemző valamiféle abúzus (természetesen szenvedélybetegségek tárházának oldaláról), persecutoros doxazmák, későbbiekben a chaten eltöltött hosszabb idő után befolyásoltatás, derealizáció (ez jelentős a beírt mondatok félreérthetőségénél), deperszonalizáció.

A megjelenő személyiségvonásokat tekintve megjelennek: morális dilemmák, befolyásolhatóság, bűntudat (lásd egy korábban beírt ellenvélemény devalválására való törekvés, leginkább fórumokban), emocionális instabilitás, borderline személyiségszerveződés.

Az agresszióval kapcsolatban megemlítendő még az agresszív gátlás jelensége. Mikor az egyén a benne megfogalmazódó, feltörő agresszió nyílt és rejtett kezelésére képtelen, tehát egy „külső-idegen” képviselőn keresztül kénytelen ennek kompenzálására, kiélésére. És ennek adhat lehetőséget a chaten általa megjelenített személyiség generálásával és virtuális játszmáival, nem kevés esetben pedig nyílt kitöréseivel.

By Luciano

CONTROLL 50-es éveiben járó vidéki addiktológus, aki maga is alkohol-problémákkal küzdött kezdetben, de mostanra rendbe jött. Már a szakadás előtt segített a Psyche chaten. Azon kevés szakemberek egyike, akik átjöttek velem a Gyaloglóra, építeni a közösséget. Controll válasza Lucianónak:

Hmmmm...

5-ös fiam... leülhetsz... :))

Luciano:

Feltétlenül nem azt kérem, hogy szavaim súlyát...”súlytalanságát” mérle-

geljétek... Csupán szakmai szintre kívánom emelni azt, amivel mind találkozhatunk, és szembesülünk ezen közegekben... Megértéseteket köszönöm!

P.S.: Köszönöm Tantó Bácsi/Néni(?)... :)))

luciano

Valóság válasza Lucianónak:

Tehát Lucs koma ezek szerint az egyénnek ha konfliktusa van a saját identitásával, akkor a cseten indikálja azt a konfúziót ami redukálja az energetikai instatálást. S ebből levonva a konklúziót az a véleményem h az adekvát megoldás h a személy optimalizálja a reduktív konstans folyamatainak eseménymátrixát, s ez által degradálja a rejtett agresszió konvergenciakritériumát !!!! Nos az egyén acting outreakciója nem lehet más mint a frusztráció algoritmikus megnyilvánulása!!!! Ugye jól le vágтам Lucs koma???? :D

Controll beírása:

Sziasztok !

Mind a cseten, mind pedig a fórumon is megjelennek a verbális agresszió különböző fajtái. Jelen esetben kaptam én is hozzászólásokat, hogy többször agresszív a véleményem. Elolvastam az említett hozzászólásaimat ismét... (Depresszió)

Lehet tényleg agresszívnek érezni... Én kemény, meghökkentő, – ha úgy teccik – "kijózanító" véleménynek olvasom. Ugyanis bizonyos esetekben – különösen krízisintervencióban, öngyilkossági fantáziálás, dinamikus beszűkülés esetén – csak így ér el a közlés a címzetthez. Kizökkentheti az arról való álmódosásból, hogy önmaga megölése egy "csendes átmenet" egy vágyott nyugalmi állapotba, hanem egy megváltoztathatalan, brutális, óriási szenvedésekkel járó (ön)gyilkolási folyamat. Sok esetben ez az autoagresszió átgondolásához és az elfojtott düh kifelé irányítódásához vezet. Ennek gyakran célpontja a közlő személye. De ez benne van a "kosárban".

Ettől még lehet a klienst elfogadni, félteni, együtt érezni vele.

Egyébként ilyen interakciót egy fórumon olvasva a szemlélődőben is lehetkezhetsz agresszió a saját életélményei, az "agresszív" helyzetben történő viselkedése, emocionális viszonyulása, mentálhigiénés állapota alapján.

Mindenkinek érdemes átgondolni ilyenkor hogy miért is megy fel a "pumpa".

Teljen úgy a napotok, ahogy szeretnétek.

Controll beírása:

Lehet, hogy ezeket a gondolatokat, amik megfogalmazódtak bennem a fórum olvasása közben, nem is ide kellett volna írnom, de új topicot nem nyitok hiszen van elég. :)

Sokszor párhuzamot vonunk a testi-lelki erőszak és a betegség fogalma között. Nem tartom elfogadhatónak azt az álláspontot, hogyha valaki erőszakot követ el a neki kiszolgáltatott emberrel (gyerek, barátnő stb.) utána betegnek nyilvánítva erkölcsileg felmentsük. Hogy valaki szociopata vagy gyűlölködő, agresszív pszichopatológias személyiség, attól ugyanúgy büntetőjogi felelőssége van. Itt kiemelném a szexuális erőszakot és a gyerekek hosszú távú testi és/vagy lelki terrorját. Ezeket a cselekedeteket még a bűnözők is elítélik. Mit gondoltok, hogy bánnak a börtönben a rabok egy pedofil férfival ? Vagy a kalocsai női börtönben a többi rab a gyermekbántalmazás miatt bekerült "anyával" ? Hmm... Mi meg keressük a mentális indokokat. Biztos az is van. De ezt bízzuk a börtönpszichológusokra.

Jó, akkor nézzük más perspektívából a dolgokat. Többször találkoztam már olyan esettel is, mikor a kliens a lelki állapotát az őt ért agresszióval magyarázta. Pl. egy pszichoszexuális fejlődésben megrekedt fiatal nő a férfiaktól való félelmét, undorát azzal magyarázta, hogy kicsi korában az apja megerőszakolta. A későbbi konzultációk során viszont felszínre került, hogy a súlyosan beteg régóta ágyhoz kötött apa képtelen lett volna erre. Az állandó anyai vádaskodás (apád ilyen volt, apád olyan volt) és fantáziájában és álmaiban megjelenő erőszakos képek idővel valóságként rögzültek a kliens memóriájában.

Mivel ezt másoknak is elmondta, ezért az apát komoly bűncselekménnyel vádolta így meg. Ezt azért említem, mert ez a kliens nem tudatosan akart ártani valakinek, csak saját problémáját így tudta kivetíteni. Viszont az már nem elfogadható (sőt büntetendő), mikor az áldozatszerepet szándékosan ártásra használják. Tudatosan erőszakkal megvádolni valakit (valakiket) bosszúból vagy nyereségvágyból. Mert hogy ilyen is van.... Úgyhogy bánjunk "csínján" minden információval...

Szép napot Nektek !

Most pedig következzen négy esztendő múltán Luciano véleménye ma minderről és más dolgokról:

2005 év végén kerültem a Psyche lelkeségély alapítvány gyalogló chaten működő lelkeségély chat vonalához. Abban az időben azért kerestem fel a chatet, hogy az azon belül működő közösségek struktúráját, illetve egyéb itemeit próbáljam meg szakmai szemmel megvizsgálni. A Psyche név alatt futó chatszoba kiemelkedett a többi chatszoba közül, hiszen tapasztalataim szerint olyan személyek voltak akkoriban jelen, akik – ha csoportként nézek rájuk – a csoportkohézió szemszögéből különleges struktúrát mutattak.

Mivel a segítő szakmák egyikét sajátítottam el a főiskolán, illetőleg abban az időben még a főiskola utolsó évét végeztem, úgy gondoltam, hogy gyakorlati szempontból kiemelkedő lehet, ha egy olyan közösségnek a részévé válok és azon belül is segítőként vagyok jelen a közösségben, ahol olyan személyek vannak, akik problémás helyzeteik kapcsán – egzisztenciális hátterük miatt – komolyabb segítő befolyást igénylő területeket nem tudnak felkeresni, ezért maradt számukra a chat világa, ahol bár elsősorban nem teljes személyükkel vannak jelen, hiszen a virtuális közegben mindig egyfajta saját maguk által leginkább preferált személyiségvonásaikat jelenítik meg.

Őszintén megvallva így visszanezve az akkori tapasztalatanyagot, amit abban az időben szereztem, az a benyomásom, hogy a súlyosabb addiktológiai vagy pszichiátriai, pszichológiai problémákkal küszködő személyeken segíteni a virtuális közegben nem lehet hosszabb távon. Ők sokkal erőteljesebb segítő behatást igényelnek. Én a párkapcsolati problematika körével, illetőleg az egyéni életvezetési tanácsadással foglalkoztam. Erre azt tudom mondani, hogy egy terápiás folyamat kezdetén a legfontosabb az anamnézis felvétele. Mi vezetett ide, mik voltak azok a kiváltó okok, azok az élethelyzetbeli problémák, amik az adott pszichológiai esetleg pszichiátriai és azon belül is a pszichoszomatikus tüneteket képezték.

Mivel az anamnézis a terápiás folyamatban igen nehéz terület – tán a terápia egyik legnehezebb területe – saját tapasztalataim alapján mondhatom, hogy a súlyosabb problémákkal küzdő személyeknél – amennyiben a chat segített összerakni az anamnézist, összerakni azt az élettörténeti fonalat, amiből kialakult az eredeti probléma –, ha a chaten folytatott be-

szélgetések után elirányítottuk szakemberekhez, akkor azzal már az adott szakember, illetve az adott személy munkáját, terápiás munkáját is megkönnyítettük azzal, hogy az anamnézis szinte már egészében véve kész volt, jelen volt. Úgy értem, hogy a chatnek együtt kellene működnie olyan segítő területekkel, amelyet az adott személy egyébként igen nehezen érhet el... Azért megemlíthetjük, hogy Magyarországon a segítő területekhez jutás igen bonyolult, a bürokráciának a különböző szálai befonták a segítő területeket. Itt érthetjük a TB-s pszichiátriai rendelést, nem lehet csak úgy bemenni, hanem beutalókkal lehet, és az azután következő különböző területekre is csak különböző beutalók és dokumentumok beszerzését követően mehet az egyén. És ha figyelembe vesszük, hogy az egyén egy problémával küzd és még meg kell küzdenie azért is, hogy a problémáját tálalja az adott szervnél, az még inkább súlyosbíthatja és mélyítheti az adott problémát.

Valóban a legfontosabb az lenne, hogy egy olyan szakemberekből álló gárdát kell összehívni, akik persze különböző területeken működnek, és egy csoportban sosem fognak együtt dolgozni, ellenben esetleg beszélő team összehívására hajlandóak lennének. Illetve találkozók, amelyeket a Psyche Lelkiségi Alapítvány keretein belül is szerveztünk több alkalommal, tehát a személyes kontaktus az adott problémával küszködő személy számára nagyon fontos. Ez meg is történik egy terápiás ülés alkalmával, de ha több szakember már be van vonva, és itt szakemberként értem a Psyche chat oldalon működő személyeket is, a velük való kontaktus is lényeges. Az exploráció, azaz az anamnézis felvétele igen fontos, melyet a szakember, vagy/és a chaten működő szakemberek végeznek, akik lehetnek – úgy mond – szakvégtzettséggel nem rendelkező szakemberek, de ugye a szakvégtzettségnek mindig két oldala van, lehet papír róla, de a gyakorlat sokkal többet számít.

Az anamnézis szempontjából el lehet navigálni úgy, hogy nincsen szakmai kontroll, tehát nincs egy olyan szakember, aki a szakmai területekért felelős. Az viszont, hogy komolyan vegyék azt, hogy a populárisabb társadalomban ezt elfogadják – és ez egy rossz sztereotípi a társadalom szempontjából –, mindenképpen kell, hogy jelezze egy szakembernek a neve azt, hogy itt mi működik. Ugyanis a társadalmi berendezkedés jelenleg és főleg az elmaradottabb országokban – mint Magyarország is – nem engedhetik meg ezek az önálló segítő társaságok azt maguknak azt, hogy

a szakemberek neve által nyújtott reklám lehetőségével ne éljenek. Ezt egyszerűen csak amiatt szükséges, hogy komolyan vegyenek bennünket.

A Psyche mint közösség működését egyrésztől megfelelőnek látom, pontosan azért, mert csoportterápiás szempontból is kétféle lehetőség van, a nyitott csoport és a zárt csoport. A nyitott csoportnak megvannak azok a lehetőségei, hogy az újonnan bekerülő egyének csatlakozhassanak egy közösségi élményhez, a közösségi élményszerzés minden egyes momentumát megtapasztalhassák. Ez addig rendben is van, amíg tudjuk szűrni a komolyabb és a komolytalanabb embereket. Amíg olyan személyek is betévednek egy chatoldalra – és a chat, egy internetes közösség nem szabhat gátakat, hiszen az mindenkiért szól és mindenki szól mindenkihez a közösségeken keresztül –, viszont amikor betévednek ezek a személyek és esetleg valamiféle destrukciót hordoznak magukban és agresszorként jelennek meg önmaguk előtt, az természetesen magát a csoportot és annak fontosságát is devalválhatja.

Emlékszem a korábbi tapasztalatokból, hogy voltak olyan személyek, akik pont az ilyen agresszorok miatt egy idő után azt mondták, hogy többet nem tartanak igényt a Psyche mint közösségre, és vagy kerestek egy másik lehetőséget – bár így zárójelben megjegyzem, hogy más lehetőségek nagyon nincsenek, magam is körületekintettem – vagy pedig sajnos magukra maradtak és tovább a problémájuk egyre mélyebb fokaira süllyednek.

Viszont, hogy szakmailag is megfelelőképpen működjön egy közösség – és itt a Psyche közösségre gondolok, hiszen az a fő témánk, illetőleg a szívügyem, hogy elmondhassam, hogy na végre, megfelelően működünk –, ott legfontosabb lenne létrehozni olyan területeket, amelyek zárt csoport szintjén működnek, tehát, hogy egy adott problémával küzdő egyének egy csoporttá álljanak össze. Ez persze az informatikai szakemberek egyik fő profilja, hogy megoldhassák, hogy olyan szobák legyenek ahova csak azok a személyek léphessenek be akiket az adott probléma érint, viszont akkor kikötésnek kell tekintenünk azt, hogy a megadott időpontokban, a megadott órát végigülve jelen legyenek végig a chat előtt.

Hiszek abban, hogy nagyon sok esetben a kevésbé pszichiátriai jellegű problémával küzdő személyeknek a problémáit megfelelően tudnánk orvosolni. Akik meg esetlegesen a csoportülésen, ami ugye egy megadott időben megadott ideig tart és adott számú alkalom lesz, mert 10-12 ülés-

ről van szó, utána továbbra is úgy érzik, hogy fennáll az adott probléma, hogy az ott kapott segítő beszélgetések nem vezettek eredményre, akkor őket lehetne tovább irányítani megfelelő szakemberekhez. Itt fontosnak tartom azt, hogy a virtuális közegben lévő zárt csoportokat legalább heti egy vagy kétheti egy alkalommal személyes találkozás erejére is meginvitáljuk. És lehet, hogy akkor devalválódik mondjuk a fontossága annak, hogy a virtuális közegben történjen a további csoportfoglalkozás. Lehet, azt fogják mondani a személyek, hogy inkább a személyes találkozást tartják fontosnak, viszont ennek akkor helyet kell találni, ami megint sajnos gazdasági kérdés.

Korábban a Psyche Lelkiségi fórumán megjelenő chat-agresszió témakörével kapcsolatban volt egy elég hosszas megfogalmazásom. A mai nap azt tudom erre mondani, hogy visszaolvastva azt a korábbi bejegyzést, sok minden változott, maga az is, hogy a tapasztalati anyagom eléggé kibővült. Jelenleg olyan munkaterületen dolgozom, melyben agresszív emberekkel foglalkozom. Így az agresszió mindennapi megvilágításban kerül a szemem elé. Abban az időben azt mondtam, hogy azok a személyek, akik oda bekerülnek, azok egy külső, a saját szociális életterükből származó agresszor személyének a jellemvonásait behozzák a virtuális közegbe, és ott vagy egy személyt vagy magát a közösséget kiválasztva projektálják a saját behozott jellemvonásokat. Most így utólag látva a helyzetet azért ez a projekció nem olyan egyszerűen működik. Tehát nem lehet azt mondani, hogy „persze, bejött a személy a chatszobába és akkor ő az agressziót, amit ugye a szociális környezetéből hozott, projektálja egy adott személyre vagy a közösségre”. Itt elsősorban másról van szó. Mivel nagyon sok embernél tapasztaltam azt, hogy viccként, humorként kezelte magát, tehát amit korábban is itt az interjúban említettem, hogy sokan betévedtek, és az új pálya lehetőségével élve úgy gondolták, hogy kipróbálják a közösséget, hogy mit bír. Tehát magyarul a felelősségérzet hiányzott belőlük, nem tudták megfelelően felmérni azt, hogy ez a közösség olyan embereknek lett létrehozva, akik valódi problémával küszködnek, nem mérték fel azt a felelősséget, hogy ez a közösség komoly feladatának tekinti, hogy emberen próbál segíteni. A humort ide behozza.

Természetesen a humor nagyon fontos, a problémák humorral való kezelése mindennapos dolog és terápiás jellegű, de nem ugyanaz mint a kigúnyolás. Viszont ők összekeverték a humort a kigúnyolással. Emiatt sok

ember elpártolt tőlünk, úgy érezték, hogy nincs meg az az elkötelezettség, az a mélység a közösségben, amelyet eleinte hittek azért, mert mi beengedtünk olyan személyeket, akik bántottak másokat.

Persze vannak különböző kontroll tényezők. Vannak ugye az operátorok, akiknek megvan az a jogkörük, hogy különböző embereket kizárjanak a szobából, elnémítsák őket, vagy egyéb ilyen szankciókkal éljenek, de erre szakmailag meg azt mondom, hogy nekünk, szakembereknek azért egy destruktív magatartást mutató személynél egy félóra alatt nem lehet azt felmérni, hogy mit is akar a destruktív személy. Itt virtuális közösségről van szó, nem látom a személyt, nem tudom azt fölmérni, hogy ő most humorral vagy iróniával vagy gúnnyal kezeli az ő destrukcióját, vagy pedig problémája van, amit nem tárt elénk, és esetleg maga a destrukció abból táplálkozik. Ez az egyik legnagyobb probléma szerintem, ezzel nem tudunk mi sem mit kezdeni. Hiába kezdtünk el foglalkozni egy adott személlyel, s a destrukcióját próbáltuk elértékteleníteni egy kicsit, elhalványítani, sok esetben sikerült is, tehát amikor már látom, hogy enyhül a destrukció, akkor már tudom, hogy akkor itt egy kezelhető problémáról van szó, akiben látok jövőt és látom a reményt, viszont nagyon sok embernél nem sikerült, és mondhatnám azt most így utólag egy kicsit tapasztaltabb fejjel, hogy talán azért, mert ő volt az a személy aki a gúnnyal, a gúny jelképével jelent meg előttünk.

Tehát visszatérve a régebbi beírásomra – amit én magam is elég „ellenértelmeztem” így utólag, ez persze nem intellektuális hanyatlást feltételez, hanem a tapasztalatok megszerzését –, hogy ebben az időben a frissen diplomázott személy, aki ugye az elméleti tudáskör birtokában van, ő egy adott témakört elméleti síkon tud megfogalmazni. Viszont egy csomó tapasztalati elem kapcsolódott össze az évek folyamán, ami alapján pontosan azt látom, hogy a frissen diplomázott személy leginkább a tankönyvekben bemagolt anyagot képes tálni.

De visszatérve a chat-agresszióra, ezzel kapcsolatban el lehet mondani személyes véleményem alapján, hogy a chaten megjelenő agresszió ugyanolyan fontos, mint a valós életben megjelenő agresszió. Tehát beszélhetünk itt projekcióról, ami kapcsán az előbbieken már módosítottam az elméletemet, amit akkor leírtam, viszont, az agresszió fontosságát ugyanúgy megőriztem, fontosnak tartom, mint ahogy annak idején is tettem, meg mint ahogy most is teszem. Az agressziónak egy lényege van,

hogy leromboljon maga körül mindent, de segítő szakemberként azt mondhatom, hogy miután leromboltunk valamit, azután tudunk csak építkezni. Tehát az, hogy egy beázott, repedezett falu házat kívülről beburkoljunk újra, elég gyenge megoldás. Azt a házat, jobb esetben, ha lehetőségeink engedik, akkor a földdel tesszük egyenlővé és húzunk helyette egy újat, és akkor tudom azt elmondani, amit ugyanúgy a személyiségekkel kapcsolatban is el lehet mondani. Akkor tudok egy várat építeni, ami ugye kívülről lehet hogy nem várnak néz ki, hanem egy két-háromszobás lakásnak, de nekem, az én számomra egy nagyon nagy értéket képvisel – és ugyanez játszódik le a személyiségben is.

Van egy virtuális közösségünk, annak birtokában vagyunk, ami nyitott csoportként működik, ha szakmai szemmel nézem, és nagyon fontos a személyes találkozók lehetősége, amik meg is valósulnak. Igazából arra a kérdésre, hogy mennyire fontos az, hogy mindenki részt vegyen, vagy a rosszindulatúak szerint csak a klikk jöjjön el, mert ilyen megjegyzések is voltak, ezzel kapcsolatban én azt tudom elmondani, hogy amikor én aktívan működtem a Psyche chatszobában, sosem tapasztaltam olyat és nagyon büszke vagyok rád Zsu ebben, meg a közösségre is, hogy a klikket magát – ami szerintem nem is létezik –, bárki bármilyen kontrolltényezők alapján erőszakolta volna ki. Tehát a lehetőség mindig nyitott volt, mindig mindenkit próbáltunk arra rábeszélni, hogy a személyes találkozás milyen fontos, és ez ugyanúgy működik egy terápiás kapcsolatban, mint az egészségügyben, ahol az orvostól sokat várunk, például rákbetegség esetén a sebésztől sokkal többet várunk, ez igaz, de még többet kell várunk a betegről. Itt is sokkal többet várunk azoktól, akik jelen vannak a közösségben, tehát mi kínálunk egy lehetőséget, mi megmutatjuk azt, amiben még nem volt részük – a szerencsésebbeknek már volt –, azt mi most lehetőségként biztosítjuk nekik.

Az egyén személyes döntésén múljon a továbbiakban is, hogy ki az, aki élni kíván és élni akar ezzel. Mert ha élni kíván ezzel, akkor szakemberként tudjuk, hogy ő komolyan veszi, illetőleg hát nagyon sok olyan ember volt, aki nem vette komolyan, de amikor mégiscsak eljött egy találkozóra, mert úgy volt vele, hogy na majd megnézem és akkor a végén majd azt fogom mondani, hogy úgyis megmondtam, hogy ez egy szar... (bocsánat) azok számára aztán kiderült, hogy hoppá, ez a közösség úgy működik, ahogy azt én vártam, vagy nem vártam, de amilyenre én egyébként vágytam. Sze-

mélyes tapasztalatom az, hogy bizonyos találkozókról én magam is lemaradtam, és számomra mindig is... ugye amikor bemegy az ember egy chat-szobába... nem tudom, hogy hányan vannak vele így, de én mindig is úgy képzelem, hogy akkor egy ajtót megnyitok és a belépés gombra kattintok stb. ez olyan, mint amikor lenyomod a kilinchat... és bemegyek egy szobába, ahol olyan emberek vannak, akiket szeretek, akikkel szeretek együtt lenni. Amikor kimaradtam ilyen közös találkozókból, és mindenkinek volt közös témája, akkor az a személyes élményem, projektív élményem ilyen vizuális projekcióval párosulva jelent meg, hogy ott állok a szoba közepén, mint mikor ezeken az egyetemi vagy főiskolai vagy gimnáziumi bulikon esetleg látod azokat a személyeket akik ott ülnek a sarokban, velük nem beszélget senki, mert nincs közös témájuk, tehát én úgy gondolom, hogy ezt úgy éltem meg, hogy ott helyben én össze fogok omlani. Aztán természetesen ilyenkor jön az embernek a személyes motivációja: a beszélgetésbe akkor is be fogok csatlakozni, és sorra jöttek a kérdések, hogy mert mi volt, és miről maradtam le, és jött az elhatározás, hogy akkor a francokat, hát legközelebb biztos, hogy részt fogok venni, sőt, egy alkalommal a legjobb barátomat magammal hoztam... a Gábort. Egy alkalommal meg a jelenlegi barátnőmet hoztam magammal, mert szerettem volna, hogy ismerje meg azokat a személyeket akik számomra fontosak, és bár virtuálisan léteztek eddig, de azért a projekció működött, hogy azok a személyek akikkel tökéletesen el tudtam beszélgetni a Psychén belül, azokra azért projektáltam olyan személyiségjegyeket, amiknek természetesen a virtuális közegben kontrollját nem találtam, tehát nem tudtam, hogy valóban ő olyan, vagy csak én projektálom és ez a saját belső kivetitésem, viszont a személyes találkozók alkalmával bebizonyosodott, hogy a számomra legértékesebb emberek valóban ugyanazokkal a személyiségjegyekkel rendelkeznek a valós életben is.

Tehát a nagycsoporttal való személyes találkozás kapcsán véleményem szerint két lehetőség van. Egyrészt, amit jómagam tapasztaltam, hogy ha sokan vagyunk egy eszem-iszom bulin és jól érezzük magunkat, annak legalább olyan fontos hatása van, mind emberi, mind pedig terápiás szempontból, mint egy olyan csoportnak, ahol esetlegesen szakember vesz részt. Ha szakember vesz részt egy ilyen csoporton, azért ő kap egy stigmát. Akkor ott a személyek – azt kell, hogy mondjam – kevésbé fognak úgy megnyílni. Hiszen azért egy szakembernek, ahhoz hogy megfelelő szak-

maiságával odatehesse magát, olyan mély problémaelemzésre van szükség, amire egy ilyen nagyobb csoport, amit összekapcsolhatunk egy ilyen kerti bulival, talán nem is alkalmas. Terápiás szempontból, illetve szakmai szempontból a legfontosabb egy ilyen nagyobb csoportnál, ha szakmai terápiás csoportról beszélek, hogy az egy adott helyen történjék, mindig ugyanott adott időben és meghatározott időintervallumig tartson csak. Ha ott van a szakember, akkor természetesen oda csak olyan személyek jönnek el, akik megfogadták, önmagukban elhatározták azt, hogy mások előtt képesek lesznek a szakember jelenlétében olyan mélységig lemenni, amelyek talán kevésbé publikusak, de az adott személyek, akik részt vesznek rajta kívül, azok számára publikálja a saját problémáját. Viszont az eszem-iszomos kerti bulikkal kapcsolatban... tehát, ahogy én a Psychét megismertem... talán legfontosabbnak ezt az utóbbit tartom, amikor csak úgy összejövünk, ha semmilyen alkalom nincs, mégis legyünk együtt, mert kibontakozott az egyének közt a szeretet, az összetartás érzése.

Később ez tudja magát aztán kinőni egy igazi, szakmai terápián alapuló csoporttá, hiszen az eszem-iszomos kerti bulikon kialakul a csoportkohézió, amikor az együttlét érzését mindannyian megtapasztaljuk, és az együttlét érzésével mindannyian élni akarunk, és tapasztalatunkban el akarjuk raktározni, ha olyan mélységekig sikerül ezt eljuttatnunk, akkor megjelenik a kíváncsi a személyekben a terápiás csoportnak. Illetőleg kialakul a bizalom mások iránt egy zártan működő, terápiás szempontokon alapuló csoport kapcsán, ahol aztán az egyén vágya, hogy részt vegyen vagy részt vehessen. Saját életemre lebontva, hogy mit is változtatott a Psyche Lelkisége a Psyche közössége az én életemben, azt tudom elmondani, hogy ugyanazt, mint amit a problémában érintett egyéneknél fontosnak tartunk, a közösséghez tartozás érzését. Ugye az ember alapvető problémái abból halmozódnak, születnek meg, amikor nem tudja, hogy milyen közösséghez tartozik.

Ez leginkább a fiatalokat érinti ma nemcsak Magyarországon, hanem több országban is. A fiatalok ugye próbálkoznak. Igazából az, amikor egy ilyen szélsőséges szubkulturális csoporthoz csapódnak, az nem egy belső indítatás, az a hiányérzés miatti keresés. A csoport maga, mint egy fogalom, mind virtuális, mind pedig szociális értelemben egy hatalmas apaképet feltételez, amelyben mindig van egy háziasszony, akinek a szerepét Te töltöd be, aki viszont akarva akaratlanul is kénytelen az anya szerepébe strukturalódni.

Ez nálam is megjelent. Ugye segítő szakembereknek, nekem is, aki a napi segítő szakmában dolgozom, az egész napom azzal telik, hogy emberek problémáit próbálom az adott emberrel vagy közösséggel megoldani, ez egy egészséges emberen valami nyomot kell hogy hagyjon, méghozzá nem egyértelműen pozitív, sőt inkább negatív értelemben. Itt jelenhet meg az indulatáttétel... ez viszont az áttétel kategóriája, ami bár pszichoanalitikus fogalom és a terapeutát és a terápiában részt vevő pácienszt érinti, de tapasztalati és elméleti síkon azt az egyet megadta nekem a Psyche közösség, hogy rájöttem, hogy van itt csoport-indulatáttétel is.

Korábban sokat benn voltam, napi szinten több órát, és most is és akkor is láttam, hogy ha a segítőnek, aki jelen van és a személyeknek egyenként is segít és a közösséget próbálja összekovácsolni, nem olyan megnyilvánulása van a mindenki által látható „közös” mezőben, amit a közösség képes önmagáévá tenni, akkor a közösségen belül megjelenő klikkek agresszorként tekintenek a segítőre. Saját tapasztalat, hogy voltak nehezebb napjaim – rám jellemző, hogy naponta többször is hangulati-időszaki váltásaim vannak, bizonyos pillanatokban teljesen jól érzem magam, a következő pillanatban, pl. kora reggel, ami nagyon sok emberre nyomasztóan hat, akkor nagyon utálok, nemcsak a magam problémájával, de a máséval is foglalkozni –, de én tettem egy fogadalmat anno, segítő lettem, nekem nem szabad órákra lebontanom, hogy én mikor vagyok segítő, engem, ha álmomból felébresztenek, én segítő vagyok. De ember vagyok. Így megteszem néha azt, beírom néha azt a közösbe a chaten belül, hogy... olyan mondatokat, amellyel nem nyerek népszerűséget. És akkor megjelennek ezek a klikkek, akik így, agresszorként tekintenek rám. Tehát egyértelműen megjelenik bennük az értetlenség, hogy ez az ember, aki tök jó, meg segít nekünk, meg mellettünk áll és összekovácsol minket, most meg támadja a közösséget.

Hát persze, mert megjelenik ez az áttétel és a viszontáttétel kategória, hogy az agresszió a segítőből is kijön, és ki kell hogy jöjjön, de a közösségnek érettnnek kell arra lennie, hogy ezt az agressziót viszont tudja kezelni. Ugyanúgy, ahogy a terapeuta vagy a segítő jó esetben kezelni tudja a felé irányuló agressziót is (sokan azonban nem tudják kezelni), de ezt a közösségnek is meg kell tanulnia, és ez is a csoportkohézió egyik leglényegesebb eleme.

Visszatérve, számomra a Psyche a csoportkohézió és a csoporthoz tar-

tozás élményét adta meg, és miután én egy ideig szüneteltettem az ezen csoportban való részvételemet, így onnan tudtam, nekem mekkora élményt adott, hogy rettentő hiányérzetet okoz a mai napig, és nagy örömmel veszem mindig az olyan személyektől érkező e-maileket, leveleket, egyéb megkereséseket, telefonon satöbbi, vagy személyes találkozókat, akikkel én anno egy csoportba tartoztam.

Nagyon fontos szakmai szempontból, hogy a csoportban lehet ugyan a szakember csoportvezető, de ezt a legszerencsétlenebb megoldásnak tartom. Nem kell vezetőnek lennie, legyen jelen. Nem egy olyan szakmai, tehát a segítő szakemberekben megvan annak a képessége, hogy egy adott csoporton belül kontrolltényezőt képezzenek, tehát vezessék a csoportot, de ezt a szót nem is akarom használni, hogy vezetni, mert nem szeretem az olyat amikor egy egy pukkancs szakember királyt játszik egy csoport felett. Tehát amikor valaki a szakmai tudásával és tapasztalatával olyan érzelmeket kelt a csoporttagokban, hogy ő mindenki felett áll. Ez az onnipotens magatartás nagyon divat. Igenis a szakembernek ugyanolyan tagnak kell lenni, mint egy addiktológiai páciensnek, mint egy depressziós embernek, ugyanolyan tag, semmivel sem ér többet. Hiszen sok esetben tapasztaltam, hogy bizonyos értelemben a csoportvezetőket – vagyis akik létre hoztak csoportot – a csoport egy idő után kiközösítette. A csoport működött és közölték a csoportvezetővel, hogy innentől kezdve nem tartunk rád igényt.

Namost ennél nagyobb szakmai kudarc nincs. Úgyhogy a csoportvezetőnek meg kell tanulnia embernek maradni minden egyes esetben, és embernek tekinteni minden egyes betegét, segítettjét és mindenkit, aki a csoportnak egyébként a tagja. Nagyon fontos, hogy a csoport is fogadja el, de azért tegyük hozzá, hogy a csoport működésének alapszabályaiban benne van, hogy a csoport képes önálló életet élni. Tehát nagyon fontos, hogy a csoportot létrehozó személy első megnyilvánulásai a csoport előtt olyan emberi magatartást tükrözzenek, amelyre maga a csoport, mint egy fiktív emberi lény – mert maga a csoport is úgy működhet mint egy ember, ugyanúgy karjai, lábai vannak, csak ezek nem fizikai szinten valósulnak meg, hogy a segítő által adott reakciókra adott viszont – reakciói az elfogadást tükrözzék.

A jövőre tekintve a legfontosabb elemnek mindenképpen a strukturáltságot tartom, tehát amit már az előzőekben is, itt megemlítettem, hogy a

helyszín megtalálása, ami már egyébként humánus hozzájárulásod miatt Zsu adatott, de találni kell egy olyan helyszínt, amiben a civil szférával való találkozásunkat követően a zárt csoportok, tehát akik igényt tartanak rá azok megtalálják, meg tudjanak jelenni egy olyan helyszínen. Ez gazdasági kérdés megint csak. Illetőleg, amit ugye mondtam, hogy informatikai szempontból kellene megoldani, hogy virtuális közegben is zárt csoportot létrehozni, ahova csak az adott kijelölt névvel fellépő személyek, regisztrált személyek léphetnének be. És aztán meglátni, hogy ők igénylik-e azt a virtuális közegben való zárt csoport működést, vagy jobb nekik ha a civil szférában és személyesen találkozhatnak.

Alapvetően a Psyche mint lelkisegély közösség megfelelően működik, tehát a továbbiakra nézve arról, hogy a szakemberek bevonása milyen szinten történjen, a korábban elmondottak alapján ugyancsak megerősítve azt tudom mondani, hogy csak igény esetén, és igény esetén is mindenképpen olyan formában, hogy a szigorú szakmaiságot erőltetett módon bevinni a közösség életébe nem lehet, spontán lehet, de maradjon meg választott, illetve választható közösségként. Ha a szakma betör erőltetett módon, onnantól kezdve nem választható vagy választott kategóriáról beszélünk.

Végezetül pedig következzen az ígért chatlog amiben az agresszió nyílt és rejtett fajtája is nyomon követhető. Élvezhetünk mindent, a nyílt agresszív megnyilvánulásoktól kezdve, a beszólásokon keresztül a pihe-puha udvariaskodó gúnyolódásokig.

Későbbiekben is sok chatlog vagy chatlog részlet lesz, így javaslok a kedves Olvasónak, ha érthetetlen kifejezéssel találkozik, keresse meg ezt az oldalt, amin megtalálja a chatnyelvben használatos összes rövidítést: <http://hu.wiktionary.org/wiki/Függelék:Internetszleng>

A beszélgetés résztvevői:

ZSÖZI: 30 körüli nő, szuicid gondolatokkal, rengeteg agresszív megnyilvánulással.

KRK: (Kinga) 60 felé közeledő nő. 50 évesen végezte el a szociális munkás szakot, azóta is munkanélküli, a szobában operátor, aktív közösségi tag.

DONGÓ: 30-as éveik végén járó nő, leendő jogász, aktív közösségi tag.

BUBUS: 40 körüli férfi, aki a chaten adja ki a napi feszkót.

MESTENGO: 20-as éveiben járó leány, drogos múlttal, főiskolás, lovasterapeutának készül.

P-ÉTER: 60 éves képiró, régebben agresszív volt, mostanra nagyon jól lehet vele együttműködni.

<Szöszi>látom KRK előre ittál a medve bőrére és még sem maradtál ott a mütő asztalon. vagy az egész csak egy színjáték volt, hogy megint minden rólad szóljon mert a chat királynője TE vagy. hát baszd meg kurvára van másnak is baja. mondjuk nekem csak daganatom van meg semmi másom, se méhem se családom lassan ütőerem sem. De a világ akkor körülötted forog meg a te kukacos fos fejed körül. szarok rád

<Bubus > AMEN!:-D

<homeza> ha jól gondolom szöszi ma nem túl boldog :)

<krk> nem

<Dongó> szöszi nem szokott ilyeneket mondogatni

<krk> vki oltotta

<Bubus > senki nem oltotta...

<Bubus > lehet h baja van?

<Bubus > de persze, ahelyett h meghallgatnátok, neki estek és kiutáljátok... tudom, így megy ez itt, ugye kinga?!

<krk> csak a félelmét érzem, asszem vmi nagy baj lehet

<Dongó> Bubus, akkor hallgasd meg azalatt a 10 másodpercben amíg bent van és kérdezzesd

<Bubus > dongó: próbáltad priviben? én igen...

<Bubus > megent öngól...

<Dongó> itt csak te labdázol Bubus

<krk> Dongó: lehet azt hiszi, kamu műtétet volt?van fotó, amin a seb ott van, felkéne tenni a közösségire

<Dongó> lehet hogy azt hiszi Kinga

<szöszi> nem azt mondtam hogy kamu műtétet volt hanem azt hogy én hamarabb fogok meghalni mint te így ne játszd az eszed.

<szöszi> öregségedre már megtanulhattál volna szöveget értelmezni

<Bubus > na, ez a baja... de xarjatok rá és sajnáljátok kingucikát!

<mestengo> Ne bántsд kingát légyszíves, és fogadd el hogy nem csak neked lehet szar.

<Bubus> mes: nem bántom, 2: nekem nem szar!:-D 3: úgyis mindjárt bá-

belt kapok!:-D

<Bubus > vagy már kaptam....

<krk> mestengo: ne foglalkozz vele, nem érdemes

<mestengo> Nem veled beszélek Bubus :D

<szösz> krk ne beszélj csúnyán nem illik egy nagymamához

<mestengo> szösz, álljál le!

<Bubus > mes: má hogy is gondoltam, h lealacsonyodsz hozzám!?:-D

<mestengo> ne sajnáld magad, és másokat is hagyj ha érdemben nem vagy képes megnyilvánulni

<mestengo> Bubus, ez rád is vonatkozik

<mestengo> a második része főleg

<krk> mess, állj le, a kedvemért

<mestengo> ...ok

<szösz> nehogy szívrohamo kapja miattam mély levegő kiíiii, beeeee

<Bubus > juj, hát ha kingucika kér, akkor ténleg állj le!:-D

<mestengo> szánalmas.

<Dongó> szösz és bubus hagyjátok abba]

<Bubus > dongó: mit?

<szösz> tilts már ki!

<Dongó> oké bábel szösz

<p-éter> ennyi főszereplő közé, hogyan fér be egy szimpla halandó:)D

<Dongó> és ez a következő bejöveteledre és a többire is vonatkozik

<Bubus > dongó: grat!!!!!!!!! nem kellene meghallgatnod talán priviben?! vagy az itt nem szokás....

<mestengo> azt hallgatják meg aki kulturáltan képes megnyilvánulni

<Dongó> ez a szoba nem arra való, hogy másokat keményen megbánt-sunk

<Dongó> ha segítséget kér akkor kérje azt

<Bubus > mestengo: és nem lehet, h épp az a jele, h baj van, h így viselkedik?

<Dongó> de ez nem annak a módja

<Dongó> nem kórház ez Bubus.

<mestengo> Bubus, te nem beteg, hanem egész egyszerűen provokálsz

<Dongó> segíteni is csak annak lehet aki kéri a segítséget

<mestengo> tudod, ez a stílus meggy kamaszkorban anyukának, tanárnéninek

<mestengo> itt már nem, és máshol se.
 <Bubus > dongó!!!!!! ez volt a segítség kérés!!!!!! csak az egótok eltakarta a kilátást, azért nem vettétek észre! Ne ugorj az egodról az iq-d ra mert szörnyet halsz!
 <Dongó> már többszörösen megérdemelte
 <Bubus > nyah, megkaptam a bábelkét!:-D
 <mestengo> sajnos nem, bubus
 <Dongó>Bubus, te is már közel vagy hozzá
 <Bubus > dongó: mennyire????
 <homeza> remek a hangulat, fokozodni fog meg ? :)
 <Dongó> már nem homeza
 <Dongó> ma biztos nem fogják szétbombázni a szobát
 <Dongó> bábelben vannak mindketten
 <Dongó> és ott is maradnak
 <homeza> hmm
 <Dongó> mi mást tehetnék homeza?
 <Dongó> ha ezt csinálják, akkor sorra hagyja el mindenki a szobát mert erre a színjátékra nem kíváncsi
 <Dongó> nekik sem erre van szükségük, nem azért jönnek be, hogy itt is azt lássák hogy az egyik bántja a másikat
 <krk> és így kicsinálhatóak az emberek
 <Dongó> ma már nem egy ember ment ki bubus miatt
 <krk> kettőnek elég összebeszélni
 <homeza> ismerem ezt, volt benne részem nekem is
 <p-éter> a "rendcsinálók" is igen buzgók a "a hangulat javításában:)
 <Dongó> p-éter mire gondolsz ezalatt?
 <Dongó> tényleg kíváncsi vagyok rá
 <krk> igen?és mit kéne tennünk drága PÉTEREM?
 <p-éter> arra , hogy a "rendcsinálás" címszó alatt olykor további konfliktus gerjesztés folyik:D
 <krk> juj de böcs vagy
 <krk> adom az opot, csináld kedves
 <mestengo> akkor én inkább megyek
 <Dongó> maradj mesti
 <homeza> mesti dehat olyna jo a hangulat :)
 <krk> mért mész?

<mestengo> ha p-éter az op akkor levegőt veszek oszt bábel :D
 <homeza> mesi ennyire szeret teged peter ?)
 (Bubus visszajön kukacoska nicknéven)
 <kukacoska> homeza: petya engem is szeret!:-D
 <kukacoska> p-éter: nos, lássuk, hogy "fékezel" meg pl engem!:-D
 kukacoska csak ül, dohányzik és unott pofával várja, h valami kemény-
 kezű op megfékezze....
 <nikikex> kukacos meny ki és ne itt dohányozz hanem kint
 <kukacoska> dongó: sztem jó bünti ügyész leszel! minden tyúktolvajra
 kisírsz egy hatszoros halálbüntit!:-D
 <kukacoska> niki: apucid merre nyaral?
 <Dongó> tanulmányozd a btk-t már nincs halálbüntetés néhány évti-
 zede
 <kukacoska> remélem jól érzi magát!
 <nikikex> kussolj
 <kukacoska> tuti küld képeslapot is!
 <Dongó> kukacos ha bántasz másokat akkor azonnal bábelt kapsz
 <kukacoska> dongó: majd te visszaállítatod!
 <kukacoska> kit bántottam?:-D
 <kukacoska> és mivel?
 <Dongó> tudod te azt jól
 <kukacoska> ez fikció.... bizonyítani tudod?
 <Dongó> ne végy rá mérget hogy nem
 <kukacoska> pedig erre veszek!:-D figyelek, h mit írok!:-D
 <Dongó> vettem észre :)))
 <kukacoska> na! örülök, hogy ilyen figyelmes vagy! ez a jó op egyik is-
 mérve!:-D
 <Dongó> köszönöm a bókot :))) tőled különösen nagy érdem :))
 <kukacoska> ugyan már, igazán nincs mit, ez csak egy a rengeteg, álta-
 lam oly nagyra becsült tulajdonságaid közül! annyi van, h sorolhatnám
 reggelig!
 <kukacoska> am backódáson kívül, ténleg tuti jó bünti ügyész lesz belő-
 led!
 <kukacoska> dongó: rúgj má ki bameg!!!!
 <kukacoska> Dongó, te egy felfelé nyaló, lefelé taposó hülye fapicsa
 vagy!

<kukacoska> semmi?

<Dongó> ha álmos vagy menj aludni magadtól

<kukacoska> megyek, de ezt azért még jólesett kiírni!:-D

A chat-agressziót még nagyon jól illusztrálja az öreg hippi esetében (2. eset) olvasható 4. log is.

5. TÉMA: AZ ALKOHOL

Ebben az időben volt még egy népszerű fórum téma, jelesül a kontrollálatlan alkoholfogyasztás és ennek következményei.

Mint tudjuk, Magyarországon igen nagy problémát jelent az alkohollal való visszaélés következtében kialakult alkoholbetegség. A Psychében is sokan megfordultak, részben akik maguk alkoholbetegek, részben akik egy hozzátartozójuk betegsége miatt szenvedtek vagy szenvednek még ma is.

Ez a topic főleg *Valóságról* szól, de persze helyet kapnak mások is.

Valóságról már írtam korábban, igaz elég röviden. Nos, annyit még tudni lehet róla, hogy 7 gyermek közül ő a legkisebb, ugyanakkor a családban a fekete bárány is ő. Apja (szintén zenész) kedvenceként már egészen kiskorától otthon volt a környéki kocsmákban.

Ma már külön él a férjétől, dolgozik, bátyjaival él, ő gondoskodik róluk anyukájuk halála óta.

Valóság hozzászólása:

Én elmondom milyen egy alkoholista lelke vagyis ami marad a lelkéből. Először csak azt érzi, hogy nincs a helyén ebben a világban és nem érti mit keres itt a többiek között! Magányosnak is érzi magát és azt hiszi őt nem szereti senki és nem értik meg! Aztán jön a lerészegedés első felszabadító élménye!! Először érzi azt, hogy szabad! Azt csinál amit akar és nem is érdekes ki mit gondol róla bármit megtehet amit eddig nem mert vagy nem engedtek! Sőt úgy érzi nincs szüksége senkire mert ő a világ közepe!! Aztán jön a másnap és észreveszi, hogy semmi sem változott, minden hiába! A részegen elgondolt álmvilág nem létezik! DE /és itt a csapda/ vágyik arra az érzésre amit át élt! Onnantól keresi azokat a helyeket társaságokat ahol inni lehet, ahol a többiek is ugyanabban a cipőben járnak mint ő! S általában meg is találja ezeket az embereket sőt el is hiszi, hogy ők az igazi barátok! Aztán egy idő után persze csalódik bennük is. S rá jön arra, hogy ugyanott van ahonnan elindult: magányos! Egyetlen "barát" mentsvár ebből az alkohol abban sose csalódik! Még egy ideig érdeklik a világ dolgai olvas, követi a híreket, tanul, megpróbál kapcsolatban maradni emberekkel! Még olyan áron is, hogy nem magát adja hanem álarccokat ölt eljátszik bármilyen szerepet csakhogyan békén hagy-

ják. S amint egyedül marad már nyúl is az üveg után! Élvezi minden egyes korty ízét és tudja nem sokára a saját világába érkezik az ital olyan lesz számára mint egy groteszk lift egy hamis mennyországba! S nem veszi észre, hogy ahogy telnek az évek egyre több és több korty kell az utazáshoz! S egyre inkább rövidül azaz idő amikor az álarcokat felvéve ugyan de a való világban tölt. Egy idő után már nem képes szeretni sem és elfogadni sem szeretetet. Mindenki csak egy olyan embert lát aki csak szidni vagy vádolni akarja azért mert iszik! Úgy érzi ellenségek vesznek körül mindenhol. Lassan teljesen bezárkózik a saját világába ahol az alkohol áll mindenek felett! Bármilyen képes megtenni a napi adagért már az sem számít ha csak kannás bor jut csak legyen valami pia! Aztán elkezd betegeskedni egyre komolyabb problémák jönnek elő! Kirúgják a munkahelyéről, lassan az otthonából is mennie kell de még mindig ragaszkodik az italhoz! Hazudik bárkinek aki csak felé fordul, hogy segítsen neki! Tudja, hogy nincs segítség s mikor azt veszi észre, hogy már saját magának is hazudik akkor leül a géphez és leírja: milyen is egy alkoholisták lelke vagyis ami maradt belőle...

János válasza Valóságnak:

Hogy egy alkoholistának van-e segítsége, az legfőképpen rajta múlik. Abban igazad van, hogyha nem igényli a segítséget, akkor nem is kapja meg. Mert a családja, a környezete már rég lemondott róla és fájó szívvel, tehetetlenül nézik, ahogy lassan menetel a halálba.

Mint tudjuk, erőszakkal nem lehet senkin segíteni. Ha egy alkoholista eljut odáig, hogy belássa, tényleg "beteg" és van még benne élni akarás, akkor módjában áll segítséget kérni.

Amikor a poklok legmélyére kerül és szembenéz a halállal, döntenie kell: pia nélküli élet vagy nyomorúságos halál a szeretett és boldogító piával (eszemben sincsen gúnyolódni, komolyan beszélek). A nem döntés ebben az esetben önmagában is egyfajta döntés, egyenes út a halálba. Ha az életet választja, segítségre is szüksége lesz. Nincsen ebben semmi szégyennivaló, egyedül kikeveredni ebből szinte lehetetlen. Az ideggondozói (pszichiátria, addiktológia) hálózattól az Anonim Alkoholisták szervezetéig számtalan formája létezik a segítségnyújtásnak. A – kezdetben jelentkező – szinte elviselhetetlen elvonási tünetek megszüntetésére, enyhítésére ma már igen hatékony gyógyszerek, terápiás eljárások léteznek, ha szükséges, az első néhány hétben a kórházi kezelés is igénybe vehető.

De! Van itt egy komoly buktató! A nemivás önmagában legtöbbször kevésnek bizonyul, mert az ivás okát (okait) nem szünteti meg. Ahhoz, hogy valaki elmondhassa magáról, hogy megszabadult a piától, teljes életformaváltás szükséges. Mintegy előlről kell kezdeni mindent. Meg kell szüntetni azokat a környezeti tényezőket, melyek ivásra csábítanak. A rendszeres piálást valamivel pótolni, helyettesíteni kell, különben a visszaesés szinte törvényszerűen bekövetkezik.

Rendezni kell mindazokat a problémákat, konfliktusokat, emberi kapcsolatokat, viszonyokat, melyek az iváshoz vezettek. Ha reménytelenül és megoldhatatlanul megromlott a házasság, ki kell lépni belőle, ha a munkahelyen vannak komoly problémák, másikat kell keresni, szakítani kell az "ívócimborákkal", olyan barátokat találni, akik nem csábítanak ivásra, lehetőleg olyan életmódot kell kialakítani, olyan életet, melyet az illető szívesen és kedvvel képes megélni. Meg kell tanulnia "célt" és "értelmet" adni az életének, "hasznosnak" kell magát éreznie. Olyan elfoglaltságokat (hobbikat) érdemes keresni, amiben örömet leli, leköti, elvonja a figyelmét az alkoholoról. Ebben igen sokat segíthet a pszichoterápia. Ha a területileg illetékes ideggondozóhoz fordul (TB kártyával), az ellátás ingyenes.

Tudom, hogy beszélni, tanácsokat adni könnyű. Ezt a kivezető utat végigjárni pedig nagyon nehéz, de egyáltalán nem lehetetlen! Megtették már sokan. De még egyszer mondom, minderre remény csak akkor van, ha az illető komolyan akarja, ha döntése szilárd és segítséget is kér mindehhez.

Zsu hozzászólása:

Legtöbbünknek vannak az életében olyan szakaszok/események amik miatt italhoz vagy egyéb droghoz fordulhatna segítségül, van aki megteszi, és van van aki nem... aztán olyan is van aki megteszi de nem ragad bele végérvényesen... annak aki alkoholista minden a világon ürügyet szolgáltat az ivásra... annak aki drogos, annak a drog használatra, annak akiket más dolgok szédítenek el, vagy más dolgoktól lett függő, annak meg éppen arra amit... sztem pl. a szerelem is egy drog, az internet is, meg sok egyéb is van amit lehet droként is használni, és nem is önmagukban rosszak, mindig attól függ, mi lesz belőle, hogy él e, vagy visszaél-e velük az ember... (az alkohol erre tipikus példa, hiszen vannak társasági ivók is, de éppen ez az ami miatt a legnehezebb elhagyni, mert sok alkoholista azt hiszi, hogy társasági ivóvá válhat, ez viszont csapda-

helyzet) de ha már belekerült egy függésbe akkor az a leglényegesebb, hogy ezt tudatosítsa magában és tegyen ellene valamit... a legtöbb függéssel az a fő baj, hogy nemcsak a saját személyiségét építi le lassacskán, hanem azokét is akikkel együtt él, akiket szeret és akik szeretik, nagymértékben és nem pozitív irányba befolyásolja, ergo nem mondhatja tiszta lelkiismerettel, h ez az én bajom, az én problémám, az én szenvedésem és kátyum, mert ez nem igaz sajnos, még akkor sem, ha csakugyan ő az aki leginkább gyötrődik miatta...

János hozzászólása:

Kimaradt az előző hozzászólásomból egy fontos dolog (persze sok minden, hisz a téma kimeríthetetlen).

A gyógyulás egyik alapvető feltételének tartom, hogy mind maga az alkoholbeteg, mind a környezete tudatosítsa magában, hogy a betegségből kivezető út bizony buktatókkal terhes. Szinte természetes, hogy visszaesések bekövetkeznek. Az ember gyarló, esendő lény, azonnali gyógyulásban hinni és az első kudarc után feladni bizony nagy hiba. A folyamat inkább próbálkozások sorozata, ideiglenes sikeres időszakok és kudarcok is egyaránt előfordulhatnak. A kudarcok miatt nem összeomlani kéne, hanem okulni és tanulni belőlük. A következő próbálkozás már sikeresebb lesz, ha tudjuk, mit, miben és hol hibáztunk. Azt szokás mondani, kétféle alkoholista van: aki iszik és aki nem iszik... Egy alkoholista fölött ott lebeg élete végéig Damoklész kardjaként a visszaesés réme. Ezt tudomásul kell venni, a visszaeséseket nem a beteg hibája, vagy akaratgyengesége okozza, hanem magának a szenvedélybetegségnek a természetéből fakad. Az életformaváltás, a mindennapos szokások újjávaló fölcserélése nagyon sokat segíthet a visszaesések elkerülésében, ill. az ismételt próbálkozásokban ugyanúgy, ahogy a közvetlen környezet (család) megértő odafordulása is.

1 Nő válasza Valóságnak:

Itt és most szólok, hogy fogalmam sincs, hogy mit kéne tennie egy alkoholistának, vagy mit kéne tenni egy alkoholistával. Számomra ugyanis nem létezik "az egy alkoholista" mint olyan. Azt, hogy mit kéne tennie egy alkoholistának? Nem tudom, mert nem voltam alkoholista, bár életem során volt olyan időszak amikor azzá válhattam volna, de szerencsére időben észbe kaptam, hogy azzá válhatok, ha ki nem lépek, és meg nem tagadom a közös "feszültségoldást" egy közeli hozzátartozómmal. A

kilépésben, a megtagadásban nekem az segített, hogy volt egy gyermekem akit meg akartam kímélni, VÉDENI egy alkoholista anyától. Volt egy unokatestvérem aki közel állt hozzám, és Őt nem VÉDTE meg a saját anyja attól, hogy ne alkoholista anya mellett nőjön fel. (Megjegyzem az unokatestvérem gyereke, környezete is átesett ezen a folyamaton, de valamiért a nagynéném, és az unokatestvérem is hasonló életkorban váltak nem ivóvá.) Ami nekem szerencsém, és hasznosítható tapasztalat volt, meg persze a gyerekemnek is, az nekik időszakonként maga a pokol. Szégyennel, fájdalommal, éveken át tartó küszködéssel a szűkebb és tágabb környezetükkel. Mit kéne tenni egy alkoholistával? Erre a kérdésre sem tudnék választ adni csak úgy, ha az "egy alkoholista" módon vetődik fel. Számomra azt, hogy mit tegyek... azt az alkoholistához fűződő viszonyom, kapcsolatom dönti el. Mit tettem? Miután megtagadtam az együtívást a közeli hozzátartozómmal, mindent, amit csak egy zugivóval lehet. Megszégyenítettem. Amikor nem volt jelen összeszedtem az eldugott üres és teli üvegeket, kidobtam mindent. Elviselte. Más alkalommal, nem dobtam ki, hanem köszömlére tettem, elviselte minden szó nélkül. Leültem vele beszélgetni, meggyőzni, magyarázni, kérni, hogy forduljon szaksegítségért, vele leszek és segítek... megtagadta. Kiabáltam, vérig sértettem olyan dolgokkal is, aminek nem is volt köze az alkohol függéséhez. Haláláig vele éltem, és bár élete utolsó hónapjaiban nem jutott piához, de azt rövid időn belül "helyettesítette" a kábítószer, melyet a gyógyíthatatlan, és mindvégig önmaga előtt is tagadott, rákos betegség fájdalmainak enyhítésére kapott. Mit tettem még? Dolgoztam olyan alkoholista szülőkkel, akiknek a gyermekei nevelőszülőknél éltek. A poklok olyan mélyére jutottak el, hogy gyermekeiket sem nevelhették, de szerették Őket, és a gyermekek szintén szerették ezeket az alkoholista szülőket. Mit tehettem volna, "egyezséget kötöttünk" többnyire, a gyermekek érdekében. A látogatásokra nem jöttek piásan. Volt akivel könnyebb volt, volt akivel nehezebb, volt akivel elég volt, ha elbeszélgettem a problémáról, volt akit "fenyegettem", hogy nem engedem találkozni a gyermekével egy bizonyos alkoholinívó fölött. Volt olyan alkoholista szülő is, akinek Szigetvár után senki más nem tartotta számon az alkohol nélkül eltöltött napjait, csak én, minden alkalommal megmutatta a különböző színű érmeit, és én minden találkozás alkalmával a naptáramba jegyeztem fej, hogy hány napot sikerült "tisztán" töltenie. Évek teltek el, már

nem dolgoztam együtt Vele, és a gyermekeivel... 4-5 év után visszaesett. Szerettem alkoholistát... mikor megértettem, hogy a szerelem sem képes az alkoholt "legyűzni" még összefogva sem, kiléptem a kapcsolatból. Szerettem alkoholistát úgy, hogy nem éltem vele együtt, tudomásul vettem, elfogadtam annak ami, megértettem, hogy az a harc, az Ő harca, bármennyire is szeretnék neki "segíteni", de eszembe sem jutott a "segítést" elfogadtatni, ráerőltetni. Hát ilyeneket tettem én. Az alkoholistához való viszonyulásomat mindég a kapcsolatunk milyensége, minősége határozta meg. Volt ebben minden, kényszer, munka, érzelmek, tehetetlenség és siker. Nem vagyok pszichológus, nem tudom és nem is ismerem alaposan az alkoholistákkal való megfelelő bánásmódot, szakirodalmat. Egyet tudok, én az "egy alkoholistában" az embert látom. És még egy emlék, ami erről eszembe jut. Egy késő őszi estén, amikor már az éjszakák 4-5 fokra is lehűlnek, hazafelé, a buszról leszállva, az árok szélén egy részeg öregembert láttam, mellette feküdt a biciklije. Többen elmentek mellette, mint később kiderült olyanok is akik személyesen ismerték, anélkül, hogy lehajoltak volna hozzá. Megszólítottam embereket, elmondtam nekik, hogy reggelre meghalhat az öreg, ha otthagyjuk, egyedül nem tudom megtalálni az otthonát, nem tudom megmenteni a fagyhaláltól. Segítettek, az öreg nem lakott messzebb mint 150 méter. Voltak emberek, akik segítettek és hazakísértük, még olyan is akadt, aki utánunk hozta a kerékpárját. Érdekes, annak az öregasszonynak, és annak az öreg embernek a tekintetét soha nem fogom elfelejteni. Annak a részeg, árokparton fekvő öregnek olyan meleg, a mámoron is átütő, tekintete volt ami most, hogy ezeket a sorokat írom, magam elé tudok idézni. Soha többé nem láttam, nem beszéltem azzal az idős házaspárral. Akinek szakmája, hivatása az alkoholbetegekkel való törődés biztos százszor, ezerszer tud többet tőlem arról, hogy mit kéne tenni egy alkoholistának, és mit kéne tenni egy alkoholistával.

Valóság beírása (naplórészlet):

Egy hete voltál itt. Dühösen mentél el, segíteni akartál... mint már annyiszor. Kiabáltál velem: – Nem veszed észre mi lett belőled? Egy undorító kocsmatöltelék nézz tükörbe! Hányini kéne az ilyenektől! Te már nem is ember vagy!

– Tudom jól – mondtam csak úgy magamban. Nem hallottad.

– Szégyellem, hogy a családomhoz tartozol.

–/ Tudom – mondtam magamban, de te nem hallottad.

Eljöttél, összeszeded a szennyest, kitárod az ablakot, megkérded ettem-e valamit?

– Hagyd a szennyesem az enyém! Csukd be az ablakot fáj a fejem a huzatban, és igen ettem valamit azt hiszem – mondom magamban s te nem hallod.

Aztán elküldesz fürdeni mert piaszagom van és az gusztustalan.

– Akárcsak én, de a kedvéért rendbe teszem magam – mondom magamban de te nem hallod.

Mire elkészülök összeszeded az üvegeket, kiviszed a szemetet, letakarítod az asztalt.

Leülök, te is. Rám nézel, először, mióta bejöttél az ajtón.

– Tudod, hogy szeretlek azért vagyok itt.

– Tudnom kéne, tudom is, csak nem érzem – mondom magamban s te nem hallod.

Aztán felpattansz és közlöd :

– Ha nem teszek semmit, akkor te hiába akarsz segíteni!

S már csak az ajtó csukódik mögöttem. Ez ám az ajtó kinyílik, aztán bezár, bezár mindent mintha...

– Tudom és köszönöm – mondom utánad magamban de nem hallod.

Aztán csönd van sírok magamban, de nem látod... S kinyitok egy veget.

Valóság beírása (naplórészlet):

Most megint itt vagy.

– Itt semmi sem változik, hogy lehet így élni? Azt hiszed mindig eljövök és ki ganédom ezt a szemétdombot?

– Nem kértelek, de örülök, hogy látlak, azt hiszem – mondom magamban s te nem hallod.

– Ide figyelj, el kéne jönnöd segíteni cipekedni a piacról, mert sokat vásárolok! Aztán eszünk valahol valamit meghívlak és közben beszélgetünk. De csak ha nem iszol!

– Szívesen mennék, ha nem mondanád, hogy ne igyak, tán eszembe se jutna, de mondod. Mindig mondjátok... – mondom magamban de nem hallod.

Megrázom a fejem.

– Még ennyit se kérhetek tőled? Pedig én a lelkem kiteszem érted!

Most elmondanám, hogy szeretlek és megkímélnélek a cipekedéstől

ha... nem szekálnál állandóan, ha másképp fészülnéd a hajad, ha nem csinálnád ezt vagy azt. Feltételeket szabni mindig lehet! Bár csak annyit szólnál:

- Légy szíves gyere ki a piacra segíteni - mennék, bizony, hogy mennék.
- Legalább mondj valamit, az istenedet! Soha semmit nem mondasz, én ezt már nem bírom!

Most megint kiabálsz, ez annak jele, hogy nemsokára elmész, itt hagyod a nyitott ablakom, a letörölt asztalt az üres szemetest és engem. De hát mondom én:

- Örülök, hogy látlak! Csak ülj le. Elmondom, hogy mi történt velem, mióta nem voltál. Elmondom, minek örültem vagy mi tett szomorúbbá mint szoktam lenni, elmondom, hogy... elmondom – de csak így magamban s te nem hallod.

Már megint bezárult az ajtó mögötted. S el se köszöntél...

Valóság beírása (naplórészlet):

Tegnap történt. Ott ültem haverokkal a kocsmában, már jól éreztem magam. Dumáltunk, hülyéskedtünk, iszogattunk. S egyszer csak ott álltál az ajtóban. Megijedtem, nem azért, mert itt találsz. Hanem mert nem akartam, hogy ilyen helyen legyél, mert a kocsmák mindig bepiszkolják az embert. Kerestél a szemeddel s rám találtál.

- Te mit keresel itt, ezekkel az emberekkel? Már mindenütt kerestelek!! Kiabálsz, de most nem mész el... itt állsz előttem és rám meredsz. Magyarázatot vársz, de nem tudok adni. Legalábbis olyat nem, amit elfogadnál. Felállok és elindulok kifelé... kicsit támolygom.

- Te csak magadra gondolsz, nem gondolsz a családdodra, nem gondolsz anyánkra se!

Végig üvöltöd utánam az utcát. A kezem a fülemre szorítom, bár így még jobban szédülök!

- Mi a picsát keresel itt, ezek között, a kocsmában? Nem szégyelled magad??

- Nem, nem szégyellem, hisz gyerekkorom óta ismerem őket, nektek kéne szégyelnetek magatok, amikor hagyjátok, hogy a fater magával hurcoljon ide és ilyen helyekre, de örültetek ha nem vagyok láb alatt – üvöltöm magamban, de nem hallod, nem halljátok.

- A születésnapom ünnepeltük a 20.-at.

Ez teli találat volt!!!

Megállsz, rám nézel. Nem a szemembe, csak rám. S tudom, a tökéletlenség szilánkja vág a lelkedbe és a szégyené, hogy valamit el rontottál, mert nem vagy tökéletes!! Tudom, hogy fáj, hisz én ezekből a szilánkokból raktam össze magam. Megsajnálak!

– Nem baj, hogy elfelejtetted! Mindig ez van.

– Anyu felhívott? – kérded reménykedve.

– Nem, nem szokott – mondom.

Többet nem szólok. Rendezem a lépteim, ott hagyalak. Szép lassan haza megyek.

És kinyitok egy üveget. Boldog születésnapot, tökfejl!

Valóság beírása (naplórészlet):

Kinyitom a szemem... lassan... mert lüktet az egész fejem. Sötét van... csak árnyékok vannak körülöttem.

Jó lenne tudni, hol vagyok, mennyi az idő. Vagy bármi támpont a létezéshez jó lenne. Megpróbálok felkelni, fáj minden tagom. Padlón fekszem egy szőnyegen vagy olyasmin. Fel kéne kapcsolni valami lámpát. Oda botorkálok a falhoz és kitapogatok egy kapcsolót. A világosság olyan fájdalmasan érint, hogy nyomban le is kapcsolom a világítást. Itthon vagyok! Szerencsére. Szédülök, kiszáradt a szám. Összeszedem magam és újból villant gyújtok. 22:17, de melyik nap estélye ez? Körül nézek, rosszul vagyok, hánynom kell. Pedig ahogy látom, nem sok minden maradhatott a gyomromban. Mint a disznók, akik a saját okádékukban fetrengenek, én is. Nagyon bűdös van. Lassan oda araszkolok az ablakhoz, kitárom, megcsap a friss levegő és a hideg. Bemegyek a fürdőbe tusolni, mert nem bírom a saját szagom... Nem nézek a tükörbe, félek attól, akit ott látnék. Még a víz is fájdalmat okoz.

Próbálom erőltetni az agyam, mi történt? De semmi, csak halvány képek, ez szinte megőrít! Felöltözöm, hidegvíz, algopiryn, szódaikarbóna a két másodhegedűse nyomorultságomnak! Kinyitom a hűtőt: üres. Le kell menni valahogy az éjjel-nappaliba!

Nem tudom felhúzni a cipőmet. Papucsban indulok el, pedig tél van.

Eszembe jut valami, amit egyszer hallottam valahol: Minden ember egy külön világ!

Már tudom:, hogy múlik el egy világ dicsősége!

Odaérek a bolthoz, tudom, mit veszek: mert hát kutyaharapást szőrével...

Valóság beírása (naplórészlet):

Három nap telt el az eszméletvesztés óta. Kitakarítottam, rend van! Nem megyek az utcára, csak sötétedés után, akkor is csak a kis közértig.

A napokat Radnóti és József Attila társaságában töltöm. Nagyon kedvelem mindkettőt. Ha most élnének s módomban állna találkoznom velük, akár barátok is lehetnének.

Itt voltál, csengettél, de nem nyitottam ajtót. Nem akarom, hogy láss. De te nem nyugszol. Felhívsz: – Mi van, már be se akarsz engedni?

Nem, nem akarok beengedni senkit, most én vagyok itt magam, csak magam! Három nap van, akinek a feltámadáshoz elég! Nekem arra se, hogy annyira össze szedjem magam, hogy beengedjelek. Elgondolkodom, miért jársz ide?? A saját lelkiismereted akarod megnyugtatni, jelesül, hogy te megtettél mindent, vagy az én lelkiismeretem akarod felkorbácsolni? Arra gondolok, hogy a többiek mivel vettek rá arra, hogy figyelj rám a nevükben is??

Valóság beírása (naplórészlet):

William barátom után szabadon:

A világ nekem nem több mint világ!

Egy színpad, amelyen mindenki játssza a szerepét.

Én a búsat játszom.

És, hogy mi az oka? Alkesz vagyok.

Dehát egy alkesznek nincsen szeme, s nincs neki keze?

Szervei, formája, érzései, szenvedélye, indulatai?

Nem ugyanaz a tápláléka?

Nem ugyanazon szavak sebzik?

Nem ugyanazok a nyavajái s nem ugyanaz a gyógyír kell neki?

Vajon nem ugyanaz a hőség hevíti, és nem ugyanaz a tél hűti le mint másokat?

És ha megszúrtok nem vérzünk-e?

Ha megcsiklandoztok nem nevetünk-e?

S ha megmérgeztetek nem halunk-e meg?

S ha meggyaláztok talán ne álljunk bosszút?

No comment.

Valóság beírása (naplórészlet):

Éjszaka! Gyűlölöm! Mert tele van árnyakkal, mert védtelen vagyok a sötétben, mert az éjszakával mindig valami véget ér, mert nem tudom, mit hoz a holnap...

Éberem figyelem a zajokat, aztán nem bírom tovább. Villany felkapcs. Poharat fogok a kezembe, jó lenne annyit inni, hogy el tudjak aludni! Olyan semmitmondó éjszakákat szeretnék, csak aludni, semmi több. Az álmokat nem szeretem, hazudnak, ha jók. S túl igazak, ha rosszak. Sokszor eszembe jut Attila verse: Aludj el szépen kis Balázs...

Miért hazudunk a gyerekeknek? Talán azért, mert úgy gondoljuk, hogy ha felnőnek, nem rokkannak bele a valóságba?? De hát ez nem igaz, ez sem igaz...!

Egyáltalán, mi is az igazság? Általában a negatív dolgok tűnnek mindig valósnak s a pozitívak hamisnak. Milyen lenne egy jobb világban ébredni? Keserűség és fájdalom nélkül? El se hinném, hogy nem álmodom. Anyám ott aludna a széken mesekönyvvvel a kezében s megsimogatnám az arcát.

Aludj el szépen kis Balázs...

Valóság beírása (naplórészlet):

Csak egyetlen szó tombol az agyamban: inni! Izzadok, reszket mindenem, fájnak a mozdulatok, megy a hasam. Csak fekszem és azt mondogatom magamban: „Még egy percet bírj ki, meg még egyet...!” Két napja nem ittam semmit. Tudni akarom, meddig bírom, tudnom kell, mennyi maradt még belőlem. Már alig emlékszem milyen volt, mikor még nem ittam. Mire gondoltam, mit tartottam fontosnak? Szerettem-e valakit is? Vagy mindig is ellenséget láttam mindenkiben? Örültem-e pl. a napsütésnek, a kék égnek? Már évek óta fel sem nézek az égre. Pedig valamikor imádtam a felhőket bámulni és nem gondolni semmire.

Jó pár éve már, hogy lehajtott fejjel járok. Talán a szegény miatt, pedig nem magam szegyellem, hanem azt amivé lettem. Mert mi is vagyok én? Egy alkoholista. Ez a szó magában foglalja a jellemem, gondolkodásmódom, stílusom s részben talán még a megjelenésem is...

Egyvalamit megfigyeltem az alkoholistáknál: a nemiség mint olyan szinte teljesen eltűnik. A férfi és nő közti különbség egyetlen közös tulajdonság mögé: és ez az ivás utáni olthatatlan vágy. Tehát két napja nem iszom. Enni próbáltam, de igen komikus helyzet állt elő: levest főztem persze csak ilyen zacskósat, a bökkenő az volt, hogy hiába próbáltam kikánalizálni a tányérból, annyira remegett a kezem... így hát maradt a szívószál. Megalázónak éreztem, de egyszerre nevetségesnek is. Aztán arra gondoltam, ha már én kigúnyolom magam, akkor mit is várjak másoktól? A

vége az lett, hogy nem ittam meg a levest.

Tehát két napja nem iszom, olyan ez mint egy lázálom. Még egy percet bírj ki, aztán még egyet... Csak egyetlen szó tombol az agyamban: inni!

Valóság beírása: (naplórészlet):

Három hete fekszem itt, az intenzív osztályon, tele csövekkel meg ilyesmi... az infúzió táplál! A hasfalam lassan egy szabásmintához hasonlít, annyi tűszúrás ékteleníti! S nem jön senki hozzám...

Bár ez nem igaz teljesen, mert azért anyu, te bejöttél, megfürdettél! S a családom 40%-ka is meglátogatott!

Bár a tekintetükben eltemettek! Igazolni látszott a feltevésük, miszerint egy alkesz halálba issza magát...

Talán még meg is könnyebbültek volna, ha áteszem a bárszékelyem a másvilágra! DE NEM!!

Azért sem, itt maradok s ne higgyétek, hogy ez számomra kegyelmi állapot – sokkal inkább büntetés!!

Első héten nagyon rossz volt pia nélkül, ágyhoz láncolva... :((

De aztán megtaláltam a kiskaput, így hozzá jutottam némi alkoholhoz...

Most azt gondolom, az alkeszek olyanok, mint egyfajta ingaóra vagy mi.

Az ital legkisebb jelére képesek úgy reagálni, hogy megtalálják magát a forrást! Így van ez itt is, az intenzív osztályon... Ha te nem tudsz kimenni, kimegy más! Csak egy kis pénzbe kerül...

Hogy kerültem ide??

Elmondom. Egy átvigadott éjszaka után rosszul lettem. Azt hittem, hogy megmérgezték valami lőrével.. Aztán a mentők elvittek, Istentudja melyik kórházba.

Te hívtad ki őket, mert telefonáltam neked, hogy MOST végre meghalok...

Másnap kiderült, hogy tüdőembóliám, vesemedence gyulladásom, és tüdő ill. mellhártya gyulladásom van és tényleg nem biztos, hogy túl-élem!

Érdekes módon a rég nem látottak mind tiszteletüket tették, majdnem mind!

Azt gondolom, aki nem volt nálam, az nem is számít, csak az a baj, hogy túl sokan vannak ilyenek!

Sajnálattal közlöm mindannyiótokkal, hogy TÚL FOGOM ÉLNI! S ELME-HET MINDENKI A SUNYIBA!!

Valóság beírása: (naplórészlet):

Itt ül a padlón, pont velem szemben 1 db gyerek.

Három napja mindennap felhívtál és biztosítottál arról, ha lenne más, akkor tényleg nem engem zavarnál, de sajnos senki nem ér rá!

Képzeld, pontosan tudom, hogy ez nem a bizalom jele, hanem egyfajta szükségállapot! Rám kell bíznod a gyerekedet, ez számodra lehet h meg-rázó, pedig nem te leszel összezárva vele 2 órán keresztül!

Tehát a kisember itt üddögél előttem, én meg csak nézegetem őt! Milyen kicsike a keze, az orra, mindene! Az emberbe kényszerűen belehasít, hogy meg kell védeni ezt a kölköt, mert még védtelen. Különben jó fej csak kár, hogy nem értem miket mondogat.

Milyen érzés lehet az, hogy te mondd amit akarsz és csak bambán néznek rád?

Mondjuk ezt tudom...

Mit lehet csinálni egy 2 éves gyerekkel? Tudnom kéne ösztönből vagy tanulják ezt az emberek?

Föláll és közeledik, azt hiszem tetszik neki, hogy a padlón ülök és ha feláll, majdnem nagyobb nálam!

Ideért, valamit mutogat, a kezében egy szétszedhető játék!

Szétszedem, tetszik neki, próbálja összerakni, azt hiszem, segíték neki.

Telefon, te vagy!

– Minden rendben? Mert ha gond van, akkor szólj! Ugye nem ittál? Remélem nem sír.

– Még egy hülye kérdés és leteszem – csak ennyit válaszolok.

– Ne haragudj! – mondd alig hallhatóan – Sietek!

A gyerek eközben letámadta a könyveim. Azt hiszem az ölembe veszem és olvasok neki, azzal nem teszek semmi rosszat.

Milyen jó illata van egy ilyen kisemberkének :)))

Húzza a hajam, belepiskál a számba...

Itt ül 1 db gyerek az ölemben, ez hihetetlen, pedig igazán nem akartam elvállalni. De nem bánom most már. S nem is sír!! Elvan nagyon jól, én is. Csöngögetnek. Te jöttél ÉRTE! Megnézed: minden rendben van-e? Megnyugszol.

– Köszönöm, hogy vigyáztál rá! Ezt neked hoztam.

Egy szatyrot adsz a kezembe, benne egy üveg vodka.

S nem is tudod mekkora fájdalmat okoztál ezzel nekem!!!!!!!

Tehát ma itt járt egy kisgyerek...

S mi maradt utána? Egy üveg vodka...

Valóság beírása (naplórészlet):

Amikor először csalódtam:

Kicsike gyerekkorom emlékeit apám tölti ki. Mindenhova együtt mentünk, büszkén cipelt magával! Az én hatalmas, erős apukám, aki senkitől se fél!

Sokszor a nyakában ülve sétáltunk és beszélgetünk, bár igaz ami igaz, akárhova indultunk, mindig valamelyik vendéglátó helyiségben kötötünk ki a végén. De én ezt is szerettem, ismertem mindenkit és láttam, hogy apámat mennyire szeretik mindenhol. Sokszor, sőt, majd mindig órákat üldögéltem a "nagyok" között és hallgattam mikről beszélgetnek! Apunak mindig igaza volt, bármiről is folyt a diskurzus. Úgy éreztem az én apukám a legerősebb, legokosabb, legjobb apa a világon.

Volt egy titkos jelünk, amit csak én és ő ismertünk : egy hangjelzés. Ha bárhol voltam és meghallottam ezt a hangot, mindent eldobtam és szaladtam a hang irányába, tudtam, apu ott lesz!!! :))

Lehettem akár az óvoda udvarán, vagy akár otthon vagy bárhol, ahol apu nem volt ott, csak erre a jelre vártam.

Apám meg én!

Akkoriban még nem szerettem anyut, legalábbis nem annyira, mint illet volna.

Senkit se szerettem apámon kívül!

Apunál nem voltak szabályok, soha semmit se kellett!! Mindig azt csinálhattam, ha vele voltam, amit akarok. Ha úgy volt kedvem, egész nap csak fagyit ettem! :)) Nem szólt érte, soha semmiért nem dorgált meg.

Nagyon szerettük egymást!

Aztán egy este történt:

Apu nem jött haza. Bárkit kérdeztem nem mondták meg, hol van! :(

Már sötétedett és én nagyon aggódtam és szomorú voltam.

Te odajöttél hozzám és azt mondtad:

– Apu nem jön haza, ott alszik a kocszában, anyu most volt ott .Hívta haza, de nem jön!

– Azért nem jön haza, mert az anyu mindig veszekszik vele – sírtam.

– Te még kicsi vagy, nem érted mi van itt.

Felálltál és ott hagytál! S én nem tudtam, mit nem értek. Miért nem jön apu haza?

Kiszöktem és elmentem én apám után.

Amit láttam, azt nem felejem soha!

Apu egy sarokban ült, de olyan idegennek tűnt nekem. Odamentem hozzá és megráztam a karját.

- Apa, gyere haza!

Megütött engem!! Olyan erősen, hogy elestem, és eltört a szívem!

Hazamentem egyedül sírtam nagyon.

Te vigasztaltál, de nem tudtam megnyugodni.

– Figyelj, tudod apu ilyen, csak te még kicsi vagy és nem érted, mert csak azt látod amit látni engednek neked. Semmi baj, ne sírj! Apu majd hazajön, ne félj!

Azután, ha meghallottam a közös jelet, már nem szaladtam a hang irányába!

Sacha Vykos beírása:

Hümmm, na ma megint okos leszek, és elmondom, hogy alkoholt sokféle képpen lehet inni. Ez az ivás céljától és az ivás eszközeitől függ. Ha az eszköz én magam vagyok és célom az alkohol, akkor... akkor én hol vagyok?

De amikor kifekszem a csillagos ég alá, kezemben egy üveg bor, és a cél én magam vagyok, az eszköz meg az alkohol, akkor... akkor te hol vagy?

De amikor kifekszünk a csillagos ég alá, kezünkben az üveg bor, a cél együtt lenni, az eszköz meg az alkohol, akkor... akkor a külvilág hol van?

Kérdés: melyik hiányában vagy alkoholbetegnek, alkoholistának nevezhető? Melyiket adod föl, ha iszol: magadat, a másikat, vagy a külvilágot?

Én arra tippelek, hogy bármelyiket föladhatod, kellő mértékkel. A mérték a rombolásban rejlik. Ameddig nem rombolsz az alkohollal, addig nincs vele gond.

Na megint okos voltam, hurrá.

Valóság válasza Sacha Vykosnak

Igazán okos voltál!

Elmondom neked, mikor alkesz valaki: ha csillagos ég, vagy barát, vagy barátnő, ne adj isten önmaga, csak eszköz! S a cél nem más mint az AL-KOHOL!

Controll beírása:

Ezt a szinte kifogyhatatlan témát egyre több szemszögből és módon látjuk, ill. éljük meg. Ez jó.

Most egy megtörtént esettel szeretném színesíteni a képet, amelyben el lehet gondolkodni az alkoholizmusról, a családon belüli erőszakról, a másokra való odafigyelésről. Lehet, hogy egy kis támadást érezhetnek a sértett vagy feminista beállítottságú nők ettől a történettől, pedig csak jelezném, hogy ha más neműnek is születünk, nem vagyunk se jobbak se rosszabbak egymásnál. Mindenkiből lehet agresszor és áldozat is egyaránt.

Szomszédunkban élt egy házaspár, egy kislányuk volt (azóta elköltözött). Egy csendes, mindig valamit matató, barkácsoló férfi és egy társaságkedvelő, kissé harsány nő.

Úgy tűnt szeretik, kiegészítik egymást. Míg a nő jött-ment, ellátta az otthoni teendőket hétvégén, addig a férfi valamit fűrt-faragott vagy az öreg Ladájukat bütykölgette. Lakásuk ajtaja előtt elmenve mindig csak az aszszony hangját – nevetését, esetleg korholásait – lehetett hallani. De hát van ilyen... ők így szerették meg egymást.

5 évvel azelőtt kezdődött a baj... A férfit létszámleépítés ürügyén elbocsátották a munkahelyéről. Búskomor lett, alig láttuk az utcán. A lakásból viszont egyre többször hallatszott a nő rikácsolása: Pipogya!... Ingyenélő!... Te nulla!...

Endre barátunk (mert így hívták) már nem barkácsol, a Ladáját sem javígtatta. Úgy 7-8 hónap után vettük észre, hogy a tekintete bágyadtabb és a reklámtáska alján egyre másra megjelent egy üvegbor, később már kettő is. Odamentem hozzá, hogy mit segíthetnék... azt mondta "semmit, úgy se tart már sokáig"... majd fanyar mosollyal otthagyt. Majd eljött az a bizonyos vasárnap délelőtt. A lakásból a "feleség" hangja betölti a lépcsőházat: "Elegem van belőle, hogy én tartsak el egy alkoholista disznót! Elválok és még a gatyát is leperelem rólad!!" Majd elviharzott a boltba: ebédet viszont már a férjének nem kellett hogy főzzön. Ugyanis a

férfi a garázsban felakasztotta magát. Az akkor 17 éves kislánya talált rá. A temetésen a "feleség" teátrálisan sírt, szinte a ruháját tépte "fájdalmában". Közben könnyes szemei alatt figyelte, hogy ki sajnálja a legjobban... hmmm... A kislány 2 hónap múlva elköltözött. Az asszonyt többször hallottam beszélgetni: "Ha az Endre nem vált volna alkoholistává, még most is boldogan élhetnénk!!"

NO COMMENT...

Sacha Vykos válasza Controllnak:

Hümmm..., nem tudom, mennyire vagy ironikus... magamnak megengedem, másokét lepergetem. Minden mondatom a fejemből jön ki, teljesen intuitíven, mindenféle személyiséglélektani ismeret nélkül, mindenféle misztikus világkép nélkül, mindenféle pszichológiai elmélettől mentesen. Amit írok, azt csak gondolom és megosztom, tényleg kérdezve és kérve.

De az alkoholról...

Én például azért tudok inni alkoholt, mert meg tudom mondani, mi az a mérték, ameddig jó. Ameddig érzem a bornak azt az ízét, amit elvárok tőle. Ameddig érzem, hogy a pohár sört fölissza az éppen elfogyasztott töltött káposzta. Ameddig érzem, hogy a koccintás a barátokkal az összetartozás szimbóluma. De ha már azt érzem, hogy minden egyes korttyal csak megaláznám magam, főleg önmagam előtt, azt nem. Pontosan tudom, hogy két dolog ment meg attól, hogy ne kezdjek inni: egyrészt az, hogy a világ legtermészetesebb dolgának érzem, hogy büszkeségből és daczból folyton széllal szemben pisilek (remélem, nem túl csúnya szó). Másrészt pedig nagyon jól működik a belső riasztóm, ami folyton jelez, ha valami érzelmi káosz közeledik (más kérdés, hogy ezt hogyan oldom meg :-D). Ez a kettő éppen elég, és ezért csak elképzelem, milyen alkoholbetegnek lenni.

DE! Láttam én sok alkoholistát, beteget, akárhogy nevezzük őket. Láttam, mi az inger és mi a válasz. De a kettő közötti fekete dobozba nem láttam bele soha. Nem láttam, mi rejlik abban a lélekben, aminek a teste emeli a poharat, hogy aztán a földön csúszva vagy akárhogy kiüsse a testet és vele a lelket... na persze, azt majdnem tuti biztosra veszem, hogy mindig

mindenkinél más. Vagy nem? Nem akarom túlmisztifikálni, de nem értem...

Controll válasza Sacha Vykosnak

Itt elsősorban arra akartam utalni, hogy nem mindegy, hogy milyen környezetben kerül valaki a "padlóra". Született alkoholista nincsen... veszélyeztetett van. Remélem, hogy soha nem estél súlyos depresszióba. Van, aki gyógyszeren él élete végéig... van, aki az alkoholban keresi a kiutat... mindkettő erősen meggyengült állapot és ha ilyenkor folyamatosan be-léljük rúgunk... pszichózis vagy öngyilkosság a vége.

Tévedés, ha az érződik ki belőle, hogy felmentés jár nekik... mert ők sem egyformák... csak figyeljünk egymásra!! Főleg, ha azt hangoztatjuk, hogy szeretjük azt, aki megbetegedett!

Valóság beírása (naplórészlet):

Kijövök a boltból, kezemben üres szatyor. Pár perce még a barátaim, a könyvek voltak benne! Hogy hogyan szereztem őket?? Hm... Pár éve a törzshelyemre betévedt egy fazon.

Kért egy hosszúlépést a felszolgálótól. S elkezdett beszélgetni vele:

– Nincs nyitva a könyves! Bassza meg, pedig egy csomó könyvet hoztam neki .

Felfigyeltem.

– Hé öreg, milyen könyveid vannak?

Ez a kérdés egy sokáig tartó "üzleti" kapcsolat kezdete lett.

Egy hosszúlépésért vagy nagyfröccsért "vásároltam" meg tőle koránt sem teljes könyvtáramat.

Szinte faltam a könyveket! Ebben az időben kezdődött barátságom Willi-ammal is!

Nem beszélve a többiekről!

Igen tetemes könyvgyűjteményre tettem szert, a "beszerzőmnek" mindig kellett

egy-két pohár s én szívesen fizettem! Hogy honnan szerezte a könyveket nem tudom... "talán ő is olvasta őket", talán lopta vagy guberálta...

Mindegy volt, csak hozza őket! Sokszor csak azért mentem le a kocsmába, hogy könyvet vegyek... persze egyebek mellett.

Aztán egyszer csak nem jött a "szállító"/egy idő után így hívtam őt/. Elesett egy éjjel az utcán és pár nap múlva meghalt a kórházban.

– Istenem, mennyi ismerőst vesztettem már így el.

William barátom, sose tettem volna ilyet, de muszáj volt, pénz nélkül semmit sem adnak, értsd meg!

Tehát kijöttem az antikváriumból üres szatyorral s némi pénzzel a zsemben.

S "szállítóm" emlékére benyomok egy hosszúlépést.

Ígérem, ha lesz pénzem, mindent vissza vásárolok!!!

Sacha Vykos beírása:

Én csak hozzátartozó voltam egy jó ideig. És sajnos én nem tudok szeretni egyetlen alkoholistát sem. Ahogy a más szerekek élőkét sem tudom szeretni. Sőt, megbocsátani sem tudok nekik. Hibának érzem ezt magamban, mert ez korlát (a szeretetadásom korlátja). De elmondom a történetem.

Fater ivott. Bátyám is. Anyu mindig megbocsátott nekik. Még a lakásunkat is kisebbre cseréltük, anyu eladta az autóját, hogy legyen miből eltartani minket. Faternak is jó állása volt, bátyámnak is, de mindig mindent elittak. És persze nagyon agresszív volt mindkettejük. Bátyám aztán heroinista lett, kétszer is volt elvonón.

Aztán amikor 12 lettem, rájöttem, hogy az ő hármukban nekem is van szerepem. Még hozzá az, hogy valahonnan hatalmam van ahhoz, hogy elküldjem őket. Egy verekedős este anyu a sarokban gubbasztott, én odaléptem fater elé, és csak annyit mondtam neki, takarodj. Ő annyira meglepődött, hogy le is lépett. Nem sokkal rá bátyámat is elküldtem. Anyu totális depresszióba esett, mintha haragudott volna: rám... Sokszor a fejemhez vágta, hogy önző dög vagyok. Én csak az ő életét féltettem. Aztán két évre rá (14 voltam), fater megint megjelent. Egy csokor rózsával levette anyut a lábáról. Egy félévre rá megint elküldtem. Amikor elküldtem, a kezét akkor sem merte ütésre emelni, pedig jó szokása volt. Megint két évre rá meghalt a barátom, meg akartam hát én is halni. Anyu azt mondta, nekem egy apa kell, hazahívja fatert. Én azt mondtam, ha ezt teszi, én föl vágom az ereimet. Anyu megjegyed és elköltözött faterhoz. Hentente hagyott nekem pénzt, és levelet. Egyedül maradtam.

Nem tudok megbocsátani az alkoholnak, és nem tudok megbocsátani azoknak, akik önmagukat félredobva megbocsátanak maguknak. Akik

úgy bocsátanak meg maguknak, hogy ez van, így szeress, rossz ember vagyok, de ember. És sajnálom azokat, akiknek ez a bocsánatkérés elég...

Napfivér beírása:

szégyellem magam... visszaestem

bírtam 43 napot és kész... úgy látszik ennyire vagyok képes... egy nagy szar alak vagyok...

megyek is oda ahová való vagyok... a kocsmába

Zsu válasza Napfivérnek:

sose szégyelld, ez így egy végtelen történet, állandó újrakezdésekkel és visszaesésekkel...

legtutibb tipp, elég magas visszaesésmentes százalékkal, a névtelen alkoholisták a szigetvári kórházzal kombinálva...

ha komolyan le akarsz állni, akkor velük próbálkozz...

Cet válasza Napfivérnek:

Tiszteletre méltó a 43 nap sikered. Egyáltalán nem kell szar alaknak tartanod magad, én is így voltam, rengetegszer próbálkoztam, 8x voltam elvonón, mindig inni kellett, míg meg nem tanultam, ez egy betegség.

Amit zsu ajánl meggondolandó, nekem 9 éve, 6 hónapja és 11 napja nem kellett innom, magam sem gondoltam, hogy ez így lesz, és valaha is boldogan tekinthetek erre a világra. Gyönyörű fejlődési lehetőségek vannak előttünk, csak meg kell találni a módszert, nekem az AA bejött, van aki nek a kék kereszt, egy biztos, egyedül nem megy. Alap teória: nem a saját erőmből jövök ki belőle, ha erre akarsz hagyatkozni még nem vagy a megfelelő sínen. Fel kell adni, hogy majd a saját akaratomból, erőmből fog sikerülni, rá kell hagyatkozni egy másik erőre, akkor nyílik meg a lehetőség a változásra. Ezt az AA-ban elmesélik neked, hogyan. Ha van kérdésed, szívesen válaszolok.

Legyen szép, józan napod!

Cet Napfivérnek:

Hogy miért nem elég a saját erő, ehhez nem vagyok elég okos, csak azt tudom, amíg a saját erőmre próbáltam hagyatkozni, mindig csúfosan elbuktam (eddig 8x). A kudarcokból kezdett derengeni, valamit gyökerelesen máshogy kell csinálni, nem várhatok változást, ha a ugyanúgy csinálom. Egyébként az AA kulcskérdése a másik erőre hagyatkozás, ha továbbra is az alázatot mellőzve, úgy gondolnám, majd az én eszem és intelligenciám segítségével "kigyógyulok", vajon hova jutnék? Ugye ez a

régi módszer lenne, aminek az eredményeit ismerem. A felsőbb erő kérdése sokunknak nehéz, és nem megy hamar, nem kell aggódni és erőltetni, majd eljön az ideje. A visszaesések mindig tapasztalatot nyújtanak, csak észre kell venni, meg kell látni, mit csináltam rosszul (nem pedig azt, hogy szar ember vagyok), végül a tapasztalatok eljuttathatnak odáig, hogy meg tudd tenni a változtatást, persze a legnehezebb a feladás, a megszokottak feladása, mindig kényelmesebb nem változni. Úgyhogy a visszaesés fájdalmas, kínnal jár, de mégis a lelki fejlődéshez járul hozzá, mert ez alapján érzékelem, hogy valamit másként kell tennem. Persze ez most nem vigasztal Téged. Próbáld újra, rengetegen ezt tettük! Tudod, helyetted nem inni nem tudunk, de érezd, hogy a szeretetünkkel melletted vagyunk, ez fontos energiaforrás.

Napfivér beírása:

ma is olyan napom volt... ez mar a 4-ik...

egész éjjel egy szünni nem akaró gondolattal álmodtam, hogy kész; vége, én kiszállok, de gyáva vagyok hozza...

Reggel se mentem dolgozni – alig vártam, hogy elmenjenek itthonról, majd irány pénzt keresni. 500-zal ki is békültem, azon gyorsan bekaptam 2 l, szőlőt sose látott bort és jól éreztem magam...

Napfivér beírása:

Tegnap hívott a főnököm... kérdi mi van velem... ő tud mindenről; elmeséltem neki.

Megértő volt – meg is lepődtem. Este beszéltem azzal a kislánnyal, akivel igen jóban voltam fél évig, holott barátja – mi több: vőlegénye van.

Tudja, hogy fájnak a szavai, mégse kímél, bár igazából nem is várom el, hogy kíméljenek... vagy mégis? Anyám rögeszméje, hogy sajnáltatom magam. Én? Ugyan már...

Tele a fejem mindennel és mégis üresnek érzem magam... látok egy-két szempár mögött megvető pillantást, ami bánt; nem tagadom; de most önző módon közelebb húzom a poharam és megnyomok egy gombot... Ne hidd, hogy ettől nekem jobb; bár kérdezheted miért teszem, úgyse fogom tudni a választ.

Controll Napfivérnek:

Itt vagyunk veled... várjuk, hogy döntsél! Jobbra vagy balra? neked kell döntened... mi el fogjuk fogadni. Ha kell, segítünk... ha kell, elgyászolunk... dönts!

Cet Napfivérnek:

Bizony, itt vagyunk veled! Azért valahol benned kell elindulni a változás óhajának. "Öreg" társaim mondták: ha inni akarsz, az a Te dolgod, ha józanodni akarsz, az a mi ügyünk. Vagyis, ha inni akarsz bármit tehetünk inni is fogsz, ha tényleg van mély, belső szándékod, lehet segíteni, mégpedig úgy, hogy mutatom, nekem (meg másnak) hogyan sikerült, és próbáljuk adni azt a szeretetet, amire minden alkesznek nagyon-nagyon szüksége van, rajtad áll próbálad-e?

Legyen szép napod!

Napfivér beírása:

Egész éjjel nem hunytam le a szemem; mindenféle alakok jöttek felém, remegtem és bevallom, féltem is. Lepedőm tiszta víz volt és én egyszerre fáztam és melegem volt. Kavarogtak bennem a gondolatok és persze hívott az ital is... Forró fürdőt vettem, szinte égetett.

Most ülök a szobámban és küzdök, de nem könnyű; hullámokban tör rám a vágy. Csak ezt a napot bírjam ki!

Cet Napfivérnek:

Ilyenkor mindig átélem az utolsó ivásomat. Közel 10 éve ültem életem reménytelenségén, roncsain, értelmetlenségén. Frankón minden összedőlt körülöttem, munkahelyem elszállt, feleségem elköltözött, cicám elpusztult, nagyon egyedül voltam, úgy ittam, talán megdöglök. Még Istenhez is imádkoztam, segítsen, de nem történt semmi, nekem már minden mindegy volt. Rengeteg gyógyszer és pia volt bennem és iszonyú önsajnálat, büntudat és tehetetlenség, majd sötétség. Mentő, kórház, aztán 3 nap után kezdtem észlelni, hol is vagyok. Ott közölték, hogy menthetetlen alkoholistá vagyok, nem tudnak már semmit tenni velem, miközben úgy remegtem egész testemben, mint a kocsonya. Hát akkor mi lesz velem? Tényleg meg kell döglennem. Talán Szigetváron van egy hely, ahol próbálkoznak olyan megrögzött alkoholistákkal, mint én. De nem akartam menni. Aztán mégis. Pedig az ítéletem már borítékolva volt. Alighanem valahol úgy vélték, eleget szenvedtem, kegyelmet kaptam, persze akkor ezt még nem láthattam meg. Azóta nem kellett innom, és megváltozott a világ, megszűnt a látásomat akadályozó "homály", észlelem az élet csodálatos dolgait, szépségeit, eljutnak a szívemhez az örömök, újra úgy érzem, jó ebben a "bőrben" élni amiben vagyok, és ehhez nem kell innom. Elfogadom a világot és az embereket olyannak amilyenek, már

nem kell megváltoztatni őket.

Számomra a lelki krízis volt elsődleges, bár nagyon rossz testi állapotban voltam, de ezek kórházban kezelhetők, és könnyen elmúlnak pár nap alatt, meg otthon is, csak nagyon kellemetlenek (én csak kórházban tudtam megtenni). Viszont a lelki szörnyűségek elől hiába megyek kórházba, velem lesznek. Értő lelki vezetőre vagy sorstárs közösségre van szükség. Mindig van lehetőség újrakezdeni, de jó mindent megtenni, hogy ne kelljen újra inni, mert azt mondják a tapasztaltak, minden visszaesésnél mélyebbre megyünk, betegebbek leszünk.

Kívánom Neked, hamar lásd meg milyen szép ez a világ, és milyen jó benne élni.

Napfivér beírása:

Ma voltam az első AA gyűlésen. Röviden elmesélem mi történt ott, illetve megpróbálom kommentálni, hogy éppen mi játszódott le a fejemben...

18:30-ra kellett mennem, de már 18:10-kor ott kuporogtam a kocsiban a bejárat előtt és gyűjtöttem a bátorságot, hogy rászánjam magam, legyőzzem a bizonytalanságtól való félelmet és elinduljak a bejárat felé. Jó 10 perc vacillálás után félénken bekopogtam, ahol nagy meglepetésemre egy idős, nagymama korú hölgy és egy 50-60-as éveiben járó úr fogadott, akik tájékoztattak arról, hogy jó helyen járok. Mondtam, hogy ez lesz az első alkalmam, amire készséggel bemutatkoztak a keresztnevükön és hozzátették, hogy itt mindenki mindenkit tegez.

Mivel még alig voltunk és ahogy láttam, a többiek ismerték egymást, borzasztó zavarban voltam és leültem egy székre, arcomra bamba tekintet ülhett ki, ahogy nézelődtem jobbra-balra és közben kavargtak bennem a gondolatok, hogy vajon hogy kerültem én ide? Aztán szép lassan lettünk 10-en. A szoba két oldalán helyezkedtek el székek, ahol mi ültünk; a végében egy kis asztalka az mögött pedig egy szék, ahol – gondolom én – a vezető, vagyis aki megtartja a gyűlést, ült. Az összejevetel elején közölte a hölgy, hogy mivel van köztünk új, ezért változik a mai rend, mivel a téma a 12 lépés 1. pontja lett volna; így betekintést adnak arról, miről is szól az AA, majd egy rövid bemutatkozást várnak mindenkitől.

Először meghallgattuk az AA szabályait, elveit, a 12 lépést stb. Majd jöttek a beszámolók. Először a gyűlést irányító hölgy kezdte, aki – mint ki-

derült – 5 éve nem iszik, de előtte zugivó volt, ami egészen a függőségig vezetett nála. Roppant érdekes volt, végig mosolygott; ám a végére megállapítottam, hogy az bizony nem mosoly, hanem az érzés, ami benne van, az ül ki az arcára, és ez nem más, mint a boldogság érzése, a harmónia önmagával...

A beszámoló végére maradt az én hozzászólásom, amibe viszonylag könnyen belekezdtem, ám, amikor belegondoltam, honnan is kéne kezdenem az életem rövid történetet, csak pergett a képzeletbeli idővonal a fejemben és egyszerűen nem tudtam honnan indítsam a történetem... Furcsa volt. Pár másodperc alatt átvillant a fejemben, hogy még sose gondoltam bele, hogy ezt honnan kellene számítanom, egyáltalán egy magunkfajtának mi a képzeletbeli startvonala? Lehet, hogy a születése napja?

A beszédem végén, mikor bementem, hogy a mai lesz a 7. napom, megtapsoltak, ami igen jól esett...

Mivel ezekkel a beszámolókkal elment jó 50 perc, így a tervezett témát csak pár szóban említette meg a gyűlést irányító hölgy.

Az összejövetel végén következett egy váratlan dolog – számomra; az ott lévők megfogták egymás kezét és elmondtak egy akkor még, első hallásra érthetetlen imaszerűséget, egy fohászt; ez is igen furcsa, de mégis olyan összetartozás érzését keltő cselekedet volt.

A végén a többiek még beszélgettek, én pedig kaptam pár szórólapot és kiadványt, amit érdemesnek tartottak velem megosztani, majd szépen elkészöntem mindenkitől – kivétel nélkül mindenki tudta a nevem és mondták, hogy gyere jövő héten is; azt hiszem megyek.

Cet válasza napfivérnek:

Azt hiszem a legnehezebb lépést tetted meg, mikor átlépted azt a küszöböt. Ugye, szinte hihetetlen, mennyire magunkra ismerünk mások történeteiből? Örülök, hogy tapasztaltad azt a nagyon fontos dolgot, ami nem látható, csak érezhető, a szeretetet, ez fejeződik ki a meeting végén lévő kézfogásban. Idősebb társamtól halottam, az út elején járónak mondják: gyere közénk, mi megpróbálunk téged szeretni addig, míg megtanulod önmagad szeretni. Nagyon jó, hogy lelkiileg tudtál "kapcsolódni", azért tudni kell az AA nem tablettát amit beveszek, és máris meggyógyultam. A

legfontosabb, hogy a szívemben legyen egy tiszta szándék a változásra, és hogy teljesen őszinte tudjak lenni önmagam és mások felé, ha ez sikerül, biztos hogy jó úton jársz, te is eljutsz azokhoz az örömhöz ami társnőd arcán levő mosolyt alakítják. Egyébként továbbra is felhívom a figyelmed a dunaa@freemail.hu lehetőségre, ez egy email-es csoport, a fenti címre kell bejelentkezni egy rövid bemutatkozással, címlistára kerülsz, és olvashatod a csoporttagok hozzászólásait (irtó érdekes, mert a szeretet a levélen is "átjön").

Legyen szép napod, kívánok erőt a folytatáshoz!

Valóság beírása (naplórészlet):

Ébredés: fürdőszoba, tükörkép!

– Nézz ide!

Nem reagálok rá már rég, nem érdekel, mit mond ez a torz alak a tükörben.

– Azt mondtam, nézz ide!

– NEM !

Nem válaszol, de tudom, hogy vár rám.

Nem akarom, hogy kínozz, elég ebből!

– Én csak azt mutatom, amit látok!

Láttam, amikor anyuoddal nézted az első fogad, hogy bújik elő!

Ott voltam akkor is, mikor először mostál fogat és csípett a fogkrém.

Ragyogtam, amikor először voltál szerelmes és órákig néztél, hogy minden hajtincsed rendben áll e?

Megmutattam a szépségedet, amikor úgy érezted, csúnya vagy!

Ismerem a szemed, a szád, a mosolyod!

Láttalak, amikor először lerészegedtél és üveges szemmel csak bambán bámultál és nem értetted, mit mondok neked!

Ott voltam, amikor egy kiadós buli után végighánytad az éjszakát és nem ismertél meg.

S bántott, amikor összetörtél s megvágтам a kezed.

Vártalak akkor is, mikor évekig felém se néztél.

S örültem, mikor újra láttalak, csak az nem tetszett, amivé lettél!

Hol a fény a szemedből? Hol a mosoly az arcodról? Hova tűntél?

Hiányzol!

Hozzád tartozom s te tudod, hogy Én ismerlek!

Hallod, amit mondok és érted, amit értened kell! Most rám nézel, ide a

szemembe, s tudod, nem a tükörképed a torz, ugye?
 Én maradok, aki voltam! S itt leszek akkor is, ha nem akarod!
 S csak remélem, hogy egyszer még látom a mosolyod...

Lekapcsolom a villanyt s kilépek a fürdőszobából: tüköröm, tüköröm,
 mondd meg nékem, hmm...

Valóság beírása:

Sziasztok! :))

Tegnap óta kórházban vagyok, nem is olyan vészes!

Lesz legalább időm írni, remélem örültök... :))

Chat itt sajna nem működik, de emailt tudok nézni, s ha ír valaki, válasz-
 lok is. Gondolom mindenki tudja, akinek szól, h írjon!))

Valóság beírása:

Hajnal van vagy éjszaka? Nem tudom, zúg a fejem ég s fáj a gyomrom.

Már megint egy ébredés amit nem akarok!! Minek az eszmélés? Hisz már
 ösztönből tudom, mi kell egy napom túléléséhez:

konyha, hűtő, kinyitom, fényforrás és valami kellemesnek mondható bi-
 zsergés a szívemben!

Hideg üveg, hosszú nyaku :fél lityis vodkás üveg!

Megszólítom. Teteje szabályosan, a jól ismert hanggal tekeredik le! Örö-
 möt okoz, pedig még bele se ittam! Nem gondolkodom, csak nyelek.

Aztán hideg sör, élvezem, ahogy átjárja a testem, szinte vérré válik az ere-
 imben! Ma se kell gondolkodni semmin, elmegy ez a nap is.

De milyen napok ezek? Semmilyenek. Létezem, lélegzem és kész, még
 vagyok, talán kegyelemből vagy balszerencséből, de biztos nem saját
 akaratból. Az alkohol éltetőerőként vonzsol végig a létemen!

Madárcsicsergés, napfény ! Hol vagyok? Hogy vagyok?

Eszmélet, újból józanul, már 3 napja nem ittam!

S eszembe jutnak tervek, örömek, itt vagyok kórházban, jó kezekben !

Talán most minden rendbe jön?!

Létezhet, hogy egész eddigi napjaim csak egy hosszú sötét lázálom, re-
 mélem most tisztán láthatom majd oly sok év után önmagam, ha még
 megvagyok valahol...

Valóság beírása (naplórészlet):

Fentről érkezett, meleg fehér fény áradt belőle.

- Engem keresel?
- Téged, hozzád küldtek!
- Miért?
- Dolgod van itt, még amíg vagy!
- Nekem mi dolgom, hisz egy senki vagyok! A senkiknek nincs dolguk.
- Ha senki lennél, nem jöttem volna hozzád!
- S honnan jöttél? Hogy találtál rám, hisz ez egy kórház mindenütt rácsok!
- Bejártam a világot, láttam sokat, sokat. Nyomorban élő gyerekeket, gyászoló asszonyokat, háborút, halált, éhínséget, de hisz tudod milyen a világ!
- Tudom, s miért vagy itt?
- A rácsaid miatt! Ha nem szeded le őket s nem rombolod le a falakat, meghalsz! Pedig szükség van rád!
- Rám, én csak egy alkesz vagyok aki küzd, semmi különös, egy ember a sok millióból, akinek épp az ital a gondja!
- Hazudsz! Nem az ital a gondod, hanem a rácsok, amikkel gúzsba kötötted magad! Mikor szárnyalt a lelked utoljára? Mikor láttad a kék eget úgy, hogy megértse, mit üzen?
- SOHA SOHA!!
- Megint hazudsz!
- Mit tudsz te rólam? Semmit!!
- Tudod, hogy nem igaz, hisz a tükörben is engem látsz! Csukd be szemed megmutatom!

Nem tudom miért, de engedelmeskedem. S az emlékek nagyon-nagyon régről eltélenek.

Kicsi vagyok s értem az állatok nyelvét, beszélek a húsvéti nyuszival, egy csigával, egy pókkal, megsiratom a karácsonyi halat, aki 1 napot töltött a kádunkban s szinte elválaszthatatlan barátok lettünk. S ott a homokozó, olyan mély lyukat akartam ásni, hogy a föld alatt lakó boszorkány grabancát elkaphassam, amiért mindig szívózik a tündérekkel s ellopja a pillangók színeit, mert meggyőződésem, hogy a fehér káposztalepke a legpompásabb színű pillangó, csak a banya ellopta a színeit.

Eszembe jut, amikor először bicikliztem egyedül s kitágult kis világom s versenyeztem mindenkivel... de állj!!!

Kinyitom a szemem!

- Ezek a dolgok elmúltak, mintha nem is lettek volna!
- De benned vannak még mindig, hidd el, innen indultál!Csak elfeledted!
- S azt is tudod miért?
- Sajnos tudom mi történt veled, hisz ismerlek!
- Akkor mit keresel itt??
- El kell mondanom neked egy titkot!
- Mondd!
- Te az vagy aki voltál s nem az amivé a többiek és az alkohol tett! A múlt az múlt, a jövő az pedig a kezeden van!! Soha nem késő! Ezt ne hidd el senkinek! Itt vagyok, mert keresed magad, segítek, hogy visszatálj oda, ahol még tudtál és akartál élni!
- S ha nem akarom??Ha inni akarok?
- Akkor nem lennék itt!!!!!!

Cet üzenete Valóságnak:

Egy ideje tudom, hogy mindenkinek van egy választott órája, remélem a Tiéd most jött el! Te nagyon fontos, meg nem ismételhető érték vagy a világon, nem szabad, hogy elveszél! A józanság útja tele van csodálatos virággal hidd el, még ha ma ezt nem is látod. Küldök erőt, biztos érzed, amiből napról napra több lehet Neked. Ha őszinte és tiszta a szívedben a szándék a józanodásra, megnyílik a lehetőség számodra egész biztos.

Boldog napot Neked.

Valóság beírása (naplórészlet):

Vodka vodka vodka egy kísértet mi áttör minden védfalon!

Sem gyógyszerek sem terápia sem eltökéltség sem cél sem szegény sem betegség nem állja útját!

Most úgy érzem, megadom magam s elhullok, kész, vége! Feladom a harcot, összecuccolok s elmegyek ebből az önként választott börtönből!

S ott végzem majd valamelyik aluljáróban összeroppanva, kisemizve, megöregedett ifjúként!

Egyedül egy kartonpapírnyi birtokon mit éjjelente körbepisilek, nehogy másnak gusztusa támadjon az én "királyságomra".

S majd emlékezem valaha élt vagy vélt szebb időkre. S bizonygatom majd sorstársaimnak, hogy én lehettem volna uralkodó is a koldusok között! Mert higgyétek el minden ember koldus, hisz mindenki mindig kér valamit! Nem vallod be magadról szegénységed? Hallgasd meg csak

magányodban vagy félelmedben az imád nem más az barátom mint könyörgés. Pont mint a metrónál az a féllábú ember, kéreget s talán elhiszi, hogy ott azon a helyen várhat jobbat. De nem, mert elhullott ő is feladta épp úgy mint lehet én teszek!

Most magamra szólok: hülye vagy szedd össze magad! Nem megy? Majd megy h ha volna:p! Vagy azután, de ne add fel! Írj írj írj sokan vannak mellett nem vagy egyedül s várnak odakint a világban még szép dolgok!

Most megint magamra szólok: Meddig hiszel még a tündérmesékben ?

Új kezdetben s boldog végben?

Ébredj ember s nézz körül te vagy, s ennek senki se örül. Vagy ha mégis te úgysem hiszed, mert tudod a terheid te viszed s ezek másokkal meg nem oszthatók, bár páran olvassák-e szót!

Valóság beírása (naplórészlet):

Füst, félhomály, bor, sör, pálinka s izzadság szaga keveredik... az otthon édes illata!

Biztonságban vagyok, pedig sokan félnek a kocsmáktól! Én itthon vagyok, ismernek, legalábbis azt hiszik.

Előttem a műanyag abroszon poháralj nyomok : egy-egy elgondolt élet-ről mesélnek. Itt az én poharam is s én is egy életről gondolkodom. Az enyémről vagy épp valaki máséről, mindegy, itt a félhomályban mindenki ugyanolyan: menekülő, semmi több! Ismerem már az arcéleket, egy-egy bajuszt, frizurát, de sose tekinteteket! A Józsi aki fröccsözik, a Pista aki sört iszik rummal, Joli aki még mindig elhiszi h hasonlít Greta Garbóra... jesszus, vajon ők mit mondanak rólam? Nem érdekes, hisz még én se ismerem magam. Valaki helyet kér az asztalomnál, bólintok! Leül s elmélyed ő is a poháralj életében! Gondok vannak a homlokán, de a tekintetét nem látom sajnos, lehet az ő szeme is egy gyereké! Mint oly sokunké itt, ha morbid lennék mondhatnám h felnőtt óvoda...

Tényleg a gyerek lelkünkhöz ragaszkodunk ennyire? Vagy csak az rejtené az újrakezds lehetőségét s ezért?

Sok a bántalom s csalódás s a sok-sok minden, csodálkozom azon h némelyek milyen erősek s túllépnek ezen. Én gyenge vagyok: poharam kiürült s én is itt hagyok egy alátétét magam mögött mára!

Valóság beírása (naplórészlet):

Mindenki egy úton halad. Akárcsak én. S előttem kézen fogva poroszkál az életem s a halálom!

Elnézem őket... szép kis pár. S én tudom mit jelen a "Vak vezet világ-
lant".

Megyek mögöttük s elmélázom azon miért van az, hogy én csak létezem
s nem élek?

Talán nem találtak érdemesnek az istenek arra, h éljek, sőt élvezzem is?
Nekem csak az olyan apró örömök jutnának, mint egy virág illata? Hm, vi-
rágillat, erről a temető jut eszembe. Egyszer ott leszek én is, talán nem is
sokára. Hisz majd minden éjjel rám köszön a halál s felébreszt! Mintha
csak figyelmeztetni akarna h van! Pedig tudja, sose felejttem létét az el-
múlásomnak. Csak tudom, amíg életem kezét fogva botorkál előttem a
nekem kijelölt úton, addig nem vihet magával! De egyszer csak eljön az
idő amikor az életem azt mondja! - Minekután hosszú évekig vártam, h
adhassam, amit adnom kéne, de nem kellett a Kölyöknek, most elmegyek.
S abban a percben elengedi a halálomat, szabad kezét adva neki, hogy
megfogja az én kezem s velem menjen tovább az úton. Ha egyáltalán
van hova mennünk...

Valóság beírása: (naplórészlet)

Sötét szobámban ülök, összekuporodva a földön. Megint részeg vagyok.
Nem vészesen, de azért kicsit forog a világ.

Nem gondolok semmire. Mutyuszt várom. Csendben kell lennem, gon-
dolat nélküli csendben, különben nem érzem, mikor jön.

A gondolataim elijesztik őt, azt mondja azért mert örömtelenek.

Mutyusz vidámságot szereti tudom. Vagy ha nem lehet vidámság, akkor
üresség legyen, h Ő vidíthasson. Szeret örömet adni s tud is, mert ismeri
az élet jobbik oldalát.

Először egy könyvben olvastam róla, valaki aki ismerte írt Mutyusról, így
csempészve vissza létezését! A gyerekek tudnak róla csak mire felnőnek
elfelejtik.

– Vártál?

– Igen

– Éreztem már napok óta, de csak most volt csend a lelkedben. Hoztam
neked valamit. Tessék.

Kezembe ad egy indián fejdísz és egy fából faragott puskát. S az öröm
tetőtől-talpig eltölt.

Épp úgy, mint mikor ezeket kaptam ezelőtt 25 évvel.

- Emlékszem a dunaparti kalandjaidra. Ott voltam veled mindennap amikor indiánost játszottál.
- Eleinte nem értettem, miért kell veled lennem, miért vagy egyedül. Aztán egyszer csend volt a szívedben s megláttam magányod. Akkor történt, amikor kész lettünk a bunkerépítéssel s elbújtál.
- S arra gondoltál maradhatnánk ott örökre.
- Emlékszel az indián nevemre?
- Fehér Toll
- Igen, örülök, h emlékszel Mutyusz, tanúja vagy, hogy valaha láttam én jobb napokat.
- Most is láthatnál, tudnék segíteni ha akarnád, tudod, hogy képes vagyok rá. Én őrzöm az örömet.
- Ha szeretnéd visszaadnám neked, de nem akarod. Miért?
- Nem tudom, de most menj kérlek!

Felébredek, már világos van. Egy dal jutott eszembe:

“Nem voltál más csak álom
s ez lábam elé lépcsőt emel.
Vagy néha föld alá zár
S napjaimba mesét kever...”

Valóság beírása (naplórészlet):

- Szia tükör, mit bámulsz már megint? Élvezed a szégyent a szememben? Vagy tetszik milyen sárga, vérekes a tekintetem?
- Nem, nem azért nézlek... keresek valakit a szemedben. Akit valaha ismertem s szerettem!
- Mi ez a duma tükör? Csak nem a “szem a lélek tükre” szálló s elszálló ige?? Ennyire naiv lennél tükröm?
- Nem vagyok naiv... sok csodát láttam már, de bár ha neked ez jó lám legyek naiv!
- Most szívatsz? Milyen csodákról vakerálsz itt nekem? Elmondanám csodák csak azokkal történnek akik hisznek bennük!
- Látod csak ettől féltetek, a hitetlenségedtől!
- Sok tekintetet követtem már életem folyamán végig s rengeteget nem látok többé sajnos... tudom meghaltak. Téged féltetek!!
- Sajnálak tükör, h pont egy kocsmá wc-jébe akasztottak téged, ez nem

egy neked való hely...

– Tudod a tükör mindenütt csak tükör, mutatjuk amit látunk, a többi rajtatok múlik: tetszik -e vagy sem... De te más vagy te beszélgetsz velem. Ezért féltetek! Van aki megáll, belenéz a szemembe, megigazítja a haját, kifesti a szemét stb. de hozzám se szól. Te más vagy...

– Tükör, ne idegesíts fel, utálom ha lelkiismeretemben turkálsz! Ha akarom, összezúzlak vigyázz!

– Összetörhetsz, de amit most itt bennem látsz, attól nem fogsz szabadulni, épp ezért vagy különleges nekem!

– Gyűlöllek!!

– Nem baj, legalább még tudom h érzel valamit!

– Mi a faszt akarsz tőlem???

– Tiszta tekintetet!!!! Ha rám nézel s ragyog a szemed akkor én is ragyogok, tudod ez így működik... vágyom rá!

– Hé, te mikor láttad utoljára tiszta tekintetet tőlem??

– Talán tíz éves körül lehetnél, meg néha nagy ritkán később is . S akkor teljes ragyogásomat adtam neked tudod jól!!

– Rég volt...

– Annyira rég sose lehet, h ne emlékezz! Mert ha nem emlékeznél, nem beszélgetnél velem, ezt már megtanultam sokaknál. Elfelejtik h én vagyok idő után semmibe vesznek, de te nem, te mindig beszélsz velem...

– Tükör, most tudod arra gondolok milyen gáz, h veled beszélgetek, lehet bolond vagyok.....

– Ó ne hidd, igazán az bolond aki nem beszél velem, hisz én ismerek mindenki,t minden arcát az embereknek!

– Most megyek tükör még találkozunk...

– Szia Kölök, várlak!

Kilépek a mosdóból. S odamegyek a pulthoz!

– Rózsika még egy kört kérek! –megkapom az italom, fogom a poharam, felemelem:

– Egészségedre tükör!...

Valóság beírása (naplórészlet):

– Szia.

– Hello.

– Mi járatban erre?

- Magamat keresem, láttad itt?
- Szóval TE vagy az...
- AZ ki?
- Aki Magát keresi!
- Igen, én vagyok!
- Tudtam, hogy jössz! Sőt fel is kellett volna készülnöm rád! De igazából nem hittem, h valaha is erre jársz! Azt hittem feladod....
- Fel?? Mit?
- Hát, hogy Magadra lelj!
- Te ismered Magamat?... Vagyis Engem!???
- Nem. Magadat csak TE ismerheted! De találkoztam Veled!
- Hol s mikor???
- Régen, amikor elvesztetted Magad, akkoriban történt!
- S mi történt, mit csináltam???? Mit mondtam??
- Azt mondtad elvesztél... s nem tudod merre menj!
- S te segítettél nekem???
- Nem tudtam.
- Miért?? Hát nem azért vagy itt, h segíts?????
- Segíteni vagyok ez igaz, de csak akkor, ha Magad tudod merre szeretnél menni, de még nem döntöttél! Csak ha döntesz, akkor segíthetek!
- S Magam nem tudtam merre menjek???
- Önmagaddal harcoltál!! Abba nem szólhatok bele! :(
- S mondd csak, merre mentem?
- Először csak toporogtál itten. Aztán kérdeztél!
- Mit kérdeztem???
- Csak ennyit: MIÉRT?????????
- S mit válaszoltál??
- A válaszom ez volt!:Mindenki megharcol a Maga Magáért, te többet mint mások s egyenlőre vesztésben vagy!
- Miért lenne Magam vesztésben???
- Mert haldokolsz s nem veszed észre!
- De most itt vagyok nálad!
- Igen s ez jó dolog! Valami elkezdődött Benned, hogy megtaláld magad! Sokan nem jutnak el hozzám...
- Miért??
- Feladják :(

- Miért nem teszel ellene??
- Mert Magad vagy egy s megismételhetetlen! Szabad akarattal amit választasz azt kapod!
- Ezt elmondatd Nekem??
- Igen!!
- S mit válaszoltam??
- Ezt: A szakadék szélén a mélybe szédülök, a villamos székbe a végén önként ülök!!
- Ezt nem Én akarom!!!!
- Ezért keresed Magad!
- Tudsz segíteni, hogy Magamra leljek???
- Hát elmondom, merre készültél: A semmi s a minden határ mezsgyéjére , borotva élen táncolni... hívtál engem is egy táncra.
- Mentél?
- Nem, nem vehetek részt senki halálában, még akkor se, ha hív! Főleg, ha Maga választja :(((
- Utána megyek!!!! Szerinted van esélyem?????
- Még talán van!!! Menj!!!! Amennyire lehet, segítlek!
- Köszönöm Istenem!
- Nincs mit igazán, gyermekem!!!

1.ESET: AZ ADDIKTOLÓGUS ESETE RÓT SAKIVAL

Controll elég érdekesen csatlakozott hozzánk, az alábbi interjúban leírja ezt, és vall a Psychével való kapcsolatáról is.

Akkoriban éppen válófélben volt és több ízben is a pohár fenekére nézett...

Amit most elbeszélék az, hogyan tud egy addiktológus működni neten, hiszen ez a történet tulajdonképpen a kettőjüké, bár az egész közösség megmozdult Saki érdekében. Nagyon érdekes, hogy a megjavulni vágyó „rosszfiúk/lányok” váltják ki a legtöbb emberből és a legerősebben a segítési szándékot.

INTERJÚ CONTROLLAL:

2006 környékén, az ún. szétmenetel előtt egy pár hónappal, kb. félévvel kerültem a Psychére, akkor még böngészés jelleggel. Mivel én kapcsolatban vagyok a krízisintervenciós meg egyéb ilyen jellegű csoportosulásokkal, kíváncsi voltam, hogy a neten vajon milyen hasonló dolgok működnek, és így találtam rátok.

Nekem eleve a sokszínűség, és ezen felül még az tetszett meg a Psychében, hogy mindenről tudatok beszélgetni, tehát nemcsak egy konkrét témáról (például az autórajongók klubja), hanem mindenről szólt a dolog. Emellett a másikkal való nagyobb törődés itt jobban érvényesült, mint az egyéb csetes színtereken, ez ragadott meg, jó volt ezt figyelni, hallgatni, majd ebbe beleszólni néha egy kicsit.

Amikor felkerültem, többen érdeklődtek felőlem. Akkor bemutatkoztam, elmondtam a végzettségeimet, meg a segítő attitűdjeimet. Néhanan megkérdezték, hogy mit szólnék ahhoz, ha valamilyen szinten tudnék segíteni itt, ezen a chaten. Ekkor gyakorlatilag egy figyelő-hallgató chatelőből egy kicsit segítővé léptem elő, egy bizonyos szinten.

Én úgy látom, hogy elsősorban kicsit olyan tűzoltás-szerű ez az egész. Egy ún. alacsony küszöbű, elsődleges jellegű szolgáltatásként, ellátásként tudnám leginkább definiálni. Ez a chat egy olyan szolgáltatás, mely abban segít leginkább, hogy ha valakinek még nincs mersze, támoga-

tása, vagy nagyon komolyan szorongó valaki, vagy aki nem tudja még elmondani a problémáját, vagy fél egy személyes kapcsolattól, neki első lépésként sokat segíthet ez a chat. Jelezhetjük neki, hogy további személyes segítséggel tudunk majd továbblépni ezen. Ezt a feladatot tudja betölteni most is a chat. Egy pár hónapig voltam a másik chaten is, egyik segítő elcsalt, hogy hú de jó dolgokat fogunk csinálni, hogy milyen professzionálisak leszünk. Rosszat nem akarok mondani róluk, de én úgy gondoltam, hogy az nem az, amiről ők beszélnek, ezért is jöttem el tőlük.

Szerintem a chatszakadás oka az lehetett, hogy elkezdtek úgymond szakmázni, főképp sok olyan ember, akinek nem sok köze van a szakmához, akik nem pszichológusok vagy klinikusok, klinikai szakpszichológusok, vagy olyan neves emberek kezdtek itt szakmáról beszélni, vagy ami nálad, vagy a gyalogló Psyche szobájában folyik az minden csak nem segítés, az nekem furcsa volt. Úgy gondolták, hogy ők majd valami nagyon ügyes szakmai dolgot fognak csinálni, ehhez megkapták a lehetőséget, így belevágtak, és drukkolok nekik, de a kezdet kezdetén nagyon rosszul csinálták a dolgokat, én nagyon remélem, hogy azóta jól csinálják. Az volt a baj, hogy amikor elkezdték, abszolút nem voltak hitelesek, tehát amikor a gyógytornász is kiadja magát szakpszichológusnak, az nem jó. A helyzet az, hogy az egész chat leginkább róluk szólt, nem a kliensekről, vagy nem azokról akik bejöttek, hanem saját magukról, egymásról szól ez a chat, és a kliens meg ha van van, ha nincs nincs... Emiatt is jöttem el tőlük, kicsit rosszul éreztem magam, és eljöttem, ennyi. De ügyesek ők, majd kiforráják magukat.

A Psyche tekintetében a régi és az új chat között nem sok különbséget látok. Azt tudom, hogy ti is átmentetek nagyon-nagyon sok tapasztaláson, és ez már látszik a mai cseten, így például nem engeditek annyira szétfolyni a dolgokat, hogy bizonyos keretek azért legyenek. Ez nagyon nagy előnye a mostani chatnek a régihez képest. A közösségi programokkal kapcsolatban például, ha van egy pár embernek, mondjuk tízből kettőnek-háromnak arra affinitása, hogy közösségi programokra vagy hasonló dolgokra elmenjen, akkor azt csinálni kell. Nem szabad azokra erőszakolni akiknek nincsen, de akiknek van, azok csinálják és segítsünk nekik ebben. Ezek az önszerveződő, önsegítő közösségek ugyanúgy nagyon, jó ha vannak, ha működnek, de csak ha nem kezdenek el piszkosul szakmázni. Szerencsére nem arról szól egy ilyen közösségi találkozó,

hogy kinek mi a problémája, milyen tünetei vannak, hanem van közösségi élet, vidámkodás, beszélgetés, játék, ez nagyon jól működik hivatalosan is. Ha a táborokba, közösségi összejövetelekre szakmai dolgokat lopunk bele az nem baj, így akár egy tréning, vagy bármely más ilyen jellegű szolgáltatás amihez bárki hozzáférhet, az nem árt, hanem használ. Csak próbáljuk meg lazán, játékos formában; ne az legyen a program, hogy ti kaptok egy professzionális pszichoterápiát, hanem legyen ez a közösségi programokban egy spontán dolog.

A chaten egyik gyakori probléma a függés. Addiktológusként én úgy látom, hogy nem könnyű a függőknek online segíteni. Az egyik legnehezebb munka az addikciókkal dolgozni. Legfőképp mi azt tudjuk mindig jelezni, hogy mindig van más: a chaten, a pián vagy a drogon kívül, ahol ugyanúgy lehetnek sikerélményei. A chaten, meg a virtuális világban relatíve könnyen lehet sikerélményre szert tenni, jóval kevesebb rizikóval mint az életben. Itt mutathatod magad szépnek, és nem fogják azt mondani, hogy csúnya vagy, hanem elhisszük, hogy szép vagy. Mindezt párhuzamosan kéne csinálni, a chat mellett az életet is élni kell, (ebben sokat segítenek az élő programok, találkozók), ugyanúgy mint az alkohol vagy a drog ugyanúgy működik az is, másban is lehet sikerélménye. Mindezt moderáltan kell tenni. Jelezni, hogy nem nagyon részeg, nem nagyon van bedrogozva, így is elfogadunk, de ha holnap tisztán jössz, akkor még jobban el fogunk fogadni. A chat, a találkozók, bármilyen összejövetel előbbre viszi az embert, ha jó érzést ad, akár személyiségzavarosaknak, akár lelkileg sérültek, akár neurotikusoknak, akár más számára... ha jó érzést, ha jó élményt és jó tapasztalatot ad, az csak jó lehet. Az élő találkozók léte, s az, hogy az élő találkozók alapja, előzménye maga a chat, az önmagában nem rejt veszélyeket, nem fokozza például a chatfüggést, nem válunk egymástól függővé.

Te, aki félig anyai, félig moderátori szerepet viszel a Psychén, már felismered az inadekvát érzelmeket. Például, ha úgy jön össze egy pár, akkor leülteted őket és átbeszélitek. Ne úgy legyen, hogy egymásra vetítsék a dolgokat, például a fiatal lány az idősebb férfira, mert hogy az apját akarja közben és az apját keresi a kapcsolatban. Felismered a szerelmet, ha szerelem és azt is felismered, ha teljesen kóros. Persze nehéz a szerelmi dolgokba beleszólni, de ha figyelmezteted őket, hogy ez így nem oké, akkor a magad részéről megtetted amit tudtál.

Nekem van egy párom, egy férfi meg egy nő, féléve dolgozok velük és kinyilatkozták, hogy ők milyen szerelmesek, én meg mondtam, hogy nagyon vigyázzatok magatokra... Két beteg ember, tönkre fogjátok tenni egymást... Nem hittek nekem. A férfit most látom, elszökött Miskolcra és most látom Békéscsabán és még a gyermeket is elvették tőle, nagyon-nagyon rossz állapotban volt.

A veszélyeket jelezni kell, ha nem is fogadják meg a tanácsot, hátul ott fészkel az agyukban, hogy én még úgy látom, jobb lenne kicsit várni, mást nem lehet... hogy figyelj, te most kapsz egy injekciót... ilyen nincs...

Szerintem a Psyche per pillanat így jó, ahogy van. Nem hiszem, hogy jó lenne, ha professzionális segélyhellyé válna, hiszen éppen az a jó benne, hogy simán rátalálnak az emberek a neten, nincs bejelentkezés, várólista, semmi nem kötelező, hanem a dolgok spontán alakulhatnak ki, alkalmazkodva a közösség tagjainak szükségleteihez.

RŐT SAKI (Saki, sakál, zzzhell és összes nickneve...)

2007 végén jött a Psychére, alkohol problémákkal. Róla igen keveset tudunk. Mindössze pár hónapig volt velünk, semmi személyes adatát meg nem adta, az email cím, amin leveleztünk azóta megszűnt, sajnos azt sem tudjuk él-e, hal-e, sikerült-e lejönnie az itálról vagy azóta is küzd, egyszóval eltűnt teljesen. Amit sejteni lehet, hogy zenész, a pián kívül füvezik is, haverokkal lakik együtt, rengeteget buliznak, igazi bohéméletet élt akkoriban.

Az alábbi fórumrészletek Saki saját témájából valók, amelyiket kvázi büntetésből nyitottam Controll kérésére, mert Saki előzőleg ittas állapotban teleszemetelt egy csomó fórumtémát oda nem illő beírásaival. Száműzésnek élte meg (az ő szavaival élve: ban) ezt a dolgot, de fokozatosan rájött, hogy itt nagyon figyel rá mindenki, aki neki fontos.

Részletek a Sakál fórum topcból:

Sakal írja:

sakal

Controll írja:

Üdv sakál, a sakál topicban

Zsu írja:

merre vagy sakál?

Sakál írja:

üdv controll

Controll írja:

Kár lenne érted. Melyik nap kezdted el amit beszéltünk ?

Sakál írja:

már sehova nem sietek controll. eddig eljutottam.

Valóság írja:

Üdv itt is sakál h s mint mostanság?

Sakál válaszol:

üdv tesókám! :) fine thx! lightosan... oszt mondom én kölök...

Controll írja:

Szia sakál

Örülök hogy előre léptél. Nem is a haladás gyorsaságán van a hangsúly, hanem a döntéseken. Nehéz dönteni ha az ember tele van félelmekkel. Most mutatod meg nekünk éppen, hogy nehezen, de le tudod őket győzni. Most olyan zűrben vagy, amihez orvosi segítség kell. Mivel okos ember vagy, ezt Te is tudod. Úgy érzed, hogy mi most korlátozunk. Hogy a "korlát" büntetés, megkülönböztetés. Behatárolja a mozgástered. Eddig üvölthetnél céltalanul minden topicba. Tudod nincs baj azzal hogy sokat írsz, sokfele. Inkább a céltalan, értelmetlen mondatok amik nem visznek sehová. Inkább beleragasztanak a patalógiába. Tudod a "korlátok" sok jót is szolgálnak. Neked is és a közösségnek is. A "korlát" nemcsak behatárol, hanem megtart ha le akarsz zuhanni. Kapaszkodni lehet benne ha elgyengülsz. Értékes embernek gondollak, nem szeretném ha lezuhanál. Azt se ha közben ráesnél valakire. Érted? Míg mindenhol üvöltöttél, nem válaszolt szinte senki rá. A saját topicodban jobban tudunk figyelni arra amit mondani szeretnél és válaszolunk is rá.

Innen (egy biztosabb pontról) könnyebb az előrelépés mintha "mindenhol vagy sehol" se vagy. Ha elkerülsz orvoshoz és meglesznek a konkrét segítségeid, természetesen visszaváruunk a többi topicba is.

Hajrá sakál!

Sakál írja:

rövidebben nem lehet controll? ezt elolvasni... meg is kell értenem

Sakál írja pár nappal később:

hi controll!! igazán nagyon jól esett nekem amit és ahogy írtál engem megértve. legalább itt vannak emberkéek akik megérteneek mert neten kívül az élet nem egészen ilyen, sőt...

nem tudtam egyből reagálni rád mert sajna megint tele voltam totál és elolvasni is "nehezemre esett" írásod amikor feljöttél hozzám a chatre szólni. sorry.

igen előre lépés jól látod, h nem töröm már baromságon az agyam de mennyi értelme van még a küzdelemnek amikor állandóan feladom? Van-e még jövőm amikor a szeszko mindent szétkúrt már körülöttem ami nekem fontos és most a "legjobb" kapcsolat az alkohol? lelkiileg, szellemileg frankón kikészültem és fizikailag is rendesen... az utóbbi kb. másfél hónapban lefogytam kb. 6 kilót. tök égő de télleg sajnálom magamat :(

1 van még amitől tényleg rettenetesen félek az, h ennél lejjebb is lehet menni ahol most tartok és ezt nagyon nem szeretném. asszem mákomra de van még pár szintem lefelé. igen controlll félek. nem akarok ennél lejjebb kerülni, félek a szenvedéstől, a megaláztatástól, a kitaszítástól és attól, h teljesen egyedül maradok. magamtól félek, h képtelen leszek megoldani mert párszor belebuktam de akkor is élnem kell mert az "élet az úr" és ez ellen semmit nem tehetek, hagyom magam sodorni az árral amíg lehet.

mégegyszer thx controll!

Sakál írja:

várok amíg kell de nem jó egyedül....

Zsu írja

veled vagyunk sakálka

Sakál írja

a válasz elmarad?

Zsu írja:

ami késik nem marad el...

Controll írja:

Szia sakál

A kémiai függőségekből (alkohol, kábítószer, depresszáns gyógyszerek) a fizikai és pszichés elvonási tünetek miatt nehéz kiszállni. Azt mondod, sokat szenvedsz és hogy talán van még egy-két szint lejjebb is. A legtöbb-

ben csak akkor kérnek konkrét, személyes (orvosi, pszichiátriai) segítséget ha már megélik a poklot. Minél borzasztóbb az elvonási tünet (remegés, izzadás, fájdalmak, halálfélelem, rettegés az örülettől stb.) annál inkább nehezedik a nyomás a betegre. Kérlek, ne várd meg míg ennél is lejjebb zuhansz. Mert halál, pszichózis, baleset is lehet belőle. Most nem fontos mit gondolsz magadról, vagy másoknak mi a véleménye. (szerintem később se annyira, de ez egy másik történet) Most először is keress egy pszichiátert. Valószínű, hogy be kell feküdnöd egy kórházba. Ha van rá mód én a szigetvári addiktológiát ajánlanám vagy a Nyíró Gy. kórházat vagy bármelyik Addiktológiát. Itt gyógyszerekkel lehoznak a "belédivódott" alkoholról. Az első időszakban erős gyógyszereket fogsz kapni hogy ne csússz bele a delíriumba és a többi fizikális és pszichés tüneteid is csökkenjenek.

Tudom az addiktív személyiségű emberek hajlamosak visszaesni a problémába. Ez már csak ilyen. Nem vagy Te rosszabb a többi embernél. Viszont van ez a problémád. Együtt kell ÉLNI vele.

Tedd meg kérlek ezt a fontos lépést.

Jobb baráti üzenetet küldeni mint nekrológot írni.

Drukkoluk Neked! Boldogabb Új Évet sakál!

Sakál írja:

szia controll! te tudod, h én mit érzek és tudod, h nagyon szabadulnék... sajna ott van az a nyomorult "de" meg az, h könnyebb feladni mint szenvedni és ez ördögi kör. keresem a megoldást mert nem szoktam egyből feladni semmit nem vagyok elájulva a kihívásoktól, sőt... de ez kifog rajtam. legalábbis eddig sikerült neki... berágtam magamra megen mert egy fosadék szar senki vagyok és ennyire nem lehetek gyenge. nem tom hogyan mondjam de nagyon sokat segítesz nekem és baromi jó érzés, h itt vagy. mindent köszönök barátom.

Sakál írja:

ma vagy tegnap beszéltünk...

mindent értek és tenni fogok értem tudod de erre pls ne válaszolj mert elvész az értelem ebben a füstös ködben és nem jó a léleknek a ború.

Isten veled barátom!

Zsu írja:

itt vagyok ha kellek sakál

Sakál írja:

ok controll megteszem.
szia zsum! ezt jó tudni és köszü

Bentaria:

saki kitartás!! veled vagyunk!!

Sakál írja:

szia drága! de jó, h jöttél! nem vagyok valami frankon sajna... :(egész
éjjel izzadásom volt, tiszta egy merő víz vagyok, alig tudtam aludni mert
szétfagyom az agyam, most is remegek mint az a bizonyos miskolci ko-
csonya és nyomban darabokra hullok... van valakinél esetleg kiskanál?
megyek mert kiokádok a belem...

Zsu írja:

sakál barátom,
ha túl leszel a nagy remegésen, lécci jusson eszedbe az az oldal és az az
AA-s cím és telefonszám amit küldtem neked emailben...
addig meg drukkk és love

Sakál írja:

szia édes O:-) és thx a kiskanalat! :Y nálam sajna megen nincs tiszta 1sem
és nagyon kellett 1kicsit zsum az a kiskanál...
...sajna én mindig *L* és nem az első, h megpróbálom abbahagyni, már
profi vagyok benne sajna ha ezt lehet így nevezni...
de ((=(((/**_):.....>most nem adom fel drágám!: (

Sakál írja:

pls most kérek szépen nyakörvet és verjetek láncra oszt ki sem bújok a
ketrecemből többé....'-(
igaz különben sem...

Cet írja:

Szia Sakál!

Látom vergődésedet. Magam ezt 12 éve éltem át, majdnem belepusztul-
tam, sokan így is tesznek. Ma boldog vagyok, azt az utat járom amit min-
dig is szerettem volna, élvezek élni, meglátom a csodákat. Akkor ezt nem
hittem volna. Ha érdekel írhatok hogyan lehetséges.

Zsu írja:

sakál kedves, úgyismint a kiskanalad küldöm neked ezt a dalt, adjon sok
erőt

just a teaspoon of sugar and the medicin go down (Mary Poppins)

Valóság írja:

Sakál igyál gyömbért jót tesz... tapasztalat

Sakál írja:

Üdv Cet! már nem tudom hányszor éltem át az évek alatt és küzdök is rendesen magammal mivel szeretem a harcot de baromira nem fasza mindig elveszteni a csatát.

párszor megszívtam már elég rendesen a pijja miatt mindenféle téren de olyannyira, h ha most nem sikerül lejönnöm a szeszskórol akkor frankon gáz lesz tudom és talán nincs visszaút a reménybe az életbe. most belebukom nekem annyi. baromira félek mivel most elképzelhetetlennek tartom, h lehet szeszko nélkül is élni de emlékszem régi önmagamra és ez valamennyire erőt ad. sajnos az már a múlt és tudjuk ami elmúlt soha nem jön vissza már... viszont hiszek és remélek itt érzem a szeretetet amit itt kapok tőletek és ez oltári klassz érzés nekem mert most abban stádiumban vagyok, h minden jó szó megérint... lelkiileg is kicsit kiva-gyok akadva sajna de ez már megen egy másik story és nem szeretnélek totál leterhelni titeket a problémáimmal. a bajom főforrását kell most megoldanom és ez már köztudott, h az alkohol. ebből ha vergődve is de kikecmergek és a többi problémám is meg fog oldódni. nem adom fel és teszek rá oltári de oltári magasról mennyi csatát vesztettem a háborút kell megnyernem és ennek az ideje nagyon itt van, eljött.

természetesen Cet minden segítő szavad nagy tisztelettel fogadom továbbra is és mindenkinek szívből köszönöm a sok törődést és a figyelmet! most én jövök.

Cet beírása:

Szia Sakál!

Jól látod, ha megvan a szívedben a feltétel nélküli vágy a változásra, és érzed a reményt, jó irányba fordulsz. Milliószer elbuktam, egyszer mégis sikerült felállnom, de teljesen fel kellett hagynom a régi módszerekkel. Egyedül nem megy, kell valami közösség, ahol az iszonyú szeretethiányomat kielégíthetem, amíg meg nem tanulom magamat szeretni. Én is rettegtem, hogy lehet pia nélkül élni, hiszen alkohol nélkül minden támaszomat, örömeimet elveszítem. Ma már tudom van támasz, és van milliós öröm! És van csoda, hogy megtalálható a lelki béke.

Te is megtalálod biztos vagyok benne!

Cet

Sakál beírása:

naja cet módszerek... melikkel ne hagyjak fel? ezt képtelenség kibírni jajj nagyon fáj fizikailag is... mindenem görcsölt aszitter megfullok mert a nyakam is be szokott görcsölni... szeszkóznom kell.

üdv kölok megen itt a ketrecben!)

sakál nagyon örül, h benéztél és pacsi tesókám!

Valóság beírása:

nekem ez nem ketrec, s nem vagyok tesója senkinek sem de örülök h vagy , így vagy úgy de létezel... látom elfoglalod az ide látogatókat. Nekem spec tök mindegy h sikerül-e neked avagy nem, te dolgozol csak tanácsot adtam

Üdv

A gyömbér jó!

Sakál beírása:

nem tud azt, h ketrecben vagy kölok... kérek hidd el nekem lehet még ennél is sokkal nagyobb a lakat a te ketreceden mint ami most van rajta... ne arra gyúrd!

olvasd má vissza magad! azokat a mondatokat amiket írtál ide a fórumba és tudom van annyi vér a pucádban, h magadtól rájössz de ha szeretnéd szótagolva leírom neked a frankot ;) igaz itt soha nem leszek segítő.

Sakál beírása:

üdv mindenkinek! úgy néz ki eddig szépen alakulnak a dolgaim. mindent megteszek viszont egyre jobban kísért a chates nickem..., mindenem fáj, kívánom az oázist, kiszáradok és azonnal szomjan halok...

„Óvakodj attól, ki távol lévő barátját ócsárolja.”

Horatius

Valóság beírása:

Istenem sakál csak nem azt gondolod, h ócsárolni akartalak...? Csak tudom, h amikor nem piáztam sok folyadékra volt szükségem s talán a gyömbér az amiben a legkevesebb cukor lelhető nekem az jött be s csak segíteni akartam.

Az pedig amit érzek pl. irántad semmiképp nem negatív... ne ezt vedd már ki a mondandómból légyszi.

Amúgy számomra a testvéri szeretet fabatkát sem ér, aki ismer tudja...

Sokkal inkább tekintenék haveromnak, persze ha ezzel nem sértelek meg!

Üdv neked s szép napot.

A gyömbér jó!! :))

Sakál beírása:

annyit rinyálok itt mint állat és senki nem dob egy pzs-t...

tudom az utam kérlek el ne mondjátok megen, mert elkezdek rulettezni és annak lehet nem lesz baró a vége...

ezt a hetet bírjam ki valahogy és ne jobban bele a gyönyörbe, mert akkor lesz a gáz...

Zsu:

nyújt egy pézsét sakálnak szeretettel :D

Valóság beírása:

Sakál!

xvadd@enternet.hu ide írhatz emailt s érdeklődhetsz , h hozzád közel merre van TÁMASZ addiktológia, avagy beírod a keresődbe, h TÁMASZ s megnézed a honlapot! Ingyenes a kezelés s elég hatékony s nem feltétlen kórházi beutalóval kezdik... sőt.

Üdv

Sakál beírása

mindent köszönök kölök! nem felejtettél el... tettem lépéseket és

tudod, h tovább megyek azon a sárga köves úton akár egyedül is...

nélkületek asszem nem ment volna a kezdet sem... mindent köszönök!

Veled

Kilépni a homályból a fénybe Veled kedvesem

Örjögő szívemnek nem felel a méla-néma csend

Elátkozott partom ólálkodik a végtelen szerelem

Bús gondolatim örökre vad hullámsírba temetem

kedden du lett gyógyszerem de nem vettem be 1ET sem mert én ott vok az égben fent...

hollywood gyászol...

kölök nah, nah!

Ketrecem mint vadat kirekeszt, mégis semmi bogyó mert nem vagyok dilo, noha néhányan mondják rám, h bunkó

Nekem nem kell heroin sem altató, nah' ki a gyógyó? Heath Ledger a múlt, ez a való, én nem vagyok demó

Soha nem is leszek, nah'miagáz ombré hollywood gyászol hahahée már vágod? érted?érted? az élet a góré

Testem tehetetlen, lelkem verhetetlen, de nyernem kell nem veszthetek,

mert veszteni csatákat sem szeretek
 Száguldok mint meteor a fényben nem utazok vényben mert jobb élni a
 kéjben, a fényben nah mert Én ott vagyok az égben.
 Rímekeket teregetek neked
 Megérted egyszer lehet és
 követed amit itt regelek
 Igaz nem tagolom senkinek.

Valóság válasza:

"Szar napom van Tesó!
 Hagyj ma békén!
 Ne kószolgass mert még a végén...
 eljár a kezem
 S csúnyán vétkezem!
 Hidd el nekem, h ezt én sem élvezem!"
 Amúgy semmilyen bogyót sem szintetikus cuccot sem alkoholt nem fo-
 gyasztok már egy ideje!
 Pusztán magamtól lökődöm! Tesó!
 Szép napot neked!
 Gondolom este a cseten koccanunk:)

Sakál válasza:

kösz a szótagolást kölok! :D de kérlek olvassmá vissza mert az idézetet
 nem jól értelmezted! ;)
 „Óvakodj attól, ki távol lévő barátját ócsárolja.”
 Horatius

Valóság válasza:

pls ne kelljenmá szótagolnom tesókám! na ez nem testvéri szeretet
 hanem haverság de baromira pozitivanám ;) :D

Sakál beírása:

nincs ebben a ketrecben egy admin? nem kaptam ma még vizet...

Controll:

Megzuhantál? Van ilyen. Állj fel, kezd újra.

Sakál válasza:

tudod, h örökké de ez nem megoldás... most bemennék.
 mindent kösz tesóm

Controll

Szia sakál,

Sose késő. Ha tízszer fogsz padlót, tízszer kell felállni. Engedd el a görcsös önérzetedet.

Válts át alázatra (nem megalázkodásra). Lehet, hogy ez most furcsán hangzik, de nem az az erős ember, aki azt mondja: "Most megmutatom mindenkinek! Egyedül is megcsinálom! Még ha beledöglök is!" Az erős ember felismeri, hogy nagy bajban van, majd végiggondolja, hogy tud minél könnyebben, hatékonyabban rendbe jönni. Tud segítséget kérni. Nem foglalkozik azzal, hogy ki merre cincálja és miért szeretné "megmenteni", "visszahúzni", "miért mondja amit mond".

Nem sértődik, ha úgy érzi, lekezelően bánnak vele. Mivel tudja az útját. Hiszen Te is tudod. Biztonságos kórházi kezelés, szakemberek, segítő-elfogadó közösségek (AA vagy bármely spirituális közösség, ami elfogad és megtart)

No... hajrá sakál!

Sakál válasza:

naja tízszer mi? :D nem is lenne rossz...

tudom mi az alázat controll no ezt nem kell megmagyaráznod.

értem értem én controll megyek is pls el nem magyarázd megen mert hülyét kapok azonnal! aza gáz ha elkezdek piálni akkor nálam az nem egy vagy két nap hanem két vagy három hét... ebben asszem minden benne van.

igen controll tudom az utam.

Sakál:

édes angyalom külgymá egy varázspálcát is de egyből mary poppinst is küldheted! ;)

nah, nah a kereveten heverve sem szeretem a nyugit, saki nem szundít, nem lazít, nem lázít

agyam rímeiken tekereg, minden más lepereg, jár mint a per-pe-tum-Mo-bi-le yah

egyről a kettőre és tovább amíg a világ még világ...

bár kinyírjátok magatokat emberek tettek helyett csak léteztek, rombolatok nem élveztek

nemáll meg bennem a hajtó szün-he-tet-le-nül pörög tovább, soha semmire nem vár. ombre hé beragadt a gázpedál. ;)

szövegem süvít mit orkánban a fergeteg, magával ragad, elsodor nem ereszt,

kell a szeszko meg a bagó mertmá' mér-he-tet-len bennem a stressz
szánom-bánom de többé nem ereszt, olyanmint Mount Everest
nah, nah

Zsu válasza:

saki...

csak nem?

Sakál:

szia! hogy vagy szívem? :) remélem minden ok ;)

de igen. annyit nem írtam ide a fórumba, h "egy nap a világ" de igen a
három nap megvolt és látható ha érted!? érzem. asszem lassan bedilizek
zsu... nem mondhatom el nyíltan itt semmert diliházba zárnak asszem és
azt naonnem akarom mert szabadnak születtem.

ehh :) egyre gondolunk? ;) te értesz? le ne írd pls! majd mailben elmon-
dom. cupás :)

valami klasszat is beszéljekmá neked ezért elmondom h yo volt min-
den... a hétvége fasza volt és szétugattam a mikrofont ;) szegények:) el
kellett viselniük engem... nah el lehet képzelni... élvezték!!! :))meló van
és lesz is nem fogok annyit rádérni de jövök amikor tudok és.... peace ;)
LOVE

Freestyle Valóságnak:

nah most van az asszem, h viccesre kell vennem a figurát
mert egy gőzös má' rámdudált és lehet nem értem meg miért nem áll
meg de akkor ha rámtolat lesz nagy a baj mert gátolhat engem a tettek
mezején mert nélkülem lesz ez az egész és ezt nem szeretném...
mert nem veszthetek csak nyerhetek szemtől szemben magammal nincs
aranyhal és nem kérhetek hármat de mattot adok bátran magamnak
akkor ha nem áll le bennem az a vágy ami majd elvisz a sírba ahh
bár ZZZ még bírja és tudná a rímeket tovább mert megen tele a pohár
de Te vigyázz mert a ketreced bezár nagy lesz rajta a lakat az a gőzös rád-
hajthat akkor a game over...

Sakál:

ehh ;)

Valentin bejött és vágott virággal eljött neked a szívem és nem szégyel-
lem mert ezmá' majdnem szerelem a neten...

Freestyle ZSU-nak és dől ezerrel a LOVE mert engem soha ki nem vág
ezé'most szedtem százszál rózsát neked és átnyújtom... kezemből ke-

zedbe mehet? ;)

erre total rámegegyek de a választ megvárom sehova nem mehetek...

nah ezt klasszul elregéltem neked... ;) szeretlek és kösz mindent.

Zsu válasza:

kösz a rózsát, mit adjak cserébe?

virtuális puszi jó lesz?

:~)))*****

Sakál:

:) yo ;)

Ma megszólal a pacsirta nem marad végleg csutiba

mert megen kisüt a fényes Nap a vihar elhallgat

Jön a derű ebben bízhatunk nem bomolunk ennyit

mert a káosz kicsinál ZZZ nem piál asszem' leáll

Ott van mindenhol a fény, látok s nem vakulok én

mert arany betűkkel írogatok én és nem lesz káosz

De ez a szöveg egyet rámtosz rendesen kedvesem

mert magamat megen frankóra szétcseszem de ez az Életem...

sorry kedvesem ;)

ezer virtuális puszás neked!

Sakál:

ZSUM!

"Névnapodra mit vegyek? Vegyek húzós egeret, vonatot és síneket, kék

építő köveket? Nem, már megvan mit veszek. Neked tavaszt rendelek,

bodzaát és kék eget, rajta sokros felleget. Megrendelem jó előre a vi-

rágót a mezőre. Tél után a lombos nyílást, betegségre gyógyulást... És ha

meglesz mind egy napon, beadom az ablakodon."

Nagyon Boldog Névnapot kívánok! ;) cuppantás ;)

ez tölleg vicces de ez a szöveg lesz naon ircses ha nem várok és semmit

nem bánok

sok volt a duma mára demá' várnak a bárók és mindent kurvára vágatok

mégsem jártok

eltépek a haverhoz vagy Ő ide és nyomjuk freestyle tovább mert ez tec-

cik nekünk

sehova nem megyünk nem lépünk és nem tépünk nyomjuk a rapet zené-

ben és szövegben

tutira vágjuk nem állunk le soha a szívünk visz oda el tova... ZzZ tovább nyomja...

Ez volt Saki utolsó fórumbeírása, attól kezdve se kép, se hang, totálisan eltűnt...

Most bemásolok egy chaten lezajlott konzultációt Saki ügyében. A beszélgetés résztvevői:

CONTROLL: róla már volt szó, lásd fentebb;

GT: mentálgyógyász és egészségügyi tanár, egy darabig mint segítő volt velünk;

PINCIKE: gimnazista leány, aktív közösségi tag volt akkortájt;

SHADOWMASTER: aktív közösségi tag 2007 óta;

ZSU (azaz én).

<Zsu> sakál ma volt utoljára.(

<pincike> melyik utoljára??

<controll> kórházba ment zsu?

<Zsu> ezt nem mondta contr

<Zsu> az AA címeit adtam meg neki

<pincike> saki hogyan ma van utoljára?? sztem egy játszma volt, nem?

<controll> akkor honnan veszed hogy utoljára?

<Zsu> ő mondta cont

<Zsu> és mi ugye hiszünk neki

<pincike> és hányszor mondta már ezt? nem rosszindulatú karok lenni...

<controll> elküldtem AA-ba

<Zsu> én is .))

<controll> de szerintem jönni fog

<G.T.> tegnap éjjel még ott tartott, hogy kórházba megy

<G.T.> hogy mára mi lett vele, azt nem tudom már én sem.

<Zsu> emailjére elküldtem az AA összes elérhetőségét

<pincike> controll véleményét osztom, jóban rosszban egészségben betegségben :D

<controll> úgy beszéltük, hogy 1. AA, majd kórház

<G.T.> tegnap kb. itt tartott még

<pincike> AA ez páros rím...

<G.T.> de ma már közelszem ilyen hangulatban volt

<controll> fél, ennyi

<Zsu> nyafogott, h nem reagálunk a fórumban, majd kihívott netszexre

és miután nem mentem kijelentette, h ma van a búcsúnap

<Shadowmaster> de úgysem teszi meg

<Shadowmaster> én se jelentettem be a kerti partid előtt

<Shadowmaster> és ottvolt a csuklómon a tör

<Zsu> eléggé bepiáltál...

<Shadowmaster> csak egy vágás lett volna és azt mondtam inkább hogy a f*sz

<Shadowmaster> inkább elmegyek a partidra

<controll> no... ha valaki sittre megy, az is kiszexeli magát előtte...

<controll> odebent más az élet :)

<Shadowmaster> még jó hogy bepiáltam

<Shadowmaster> inkább berúgjak mint h. meghaljak

<controll> ha saki megtorpanna, ne babusgassátok

<controll> küldjétek hozzám

<Shadowmaster> te fogod babusgatni? :)

<Zsu> eszünk ágában sincs babusgatni

<controll> no, zsu... khmm :)

<Zsu> sőt néha gyötört a lelkifurdalás, h mily gonosz vagyok vele :P

<Zsu> azt mondja, utoljára láttok

<Zsu> erre én?: hiányozni fogsz saki

<Zsu> ez totál gonoszság

<pincike> de ha zsu gonosznak tartja magát akkor én egy átokfajzat voltam szerintem

<Zsu> irtó gonosz voltam még gétére is rámorogtam, h ne menjen bele a játszmájába

<G.T.> ez így történt :)))

<controll> tehát G.T volt az érző szívű? :)

<G.T.> annyira azért nem, csak érdeklődtem, hová rohan :)))

<controll> reméljük oda ahova küldtük :)

<G.T.> ebben bízunk mindannyian

<Zsu> hát nemtom, ma már nem volt olyan hatááározott mint tegnap

<G.T.> ma már nyilván többet ivott

<Zsu> tegnap este még elkérte tőlem a 17 keri AA elérhetőségét

<Zsu> ma meg...

<G.T.> tegnap elég tiszta volt

<Zsu> hát azért reménykedjünk

<Zsu> tegnap tényleg töknorma volt
 <pincike> de nekem még mindig fura a múltkori dolog
 <controll> ja, látjuk
 <pincike> mikor fél órán belül változott meg minden rejtélyes módon
 <Zsu> igen a fórumban még norm volt
 <Zsu> a cseten meg izééééé
 <controll> biztos valami varázslat pincike :)
 <Zsu> és fél óra volt a kbség
 <pincike> alig fél órán belül???
 <pincike> a fórumba szebbet írt mint amiket én tudnék
 <pincike> majd feljött ide és hirtelen formában volt...
 <Zsu> lehet 10 perc alatt bedobott pár vodkát
 <Zsu> vagypedig szúrt
 <controll> nagy úr az addikció
 <G.T.> az bizony az
 <pincike> nagy, de akkor is fura
 <Zsu> ráadásul az ideológiai ugye az, h szabad...
 <Zsu> mármint pia vagy a drog jelenti a szabadságot
 <controll> bármiről is legyen szó G.T :)
 <Zsu> holott ugye a legnagyobb rabság ami létezik
 <Zsu> de ők mégis úgy élik meg, h ez az ő szabadságuk
 <controll> a végletek...
 <controll> hol szabadság, hol rabság
 <G.T.> hogy kerültem én az addikciós mondat végére? :)
 <Zsu> hogy neked volt válasz a bizony az-ra :)
 <G.T.> :)
 <controll> a bizony az... utána adtam lehetőséget hogy bármire gondoljunk :)

A következő chatlogban kb. minden tipikus Sakis dolog megjelenik: Controllt várja, mint a messiást, de végül nem is beszélget vele, a lányokat chatsexre buzdítja (előfordul, hogy fiúkat is), több nicknéven magával beszélget érthetetlen nyelven, az állandó félelem a kitiltástól stb. stb. A beszélgetés szereplői:

NANOGAY és ÖRDÖGBŐR USA-ban élő 60-as úr, a közösségnek nem tagja, de a chatszobába rendszeresen jár;

zHELL és TRNIC mind SAKÁL;
 CONTROLL;
 PINCIKE;
 ZSU (azaz én).

<Zsu> hogy teltek az ünnepek nano?
 <Nanoguy> csendesen
 <zHell> controll
 <Zsu> nem is buliztál nano?
 <Nanoguy> és a tied?
 <Zsu> enyém vegyesen
 <Nanoguy> én nem szoktam bulizni
 <zHell> beszélnem kell kell vele
 <Zsu> család, buli, cset
 <Nanoguy> én egy nagyon megfontolt és komoly úr vagyok
 <Nanoguy> aki csak ritkán engedi el magát
 <Zsu> nano, te egy magányos farkas vagy?
 <Zsu> controll este jön addig türelem
 <Nanoguy> én egy társas farkas vagyok
 <Zsu> és a társad is otthonülő típus nano?
 <Nanoguy> és mert a társam rajta tartja a kezét a farkamon, talán farkat-
 lannak is lehetne minősíteni
 <Zsu> ojjaj, és ez neked jó nano?
 <zHell> sajna itt a magány
 <Nanoguy> az ember beleszokik a bilincseibe
 <Nanoguy> es ha levonnék róla, hiányolná
 <Zsu> ha neked megéri
 <Nanoguy> nekem igen
 <Zsu> háát nemtom, én nem úgy vagyok ezzel
 <zHell> joez
 <Nanoguy> hanem hogy?
 <zHell> nemis kell más
 <Nanoguy> de igen
 <Zsu> eleve nem hagyom megbilincselni magam
 <zHell> imádom
 <Zsu> max lebilincselni :)

<Nanoguy> de mostanában már nem talál a kínálat
 <zHell> nem kell senki
 <Zsu> milyen kínálat?
 <Nanoguy> és ez elgondolkasztó
 <zHell> senki nem kell
 <Nanoguy> a szokásnyemű része a világnak
 <Zsu> nem mind1, h , kínálkozik é ha úgyis bilincsből vagy?
 <Nanoguy> minden bilincsből van vészkiát
 <zHell> te kellesz
 <zHell> zsum
 <Zsu> te kis csibész saki
 <zHell> kontroll merre?
 <Zsu> talán a családjával van elfoglalva...
 <zHell> rám nem jut ideje
 <zHell> :(
 <Zsu> nano, ha boldog vagy a pároddal annyira, h szívesen viseled a bi-
 lincset, akkor nem értem, mit vársz
 <Nanoguy> kontroll a pénzét számolja éppen
 <Zsu> később szokott kontroll jönni sakálom
 <Nanoguy> én már semmit sem
 <Nanoguy> a nagy várakozások kora már elmúlt
 <zHell> ok zsum
 <zHell> nagyon kéne
 <Zsu> ha meglátom messengeren behívom saki, addig írd neki a fő-
 rumba
 <Nanoguy> mert úgy járunk mint Csipkerózsika
 <Zsu> az Hófehérke volt nem?
 <Nanoguy> jah, lehet, annyian vannak ezek a mesebeli lányok :(
 <Nanoguy> nem nem, a Hófeherkenek ott volt a hét törpéje
 <zHell> mondd neki várom
 <zHell> ok?
 <zHell> kontrollt
 <Zsu> ok saki
 <zHell> kösz
 <zHell> ne
 <zHell> pls

<zHell> jó akkor mondod és magam megyek el
<Nanoguy> persze
<Nanoguy> én nem mehetek el helyetted
<zHell> ténleg
<Nanoguy> de ha akarsz sikongok kicsit
<zHell> 1x
<Nanoguy> 2x
<Nanoguy> néhány
<zHell> privibe pls
<Nanoguy> sokx
<Nanoguy> nem nem, én nem az a fajta vagyok akit csak úgy be lehet
invitálni minden bókorbába!!!!
<zHell> ok
<zHell> nem lövök többet
<Zsu> mit lőttél? nyulat?
<zHell> sorry
<zHell> nem jövök
<zHell> most bőghetek?
<zHell> istenem sírok
<Zsu> sakikám, miért nem jössz?
<zHell> eztis neked megteszem zsum
<Zsu> de én nem kértelek rá
<zHell> ?
<zHell> akkor ki?
<zHell> neked megteszem
<zHell> nem jövök ha akarsz
<zHell> zsum itt vagy?
<Zsu> ööö én ezt nem mondtam neked
<Zsu> miattam ne maradj már el
<zHell> ki bannolt ki?????????????
<Zsu> honnan saki?
<zHell> innen
<Zsu> innen én soha
<Zsu> fórumban 1 napig voltál tiltva
<zHell> imádlak
<zHell> elhiszem de

<zHell> bann
 <zHell> volt
 <Zsu> innen?
 <Zsu> nem szoktam senkit kirúgni
 <zHell> miattad nem zsum
 <Zsu> ez kedves tőled
 <zHell> ugye?
 <Zsu> de úgysem hagynánk:)
 <Zsu> nem szeretek fegyelmezni saki
 <zHell> nemis kívántam neked így buékot
 <Zsu> BUÉK saki
 <zHell> buék zsum
 <zHell> ölelj át ne törődj senkivel
 <zHell> ki bannolt?
 <zHell> 1 szavad és nem jövők
 <zHell> szeretlek édesem és mondd még mert a szavaid a sötét eget be-
 borítják fénnnyel
 <Zsu> te ilyen kedvesen tudsz udvarolni saki? nahhát
 <zHell> controll jön?
 <zHell> controll?
 <Zsu> még nincs controll
 <zHell> zsu pls
 <Zsu> igen saki?
 <zHell> mondd meg nagyom várom
 <Zsu> oké ha látom
 <zHell> kösz zsum
 <zHell> ez harctér
 <zHell> ittna
 <zHell> nincs 1 stab hely
 <controll> szia sakál
 <zHell1> :(
 <zHell1> no hack
 <zHell1> mindent engedek
 <zHell1> minden nyitva
 <zHell1> controll
 <zHell1> sorryka de bebasztam

<controll> sakál én szívesen beszélgetek veled, de az alkohollal nem...

<controll> holnap írnál

<zHell1> értelek

<zHell1> részegen is

<Zsu> de ő nem biztos, hogy ért téged saki, vagy az is lehet, h túl jól ért...

<zHell1> az alkohollal nem

<zHell1> controll

<controll> ok. holnap írnál

<oHell> miko ohetekmoi??

<controll> magyarul ha lehet

<trnic> tok eegyértelmű nem?

<trnic> anufd ajit

<oHell> controll pls

<trnic> csak irok mimnen hülxr

<oHell> engedj ki

pincike megkérdi mi lenne ha értelmesen megpróbálnának beszélni?????

<trnic> nem tudom honnan jön

<trnic> majd utánanézek a neten

<Zsu> magával olyan nyelven társalog amilyenén akar.)

<Ördögbőr> bizonyos szekták tagjai amikor összejönnek

<controll> szerintem is, magában-magával

<trnic> honnan jöttek az ufok?

<Ördögbőr> olyankor egy idő után egyfajta transzba esnek és táncolnak, és rángatóznak és egyesek pedig "nyelveken" kezdenek el beszélni.

<Ördögbőr> Ez történik most itt is.

<trnic> szeretnék egy álmot

<trnic> amiben nem én vagyok a mellékszereplő

<trnic> fekszel és non future

<oHell> ISTEN VAGY CONTROLL

<controll> no... én is megyek vízszintbe

<oHell> CSINÁLJAM?

<controll> jó éjt Mindenkinek

<Zsu> jó éjt

<oHell> ENNEK ANNYI

<oHell> nem

<oHell> élvez

Még egy Sakis chatlog lesz később, Éva, a pogánynő esetében, ami azért is nagyon érdekes, mert Éva mindenkivel hülyül csak a chaten, nagyon ritkán nyílik meg, és pont Sakival...

2. ESET: AZ ÖREG HIPPI ESETE

Lamer először 2006-ban jött a Psychére. A lánya – aki akkor pár éve már járt a chatre, sőt, találkozáson is volt – imígyen mutatta be:

– Ő az apám, kicsit furcsa a stílusa, de én már megszoktam, ti is meg fogjátok.

Nem ment azért olyan könnyen. Összeveszéssel indítottunk. Mint afféle hatalomellenes, anarchista lelkületű öreg hippy, természetes volt, hogy kikelt az opok, meg az egész oprendszer ellen. Hiába is magyaráztam neki, hogy az op nekem szolgálat, és hogy sosem élnék vissza a jogaimmal, mivel más szobákban nem ezt tapasztalta, így engem is szakadatlanul szidott. Azután lassan rájöttünk, hogy elég sok közös van bennünk, mindenkinek előtt a versek iránti rajongásunk. Amikor ő belekezdett egy idézetbe, én folytattam, amikor én tettem, akkor ő fejezte be. Lassan megismertük az életét is. Anyja eldobta, nagymamája nevelte, nagyon szegények voltak. Az átkosban egy üzemi lapnál újságíróként dolgozott, elvégezte a foximaxin az esztétika-filozófia szakot. Megnősült, született egy fia és egy lánya, a felesége is hozott a házasságba egy fiúgyermeket, akit sajátjaként szeretett és nevelt.

Volt egy démon az életében, ami ellen hiába küzdött: az alkohol. Házassága elromlott, válása után kiment Irakba. A gyerekek az exénél maradtak, akinek nem volt sikeres az új házassága, férje rendszeresen verte, egy alkalommal annyira, hogy az asszony belehalt a verésbe. Ezután – mivel nem akarta, hogy a gyerekek állami gondoskodásba kerüljenek – hazatelepült, megnősült és még az italról is lejtött, habár utóbbi beletelt egy időbe. Második házassága már barátsággá szelídült, amikor a Psychében megjelent, gyermekei már kirepültek. Egyrészt azért jött, mert félt, hogy újra inni kezd, másrészt pedig partnerkeresési szándékkal. A legtöbb chatet nővel ismerkedési céllal találkozott – többek között velem is –, de ebben a találkozásban a párkeresés nem játszott szerepet, egészen másról szólt. Az Európában randiztunk először, rengeteget beszélgettünk, nagyon jól éreztük magunkat és egymást is. Elmesélte az életét, és megemlítette azt is, hogy hetek óta fáj a torka. Mint később kiderült, daganat nőtt a hangszálaira. Nehezen bár, de rábeszéltük, hogy vesse alá magát a mű-

tétnek amit az orvos javasolt. Megvolt a műtét, szépen lábadozott, de a beszéde halk és olyan fura, harákolós lett.

Amit még fontos róla tudni az, hogy nagy pecás, több horgászszak-
könyvet írt, s hogy abban az időben a Sporthorgász című újság munkatársa volt.

Lamer kezdettől járt a találkozókra és 2007-től a táborokba is. Az egyik legközösségibb ember volt, dacára annak, hogy partnerkeresési célból került közénk, valamikor, valahogyan ráértett arra, hogy ez valami más és több, ezért a chatlogok közül főleg azokat választottam ki a szoba működésének bemutatására, amikben ő is szerepel.

1. CHATLOG

Ehhez a loghoz annyit kell tudni, hogy lamer imádta az állatokat. Volt két kecskéje, három kutyája és pár tyúkja, még két kakas is tartozott hozzá.

A beszélgetés előzménye pedig az volt, hogy udvarolgatott Margitnak, de a nő nem akart vele előben találkozni, ezt a chaten divatos viselkedést hívta emberünk „angyalkodásnak”.

A beszélgetés résztvevői:

LAMER;

MARGIT: vidéki, elvált nő, párt keres a chaten, a közösség nem érdekli, egyetlen programban sem vett részt. Később ugyan megtalálta a párját, de nem chaten;

CSLUK: Psyche közösségi tag, 70 éves férfi, a chaten pszichológusként működött a haláláig, a közösségi programokban is aktívan részt vett.

<Margit> szia lamer:-)

<Margit> hogy vagy?

<lamer> szervusz Margit:-)

<Margit> mi újság a kecskével?

<lamer> egyre jobban

<Margit> akkor jó:-)

<lamer> a kecske elhagyta a gidát

<Margit> és akkor te eteted?

<lamer> az meg nagyon le van amortizálva

<Margit> milyen anya?

<lamer> milyen anya az ilyen?

<Margit> ja hogy beteg szegény.

<lamer> egyébként qwazi nagyon jó anya

<Margit> jó félre értettem.

<lamer> de racionális

<Margit> fantasztikus vagy lamer::-)

<lamer> ha nem éri meg a befektetés

<lamer> nem dolgozik

<lamer> ez kecskééknél így megy

<Margit> az emberekre is jellemző:-)

<lamer> nem akartam hozzáfűzni

<lamer> de most csak megteszem

<lamer> gyermeket nevelni nyíltvégű befektetés:((((

<Margit> hát nem igazán így érzem de lehet hogy igazad van.

<Margit> 50-50%

<lamer> akkor nem mondasz magadnak igazat

<lamer> és az nem nyílt?

<Margit> ha fele-fele arányban van akkor igen.

<lamer> vagy sikerül vagy nem?

<lamer> ennél nyíltabb nem kell:))

<Margit> én nem érzem befektetésnek érzem és nem is munkának.

<lamer> pedig az

<Margit> nem tudom de még nem érzek így.

<lamer> nem feltétlenül van így vannak családok melyek úgy simulnak egymáshoz, mint selyem a bársonyhoz, csak én olyanokkal még nem találkoztam, állítólag vannak

<Margit> ha én felnevelem őket az már nekem egy megnyert harc, az életében. És nem várok érte elismerést – kötelességem megtenni hiszen ők az életem céljai.

<lamer> ez más

<Margit> semmi nem olyan fontos ami megelőzné a családomat.

<lamer> válaszuk el a biológiai célt az emberitől

<Margit> válasszuk.

<lamer> mint nőnek egy célja van létezésednek mint gyermeket szüljél és felneveled

<lamer> ez okksa

<Margit> imádom őket és az ő szeretetüket semmi nem pótolja de egészen más egy férfit szeretni.

<lamer> de az intellektus kapcsán egyéb igények is felmerülnek, amelyek mér nem elégülnek ki oly könnyedén

<Margit> két különböző szeretet.

<Margit> mondj példát.

<lamer> a férfit ne keverjük be az 3. tárgykör

<Margit> nem tárgy ember.-)

<lamer> nem tárgy tárgykör

<Margit> még csak tárgy kör sem, mivel élő emberekről beszélünk.

<lamer> jaj nedühíccsé

<Margit> a tárgy élettelen dolog.

<Margit> DDDDD

<lamer> van a gyermek iránti szeretet ez egy tárgykör

<Margit> jó nem dühítettelek de akkor sincs igazad bocsika.-)

<lamer> van a férfi utáni epekedés

<lamer> 2, tárgykör

<Margit> igen.

<lamer> húslevest szeretni 3. tárgykör

<Margit> tehát két csoportra osszuk.

<Margit> nem háromra jó megvárom míg leírod a gondolatmenetedet.

<lamer> ha azt mondom fejezet az jó neked

<Margit> mert mérges vagy?

<lamer> van az anya regénye egy fejezet gyermeknevelés

<lamer> másik fejezet a család szeretete

<lamer> 3 fejezet imádom az uramat

<lamer> igyseállósze

<Margit> állj

<Margit> nekem nincsen és nem is lesz "uram"

<lamer> jó ezt már megvitattuk

<lamer> neked nincs nem is volt nem is lesz urad

<lamer> pedig nagyon szép mondat ám.

<Margit> pontosan.

<lamer> sétáltunk a főutcán az urammal.

<lamer> csak meg kell érteni

<lamer> a mélyét

<lamer> mélyét

<Margit> na nem nekem nem uram az nem – legyen a párom vagy a szerelmem vagy társam de ne az uram! akármilyen mélyen is szeretem.

<lamer> én vagyok a hibás rosszul fogalmazok

<lamer> pedig bizony a rómaiaknál kik az emberi lelket talán leginkább ismerték a történele msorán

<lamer> kétféle házasság volt a manuszos és a mánusz nélküli

<lamer> manusz = kéz

<lamer> rajta van a keze

<lamer> nincs rajta a keze

<Margit> manuális

<Margit> ó de szép

<Margit> ezt legalább látom is.

<lamer> azt mondtad, nem szeretted a római jogot

<Margit> de lamer: az a rómaiaknál volt.

<lamer> pedig az teli van ilyenekkel

<Margit> nem is

<lamer> az ember nem változott

<lamer> ha igen romlott csak

<Margit> de a szabályok igen és az emberi felfogás is.

<lamer> hát nem nagyon

<Margit> hát de nagyon.

<Margit> ha valaki férjhez megy nem biztos hogy felveszi a férje nevét pl.

<lamer> mer a római jogot egy bonaparte napóleon nevű fazon igazította ki két csat a közt megírta a code napóleont az európai jogrend máig ezeknek az alapján áll!)

<Margit> az a kisméretű ember sok helytelen döntést hozott.

<Margit> volt ideje a sok nőügyei közt erre is.

<lamer> nyert 70 csatát

<csluk> de vesztett is, nem is akármilyeneket

<lamer> bajok voltak vele

<lamer> nőügyekben bizony

<Margit> nem mondtam hogy a harcmезőn nem volt jó de a gondolkodása na mindegy ne folyunk bele.

<csluk> ha csak azok lettek Margit:...

<Margit> Szia csluk

<csluk> sziaszia

<lamer> azé

<lamer> a napcsi nemvót akárki

<Margit> nem volt ő sem tökéletes mint mi sem vagyunk azok.

<lamer> ezt remélem nem vitatod csluk?

<Margit> te lamer: ne védd már ennyire.

<lamer> csak nem ismerte a térképet

<Margit> DDDDD

<lamer> mert ha igen akkor látta Margit: hogy Moszkva messze van:)

<Margit> de mutogatni tudott.

<Margit> és hideg

<Margit> is.

<lamer> de nemcsak ő esett ebbe a hibába:)

<Margit> tudom más is a hó áldozata lett Hannibál.

<Margit> minek indult útnak mert telhetetlen volt.

<lamer> hannibál az megint más az a tanár úr a magyar filmben

<csluk> napoleon pedig az aranyak a háború után...

<lamer> egy rendes vezér volt az emberiség történelmében Spartacus

<csluk> ennek megfelelően is végezte...

<lamer> ez már csak így van

<Margit> keresztre feszítették.

<lamer> az arameust is

<lamer> nem sokkal előbb

<Margit> na megvolt a történelem óra.

<lamer> vagy később?

<Margit> és a német hogy megy lamer:?

<lamer> sehogy elő se vettem ma

<csluk> nem tudok dátumokat, asszem, vmivel előbb, de nem sokkal

<lamer> nekem is úgy rémlik

<lamer> mert a colosseum egy időben épült a jeruzsálemi eseményekkel

<lamer> és amikor spartacus tevékenykedett még nem állt a colosseum

<lamer> de moly tudja:)

<lamer> fogadni mernék

<Margit> lehet hogy tudja csak nem szól.

<Margit> És miért nem tanultál?
<Margit> lamer:?
<Margit> milyen csend lett.
<lamer> ha én nem vagyok itt a szoba halott
<lamer> én vagyok a hajszálrugó
<Margit> lehet lamer: .
<lamer> nincsen hangom
<lamer> egyáltalán és ez nagyon lehangol
<lamer> nem tudok se gyakorolni se semmi
<Margit> mit szeretnél gyakorolni? németet?
<lamer> hát nem úgy kell tanulni?
<Margit> megkaptad az emailomat mindkettőt?
<Margit> de úgy kell tanulni igazad van.
<Margit> de nem este mikor már fáradt vagy.
<lamer> megkaptam
<lamer> persze
<Margit> nem voltak túl közönségesek?
<lamer> hiába írod nagy betűvel
<Margit> jó volt a válasz:-)
<lamer> nem lesz tőle reményteljesebb
<Margit> mert nem akarod!!!!
<Margit> punnyadék.
<lamer> Margitka ne angyaloggyá
<Margit> na várhatod az én levelemet!!!
<lamer> várjál
<Margit> nem mentem el.
<lamer> most egy dologról beszélünk?
<Margit> igen az elsőre válaszoltál a másodikra nem
<Margit> mert te nem adod fel??????????????????,
<lamer> újra kellene olvasnom
<Margit> nagy betűvel.
<Margit> meg értelmezned is!!!
<lamer> nem nemadomfel
<lamer> dehogyadom
<lamer> harcoli érdemes
<Margit> :-)

<lamer> az élet szép
 <Margit> jaj ez nem te vagy lamer:..
 <lamer> meghasonlófasságok
 <Margit> levagy.....va.
 <Margit> ez vagy te egy egoista ember aki nem adja fel az elveit az isten-
 nek se.
 <lamer> kakisszexlesz?
 <Margit> nem tudom kivel szexelnék okoska?
 <Margit> akkora a szád lamer: gyere ide!!!
 <Margit> na????????????????
 <lamer> hova madárka?
 <Margit> erre mit lépsz????????????

2. CHATOG

Amelyben lamer természetesen megint próbálkozik. Ezúttal a célszemély egy 30-as éveit taposó elvált nő, aki ápolónőként dolgozik és van két kislánya.

A beszélgetés szereplői:

VALÓSÁG EDIT: vidéki, 50-es nagymami, közösségi tag, jár találkozókra és finomakat süt;

CSOKI: 30-as nő;

KOHLINS: orvostanhallgató.

<Valóság edit> lamer megint csajt keresel?
 <Zsu> permanencia ez nála
 <lamer> a lányomnak is van két gyereke, de ura az nincs. na
 <Valóság edit> az nem is kell, lamer:))
 <lamer> két gyerekkel felszedni egy pasit bravúr
 <Csoki> Szép estét mindőtöknek:)
 <lamer> perce edit te könnyen lököd az emancipációs dumát mert neked hálisitennek van urad
 <lamer> de akinek nincs az gáz
 <Csoki> mi van az emancipációval?
 <Valóság edit> igen lamer:)))

<Csoki> mé gáz az ha nincs??

<Valóság edit> de néha ő is sok nekem

lamer: Szevasz Csoki hugi!

<Csoki> egyedül sokkal jobb élni sztem.

<Csoki> szia tesó:)]

<Zsu> egyedül nem jó, de alkalmazkodni nehéz

<lamer> nocsak közelgünk

<Csoki> mért ne lenne jó... a barát szomszéd utcában legyen... és oké:)

<Csoki> ki a francnak van kedve állandóan topon lenni., másképp meg elmúlik a vonzás, izzás.

<lamer> én nem tom nekem aszongyák akik ismernek hogy nagyon közel álla női lélekhez a lelkem

<Zsu> mozi után elhangozhat a romantikus kérdés: nálad vagy nálam:)

<Csoki> hülye kérdés.

<Kohlins> és a romantikus válasz... itt a budiban

<lamer> szerintem együtt kell lenni a rongyok közt

<Csoki> természetesen nálam:)

<Csoki> menjen ő haza:))

<Csoki> milyen rongyok te örült?:)

<lamer> vadonatúj, alig használt félágy kiadó

<Csoki> ruhabótost akarsz?:)

<lamer> az ágyba rongyok vannak

<Csoki> nálam ágynemű van...

<lamer> a rongyok közt meg a társam ha nincs itt szar van

<Csoki> tesó... ma kiakaszthatlak én?:)

<lamer> kitucc

<Zsu> lamer rongyosbálba készül

<lamer> me igen magamalattvagyok

addig basztassá míg teliszalad a szemem könnyel

asztán elmehecc a szomszéduccába

<Csoki> véd magad... ezért angarte:)

<Csoki> jajmá tesó...

<lamer> a dartanyan egy hülye

<Csoki> ne keseregy má...

<Csoki> nem szeretek ríni...

<Csoki> azt mki tud..

<lamer> a többiek isznak dőzsőnek csajoznak
 <lamer> ő meg valami ígéretes mosolyokért lekaszabótassa magát
 <lamer> balgaságokat mondtok az ember csakis a párjával tudja magát jól érezni ha nincs itt hiány van
 <lamer> hiányod átjár mint huzat a házat
 <Zsu> igen lamer, egy olyan párral aki szíves örömet alkalmazkodik és nekem nem kell
 <Csoki> huzat... az nincs ha jól van felépítve a ház... na meg a lelked.
 <Zsu> aki odaadja a puhább paplant a nagyobb párnát, a szebb ágyhuzatot
 <lamer> együtt kell alkalmazkodni
 <Csoki> én nem alkalmazkodom... részemről elég volt:)
 <Zsu> aki ágyba hozza a KV-t reggel:)
 <lamer> denagyszádván, kineessrajta
 Csin: Mi ez a topic*? Oscar Wilde?
 <lamer> az Oskár Wilde aszonta neki van egy kékszínű teaskáészlete porcelánból, neki ahhoz méltóan kell élnie
 <Csoki> lökött lehetett.
 <lamer> nem, korának egyik legnagyobb elméje volt persze buzi
 <lamer> nemtom kimitmond kimithazudozik egyedüllenni nagyon szar
 <Zsu> lamer attól mert nincs férjed/feleséged/élettársad még nem biztos, h magányos vagy <Csinev@> és ha van, attól még nem biztos, hogy nem vagy az.
 <Csoki> és teljes életet lehet élni egyedül is.
 <lamer> hugicám ezt az 50 túlba taláták ki a vénptsák, ne higgyél nekik
 <Zsu> lamer ha megnézed, hogy milyen ma a pasi választék, te is azt fogod mondani hogy 100x inkább egyedül
 <lamer> látod én se kellek senkinek
 <Csinev@> most olvastam valahol: az élet ingajarat két végpont: a magány és az összeolvadás között. Ha túl közel kerül az egyikhez, a másik felé fordul.
 <Csoki> hát sztem meg mindennek megvan a maga ideje. eljön a magány órája is. és eljön a társ is.
 <lamer> semmire nem kell idő csak egymásra
 <Zsu> amiről te beszélsz lamer az a szerelem és nem az élettársi kapcsolat
 <lamer> téged pl ha nemtudnálak megnevelni igen kiállhatatlan buxának tartalak

<lamer> pl hova a faszba rohansz a ki gyorsan él gyorsan hal meg
 <Zsu> lamer, ezt te sem mondhatod komolyan, az embereket nem lehet megváltoztatni
 <Csoki> mondod te... én viszont rövid az élet... éljek.
 <lamer> de ha szeretnek zsu igen
 <Csoki> nem vagyunk egyformák, de ettől még nem kell sértegetni a másikat.
 <Zsu> akkor is nagyon nehéz és kevés eredménnyel
 <lamer> temegeeegyhülyevagy nemsértegetett senki
 <Csoki> tesó... most durva leszek picit: akkor szeress egy kölyök kutyát...
 <Zsu> sztem ha nem csömörlik meg tőle, éljen 1000rel, kik vagyunk mi, hogy ítélkezzünk bárki felett?
 <Csoki> Zsu... az élés alatt azt értem, h mindent csinálók..
 <Csoki> nem úgy ahogy ti értitek.
 <Zsu> én nem értem sehogy, de elfogadok mindenkit olyannak amilyen
 <lamer> gyalogkakukk
 <Zsu> és az a gond, h a társammal ezt nem tudnám
 <Csoki> és aki gyereket nevel egyedül, és hivatása van, és még magánéletet is akar, az érti miről beszélek.
 <lamer> érteni vélem amit mondasz és rohadtul nem értek vele egyet
 <lamer> úgy képzelem, hogy jön egy csajusz, akit majd ő lédivé tesz és magához emel mint Hanry Higgins és élnek boldogan
 <Csoki> egyet nem tűrök... aki nem ismeri az életem... és nem csinálja ne minősítsen.
 <lamer> valahogy úgy ha már álom legyen elérhetetlen:(:(:(:(:(:(:(:(:(:(:(:(:(:(:(

Néha csinálunk tematikus estéket. Ez olyan, hogy egy bizonyos témát megpróbálunk körbejárni. Ezen az estén arról próbáltunk beszélgetni, hogy vajon mi motiválhatja azt, aki cserélgeti a nickneveit, de mint látható, nem volt túlságos sikere.

3. CHATLOG

Beszélgetők: sokan.

<Zsu> ma arról beszélgetünk, hogy vajon miért cserélgetik az emberek a

nicknevüket

<lamer> sztem kudarckerülés

<zoltán> talán mert nem bírnak normálisan viselkedni zsu

<Moszatka> hogy elkerüljék azokat akikkel nem akarnak chatelni

<30as ffi> én azért cserélgetem mert olyan kedvem van

<lamer> ugyan má én tombolok egyfolytába mégis ez a nevem lassan 10 éve

<lamer> de a régebbi és más cseteken eltöltött idő nem számít bele

<lamer> én az internettoban kezdtem

<30as ffi> de mindenkinek megmondom ki vagyok

<lamer> 30as ffi kivagy?

<Zsu> nos akkor hányféle nickcserélgető is van? 1 aki a változatosság kedvéért, de mindegyikben ugyanaz, azaz ő maga, 1 aki mindnen nickjében másik szerepet játszik,

és van aki bujkál valaki elől, és van aki megnézi mit beszélnek róla a háta megett:)

<30as ffi> lamer először is köszöntem Neked mikor bejöttél

Te nem köszöntél vissza... akkor minek firtad??

<lamer> láttam de ismeretleneknek nem köszönök általában

<lamer> mert gyanaxom h álnéven van

<30as ffi> lamer én minden embernek visszaköszönök mert alapvető dolog

<lamer> és én megvetem az álneveseket éppúgy mint az angyalt

<Moszatka> lamer a megfontolt:)

<Zsu> és miért tartunk az álnevesektől?? mitől félünk?

<Zsu> lamer?

<Jónás aki> ne magadból indulj ki zsu:)

<Zsu> én spec lamerből indulok ki

<30as ffi> valakinek gondolod magad??

<AnnamáriaB> attól nem más valaki, ha nicket cserél

<AnnamáriaB> sőt stílusból rá lehet jönni

<deszkássün> jah én mindig lebukok

<lamer> kudarckerülők az álnevesek, alattomosak lehetnek, bántottak korábban

<lamer> én nemhiszek a változtatható személyiségekben

<30as ffi> sajnálom ha kollektív bűnös mindenki a szemedben lamer

<Zsu> sztem az oké aki megmondja mielőtt a 30as ffi azt hiszi, hogy...
 <30as ffi> zsu menjek?
 <lamer> ezt 30as ffi honnan a máriából veszed?
 Zsu> jó akkor csak hülyüljünk és ne beszélgessünk komolyan
 mert akkor mindenki besértődik!!
 <lamer> a hajhászok is cserélgetnek
 <lamer> akik mint én mindig csajok után kajtatnak
 <lamer> csak bénák mint én
 <lamer> de zsu már megmondta veszélytelen vagyok
 <flatron> oppá, vannak itt csajok? DD
 <Zsu> skacok téma lezárva, utálom ha sértődöztök
 <Zsu> hülyéskedjünk
 <lamer> a rózsaszín rezgesek
 <flatron> kösz lamer))
 <AnnamáriaB> Zsu, végre beszélgetünk
 <lamer> me/nem bunkó
 <AnnamáriaB> minek a hülyéskedés?
 <Zsu> de most meg mindenki besértődik annamari, nem látod?
 <Zsu> mindenki maga ellen irányuló merényletnek gondol egy komoly
 beszélgetést
 <lamer> tisztes őszes halánték a nő számára ajándék
 <AnnamáriaB> de nekem pont ez nem tetszik a chatben
 <AnnamáriaB> nincs értelem csak veszekedés meg hülyülés.
 <AnnamáriaB> baj van velem?
 <Zsu> ammig nincs értelem addig a veszekedés is kevés
 <lamer> Annamari a körbesköszönetés pedig egyenesen szánalmas

30as ffi elment, majd kicsit később visszatért, íme az a log. Érdekes dolog történt: 30as ffi valamit félreértett és megsértődött. És azt hitte, hogy lamer és közöttem van valami, de hogy miből, az máig rejtély számomra.

4. CHATLOG

<30as ffi> zsu nekem ne köszönj
 <30as ffi> zsu nyald kia lamered!!!
 <Zsu> mi köze ehhez lamernek már megbocsáss

<Zsu> 30as ffi ne durcizz, szeretlek akkor is ha másképp gondolkodunk
<30as ffi> zsu akkor nem kellene különbséget tenni az ide belépők között

<Zsu> 30as ffi kik között teszek kbséget?

<30as ffi> zsu nagyon jól tudod csak az a baj hogy játszatok az okossat

<Zsu> gond az ha valakit 1000 éve ismerek élőben másképpen köszöntöm mint azt akit csak netről ismerek?

<30as ffi> sziasztok mentem és hajrá

<Zsu> 30as ffi maradj beszéljük meg

<30as ffi> lamer hajrá Te idióta faszi!!!!

<Zsu> lamer mit m mondtál amivel én 1et értettem?? sztem ilyen még nem volt

<Zsu> olyan még nem volt h én bármiben vele

<Zsu> csudálkoznék :)

<Zsu> lamer itt vagy?

<lamer> igen

<Zsu> miben értettünk egyet nem emléxel?

<lamer> mi nagyon sok mindenben egyetértünk zsu

<Zsu> ki van csukva

<Zsu> veled soha semmiben ezt leszögezem

<lamer> mi van ittál?

<Zsu> dehogy

<Zsu> csak nem értem, mi váltotta ki

<lamer> a szépségem

<Zsu> látod erre nem is gondoltam :D

<lamer> csak nem a szépségem ami főképpen figyelemre méltó tán
(30as ffi kiment)

(30as ffi visszajött)

<Zsu> köszönhetlek 30as ffi?

<30as ffi> re az idősek otthonában

<30as ffi> zsu engem te csak ne köszönts

<Zsu> most valóban elég magas az átlagéletkor ahogy elnézem

<krk> itt nyuxunk... vándor

<Zsu> még mindig nem értem, miért haragszol rám

<30as ffi> zsu nem miattad jöttem szerelmeskedj a lamereddel

<Zsu> de úgy látszik, nem is fogom már

<30as ffi> sajnállak téged

<Zsu> én is magam

<Zsu> randa influ

<krk> lamert nem adóóóóóóóóóóóóóóóó... disznóóóóóaj:))

<Zsu> :D

<30as ffi> zsu te itt egy öregek otthonát működtetsz

<Zsu> 30as ffi az sem rossz dolog

<30as ffi> aki idejön mint 51 éves idős unokával rendelkező ember az a fain??

(közben volt egy ember akire ez ráillett valószínűleg ő maga volt álnéven)

<Zsu> nem szégyen az ha valaki élemedett korú

<30as ffi> zsu játszod magad!!!

<30as ffi> zsu tilts ki!!

<Zsu> 30as ffi, miért tennék ilyet?

<30as ffi> zsu te sajnálnivaló vagy

<Zsu> szíved joga

<30as ffi> Lamer a szerelmed!!!

<30as ffi> a 64 évesekre buksz??

<Zsu> nincs szerelmem 30as ffi

<Zsu> magányos nő vagyok

<Zsu> és szobalakóval akkor sem kezdenék ha maga volna apolló

<30as ffi> kénytelen vagyok ilyeneket írni mert nem veszed észre mit teszel

<30as ffi> zsu akkor térj észre és tedd azt amit az a szoba jelent

<Zsu> 30as ffi, ha beszélgetni szeretnél valamiről én nagyon szívesen, amikor éppen nem akar senki komolyan beszélgetni akkor miért ne hülyéskedjünk?

<30as ffi> zsu te is tudod hogy igazam van! elfajult itt minden

<Zsu> 30as ffi én sem szeretem a politizálást de néha hagyom

(közben volt 1 politikai intermezzo ahol nem értettünk egyet 30as ffigal)

<30as ffi> zsu dehogy szereted

<30as ffi> lamert szereted...

<Zsu> 30as ffi ez a fixa ideád?

<30as ffi> ez

<Zsu> miből következtetted ki?

<30as ffi> látok
 <30as ffi> te nem!
 <Zsu> megkérdezhetem 30as ffi, hogy az téged miért zavarna ha úgy lenne?
 <krk> 30as ffi: ha ismernéd lamert... 1 idő után... te is szeretnéd
 <30as ffi> zsuuu ne bolondozz!! már
 <30as ffi> nevetek!!!
 <30as ffi> kinga menj a pics-be
 <30as ffi> lamer egy fasz
 <30as ffi> aki nem köszön mert új vagyok az menjen a picsába és zsu m
 <Zsu> 30as ffi ebben van vmi, de viszont okos és nem unalmas
 <bullpit> 30as ffi ne hagyjál már ki.
 <Zsu> azonkívül meg nem muszáj vele barátkozni
 <30as ffi> és zsu még melléáll. szégyen
 <Zsu> mikor álltam én mellé ebben?
 <30as ffi> zsu aki nem köszön 1 újnak az egy senki
 <Zsu> a mondatot kérem amiben melléálltam
 <30as ffi> zsu nézd vissza
 <Zsu> 30as ffi azt teszem egyre csak olvasom vissza és nem találom a melléállást
 <30as ffi> zsu azt írtad hogy igazat adsz a lamernek
 <Zsu> miben?
 <30as ffi> zsu lárifári
 Zsu> 30as ffi keresem a mondatot
 <Zsu> 30as ffi az embereknek nem muszáj köszönniük
 <Zsu> a bejövőknek sem
 <Zsu> csak szokás
 <30as ffi> most hol van a te lamered zsu??
 <Zsu> általában én köszöntöm aki bejön mert én vagyok a háziasszony
 <Zsu> nem tudom 30as ffi ugyanis nem az enyém
 <30as ffi> én már itt nem leszek sokat de nézz magadba!!
 <krk> 30as ffi: szóljak neki?
 <30as ffi> Kinga nem veled beszélek
 <30as ffi> nem kell szólni mert ha itt vagyok akkor lapít úgyis
 (közben bejött ZSUUU néven is, veszekedett magával, majd 30as ffi nevével kiment és a másik maradt és természetesen besértődött valamin)

5. CHATLOG

<lamer> piff paff ditrr durr
<naívka MI> Edith Piaff
<lamer> oh
<lamer> hallottad öténékelni?
<naívka MI> naná
<lamer> volt egy fazon is ugyhivták Yves Montand
<naívka MI> "nem bánok semmit sem"
<lamer> ciggarettát koldult a sarkon
<lamer> és Piaf felkarolta
<naívka MI> az is jó fazon volt, az a korosztály
<lamer> sztárt csinált belőle
<lamer> majd mikor narkós lett a Piaf
<naívka MI> Piaf sok mindenkit felkarolt.))
<lamer> és meghalt az Yves Montand a temetésére se ment el
<naívka MI> a kis veréb
<lamer> igen
<naívka MI> de a hangja remek volt
<lamer> sokaknak segített, rajta nem segített senki
<lamer> nagyon nagy sanzon énekesnő volt talán a legnagyobb
<naívka MI> jó szíve volt, és talán a testi fogyatékosága miatt, szexuálisan túlfűtött
<lamer> kicsi volt nem volt annak azonkívül semmi baja
<naívka MI> csodálatos hangja volt-pedig nem iskolázott
<lamer> milyen testi fogyatékosága
<lamer> nem tudok róla?
<naívka MI> kicsit nyomorék testtartása volt
<naívka MI> nyaka nem nagyon volt
<lamer> nem volt nyaka?
<lamer> hm
<naívka MI> a feje nagy volt az alkatához viszonyítva
<lamer> akkor mi tartotta a fejét?
<naívka MI> lamer kösz, mosolyt csaltál ki-a nyaka -gondolom:))
<lamer> :)
<lamer> az a tömzsi nyaka

<lamer> azt a nagy fejit
 <naívka MI> te őt tömzsinek láttad?
 <lamer> szeretnéd te ha olyan hangod lenn
 <naívka MI> azt meghiszem
 <lamer> szeretsz énekelni sanzont?
 <naívka MI> sanzont kimondottan nem, mert keveset ismerek, ma már
 nem menő
 <naívka MI> de énekelni szeretek
 <lamer> franciául kell
 <lamer> úgy menő
 <lamer> retrovan
 <naívka MI> nem tudok franciául csak amiket firkáltunk a suliba
 <lamer> volt magyar énekes is jelentős
 <lamer> pl Karády Katalin
 <naívka MI> sanzonos?
 <lamer> hogyne
 <naívka MI> karádyt egyáltalán nem szerettem
 <lamer> vagy rosszat hallottál tőle vagy keveset
 <naívka MI> a hangja jó volt-de látni? azt nem
 <lamer> elég ronda picsa volt tény
 <lamer> de az előbb Piafra se mondtuk hogy éppen Marilyn Monroe
 <naívka MI> na azért, nagy lábbal, beállított mozgással béna volt
 <naívka MI> nekem inkább Piaf
 <naívka MI> jaj szia
 <lamer> igen nagydarab magas nő volt és csúnya is
 <naívka MI> ha felállt a székről, akkor meggörbült, hogy leplezze a ma-
 gasságát
 <lamer> nekem is van egy kedves barátném az van vagy 180
 <lamer> hogy én azzal mit ugatok hogy rendesen tartsa magát
 <naívka MI> az nem baj ha magas, csak jó legyen a mozgása
 <lamer> szörnyű
 <lamer> még a könyvtrükköt is bevettem:)
 <naívka MI> nekünk nagyanyám a seprűnyelet tette a hónunk alá, hogy
 egyenes legyen a tartásunk:))
 <naívka MI> pedig kicsi vagyok
 <lamer> úghogy egy tény

<lamer> igenis egy nő legyen kicsi
 <lamer> 158 centi 58 kiló
 <lamer> persze attól függ hány éves
 <lamer> ha 158 éves akkor nem jó

Igen, ez nagyon jellemző volt, sőt, 150 cm és 50 kiló volt az ideálja, időnként engedett belőle, mint most is. Persze ez csak duma volt, sorba szeregett bele dundi, nagydarab lányokba, és természetesen minden kapcsolata bimbóját letörte.

Sok mindent elejtett az életéből is egy-egy ilyen beszélgetésben.

6. CHATLOG

<lamer> túrót épp zsu monta és mondja is csak most nem kerül elő
 <lamer> a szerelem kifutása 5 év
 <lamer> utána márcsak gazdasági kapcsolat
 <Zsu> ki beszél itt szerelemről?
 <anyamaci> utána már csak a ragaszkodás marad
 <Zsu> most társkapcsolatról van szó
 <Zsu> magasabb szintre emelkedik
 <Zsu> nemcsak ragaszkodás... tisztelet és szeretet, és a közös projectek mint pl a gyerekek nevelése
 <lamer> lévén a férfi esendőbb kiszorul a családból
 <lamer> és elmegy magát halálra inni vagy halálra dolgozni
 <lamer> szerintem ez az ábra
 <lamer> a szerelemnél nincsen magaabb szint
 <Zsu> ez nem igaz lamer
 <Zsu> a szerelem vak
 <Zsu> nem is biztos, hogy szereted az illetőt
 <Zsu> csak az a biztos, h vágyol rá
 <lamer> az benne van a pakliban
 <lamer> még hozzá elég fölül
 <Zsu> a vágy a legmagasabb szint?
 <lamer> vitatom
 <lamer> tehát szted az emberi érzelmek lekmagasabb szintje a vágy
 <Zsu> sztem éppen nem, szted az.

<lamer> én azt mondom a szerelem, amely sajna mulandó
 <Zsu> sztem a szeretet, tisztelet ragaszkodás magasabb szint
 <lamer> mondta itt valaki a megbecsülést a megbecsülés kopromisz-
 szum, nem más
 <Pimasz Fickó> lamer ne írd már ilyen ordítóan hibásan
 <Zsu> mi megértjük pimasz
 <lamer> énigytudok és így akarok
 <lamer> ignorálj
 <lamer> ha nemtecc
 Pimasz Fickó Azzal, hogy ilyen gagyin írsz, írásaiddal automatic magad-
 dat a gagyik és a ratyik táborába pozicionálsz
 <Zsu> pimasz ez baromság
 <lamer> felkéne venni a szemüvegem akkor mégis így írnék, de az is
 ordenáré hibás
 <Pimasz Fickó> De ha ott jól érzed magad, akkor hajrá ;)
 <Zsu> lamer kb a legműveltebb a szobában.
 <lamer> ez azé van így mer nem jártam iskolába rendesbe
 <Pimasz Fickó> Hajjjajjjjj
 <Zsu> ismer minden józsa attila verset:
 <lamer> nem voltak rendes tanáraink szüleim
 <lamer> a pusztán faszom volt világéletemben
 <Zsu> ne foglalkozz vele lamer, kis technokrata
 <lamer> és ezt valamilyen módon jelezni szándékozom
 <lamer> ha érthető volt
 <lamer> de nem zavarom itt a vizet tovább

7. CHATLOG

Beszélgetők: LAMER, FIGYU, CONTROLL.

<lamer> nekem marhanagy bajom van
 <controll> nahh...
 <lamer> ma délután az öreg halászon aludtam
 <controll> hol?
 <lamer> felsejkenvén mit látok?
 <controll> ?
 <lamer> asztal hogy az öreg halász egy kardhalat farsz hemingvé tonhal-

lal írta vagy hülyevokmá teljesen?
 <lamer> csak nagyhalnak nevezi
 <lamer> de a szövegkörnyezetekből az tűnik hogy tonhal
 <controll> hemingwé jó fej vót :)
 <lamer> szertte a wiskit
 <lamer> meg nála kisebb emmbeekkel verekedni
 <Utas> és a kubai szivart
 <lamer> igen me bevót rúgva persze biztos és kihúzta
 <lamer> jéghegytechnikával írta az öreg halászt is és szinte minden
 könyvét
 <Utas> jéghegy?
 <lamer> aha
 <Utas> az hogy működik?
 <lamer> a jéghegynek csak egynyolcadát látod
 <Utas> néha átfordította a regényt?
 <lamer> hétnyolcada vízalatt van
 <lamer> ennek analógiája
 <lamer> hogy minden nap megírt 15 oldalt majd 78ad részit kihúzta
 <lamer> ami maradt azlett az öreghalász vagy a kilimazsáró bármi
 <lamer> akiért a harang szól ezekről biztosan tudom
 <lamer> sose kérdezd kiért szól a harang, érted szóll!

8. CHATLOG

<Zsu> Amikor Zelk Zoltánt kiengedték a börtönből, egyből a Luxorba si-
 etett, ahol így sóhajtott:
 <Zsu> Asszonyok, lányok, szervusztok, szia,
 <Zsu> Kezdődik nálam az impotencia!
 <Zsu> Ott tartózkodó költő társa azonnal rávágta:
 <Zsu> Van még nyelve Zelk Úr,
 <Zsu> Halálig az elkúr!
 <lamer> ez nagyon rossz aforizma
 <lamer> mindig montam a Nagy László gyenge költő
 Zsu> sztem meg nem az a fontos, h áll e
 <Zsu> hanem, h ki viseli
 <lamer> érdekes vannak dolgok amelyek megbeszélhetők a közösben és

vannak amelyek nem
 <beszélget a nő> jaj de tele a tököm az impotensekkel:)
 <Zsu> sztem meg aranyosak
 <Bentaria> én csak impotensekkel akarnék összejönni :-)
 <beszélget a nő> aranyosak... h vállalják.
 <Zsu> ezt 1 híres költő írta egy nem kevésbé híres költőnek ám
 <lamer> én olyan puha vok máma mint a selyem
 <lamer> zs zelk költő
 <lamer> nagy lászló meg nem
 <Zsu> sztem pedig ő is az
 <Zsu> de ezen most ne vesszünk össze
 <lamer> oks izlések ofonok
 <lamer> 100 költőben 1t értünk 2ben nem
 <lamer> zakson
 <lamer> a költők száma végtelen

9. CHATLOG

<lamer> engem az anyám pl
 <lamer> szadistamódra vert
 <lamer> minden áldott nap
 <lamer> sérültem persze
 <lamer> mégis ittvagyok
 <lamer> egy ideig próbáltam lerendezni vele aztán feladtam
 <lamer> de meg nem bocsátok neki soha
 <lamer> aszonta az arameus ne ítélj hogy ne ítéltes

Sajnos hiába volt a műtét, kiújult a gégején a daganat. A következőkben azt nézzük meg, hogyan jelenik meg a logokban a halál gondolata.

10. CHATLOG

<lamer> todmit mondok nincs helyem se égben se pokolban
 <lamer> mitnyavalyogjak
 <Zsu> föld nemjó?
 <lamer> földbe má nincsen hely

<lamer> valaki kitalálta h függőlegesen temessenek
 <lamer> me úgy kisebb lesz a temető
 <lamer> csepelen kritikus a temetőhelyzet 1x rtam erről egy riportot:)
 <lamer> kiskunfélegyházán meg 5 temető van
 <lamer> összekéne házasítani Csepelt Kiskunfélegyházával
 <ezanevem> nem értem a fenti idézetet...
 <Zsu> hogy vagy ezanevem? Mit nem értesz?
 <Zsu> élni és élni hagyni... kb
 <lamer> holvanitt idézet?
 <ezanevem> hogy mit akar ezzel mondani...
 <Zsu> ne másszál bele a másik emberbe, csak legyél mellette
 <lamer> jah a szobatopikot zsu szokott rettenetesekeket szerezni
 <lamer> oh erő! sokat tudok
 <lamer> a távolság relatív
 <lamer> a kanadában vagy ausztráliában szibériában ahol kicsi a népsűrűség az intimszféra nagyon nagy
 <lamer> 9-10 méter
 <lamer> japánban
 <lamer> 30 centi
 <Zsu> ez cimbolikus akart lenni lamer:
 <Zsu> israelben meg csavargatják a piacon a másik gombját
 <lamer>> különben a nőké egy fasznyi
 <Zsu> de ez itt szimbolikus távolság a topicban
 <lamer> ezé gyűlölnek sokan a metrón utazni
 <ezanevem> ha már a fizikai távolság is szóba került
 <lamer> 20 centi ha annál közelebb áll hozzá egy krapek akkor rettenetesen érzi magát
 <ezanevem> én akit szeretnék megölelni, az nem engedi, így senki másnak nem engedem
 <lamer> me dilinyosvagy
 <Zsu> az ölelés pedig jó dolog
 <Zsu> és minden szexuális célzat nélkül is az
 <ezanevem> igen, szerintem is
 <lamer> minden kihagyott szeetkezés pótolhatalan veszteség
 <Zsu> minden kihagyott HPV vírus:)
 <lamer> egy soha visszaneemtérő kihagyott esély egy boldog pillanatra:(

<lamer> az ember így van programova
 <lamer> nagyon bölcsen van ígyprogramozva mert elősegíti a fajfenmaradást

11. CHATLOG

<Zsu> lamer a szoba tudora
 <Bentaria> ő a mini gugli :-)
 <lamer> pfü
 <lamer> sokra megyek vele
 <Bentaria> sokra
 <Bentaria> mi mind felnézünk rád :-)
 <lamer> egy lány se enged a szoknyája alá h ottis megtuggyak esztasz
 <Bentaria> :-DDDDDD
 <Bentaria> sztem azt is tudod már rég
 <lamer> me/a kutyának sekell
 <Zsu> a tudós maradjon a könyveknél, hagyja a dagadt szoknyát másra:))))))
 <lamer> Me /boldogtalan nyomorultul pusztol el nemsokára

12. CHATLOG

<vikkamakka> szerintem akit szeretünk az igazán nem hal meg számkra
 <lamer> nemafasztnem
 <vikkamakka> a szeretetünk a szívünkben életben tartja
 <lamer> minden mulandó
 <vikkamakka> az ember nem csak a test hanem a lélek
 <lamer> milyen színű volt a nagyapád szeme?
 <Zsu> kék állítólag
 <lamer> na ennyit az emlékezésről:)
 <Zsu> nem ismertem lamer, 44ben meghalt... auswitz
 <Zsu> de nagyim mindig azt mondta, h az ő szemét örököltem
 <lamer> az emlékeket elmossa az idő
 <lamer> és ez ígyvanjól
 <Zsu> mindenesetre vittünk koszorút a psyche nevében

<lamer> a magam részéről köszönöm zsu
 <Zsu> ne nekem vandinak.
 <lamer> azis van vayg 25 éves hogy csába juteszibe koszorútcsináltatni
 <lamer> vannak rejtájes dolgok
 <Zsu> ő nem felejtett el felnőni
 <lamer> az étellel töröggy ne a halállal
 <Zsu> persze lamer, de azért az utolsó út nekem fontos
 <lamer> ecce eszt megrtam 1 novellába
 <Zsu> és ő bármilyen nagy ember volt bevállalta a Psychét
 <Zsu> egyik búcsubeszédben el is mondták, h köztünk tevékenykedett

13. CHATLOG

<lamer> agyatlan függő vagyok vagy 30 éve
 <lamer> száraz voltam évekig.
 <lamer> ma iszom először úgy hogy heuréka
 <Frenkel> Száraz 10 évig? :)
 <lamer> igen
 <Frenkel> Jól bírtad...
 <lamer> nemkispálya tesó
 <lamer> az alkoholnem játék
 <robotkutya> akkor miért iszol?
 <lamer> mert nemdokára meghalok
 <lamer> rákos vagyok
 <robotkutya> mi a bajod?
 <lamer> gége
 <robotkutya> milyen rákod van?
 <lamer> röhögni fogsz hpv
 <robotkutya> én úgy hallottam, hogy műtenek!
 <lamer> hiába
 <robotkutya> miért?
 <G.T.> mert ő eldöntötte, hogy meghal
 <Frenkel> Vagy áttét?
 <lamer> me a hpv az olyn hogy terejed
 <lamer> qvqjó virus
 <lamer> érdekel?

<G.T.> engem érdekelne

<lamer> figyu kis gt a lólelkü kis diplomáddal ami tulajdonképpen nem más mint a kapun belüli munkanélküliség manifesztálása a ez nem így van

<Frenkel> tulajdonképpen a humán papilloma vírusról van szó ugye?

<lamer> a hvp megtapad valami faszakis porcon és szövetetet gyűjt maga köré

<lamer> ebbe döglik bele minden haradik negyedik csaj ez a méhnyak-rák

<lamer> nekem a hangszálamon tapadt meg hozhattam Irakból

<lamer> okozhatta a pia okozhatta fú, azt is nyomtam vagy 5 évig

<lamer> okzhatta bármi

<Frenkel> És mikor derült ez ki

<Frenkel> mikor diagnosztizálták? és milyen kezelést kaptál rá?

<lamer> végképp ma

<lamer> 16 én ki szedi a kiscsávó a teljes gégém

<lamer> tehát nemlátok én itt rémeket

<Frenkel> Utána valami kezelés még?

<Frenkel> sugárzás, kemo?

<lamer> berak a nyakamba egy szelepet ami szöröcsög

<kislile> ismerek egy pasit... nem hagyta hogy a gégáját kiszedjék... és meggyógyúlt.

<lamer> és az összes levegő majdnem szűrés nélkül jut a tüdőmbe vágod?

<kislile> kapott kemot, meg sugarat...nem lehetne?

<Frenkel> Értem.

<lamer> ennek máannyesz

<Frenkel> gondolom az onkológus se esne neki késsel, ha nem lenne muszáj :S

<lamer> mit kemozik okoska a külső fertőzést?

<Frenkel> Beszélni fogsz tudni?

<lamer> bakker ez engem nemvigasztal

<lamer> én nemkakartam

<lamer> de megfűzött

<lamer> nem

<kislile> de van olyan aki megtanúl beszélni

<lamer> nemtudok beszélni hacsak nemtanulok me úgy mint ahasba-szélők

<G.T.> gége nélkül érdekes beszélni

<G.T.> ebben tök igaza van lamernek

<G.T.> és egyébként is értem én a lelkét

<lamer> és akkó miasz van?

<G.T.> csak azt nem, miért nyúlt megint piához.

<Frenkel> Foniáter szaksegítségével van rá lehetőség.

<Frenkel> Újra megtanulni beszélni.

<lamer> és akkó mia fasz lesz?

<lamer> má bocs

<Frenkel> Élhetőbb élet.

<lamer> hagyámá

<kislile> pl a kutyáknak tudsz szólni... parancsolni.

<Frenkel> vagy káromkodni...

<lamer> aszt má most se tudok sippal irányítom őket meg kézzel

<kislile> na megyek is mert még mondok valami baromságot...

igazad van lamer őket lehet jelekkel is irányítani...

<kislile> beszélgetni egymással kell...

<lamer> mondjad lille abaromságot érdekel

<lamer> lécci léccci

<kislile> úgy értem: ez engem ami veled van nagyon megráz...

semmi okosat nem tudok mondani... semmi olyat ami téged vigasztalhatna...

<lamer> gondolod az élet h pl idejövök és itt írásban kommunikálok mondjuk veletek?

<lamer> szal ez egy szarügy

<robotkutya> hidd el lamer nem rossz fiú csak most ki van bukva!

<G.T.> ja, és be van b...va

<G.T.> mer az alkohol, az megoldja a problémát!

<Frenkel> nehéz kérdés ez G.T.

<G.T.> daganatnak pont jót tesz

<lamer> az nem így van a szubjektum kivállóan oldódik alkoholbanDDD

<kislile> mit iszol lamer?

<Frenkel> pár fröccs nem tom mennyit számít...

<lamer> temeg gt meny a picsába a z intelmeiddel

<lamer> nem fröccs
 <Frenkel> Hanem?
 <G.T.> nincs ebbe semmi intelem
 <G.T.> azt csinálsz amit akarsz, csupán nem értem mire jó
 <lamer> volt egy palack tokaji szomorúság félszáraz aztán valami szar
 vörös
 <G.T.> azt meg végképp nem értem, miért vetted fel ezt a stílust, de nyilván oka van
 <lamer> mosmeg olaszlizring de ez király
 <Frenkel> az olasz az finom :)
 <lamer> nagyon király
 lamer> egs
 <G.T.> egészségedre
 <G.T.> állításod szerint már úgysem sokáig lesz arra

 <lamer> csak kétszer leshetem meg amikor a virág elhagyja kelyhét halni kél
 mindkettő fehér volt és mindkető tulipán
 <lamer> szép?
 <lamer> Radnóti írta
 <kislile> szép
 <lamer> én is költőnek indultam csak má nagyon rég nemítamverset
 <lamer>beírom ide az utolsó versemet rövid szarjá be
 a szerelem ritkamadár
 oda fészkel ahol a házaspárok sohasem járnak
 a szerelem tolla kékebb az ég kékjénél
 két fiókat nevel puha fészkében amelyek olykor felfalják egymást

14. CHATLOG

<lamer> bakker akkor fikázhatsz ha csináltál 1 fiút ültetnél 1 fát és írtál 1
 könyvet melyik van meg?
 <KaT No1> Ez milyen kódex?
 <lamer> na mivan kussolunk?
 <KaT No1> Miért kéne nekem pl fát ültetnem?
 <KaT No1> Az is durva lenne, ha 3milliárd ember mind írna egy könyvet.

<G.T.> Lenne választék a könyvesboltban:)))
 <lamer> ezt egy 5000 éves vallás előírásai mondják akkor amikor 2 ezer
 évvel később kezdik építeni a piramisokat
 <lamer> most tejössz
 <KaT No1> Én nem vagyok ezen vallás híve.
 <KaT No1> És nem is leszek.
 <lamer> a kérdésekre nemcválaszoltál kicsávo
 <KaT No1> Jaj, milyen kérdésre?
 <lamer> írtál e könyvet csináltál e fiút ültetted e fát
 ezek elég hogymondjam normálos elvárások férfitől
 <KaT No1> Nem vagyok családcentrikus, nem tudok fát ültetni és köny-
 vet sem írtam még.
 <lamer> mivan kussolsz?
 <lamer> akkó nemvagy ember nem vagy férfi
 <lamer> csira vagy
 <KaT No1> Értem.
 <KaT No1> Akkor gondolom nincs is kedved egy csírával tovább társa-
 logni.
 <lamer> kb enynit kell csinálni egy férfinak
 <lamer> nemnagyon
 <KaT No1> Jó, akkor csináld ezt Te.
 <KaT No1> Én meg csinálom azt, amit szerintem nekem csinálnom kell.
 <lamer> én már ezen régesrég túl vagyok
 <KaT No1> De ezt Te már sosem fogod megtudni.
 <lamer> mást nemtucc ezek alapelvek

15. CHATLOG

<lamer> egyedül voltam egész nap
 <lamer> de én nemérezem jól magam egyedül
 <lamer> bánatomba írtam 2 cikket
 <Zsu> akkor termékeny a magány
 <lamer> ugyan
 <lamer> zsebemben a kórháázi beutaló
 <Zsu> millen kórházba lamer????? Mivel?
 <lamer> a dolgaimat meg csak meg kell írnom valahogy

<lamer> torkom:(
 <Zsu> még mindig fáj?????????
 <lamer> déltepsi
 <lamer> ott van srác aki operált
 <Zsu> van ott megint valami metszenivaló??
 <lamer> nemtudni
 <lamer> be van gyulladva
 <lamer> sztem nincsen
 <Zsu> antibio nem segít?
 <lamer> de egy sebész operálni akar az apja faszát
 <lamer> nem, volt má négyféle
 <lamer> de lapozzunk

16. CHATLOG

<lamer> egy nap aztán megláttam a kacsámat ott azóta szeretem a va-
 sárnapot
 <bullpit> rímel
 <lamer> megcsinálták rendes hangszereléssel
 <lamer> iskolázott hangon éneklik
 <lamer> komoly nóta
 <lamer> talán 1len a gengszeteváltás óta
 <G.T.> nem kell mindig mindennek komolynak lenni:))
 <Zsu> lamer szerint ez halál komoly... szimbolikus
 <lamer> nem én aszmondtam be kell helyettesíteni a megfelelő fiózófiai
 fogalmakat és előttünk áll az életünk
 <lamer> zsu bagatelizálja
 <Zsu> no akkor heylettesisds be
 <lamer> én pl mosmár tudom h magas hegy a mátra is
 <Zsu> van egy szép szó az ég alatt, ha optimális, ráteszem az indi-
 vidu(mo)mat:)
 <lamer> mibaj van azzal ha az ember gondlkodik?
 <Zsu> semmi baj nincs vele
 <Zsu> csak mi is szeretnénk tudni amit te tudsz
 <bullpit> lamer miért nem lett királyságod,
 <lamer> nem fagy be a duna

Régi tréfa volt ez közöttük. Lamer mindig mondogatta, hogy őt a Duna jegén fogják megkoronázni, mint Mátyás királyt. Amúgy nagyon érdekes volt kettejük „testvéri” kapcsolata. Tudtommal sosem találkoztak élőben, de a chaten tesónak szólították egymást és igen csak egy húron pendültek.

17. CHATLOG

<lamer> feljárok vagy 4-5 éve ide is meg néha más szobákba is
 <lamer> azé jöttem h haverokat esetleg barátnőt találjak
 <lamer> a semmibe netezni (amit én angyalozásnak hívok) nem szoktam
 <lamer> most h megnyomorodok és nyilván nem kellek senkinek
 <lamer> abba fogom hagyni
 <lamer> bár néhány havert, havercsajt sajnálok
 <álnick> lamer, nem szeretem ha depis vagy, ennyi... sajnálnánk ha nem jönneél
 <lamer> ha kívágnák a fél fejed te nemlennél depis?
 <álnick> lamer, de igen, csak én tudom hogy keménylegény vagy és talpraállsz, helyetted vok optimista ha nem bánod
 <lamer> ez így van csak van 1 pont amikor elenyészika macsóság
 <lamer> macsónak is addig van értelme lenni ameddig van értelme
 <lamer> önmagáért nics

Ezután csakugyan megműtötték, természetesen újra ivott, az italtól pedig agresszív lett.

Áprilisban megtartottuk a születésnapját a kertemben. Akkor már egyáltalán nem tudott beszélni, csak mutogatott. És talán akkor mosolygott utoljára.

Egyre inkább foglalkoztatta a halál és az, hogy van-e utána valami létforma.

18. CHATLOG

Shadowmaster a reinkarnációról morog valamit magában...

<lamer> minek akarsz újjászületni Rene?

<Shadowmaster> akar a fene

<Shadowmaster> csak megállapítottam hogy nem fogok még egyszer

így lejönni

<lamer> de ha van reikrnáció akkor fogol

<lamer> az kasa törvényei elől nemlehet kitérni ha léteznek:)

<lamer> Akasa bocs

<lamer> jórégi

<perpill> azok milyen törvények?

<lamer> hát ez egy 5000 és vallás kicsit nehéz volna itt leblatolni

<perpill> mi a neve ennek a vallásnak?

<lamer> talán hyndy

<lamer> de ott indiában és kinában sokminden keveredik

<perpill> így van

<lamer> egy biztos

<lamer> már létezett amikor 2000 év múlva elkezdik építeni a piramiso-
kat

<lamer> csak azé mondtam ezt me a nyugati kultúra lehetne kicsit szeré-
nyebbDD

<perpill> az akasa törvénye alatt a karmát érted?

<lamer> kb

<perpill> hát igen

<lamer> ezek átjárák egymást

<lamer> a hatha joga fogalma egyébként

<perpill> nem könnyű végleg kilépni

<lamer> kérdezd meg 1 virustólDDDD

<lamer> az maga az öröklét

19. CHATLOG

<lamer> énazéírokígymekeresekvalamit

<west> mit keresel?

<lamer> a gondolatrítmust

<west> az ilyen: _____

<!cruel> elég lapos

<lamer> denemvagyok 10 ujjas

<west> elég 3 is

<west> sőt, elég 1 is:)

<lamer> _____

<lamer> ?

<west> csak ne a középső legyen.)

<Zsu> de vonalask lettetek hirtelen

<lamer> akarszegykörmost

<!cruel> párhuzamosok

<west> ;)

<!cruel> műkörmost

<lamer> de lehet hogy odébbvan

<lamer> vagynincsisígyemeg

<lamer> nemígyzületik

<west> deszeretemamikorigírszegészenmegkeveredeknodenembaj

<!cruel> lamer, amiket írsz, ki lehetne adni könyvben

<!cruel> lesz-e?

<lamer> van készen egy kéziratom

<lamer> frimál.hu címen

<lamer> meglehetne írni

<lamer> ha volna hozzá csaj

<west> lesz?:)

<west> na frankó:)

<lamer> nemtudom

<!cruel> nem lesz. francba

<lamer> 4 év alatt 3-4 olyan lámyt találrtam aki alkalmas partnernak mutatkozott

<Zsu> miért kell az íráshoz csaj?

<lamer> mer egyedül nemírok

<Zsu> fogja akezed közben?

<lamer> nincsen csaj nincsenkönyv

<lamer> kell a közelsége

<Zsu> ha ott egy csaj a közeledben akkor nem írsz hanem szexelsz

<lamer> mondhatjuk igen fogja közben a kezemet

.....

<lamer> érdekes megfigyelni a nők milyen dühödten tisztítják a sárgarépat

<Zsu> nem issz

<lamer> nemén a krudymongya

<lamer> krudy gyula jóíró

<paradox> és jó szakács

<lamer> jó ujságíró
 <lamer> álmoskönyve is van
 <lamer> írt vag 300 kötetet
 <lamer> apicsába
 <lamer> a moldova 100 írt és emberek ámolýognak
 <lamer> milyen érzés lehet írni 10 könyvet 20 at
 <Zsu> lamer, milyen érzé egyáltalán, h az embernek jelent már meg könyve?
 <lamer> fura
 <lamer> zsu
 <Zsu> milyen érzés megfogni?
 <Zsu> huu nem dedukáltad
 <Zsu> elfelejtettük:((
 <Zsu> pedig elől van direkt
 <lamer> mikorrakell?
 <Zsu> bármikorra
 <lamer> merkiakartam cseréni elsőkiadásúra
 <Zsu> még megteheted?
 <Zsu> de nekem jo a paper is
 <lamer> me/nagyon respektálya zsut

Felesége egy idő után már nem mert egyedül hazamenni, lamer lányánál húzta meg magát.

Aztán interneten megbeszélték, hogy bemennek a Délpesti Kórház pszichiátriájára. Engem hívott a Gabi, hogy menjek vele haza, és vigyük be lamer a kórházba. El is mentünk. Kommunikálni már csak írásban tudtunk vele. Odaült a laptopjához és megígértette velünk, hogy semmilyen körülmények között nem hagyjuk bent a kórházban. Megígértük, mi mást tehetünk volna. Hármasban mentünk be a pszichiáternőhöz. Lamer mutogatott, mi meg elmondtuk neki, hogy mi is a helyzet. Rögtön beutalta az addiktológiára, de mint kiderült, csak azért volt hajlandó bejönni velünk, mert gyógyszerert akart feliratni, amire majd ráihat.

A doktornő – lévén öreg róka a szakmában – nem ment bele ebbe a verzióba, odaadta a beutalót, és azt mondta, bármi probléma van, hívjunk mentőt, ezzel azonnal behozzák őt a kórházba.

Ezután kimentünk a kórház kertjébe és próbáltunk a lekére beszélni, hogy maradjon. Ígértem neki fűt-fát, mobil internettől kezdve fiatal lányokig, akiket behozok neki látogatóba, mindent.

De lamer hajthatatlan volt, eldöntötte, hogy ő bizony nem marad itt. Nem voltunk túl boldogok a dolgok illetén alakulásától, és ezt nem is titkoltuk előle túlságosan.

Felesége most sem ment haza vele, hiszen a helyzet mit sem változott.

Két nap múlva a HÉV alá ment, de baromi szívós pasi volt, úgyhogy túlélte, intenzív osztályon volt hetekig. Nagyon megrázott minket lamer kilépési kísérlete, az az egy volt megnyugtató, hogy nem tudott járni a bal-esete után így nem hittük, hogy meg fogja tudni ismételni.

És elérkezett az utolsó chat.

<lamer> halihó

<soranh> szia lamer

<Shadowmaster> lamer te fasz:S

<Shadowmaster> jössz Börzsönybe bammeg?:

<lamer> sziasztok

<Zsu> lameeeeeer.))))))))))))))

<Zsu> naháááááát

<lamer> nemhiszem me mozgásképtelen vagyok

<lamer> egázót a hév

<Shadowmaster> hogy vagy bammeg?:)

<dögkeselyű> a hév?

<lamer> ja

<krk> zsu... esőbe is lekellvinni a kuttyot pisilni?

<dögkeselyű> persze

<Zsu> ha nem akarsz padlót törölgetni kinga

<lamer> lebizonykinga

<dögkeselyű> a kuttyót mindig le kell vinni

<dögkeselyű> volt egy dobim

<dögkeselyű> de már meghalt

<krk> lamer: köszi... kérdés neked szólt, te vagy eb-szakértő

<lamer> kkutya megdöglik

<lamer> meghalni csak az ember hal meg

<lamer> de mért pont nemtom
 <soranh> ez nagyon filozófikus kérdés
 <soranh> az ember és az állat közötti különbség a nyelvtudás
 <lamer> ja
 <Shadowmaster> az ember és állat között a különbség
 <Shadowmaster> az állat nem öl pénzért
 <dögkeselyű> a tudat
 <soranh> a tudat az nyelv
 <soranh> a nyelv az tudat
 <soranh> és az egész alkotja a gondolkozási rendszert
 <dögkeselyű> ne má
 <lamer> ez nemigaz a kutyáimnak kecskéimnek igenis van kommunikációja
 <Shadowmaster> a tudatnak nincs köze a nyelvhez
 <dögkeselyű> a tudat az amikor tudod, hogy vagy.
 <Shadowmaster> csak annyiban hogy van amit nyelvi úton fejez ki
 <Shadowmaster> és van amit nem
 <dögkeselyű> és emlékszel magadra
 <lamer> valszeg a lélekkel függ össze ez a dolog
 <dögkeselyű> mikor nem emlékszer nem vagy tudatos
 <dögkeselyű> álmodsz
 <Shadowmaster> pesze keselyűm de időben ezt tudod hogy mikorra nyúlik vissza?
 <dögkeselyű> azt nem
 <Shadowmaster> mert a reinkarnáció ugye...
 <soranh> najó mind1, itt nem megyek bele a dolgokba
 <soranh> érdemes belegondolni, hogy miben képezi le a gondolati rendszert az agyad
 <lamer> pedig érdemes volna megvitatni
 <dögkeselyű> majd élőben megdumáljuk
 <Shadowmaster> reinkarnáció, restart stb. a re újra jelentést definiál
 <soranh> nincs reinkarnáció
 <Shadowmaster> de van:-)
 <soranh> nincs load/save
 <soranh> nincs exit
 <soranh> és nincs new game

Shadowmaster idióta vigyorral segít újraindítani a teremtést:-)

<soranh> najó exit van. sajnos

<lamer> a reikarnációhoz ennek semmi köze

<dögkeselyű> egy barátom nagyon heves módon tagadta a reinkarnációt

Shadowmaster megnyomja a teremtesen a power off restart format gombot

<dögkeselyű> és az ilyen témákat

<Shadowmaster> nem működik:(

<dögkeselyű> számára fontos volt hogy ő dönt

<dögkeselyű> majd 26 éves korában befejezte.

<Shadowmaster> de hát pontosan erről van szó dögkeselyűm

<Shadowmaster> a reinkarnációban te döntesz

.....

<lamer> helydejólenne egy ződ

<krk> szereztem 1 csuklószorítót, olyan leveles

<lamer> ?)

<krk> gonduttam eljuttatom 1x

<lamer> nemigen hordok má jelképekete kösz Kinga

<krk> az életed, maga 1 jelkép

<lamer> most sörrel nyomulok

<Zsu> lamer te meg miért iszol he?

<lamer> mé mitkéne csinánom zsu?

<Zsu> gyógyulni lamer 1000-rel, az kéne

<lamer> minekis?

<Zsu> mert egyszer élünk azért

<krk> irgá-mesekönyvet

<homeza> nem is egyszer zsu :P

<soranh> jaja lamer, jól tudsz írni!

<dögkeselyű> nem ám

<lamer> egyrészt az nembisztos

<dögkeselyű> nem 1x szer de nem baj

<Zsu> ti lehet, h többször, én sajna csak egyszer

<lamer> másrészt az élet akkor élet ha van tartalma

<soranh> de 1szer, maximum a kvantumállapotaink újraösszeállnak egy

információ tartalmú struktúrává :PPPP

<krk> lamer: van neki

<Zsu> tényleg lamer a mesekönyved

<lamer> ha akarom van K ha akarom nincs

<krk> lamer: azzal a tudással, hogy szabad kotya-vetni?

<lamer> nincsen kiheztartoznom

<krk> lamer: -lamerhoz

<lamer> a fű nem drog, tisztázzuk

<dögkeselyű> nem drog?

<soranh> drog minden, a fű elég könnyűdrog, az alkohol közepes

<lamer> de nemám

<krk> hát akko mi?

<lamer> alkohol meg cigi alatt áll

<soranh> a cigi és az alkohol külön külön és együtt is veszélyesebb mint a fű

<lamer> kimész a körtefa alá lekuporocc hugyizol1et felász nyujtozkocc

aszondod: dejót hugyoztam: ez is drog

<krk> lamer: hu... de bölcs ez a fiju

<lamer> nem kinga ez kémia és ezt itt sokan tuggyák

<krk> lamer: akkor végy a bóótba füvet, oszt legelj

<soranh> én spec nem tudom jól a kémiát, de hiszek a kutatóknak

<Zsu> nálunk van 2 kupac frissen nyirott fű:)

<lamer> kutatók hazudnak

<krk> lamer: látom jól vagy ismét magasszinten oktaccc

<Zsu> tudod hány fiatal jött a szobába már azzal, h bekkattant füvezés következtében?

<lamer> oktata a faszom

<lamer> ezek tények

<soranh> olvassátok el már azt a linket, ha tényeket akartok!

<soranh>

http://en.wikipedia.org/wiki/Health_issues_and_the_effects_of_cannabis

<krk> akko végy a tények-boltból

<soranh> lamernek igaza van

<lamer> az király

.....

<Zsu> lamer új telószámom van, messengerre kiírtam
 <lamer> hívja fel és kügyyed el
 <lamer> hiányoznál nagyon nekem
 <Zsu> de elveszett a régi
 <Zsu> nincs meg a számod
 <lamer> várja
 <lamer> 06 70 XXX XXXX
 <Zsu> megcsörgetlek lamer és mentsd le
 <lamer> má mentem
 <lamer> szivmasszázs
 <lamer> tődőszuszogás
 <lamer> minden
 <lamer> megvan mentve
 <málna> el fog ázni a gerlénk fészke
 <lamer> a gerlék má kirepültek
 <lamer> ez esetleg másodköltés
 <lamer> na elfogyott az üllőidőm
 <lamer> nemszabad ülni
 <Zsu> czupp lamer pihenj!
 <lamer> csá

Itt úgy érzem szükségeltetik egy rövid magyarázat. Keveselltük a kerti parti szintű összejöveleteket, és így 2004-től kezdődően nyaranta táborokat szerveztünk. 2004-től 2006-ig egy gárdonyi campingben, 2007-től pedig anyám nagybörzsönyi házában gyűltünk össze.

2007-ben velünk volt lamer is, és nagyon jó kis csapat jött össze, belőlük lett a közösség magja. Ekkortájt éppen a 2008-as táborra készülődtünk, sajnos lamer nélkül. Valaki hozott egy laptopot, úgyhogy onnan is felmentünk netre, de lamer nem volt ott. Felhívtam telefonon, megkérdeztem, feljön-e valahogy börzsibe, gondoltam talán az asszony felhozza autójával. Felvette, de persze nem tudott beleszólni. Visszaírt egy SMS-t, ami imígyen szólt:

„Szia, próbáld elérni a Gabit.” (A feleségét.) Innen tudtam meg, hogy megint bújkál valahol, ergo lamer egyedül van, de mivel mozgásképtelen, időnként haza kell mennie Gabinak megetetni az állatokat. Mivel elveszí-

tettem a telefonomat, és az újbán nem volt meg Gabi száma, így tehetetlen voltam. Vissza is írtam, hogy nem tudom a számát, erre a válasz az volt: „akkor mindegy”. Legközelebbi hírem az volt amikor Gabi és a lánya keresték messengeren, hogy nem jött-e fel hozzánk, nem tudunk-e róla valamit, mert eltűnt. Akkor ő már a Dunában volt valahol élettelenül.

Halála után ezt a regény-tervezetet találta lamer gépén, az özvegye, Gabi.

frimélpont.hu

/regény/

Bevezető

Arról szól ez a könyv, amit ketten írunk zsu és lamer mint szerzőpár. Viszszamennek az időben. A cset nyelvén íródik a mű. Szereplői: egy belvárosi felsőkörökbeli luxuslány és 1 angyalföldi strici. Az ő életüket emlékezet útján az időben visszafelé haladva kívánja bemutatni.ahogy a számítógép csevegő program jin általában...

3. ESET: ÉVA, A POGÁNY NŐ ESETE

Éva 2004 végén jött a Psychére, és kb. 2 hét alatt meghódította mindenki szívét.

Hamar kiderült, hogy az élete nem volt fenéig tejfel, és ez még enyhén kifejezés.

Ennek ellenére igen vidám teremtmény volt, mondatai után nem bánt szűkmarkúan a smileykkal.

Két esztendeig egy drogos sráccal élt együtt – akit a neten ismert meg, de nem a Psychében – és ő maga is drogozni kezdett...

Hadd szóljon ő maga az életéről az alábbi interjúban, amit 2008-ban csinált vele Csillag Sára.

Sokat nem tudok a szüleimről. Állítólag ők össze voltak házasodva, de idővel elváltak, született két gyerekük; én meg a húgom. Apukám az énekel, esküvőkre hívták, meg mulatós estekre énekelni, anyukámnak meg varrónői szakmája van. Nem tudom, hogy dolgozott-e ebben a szakmában, amit tanult. Nem nagyon ismerem őket. Egyszer-kétszer találkoztam velük, abból meg hát nem sokat lehetett. Amikor ők elváltak, akkor minket beadtak gyerekotthonba, árvaházba. Én hároméves voltam, a húgom kétéves, és hát mi ott nőttünk föl egészen tizennyolc éves korunkig.

Megkerestem a szüleimet, anyukámat és apukámat is. Egyik hibáztatja az egyiket, a másik a másikat, a rokonok össze-vissza beszélnek. Tulajdonképpen én azt vettem ki az egészből az elmondottak alapján, hogy tulajdonképpen őket nem is érdekelte, hogy mi van velünk. Elváltak és mindegyikük ment és élte a saját életét.

Gyerekotthonban nőttem fel. Volt olyan, hogy ötszázan voltunk, volt, hogy több, mint ötszázan. Olyan gyerekek voltak ott, akiket a szülők elhagytak, nem mentek értük a kórházba... akiket nem neveltek a szüleik. Nem akarták vagy nem tudták felnevelni őket, különböző okok miatt kerültek oda a gyerekek. És azt gondolom, hogy sokkal szerencsésebb helyzetben voltunk, mint egy csomó gyerekotthonban élő gyerek, merthogy minket támogatott egy svájci csoport és minden évben mehettünk a Balatonra vagy a tengerpartra és ez iszonyú nagy segítség volt. Mindig hoztak játékokat. Tulajdonképpen mindenki arra vágyott, hogy megismerje a

szüleit. Más emberektől kaptunk szeretetet, tőlük kb. semmit. Az otthonban egész évben gyűjtötték a pénzüket, meg adományokat gyűjtöttek, hogy két hétre el tudjon menni ötszáz gyerek nyaralni a Balatonra.

Az én nevelőnőm az nagyon szeretett minket. Mindig gyerekeimnek hívott minket. Sokat törődött velünk, állandóan velünk tanult. Ő az iskolától kezdve nevelt, ahogy felkerültem első elemibe. Első osztályos koromtól egészen hetedik osztályos koromig. Óvodás koromban pedig hogy volt három-négy óvónéni és ők váltották egymást. Én a húgommal voltam együtt az óvodában. És hát... nem tudtuk, hogy testvérek vagyunk és minden rosszaságot együtt csináltunk. Meghúztuk az óvónénik haját, bebújtunk az ágy alá, meg a karácsonyfáról leszedtük a csokikat. Aztán amikor meg kiderült, hogy testvérek vagyunk, akkor annyira meggyűlöltek egymást, hogy amikor már nagyobbak lettünk akkor se beszélgettünk.

Ez iszonyú nagy trauma, hogy gyerekkorodban megtudod, hogy van egy testvéred... és akkor... nem tudom... elkezdtünk egymással üvöltözni: hogy te nem vagy a testvérem, te se vagy a testvérem, utállak, meg ilyenek. Azt gondolom, hogy gyerekkorban... nem tudom... van aki könnyebben felfogja és azt mondja, hogy elfogadja, de szerintem vannak olyan gyerekek akik ezt nem tudják kezelni. Van, amikor egy gyerek örül, hogy van egy testvére... úú.. de jó, van egy testvérem és elfogadod... örül ennek és közvetlen, és szeretne a testvérével lenni. De van, aki meg úgy van vele, hogy ez egy trauma. Én teljesen ledöbbsentem és a testvérem is. Ez nem volt tudatos, csak azt vettük észre, hogy így... vagyis én utólag vettem észre, hogy nem is beszélgettünk az évek alatt. Szóval addig, amíg a gyereketthonba voltunk, tizennyolc éves koromig mi nem ültünk le és nem volt egy olyan nap, hogy mi elbeszélgezzünk három órát. Évek alatt. Az egyetlen kommunikációs forma az az volt, hogy ha két ember összeveszett, akkor tuti hogy én az egyikkel tartottam őt meg a másikkal. A végére már ketten veszekedtünk és nem tudtuk, hogy min. Szerintem így próbáltuk ezt... nem tudom... feldolgozni. Mostanában kezdtünk el beszélgetni, amióta itt élek Magyarországon.

Az általános iskolát azt ott végeztem a gyereketthonba. Délelőtt tanítás volt, délután tanulás. Délelőtt volt egy tanító néni, délután meg a nevelőnőmmel kellett készülni. (...) Vettük tantárgyak szerint, és a mi nevelőnőnk mindig jött és velünk együtt mondta a leckéket, meg törő-

dött velünk. Nem tudom, hogy más nevelők hogy csinálták, de mi nagyon szerettük a miénket.

Heten-nyolcan voltunk egy csoportban, meg volt olyan, hogy volt egy osztály, például voltak az elsősök, és ha sokan voltak, akkor az volt, hogy volt egy fiú nevelő meg egy lány nevelő. A fiú nevelő volt a fiúkkal a lány meg a lányokkal. Az volt, hogy este kellett fürdetni, vagyis ők ott voltak amikor fürödtünk meg ágyneműt cseréltünk meg fehérneműt cseréltünk. És hát nem is tudom... úgy volt, hogy délután négytől kezdődött a tanulás azt hiszem fél hatig... és akkor fél hattól hatig szünet, majd hat-tól hétig megint tanulás. És... mi egy nagyon kis csoport voltunk, meg valahogy az volt bennünk, hogy mi összetartozunk és mindig mindenhova együtt mentünk. A gyereketthonban ez a barátkozás ez egy ilyen... nem tudom hova tenni... mert ugye mindenkinek megvan a saját kis osztálya, saját kis csoportja, van egy nevelője, aki próbálja őket összetartani, és tulajdonképpen azokkal az emberekkel van együtt akikkel egy osztályba jár meg egy csoportban van. Általános iskolában olyan az ember, hogy mindenkivel beszélget, nincs az, hogy nagyon elhatárolódónál bárkitől is. Ott vagy, gyerek vagy, mindenkivel játszol, hintázol... szóval nem tudom... nincsenek azok a nagy elhatárolódások, meg azok a nagy mély barátságok az általános iskolában. Főleg egy gyereketthonban, ahol annyi gyerek van, hogy nem is tudod kiválasztani, hogy kivel barátkozz. Mindenkivel beszélgetsz, meg játszol. Általános iskolában nincs bennem meg nagyon az a fogalom, hogy barátság, szerintem legalábbis olyan mélyen.

Az általános iskola úgy telt el nekem, mint egy burok. A nevelőnőnk vi-gyázott ránk, törődött velünk. Naivan éltük meg ezt az egészet. Nem is tudatosult bennünk, hogy ez ilyen ez egy ilyen nagy dolog lenne. És... hetedik osztályos voltam és a nevelőnőm rákos lett. Meglátogattuk a kór-házban és valahogy nem tudatosult bennünk, hogy elveszíthetjük, vagy hogy meghalhat... de hát meghalt. És akkor kezdtünk nagyon széthúzni. Elmentünk a temetésére és tulajdonképpen megszűntünk összetartó csoportnak lenni. Kaptunk egy másik nevelőnőt és nem akartuk elfo-gadni. Nem érdekelt, hogy ott van, nem is fordultunk hozzá a problémá-inkkal... meg... nem tudom. És hát nem tudom, hogy más hogy élte meg, de én semmiképpen sem akartam elfogadni ezt az új nevelőnőt, ál-landóan visszapofáztam, meg nem fogadtam szót neki, nem is szóltam

hozzá. Én nagyon szerettem a nevelőnőmet. És hát... ő... tulajdonképpen nekem ő olyan volt mint hogyha az anyukám lenne. Ugye... az, hogy nem sok nevelő csinálta azt, hogy ott ül a gyerekeivel és ugyanúgy felmondja velük a leckét és mondatja és mondatja. Vittük hozzá az ellenőrzőt... és soha nem üvöltözött velünk, nem volt agresszív és tényleg komolyan vette a munkáját... ez nem is munka volt, hanem szeretete a gyerekeket. Előtte a városházán dolgozott, majd pont őt kaptuk meg. És annyi szeretet áradt belőle és türelem és annyira tudott minket kezelni, nem tudom... annyira egy intelligens ember volt. Tudta ugye, hogy nekünk nincsenek szüleink és hogy szeretetre vágunk.

Nem tudatosult bennem, hogy ő... szóval azt tudtam, hogy beteg, de nem is tudtam, hogy milyen beteg. A gyerekotthonban mondta az egyik nevelőnő, hogy beteg és hogy kórházban van, és hát meglátogattuk. Meg nem volt már velünk, nem tanult velünk. És meglátogattuk a kórházban és emlékszem, hogy nagyon sovány volt, és alig lehetett felismerni... és nem tudom... iszonyú volt. Alig látszott ki a paplan alól. Szerintem egyikünkben sem tudatosult, hogy ő meg fog halni. (csönd) És akkor... meghalt, elmentünk a temetésére, és én csak így álltam, és nem tudtam sírni. Álltam és szerintem egyikünk se tudott sírni. A temetés végén azon gondolkodtam, hogy azért nem sírok, mert nem szerettem? Évekig ez volt bennem, hogy azért nem sírtam, mert, hogy nem is szerettem... de utána meg rájöttem, hogy annyira sokkot kaptunk mindannyian, hogy elveszítünk egy ilyen embert, hogy... szóval... nem tudtunk sírni.

Most otthon voltam és megkérdeztem az egyik lányt, aki velünk volt egy csoportban, hogy szokott-e a nevelőnőnkre gondolni? És azt mondta nekem, hogy képzeld el, hogy én mindennap imádkozom érte. Minden este. És ez engem annyira szíven ütött, hogy szerintem ő csak a jót látta a nevelőnőmben. Én meg a halála után elkezdtem vádolni. Mit képzelt magáról, hogy megszeretjük... nekem ez egy nagyon nehéz időszak volt... hogy ugye az emberben tudatosul, hogy a szülei elhagyták... és az is benne van az emberben, hogy tök mindegy, hogyha szegények vagyunk és nincs mit enni, de az ember a szüleivel van, akik szeretik. Ugye nekünk az ábrándkép az volt, hogy egy szülő csak szeretheti a gyereket... és ezek szerint minket nem szerettek a szüleink és azért hagytak

el. Iszonyú sokáig vádoltam, hogy mit képzelt magáról, hogy évek munkája volt az, hogy mi megszerettük és elfogadtuk és elkezdtünk benne bízni. Már tényleg maximálisan bízunk benne, és akkor hagyott el bennünket. És hogy ez milyen már. Utána meg arra gondoltam, hogy viszont kaptunk tőle hét évet, ami felkészített arra, hogy olyan emberekké váljunk... mármint, hogy jó emberekké váljunk. Iszonyú nehéz, én most voltam először a sírjánál a temetés óta. Most nyáron. És azóta eltelt tíz év. Kimentem, nem bírtam öt percnél tovább ottmaradni. Pedig tudtam, hogy nem mindig van lehetőségem őt megkeresni. Nem bírtam egyszerűen.

Talán az a baj, hogy nem akarom elfogadni, hogy meghalt. Szóval akkor én kórházba kerültem, kiszáradt a gyomrom, nem ettem meg semmi. És így utólag azt gondolom, hogy emiatt volt, hogy ezt nem tudtam feldolgozni. Ugye akkor jött a karácsony és akkor volt egy amerikai néni aki akkor ki akart minket vinni Amerikába. De a szüleim nem engedtek el. Volt valami szabály, hogy akárhogy is gyerekotthonban vagy, a szüleid beleszólhatnak abba, hogy örökbe adhatnak-e valakinek vagy sem. Ez annyira jó, nem? Eldobnak, ki tudja miért, s jön valaki aki azt mondja, jobb esetben, hogy szeretem ezt a gyereket, és szeretnék magamnak egy gyereket, mert nekem nem adatik meg, vagy egyszerűen szeretne, mert ennek a nőnek voltak gyerekei, de ő mindig járt hozzánk és nagyon szerette az árvaházi gyerekeket, és azt mondja, hogy szeretnék örökbe fogadni három gyereket, hogyha hármón is segítetek, de jobb életük lesz. És akkor azt mondják a szüleid, hogy nem.

Az úgy volt, hogy odajött és nagyon szeretett engem meg a húgomat, mert mi állandóan kilóptuk a zsebéből a cukorkákat és elszaladtunk. Óvodás korunk óta ismert. És mondtam, hogy ki akart minket venni örökbe. Ez úgy van, hogy megkérdezik az igazgatót, hogy mik az eljárások, meg gyermekvédelem és mondták, hogy tulajdonképpen a szülőknek beleszólása van ebbe az egészbe, és hogy nem engedtek ki. Kisgyermekkorban mit gondoljon az ember? Hogy akkor most mégis szeretnek? Ő mindig azt csinálta, hogy kivett egy lakást, és minden évben elvitt minket oda karácsonyozni. Kikért a gyerekotthonból és elvitt. Ott voltunk egy hetet és én csak csokit meg kólát ettem, napi öt tábla csokit meg kólát és nem tudtam wc-re menni, meg kiszáradtam és kórházba kerültem. És kiengedtek a kórházból és behoztam a lemaradá-

somat a az iskolában. Ugye nyolcadikos voltam.

Volt egy olyan év, amikor kijártunk a városba tanulni, nem a gyerekotthonba tanultunk, hanem a városban és emlékszem... most nem azért... de igen, dicsérni akarom a gyerekotthonosokat, mert amikor kikerültünk az Ady Endrébe, akkor ahol gyerekotthonosok voltak, olyan osztály nem volt ahol ne lett volna a gyerekotthoni az első három tanulóban. És szerintem ez nagyon jó. Szóval kikerültünk egy városi iskolába, ahol a színvonal gondolom magasabb volt, más tanárok meg új környezet és csomó mindennel meg kellett küzdeni. De nagyon jól éreztük ott magunkat. És például a nevelőnőm volt az, aki gondolta arra, hogy... ugye mi délután jártunk. Délelőtt volt a felkészülés és délután jártunk iskolába este hétig, nyolcig. A nevelőnőm volt az, aki gondolt arra hogy ne kelljen már este a városban egyedül járkálnunk. Megbeszélte a svájciakkal, hogy kapjunk egy mikrobuszt és mindig valaki elvitt az iskolába és vitt is haza. Annyira látszott, hogy szeret minket. És apró dolgokban. (csönd) Na mindegy... akkor ő meghalt, én meg elkezdtem lázadni, vagy nem tudom. Arra gondoltam, hogy én egy olyan gimnáziumba szeretnék menni, ami erős, és ahol nincsenek gyerekotthoniasak. Így megundorodtam az egészszől. Meghalt és olyan kiszolgáltatottá váltam a gyerekotthonban. És azt éreztem, hogy teljesen kiszolgáltatott vagyok, megszűnt ő lenni, széthullt a csoport és akkor kezdtem észrevenni, hogy a gyerekotthon nem egy buli. Akkor kezdett felnyílni a szemem, hogy mi minden vesz körül. És felvételiztem a gimnáziumba, fel is vettek, és úgy éreztem, hogy ő büszke rám, büszke lenne rám. Bekerültem ugye a gimnáziumba és elkezdtem tanulni és ott is nagyon lázadtam, mint aki kifordult magából. Miniszoknya, smink. Vallásos gimnáziumba felvételiztem, nagyon sok probléma volt velem. De viszont arra gondoltam, hogy meg kéne keresnem a szüleimet, és azon gondolkodtam, hogy eddig miért nem kerestem meg őket. Eddig azért nem kerestem, mert nem érdekelt, hisz volt valaki, aki szeretett. A másik meg, szerintem így utólag rájöttem arra is, hogy amíg megkerestem addig is eltelt vagy két-három év a nevelőnőm halála után. Három-négy év eltelt és azt gondolom, hogy valahogy az is benne volt, hogy őt nem akarom megbántani. Azt éreztem, hogyha megkeresném, akkor megbántanám, mert hogy ő törődik velem és nem a szüleim, és akkor hallottam, hogy apukánk börtönben van, és megkerestem.

Volt a gyereketthonban egy nő, a Gagyi Éva, aki ezzel foglalkozott. Megkereste a gyerekek szüleit, utánajárt, hogy ki, hol van és kinek hány testvére van. Mert ugye sok gyereket otthagytak a kórházban, azt se lehetett tudni, hogy egyáltalán kik a szülei, vagy hogy mit csinálnak. Neki ez volt a feladata, hogy sorra veszi a gyerekeket és akkor megnézi a szülőkkel mi van, milyen körülmények között élnek, mennyi testvére van a gyerekeknek és hova tartozik.

Ő annyit mondott, hogy börtönben van az apukám. Valami ilyesmi. De volt egy család, akiket megismertünk. Mi csak úgy hívtuk, hogy „szegény-család”, és kiderült, hogy ők a falumból valók. Én mondtam, hogy ki vagyok, meg minden és akkor mondták, hogy ők tudják, hogy kik a szüleim. És menjek el velük. Mert ők mennek a falumba és menjek el velük és megmutatják. Ugye tudtam, hogy apámat hogy hívják és tudtam, hogy börtönben van. Valahogy úgy volt, hogy betelefonáltunk a börtönbe és megkérdeztük, hogy mikor van bent, vagy nem tudom... mindegy, valahogy kiderült, hogy mikor van fogadás. Bementem, és képzeld el, hogy soha életemben nem láttad az apádat. És bemegyek, és ablakok mögött ültek vagy álltak, már arra sem emlékszem. Azt hiszem ültek. Végignéztam az embereken és azt láttam, hogy a saját arcomat látom a „tükör” mögött. Szúrós fekete szem, fekete haj, karakteres éles arc. És odamentem és mondtam, hogy szia, te vagy e az? Ő mondta, hogy igen. Én meg mondtam, hogy én meg én vagyok. És elkezdtünk beszélgetni, és az a furcsa, hogy nem érdekelt, hogy mi van velünk. Kérdeztem anyukámról, össze-vissza magyarázott, hogy ő volt a hibás, meg hogy ő... mindegy. Szóval nem lehetett kivenni, hogy tulajdonképpen, hogy mi történt. Annyi mindent mondott, hogy már nem is emlékszem, csak arra hogy nem lehetett megtudni, hogy mi is történt. Ő anyukámat hibáztatta. Na most egy idő után a „szegény családdal”, akiket megismertünk, velük megkerestem anyukámat. Anyukám meg apámat hibáztatta. Apám, meg az apám családja, meg hogy soha nem akarták, hogy összeházasodjanak, meg állandóan csak bajt akartak. Ők különváltak, mert apám kibírhatatlan. Szóval, hogy nem bírták egymást elviselni, állandóan veszekedtek. Meg hát ugye ittak. Nagy alkoholisták. Az is kiderült, hogy tulajdonképpen egy szanatóriumban születtem Bákó megyében, egy olyan szanatóriumban, ahova alkoholistákat raknak be elvonóra. És hát tulajdonképpen ennyit tudok a szüleimről. Aztán visszamentem a gye-

rekotthonba, és annyira nem tudtam ezeket feldolgozni, hogy állandóan hintáztam. Kb. ez maradt meg belőlük. A szüleimmel való kapcsolat egyenlő hintázás. És összezavarodott bennem minden. És akkor fogtam fel talán azt, hogy viszonylag szerencsés, hogy gyermekotthonba kerülünk, mert másképp nem tanultunk volna. Mert ugye ott még mindig az van, hogy a cigány kultúra, ahol egy lány, ugye eléri ezt a pubertás kort és ott már összeházasodnak, gyerekeket szülnék. Szóval azt gondolom, hogy nekem így jobb. Bár nem biztos, hogy tudnám, hogy melyik a jobb, hogyha velük maradtam volna, akkor nem látom ezt az oldalt. Ha nem vagyok olyan emberek közt akik tanulnak. Akkor nem lenne viszonyítási alapom.

Meglátogattam apukámat és tulajdonképpen semmit nem éreztem. Az volt a furcsa, hogy nem tudtam hova tenni ezt az egészet. Csak azt tudtam, hogy rájuk nincs szükségem. Meg utólag azt látom, hogy sajnálhatják, hogy nem ismernek minket. Két embert, akik megpróbálnak boldogulni az életben. Amúgy is, ha van egy gyereked, akkor minimum az, hogy tudod, hogy mi van vele, nem? Szereted és törödsz vele, és még akkor is, ha az ember egész héten csak kenyeret eszik meg vizet iszik. Tulajdonképpen nem érdekelnek és nem szoktam rájuk gondolni. A nevelőnőkre sokat gondolok, rájuk semmit. Nem igazán. Ha eszembe is jutnak, akkor sajnálom őket. Ennyi.

Azért sajnálom őket, mert nem látják, hogy van két fantasztikus lányuk. Hogyha én nem is annyira, de a húgom. Őt hangszeren játszik, zenél, tanul, olyan ügyesen csinálja az életét. Ha nekem egy ilyen lányom lenne, én... nem is tudom, akármennyire is ritkán találkozunk, én olyan büszke vagyok, hogy ilyen húgom van. Büszke vagyok arra, hogy ilyen különleges. Hogy ilyen húgom van. Múltkor ezt meg akartam neki mondani, mert megint összevesztünk a vallási témán. Az a szokás, hogy hazamegyünk, és akkor néha beülünk pizzázni. És akkor mindig beszélgetünk. Én is hiszek istenben, ugyanúgy, mint ő, csak nekem teljesen mást jelent, mint neki. Ezen állandóan összeveszünk. És meg akartam neki mondani, hogy annyira különleges ember és hogy én így is szeretem. Képtelen voltam megmondani. Évente egyszer-kétszer találkozunk, vagy még annyi se. Mert volt úgy, hogy két évig nem mentem haza. Ezért a kapcsolatért nagyon kéne küzdeni. Van valami, ami összetart, az a tudat, hogy testvérek vagyunk. De az a tudat már a gyerekotthonban is

megvolt, csak akkor ugye gyűlölet vette körül. Most meg azt érzem, hogy inkább szeretet. Találkozunk és olyan jól elvagyunk, mindenről el tudunk beszélgetni, csak erről a témáról nem. Azt gondolom, hogy nekem is kell tolerálnom és ugyanúgy neki is.

Anyámmal úgy találkoztam, hogy azzal a családdal, akiket megismertem, utaztam el, a falumba és bevitték a házba. És akkor ott mondták, hogy... mondtam, hogy ki vagyok, és elkezdtünk beszélgetni, és meséltek. Húsvét lehetett. Én Péter bácsival mentem, és mondta, hogy hol lakom, és be is kísért, ő mondta, hogy én ki vagyok és honnan vagyok, kit keresek. Leültettek és kérdezősködtek, mondták, hogy ki az anyukám... Ő akkor valahol a vonatállomás környékén volt, mert valakit kísért ki a vonatra. És ugye gyorsan terjed a hír, mondták, hogy én itt vagyok és ő is eljött. Napokig... nem tudom... két-három napot voltam ott? Nem bírtam hozzászólni. Próbált közeledni, és én valahogy annyira nem tudtam. Szóval nem ment. Aztán olyan két nap után elkezdtem kérdezősködni és ugyanaz volt, mint apámnál. Össze-vissza beszélt.

Megkérdeztem, hogy miért dobott el. Minden gyereknek ez az első kérdése. Hogy egyáltalán miért?

Nem is kaptam rá konkrét választ. Emlékszem, hogy elkezdte apámat pocskondiázni. Ez volt rá a válasz. Hogy apám családja, hogy ők nem is akarták, hogy összeházasodjanak. Ehhez nekem mi közöm? Kb. semmit nem tudtam meg és mondtam a húgomnak, hogy megkerestem a szüleinket, és ő is szeretne volna megkeresni, de neki nem sikerült. Egyszer elindultunk, felszálltunk a vonatra és megkért, hogy hozzak neki vizet. És mire hoztam, elindult a vonat, és a vonaton maradt. Szerencséje volt, mert ott volt egy néni, a falumba ment a vonat, mondta az egyik néni, hogy ő hallotta, hogy miről beszélgetünk, és hogy ismeri a szüleinket és oda tudná vinni a húgomat. És ő mondta, hogy tudja kik a szüleink és ő elviszi a húgomat, de ő mondta hogy nem, nem, nem. Elmegy a falumig, és szerencséje, hogy nála voltak a jegyek. Elment a falumig, megvárta a vonatot és visszajött vele. És hát én nem hiszek a nagy csodákba, de azt gondolom, hogy ez a véletlen, ez annyira jó, mert szerintem a húgom akkor még nem volt arra felkészülve, hogy találkozzon a szüleinkkel. Teljesen érzékeny, meg más ember volt, mint én. Ennyi történt.

És hát ott volt mellette a gimnázium. Állandóan lázadtam, többször ki akartak dobni a viselkedésem miatt, de aztán mégse, mert tanultam is

mellette. És a gimnázium utolsó két éve vagy egy éve volt az, amikor valamennyire be tudtam illeszkedni. Nagyon furcsa volt, mert egyedül voltam gyerekotthoni az egész iskolában, egyedül voltam. Gimnázium alatt se voltak igazi barátaim, mert őrlődtem a gyerekotthon meg a gimnázium között, az emberek között. Teljesen más közeg volt. És azt mondta az osztályfőnököm, most így utólag mondta el, hogy az volt a probléma velem, hogy amit felépítettek a gimnáziumban, mármint lelkileg bennem, azt a gyerekotthonban állandóan lerombolták. Nehéz volt nekem. Tulajdonképpen senkivel nem volt komolyabb problémám, de úgy igazi nagy barátságok nem is születtek. És furcsa, például volt egy lány, a Noémi, vele négy év alatt háromszor beszélgettem, azt is végigveszekedtünk, mert ő is nagyszájú volt mint én, meg lázadó. És miután kikerültem a gyerekotthonból, hozzámentem egy hétig lakni, ugye elintéztam az útleveletem. Mert megvettem a jegyemet, mert érettségi után szerettem volna idejönni Magyarországra tanulni.

Több dolog szerepet játszott ebben az egészben. Egy az, hogy leérettségiztem, meg szerettem volna új életet kezdeni, világot látni. Másik meg az, hogy nem éreztem azt, hogy nekem ott kéne maradnom, hogy ott kéne továbbfolytatnom az iskolát. A harmadik meg az, hogy volt egy igazgatónk, aki engem nagyon utált, mert miután meghalt a nevelőnőm én állandóan lázadtam, és kilencre kellett bent lennem a gyerekotthonba és mindig kilenc után tíz perccel értem be, és állandóan beírtak a füzetbe és állandóan bekerültem hozzá, hogy mi képzelek magamról, hogy nem tartom be a szabályokat és ő kirakott. Szóval leérettségiztem és közölte velem hogy egy hetem van, hogy elmenjek. Ez is szerepet játszott, meg az, hogy hát én megismertem egy fiút. Úgy ismertem meg hogy a gyerekotthonnal szemben van egy szálloda, az egyik lány tőlünk ott dolgozott és én átmentem hozzá, és ott megláttam ezt a fiút. Ott álltunk, többen is beszélgettünk, és csak jóindulatból megkínáltam keksszel. Kérdeztem tőle, hogy kérsz? Ő meg mondta, hogy nem. Mondom, hát jó, több marad nekem. És így ismeretem meg. S akkor másnap találkoztunk, bevitt a városba, beszélgettünk, és iszonyat szerelmes lettem bele. Harmincöt éves volt, én meg tizenhat, amikor megismertem. És nagyon-nagyon szerelmes lettem belé. Hát két évig voltunk együtt. Azt éreztem, hogy tőle megkapok minden szeretet. Nagyon ritkán tudtunk találkozni, mert állandóan utazott. Ő volt a szálloda vezetőjének a fia. És hát ők ve-

zették ezt a szállodát, és amikor volt ideje, mert ugye nekem volt időm, akkor találkoztunk. Nagyon sokat dolgozott, hogy ha valami probléma volt, akkor mindig mindent ő javított meg, a számítógéptől kezdve mindenig, és hát ugye én mellette iskolába jártam. Mindig az volt, hogy általában esténként ért rá, én meg vártam az ablakban és órákig vártam. És hát... nem tudom... iszonyú romantikusan hangzik, hogy ott ül egy nő az ablakban órákig, de nem tudom... nekem... nem tudom... szóval... (csönd) így utólag visszatekintve inkább csak úgy érzem, hogy a szeretetet kerestem, vagy nem tudom. Na mindegy... szóval nagyon vonzó férfi volt és hát azt gondoltam, hogy én csak azzal az emberrel fogok úgy-mond „együtt” lenni bármiféleképpen is, aki nekem a férjem lesz. És... ő... két évig voltunk együtt, és azt hiszem, hogy másfél év után volt az, hogy akkor most mi szeretkezünk. És úgy éreztem, hogy... szeretném, hogy ha ő lenne a gyerekeim apja, és szeretném, hogyha elvenne feleségül. (...) Az első együttlétünk egy nagy csalódás volt nekem. És utána még fél évig húztuk ezt az egészet, akkor már tizenennyolc éves voltam. És utána éreztem úgy, hogy nekem el kell menekülnöm ez az egész elől. Új életet szeretnék kezdeni. És ebből elég volt. Elég volt abból, hogy alig ér rám, én is rá, és az egész, ami körülvesz nekem nem kell. Új életet szeretnék kezdeni és szeretném a kis életemet rendezni. És ugye ez a pár dolog, hogy menekültem ez a csalódás elől, mert iszonyú nagy csalódás volt ez nekem. És akkor ott volt mellette az, hogy ez egy kisváros, a gyerekotthoni gyerekeket elítélik, hát hogy a lányok könnyűvéruék, a fiúk lopnak, csálnak, hazudnak. Gazemberek vagy megbízhatatlanok, és hát az egész megbélyegzés elől. Meg ugye az igazgató is utált és mit keresek ott, ha valaki nem tartja be a szabályokat, és minden arról szólt, hogy nekem el kell jönnöm új életet kezdeni. De én akartam is jönni. Szóval azt éreztem, hogy szeretnék világot látni, és szeretném felfedezni az életet, hogy egyáltalán mi van a kinti világban.

Hát a gyerekotthonból amikor kikerül az ember, akkor kap egy bizonyos összeget, ami kb. arra elég, hogy megcsináltatod az útleveledet és ennyi. És keresztmamám segített, buszra pénzt adott meg intézte a dolgaimat, hogy legyen buszra pénzem meg útlevele. Sanyi még abban segített – az első nagy szerelmem –, hogy egy nap alatt megvolt az útlevelem, és nem kellett többet fizetni, tudod, szóval megvolt az ára, és hamarabb meg tudta csináltatni, mert ismerte a főnököt. És a Noémihez

kerültem, az osztálytársamhoz, mondta, hogy aludjak ott, amíg a papírajaim elkészülnek, addig lakjak nála. És Noéminél voltam egy hetet, és én nem szerettem a Noémit és ő se engem. Szóval ez egy kényszerlépés volt, ő hívott engem, mert nem akarta, hogy elkallódjak, én meg elfogadtam, mert nem volt más. Nagyon szép volt az az egy hét, és nagyon-nagyon összebarátkoztunk, és hát én nagyon szeretem a Noémit. Nagyon sok közös dolog van bennünk, szóval valahogy úgy összekovácsolódtunk... na mindegy... egy hétig voltam ott és akkor kijöttem ide, Magyarországra. És egy évig dolgoztam az ELTE filozófia tanszékén, ott voltam szövegszerkesztő.

Én ismeretem az egyik tanárt, aki ott tanít. És megkérdeztem, hogy lenne-e valami munka. Szóval az, hogy ott voltunk a gyerekotthonba, annak ellenére, hogy ez egy nagyon zárt világ volt, valamilyen szinten nyitott is, mert egy csomó embert megismertünk, ugye svájciakat... szóval... jöttek oda emberek és a világ szinte minden tájáról ismertünk embereket. Jöttek az otthonba, nagyon barátkozósak voltunk, elmentünk sétálni és kapcsolatot teremtettünk az emberekkel és ennek a tanárnak úgymond... szóval... volt egy csoport, akik Erdélybe jöttek nyár elején, ők is a világ minden tájáról a szanszkrit nyelvet tanulmányozni, vittek könyveket meg tanultak, meg olvastak, de közben kirándultunk. Erdélyt fedezték fel, és nekem közöttük volt egy ismerősöm, a Bangha Imre. És a Bangha Imre mondta, hogy menjek el vele és így ismeretem meg egy csomó embert. Diákokat, tanárokat. És én nagyon csodálkoztam, hogy nekem, akinek még kb. egy érettségije sincs, mit keresnék olyan tanárok között, akik doktorival rendelkeznek, meg olyan diákok, akik egyetemre járnak. Mindegy, nagyon féltem, de elmentem és sok tanárt ismertem meg, és a főnökömet, akinél dolgoztam az ELTE-n, a filozófia tanszéken, őt ott ismertem meg Erdélyben. És akkor... ugye az ember címet cserél meg telefonszámot, írunk, hívunk, kialakul egy kapcsolat és felhívtam és megkérdeztem, hogy lenne-e valami munka. És mondta, hogy szövegszerkesztés lenne, a diákok abból tanulnának amit én felrakok. Onnan lehetne letölteni, be kell szkennelni, meg megcsinálni, mindegyik könyvben van, de ugye, hogy számítógépen is meglegyen és ott dolgoztam egy évig. És utána gondoltam, hogy tanulni kéne tovább, akkor jelentkeztem a Pázmány Péter Katolikus Egyetem szociológia szakára és ott... voltam két évig, két és fél évig... aztán... különböző okok miatt,

hogy úgy mondjam az abbamaradt, és most Esztergomban, a Vitéz János Főiskolán tanulok szociálpedagógiát. Úgy hogy kb. most itt tartok.

Lassan öt éve élek itt... és hát nekem nagyon szerteágazó a baráti köröm. Ismerem azokat az embereket, akiket az ELTE-n ismeretem meg, tanárok meg diákok, akkor vannak azok, akik Csíkszeredán a gyerekotthonból és itt élnek Magyarországon, itt dolgoznak és hát velük is próbálok barátkozni. Elmegyünk kávézni, ha van rá idő. Akkor ugye vannak az egyetemről barátaim. Hát szóval annyi ismerősöm van, hogy.. nem tudom... például nagyon sok ismerősöm van, de viszont pár ember van, aki igazán közel áll hozzám, akiket szeretek. És hát ugye például az egyik Laci bácsi, aki a Gyermekmentő szolgálat által jött mindig a gyerekotthonba, ő volt a fogorvosunk, akkor ugye, van egy-két tanár az egyetemről, meg hát van egy nagyon fontos személy az életemben, ő a Hermann Zsuzsa, hozzá nagyon sokat járok nagyon szeretem, néha úgy érzem, hogy olyan, mintha anyukám lenne. Őt egy fórumon ismeretem meg.

Kijöttem Magyarországra és szövegszerkesztéssel foglalkoztam, és hát közben, amikor volt időm, akkor nagyon sokat barangoltam a számítógépen, néztem, hogy mik vannak, és felfedeztem egy ilyen csevegő programot, és ha volt időm, akkor fölmentem. Azért mentem föl, hogy emlékszem, hogy... a pszichológia érdekelt. Pszichológiát szerettem volna tanulni. És fölmentem a Pszichologia.lap.hu-ra és ott volt egy ilyen cím, ami arra utalt, hogy ez egy ilyen csevegő program és hogy erről lehet beszélni, a pszichológiáról. Több oldalt megnéztem és láttam, hogy ez egy ilyen program. És erre fölmentem és láttam, hogy rengeteg szoba van és ha bármelyik tetszik, akkor bemehetsz, és volt egy olyan szoba, hogy psziché szoba. És bementem és azt hittem, hogy a pszichológiáról beszélgetnek. És bekapcsolódtam a társaságba és a beszélgetésbe, és rájöttem, hogy nem a pszichológiáról beszélgetnek, hanem különböző emberek problémáit próbálják megoldani, tanácsokat adni és ez nekem nagyon tetszett. És úgy éreztem, hogy de jó, hogy így tudok segíteni embereknek. És emlékszem, hogy első alkalommal olyan 3-4 órát voltam fönt, de csak ebben a szobában. És így ott volt a Zsu, mi úgy hívjuk, hogy Zsu és ő vetette fel a témákat, és vele kezdtem el beszélgetni. Na most az első perctől kezdve annyira jól megértettük egymást, hogy én azt éreztem, hogy nekem egyre többet kell oda feljárnom és vele beszélgetnem.

És hát őt innen ismerem.

Eleinte csak vele beszélgettem. Aztán, szóval a program az olyan, hogy van egy közös rész, ott több emberrel tudsz beszélni és vannak ilyen kis privátok. Ablakok, hogy ha rákattintasz valakinek a nevére, akkor vele. És eleinte én a közösben beszélgettem és láttam, hogy az emberek annyira letörtek, olyan szomorúak. És azt éreztem, hogy mindenkit kell segíteni. És a Zsu mondta, hogy erről szól ez az egész szoba. És nagyon élveztem. Felmentem, volt hét- nyolc privim és mindenkire figyeltem és próbáltam segíteni és bátorítani őket, hogy ez az élet szép, és hogy mennyire jó, és ne csüggedjenek, és van értelme az egésznek. És olyan kis mosolygós voltam, optimista. Senkit nem ismertem, csak úgy feljárogattam, mert úgy éreztem, hogy nagyon jó, hogy én segíthetek embereknek. És beszélgethetek emberekkel.

Mert azt az érzést adja, hogy sok emberrel beszélgetsz és hogy ott vannak több százan. Szóval úgy kell elképzelni ezt, hogy volt, hogy kb. olyan ezren voltak fönt. Meg lehet nézni, hogy hányan vannak fönt és rengetegen vannak rajta. És esténként mentem föl, bementem ebbe a szobába és így emberek jöttek be a privimbe és meséltek a problémáikról és én meg megpróbáltam segíteni, hát annyit, ami tőlem tellett. Igazából az ember ilyenkor bátorít, bátorítja a többieket és ott van fent. És valahogy ez így megszokottá vált, hogy este hazamegyek és akkor beülök ide a számítógép elé és akkor én segítek embereknek és beszélgetek velük és tök jól érzem magam.

Négy vagy öt éve kezdődött körülbelül. Akkor mentem fel először. És... nagyon jó érzés volt eleinte. Olyan négy-öt órát beszélgettem emberekkel. És akkor azt éreztem, hogy ez nem elég. Hogy én tök jól érzem ott magam, és nagyon jó emberekkel beszélgetni és segíteni. De én még mindig csak ebben a szobában jártam és rájöttem, hogy ők nappal is ott vannak. Szóval, hogy ez a szoba ez állandó és én bármikor fölmehetek, és bármeddig beszélgethetek. És egy idő után azt veszi észre az ember, hogy már kb. nyolc-kilenc órája ott van fent. Képes egész nap ott ülni és beszélgetni, és akkor felfedezi, hogy vannak más szobák, nem csak ezek vannak. Szóval nemcsak problémák vannak, hanem van, ahol a történelemről beszélgetnek, van ahol angol felkészítők vannak, van a lélekről... Szóval az ember el tud közöttük csavarogni, emberekkel beszélgetni, ismerkedni. És hát... az az igazság, hogy addig a pontig ez jó, amíg az

ember azt tudja mondani, hogy eddig csinálom és utána végzem a dolgaimat, szóval mellette tud élni. Namost velem elszaladt a ló. Azt vettem észre, hogy egyre több időt vagyok fent. Hogy már nem érdekel semmi.

Akkor volt egy párkapcsolatom, de egy idő után már így... nem tudom... Szóval az is fontos, mármint elvagy a pároddal, de tulajdonképpen, de azt veszed észre, hogy neked ez egyre fontosabb. Hogy egyre fontosabb, hogy munkából hazajöjj, vagy iskolából hazajöjj és fölmenj és beszéljess és flörtölj és ismerkedj és segíts vagy másokat megbánts, vagy nem tudom. De eleinte csak ez a jó volt. És én azt kezdtem észrevenni, hogy miközben mindenkinek meghallgatom a problémáit és segítetek, egyre többet vagyok fent. Igen ám, de egyre jobban kihál belőlem valami. Azt veszi észre az ember, hogy eltűnik ez a lelkesedés és egyre fáultabb lesz. Egyre fáradtabb lesz és mindenkivel megpróbál normális lenni meg segíteni, de tulajdonképpen egyedül marad. Valami mégis vonz, az hogy mindig új emberek vannak fönt és lehet emberekkel ismerkedni, beszélgetni.

Nagyon sokféle ember van fönt. Hogyha azt nézzük, hogy pl. fent vannak ezren, akkor most mindegyiket nem fogom végignézni. De pl. nagyon furcsa, hogy vannak különböző szobák, és van pl. ez az új irányzat, ez az EMO, ugye ezek a fiatalok... nagyon sokan ugye depressziósak, meg akarok halni, Istenem segíts. Különböző szobák vannak és tulajdonképpen az ember azt érzi, hogy neki nagyon jó otthon ülni... igazából a kényelem, az ami eleinte azt mondja, hogy chatelj. Nagyon jó otthon ülni, nagyon jó beszélgetni, bármikor megszakíthatom, bármikor azt mondhatom, hogy nem, mégis izgalmas embereket lehet megismerni.

Például én a Psyche szobával kezdtem és folyamatosan odajártam, és ez egy kis szoba és egyre többet meséltek az emberek, és van olyan, hogy szobatalikat szerveznek. Szóval azt gondolom, hogy nagyon sokan... amúgy én is függő lettem és most már látom, hogy tulajdonképpen miért lettem függő. Szóval úgy érzem, hogy függő vagyok, mert ugye először is azért kezdtem, mert megláttam, hogy pszichológia meg minden, de mellette meg azért is, mert elveszettnek éreztem itt magam Magyarországon. És ugye milyen jó, hogy emberekkel beszélgethetek. Szóval tényleg nagyon optimista voltam, úton-útfélen szóba álltam mindenkivel, de utána felfedeztem, hogy van ez és mennyire jó, az amit mondtam.

Közben már egyetemista voltam, szóval elkezdődött nekem az egyetem és ott kezdtek kialakulni a baráti kapcsolataim. Szóval az embernek vannak barátai, vagy lesznek, de leülsz ugye egész nap és eleinte elkezdted felfedezni. Nem is tudom elmondani neked, hogy olyan ez az érzés, hogy felpörögsz, beszélgetsz, csevegsz, tök jól eltelik az a pár óra. Elfáradsz, lefekszel, majd igényed van, hogy minél többet, ez olyan, mint a dohányzás. Szóval szívod és jó, van akinek első perctől nem jó, de utána csinálja-csinálja és rászokik, és utána már kényszeres. Na most ilyen a számítógép használata is szerintem. Főleg ezek a csevegő programok. Az ember már egy idő után akár jól érzi magát fönt, akár nem fölmeleg. Ugye több funkciót is ellát, mert kitombolhatod magad. Oké, hogy vannak szabályok, de mégiscsak kitombolhatod magad.

Bemész és ugye nem lehet csúnyán beszélni, meg különböző kisebb-ségekről nem lehet csúnyán beszélni, vagy nem tudom, például van olyan szoba, hogy politika és csak ott lehet politizálni. Van olyan szoba, hogy jobboldal, van olyan szoba, hogy baloldal, és például megvan az, hogyha bemész egy jobboldali szobába, nem kezdheted pocskondiázni őket. Szóval vannak szabályok, és akkor az ember bemegy és akkor ha tombolni akar, akkor bemegy egy ilyen szobába és elkezd, hogy igen mert a jobboldal és igen, mert a baloldal... szóval érted, hogy bemész egy szobába és kiadhatod a dühödet.

Azért, mert egy az, hogy nem ismered az embereket. Idegen embereket sokkal jobban megbántasz, mint... Pont erről tanultunk, mert ugye nagyon fontos, hogy megtudd, hogy mi a háttere annak, hogy valaki miért olyan. Itt egy idő után ez már nem érdekel téged. Az, hogy ki milyen, csak az, hogy megbántás valakit. Kinézel magadnak valakit, beszélgetnek, beszélgetnek, vagy valaki beír valamit reagálsz rá, belé kötsz és akkor lesz belőle egy jó nagy vita és ezáltal kiadod a dühödet. Kíírod magadból, hogy mi van és akkor ezzel lezártad. És tulajdonképpen ez olyan feszültségoldó is.

Szerintem sokkal jobb lenne azokkal, akiket ismersz. De viszont az a baj, hogy minél többet chatelsz, minél többet ülsz a számítógépnél, annál jobban elhatárolódsz a körülötted levő világtól és egyre jobban azt érzed, hogy te odatartozol és ott beszéled meg a dolgaiddat. Egy idő után az ember fölmeleg és már ott mondja el, hogy hát holnap vizsgám van,

vagy Úr Isten! most ez a bajom, hogy szakítottam a párommal, és akkor az emberek odamennek fel és ott adják ki a problémáikat. Tényleg, az ember egy idő után azt érzi, hogy már fáradt vagy befásult, mert ott ül ugye napi nem tudom... ültem már ott napi... hát reggel nyolctól hajnal négyig, ötig is. Az napi hány óra? Tizennyolc-húsz óra. És simán ott ül az ember és észre se veszi, hogy mellette főzhet egy kávé, elszívhat egy cigit, berakhatja a mosást... Szóval azt gondolom, hogy mindenki, aki először felmegy egy ilyen fórumra, átéli először ezt a nagyon izgalmas dolgot és addig meg függővé válik. Ugyanaz, mint a cigaretta. Elkezdtem és amikor elkezdtem annyira izgalmas volt, de függővé válsz. S utána meg azért szívod, mert hogy lenyugodj. Most ez van a chaten is, hogy ugye eleinte izgalmas és utána függővé válik az ember, és ott éli már a mindennapjait. Már a lételeme, hogy hazamenjen, felmenjen és akkor belépjen oda és írjon és ott adja ki a dühét.

Változó, hogy milyenek a beszélgetések, mert ugye ide nagyon sok ember jár fel és hogy ha megnézed, akkor járnak fel gimnáziumos diákok, gimisek, egyetemisták, dolgozó emberek, szóval a társadalom minden rétege megfordul ott, akiknek van otthon internetjük. Nagyon sok ember.

Hát... azt gondolom, hogy ugye... az van... tényleg az lehet benne, hogy ott ugye függővé válsz. Kezdjük ott, hogy fellépsz, ez egy folyamat. Fellépsz, nagyon izgalmas, nagyon jó, tetszik. Utána függővé válsz. És úgy érzed, hogy neked már oda kell menned, ott kell megbeszélned a problémáidat. És észre se veszed, hogy mellette kicsúszik a kezedből minden. Annyira elvagy azzal, hogy te ott vagy, ott beszéled meg a dolgaidat és ott ülsz és tizennygy, tizennyolc óráig ott vagy, hogy mellette minden kicsúszik a kezedből. Az életed minden területe elcsúszik.

Nálam is így volt. Azt gondolom, hogy mindenki átesik egy ilyen időszakon. Hogy van egy ilyen időszak minden ember életében, amikor függővé válik és ez nem tudatos. Valahogy... nem tudom... én nagyon sokáig nem is vettem észre, hogy függő vagyok.

Erre nagyon nehéz rájönni, mert ugye én elkezdtem feljárogatni és nagyon sok különböző okok miatt járnak fel az emberek. Van aki párkapcsolatot keres, van aki egyéjszakás kalandot, van aki csak ki akarja beszélni a

problémáit, mert otthon nem értik meg a szülei. És akkor feljön ide, elmondja egy idegennek, és tudja, hogy ezzel nincs probléma. Bármikor megváltoztathatja azt a nevét, amivel felmegy. Szóval annak ellenére, hogy sokszor tényleg nagyon rossz dolgok történnek, mert úgy bele tudnak gázolni a lelkedbe idegen emberek, hogy csak. Mellette jó dolgok is történnek. Mármint nem tudom mennyire jó, hogy nem a szüleiddel beszéled meg, de legalább meg tudod valahol beszélni, és... ő... iszonyú sok funkciója van ennek az egésznek.

Hát az az igazság, hogy nekem vannak barátaim és hát eleinte nagyon türelmesen nézték végig, hogy mit csinálok. Tényleg hetekig, hónapokig viselték el azt, hogy én éjszakáig chatelek vagy hajnalig. Soha nem volt egy rossz szavuk. Azt gondolom, hogy talán ez is segített abban, hogy kicsit belássam, hogy ez azért nem mindig olyan jó. Nem tudom, hogy ha rám támadnak, tudod, hogy „de hülye vagy, ez milyen már” meg ilyenek, akkor nem tudom, akkor szerintem tök rosszul jött volna le nekem és annál jobban felmentem volna, vagy nem tudom. És én úgy érzem, hogy még mindig függő vagyok, mert leülök és kb. óráig tudok fent lenni és úgy, hogy nem csinálok semmit csak bámulom, hogy mit beszélgetnek, meg néha beszélologatok. Az ember egy idő után már nem olyan optimista meggy fel, meg nem ilyen pozitívan, hanem belefásul és egy idő után már depressziós lesz. És felmegy, megbánt egy-két embert, és nem tudom, hogy ki hogy érzi, én eleinte azt éreztem, hogy tök jó, hogy kiadom a dühömet, de egy idő után már így nem. Egy idő után már csak így felmegyek és néha beszélgetek és ennyi.

Nem tudom, mi az ami odahúz. Azon gondolkodom, hogy mi az, ami igazán függővé teszi az embert. Mármint számítógép terén. Felsorolom az előnyét, felsorolom a hátrányát, és mégis egy csomó olyan ember van, akik csak akkor mennek fel, hogy ha boldogtalanok, vagy valamit keresnek, vagy valami fáj nekik. Szóval a chaten is van olyan, hogy az emberek megtalálják a párjukat. Erről a Hermann Zsuzsa tudna mesélni, de én is láttam a Psyche szobában, én is átéltem ezt, hogy valaki megtalálja a párját és házasságok is születnek ott, és van olyan pár, akiknek már gyerekük is van és itt ismerték meg egymást. Az ember elbeszélget, aztán találkoznak személyesen és...

Amikor én elkezdtem függővé válni, akkor az ember kizárja a külvilá-

got. Elhanyagolja a barátait, nem tudom, szerintem egyre depresszió-sabb is lesz, nem mozdulsz ki napokig a lakásból, hát az őrijítő. Bezárkó-zol, egyre jobban elhatárolódsz a külvilágtól, az ember iszonyú sokat chatel, beszélget, nem marad idő tanulásra, fáradt vagy és kimerült és ez kapja az első helyet. Szinte mindenre kihat, arra, hogy fáradt vagy, más-nap nem bírsz az iskolába felkelni, elalszod az óráidat... és ezeken én mind átestem.

Pár emberrel ott ismerkedtem meg. Úgy, hogy a Psyche szobában van olyan, hogy találkozunk havonta, beülünk valahová és beszélgetünk. Szóval személyesen is ismerem azokat az embereket, akik oda bejárnak. Együtt megyünk el Börzsönybe, mert a Zsunak, a vezetőnek van ott egy háza, pontosabban nem neki, hanem az anyukájának. Szóval lesznek ott ismeretségek meg barátságok. Csak nagyon ilyen, ilyen... szóval nagyon nehéz. És hát nagy csalódások is, nagy szerelmek is. Gondolom, hogy oda is emberek járnak.

Három párom is onnan volt, akiket ott ismertem meg. Kettő közülük nem volt függő, csak úgy felmentek beszélgetni néha esténként. Ők tud-ták, hogy ez milyen, amikor az ember ott ül óráig. A harmadik párom, ő meg függő volt. Szóval eleve ott ült ő is napi tizennégy órát és én is ott ültem és beszélgettem napi tizennégy órát. A mostani párom, őt nem ott ismertem meg, ő azt mondta, hogy hülyeség ez az egész, neki nincs tü-relme ehhez az egészhez. Hogy ha vele vagyok, akkor megpróbálok nem sokat fönt lenni, tíz percre felmenni, de muszáj, hogy felmenjek, mert azt érzem, hogy nekem kell, belépek, beírok valamit és ennyi.

Szóval az ember nem gondolkodik akkor, nem töri az agyát mindenben, hogy mi a problémám, hogy úristen még tanulnom kell. Ez ilyen mene-külés. Valahogy azt érzem, hogy menekülés a való világból, és iszonyú sokan vannak ott.

Én már megfogadtam magamnak, hogy leszokok róla. Három napig bírtam, felmentem és olyan jól éreztem magam odafönt, hogy egysze-rűen... (nevet) ...három nap után felmegy az ember kiéhezetten és várja a nagy csodát és azt látja, hogy már mindenki fásult, mert ugye egy csomó ember van, aki függő. S felmegy és azt látja, hogy nem pörög a közös, holott az ember azért menne fel, hogy lássa ezt a pörgést, hogy valami felvidítsa. És akkor felmegy, megnézi, vár, hátha valami történik, el tud valakivel beszélgetni és ennyi. Iszonyú nagy bunkóság, de az utóbbi

időben felmegyek és akkor tökre lehet látni, hogy kik a kezdő chatesek és kik a befásultak. Szóval ez is olyan, mint egy társaság. Be kell oda szokni. Szóval ahhoz, hogy elfogadjanak a kisebb szobákban, ilyen kis... nem tudom... ugyanolyan, mint egy új munkahely, mint egy iskola egy közösség. Hogy viselkedsz, befogadnak-e. És nagyon látom, hogy kik a kezdők, pörögnek meg naivak, szép meg de jó, meg ugye azért mennek fel, hogy a problémáikat megbeszéljék, meg depressziós tizenéves, meg akar halni, a szülei nem értik meg, valami kiút, meg tudja beszélni a problémáit. És az utóbbi időben én felmegyek, akkor látom, hogy kik ezek a naiv kis emberkék, iszonyú bunkó vagyok velük és az utóbbi időben jöttem rá, hogy ez mekkora nagy szemétség.

Ugye az emberfüggő lesz, és akkor ott éli a mindennapjait, ott meséli el a problémáit, az örömet, meg mindent. És ugye oda is emberek járnak azt látod, azt hallod, hogy kipletykálnak a hátad mögött, hogy ezt mondják rólad, azt mondják rólad, megjegyzéseket tesznek. Szóval oké, hogy sokan járnak, de mivel ez egy program, ezért gyorsan terjednek a hírek, ha igaz, ha nem. És egy idő után az ember megundorodik az egésztől, szóval nem tudom ezt jobban elmondani. És felmegy, de akkor már cinikus, meg rosszindulatú. És innen lehet látni, hogy kik a kezdők, akik pozitívak, meg mosolygósak, meg mindenkivel beszélgetnek. Meg hogyha valaki leoltja őket, akkor szépen reagálnak. Vannak pl. tahó beszólások is... mondjuk bemegy egy fiú és már régebb óta chatel. És akkor bemegy egy lány, aki kezdő. És akkor megkérdezi a fiú, hogy szeretnék összejönni veled, mesélj magadról és mindenki tudja, hogy ez ilyen cinizmust, tudod, mert ha elkezdene beszélgetni, akkor az oltás, tudod... Es akkor a lány elkezd mesélni, és annyira látszik, hogy ő még kezdő, és nem tudja, hogy ez az egész oltás és akkor elkezd mesélni magáról és körberöhögik, és ezeken az embereken látszik, hogy nagyon régóta járnak, mert már mindent átéltek, amit a chaten átéltek. Fájdalmat, szeretetet, gyűlöletet. Már átérték azt, hogy kipletykálták őket, utálták, szerették, csomó mindent átéltek már a chaten, de mégis függők maradnak, ezért járnak fel, de tulajdonképpen már nem azért járnak fel, hogy vidámságot adjanak, meg szeretetet, meg jókat beszélgessenek, hanem hogy a kiábrándultságukat levezessék valakin.

Itt az van, hogy váltakoznak az emberek. Jönnek-mennek. Van egy alapja, akik mindig fönt vannak, de mindig jönnek újak, és ugye akkor

mindig lehet ismerkedni, lehet őket szívatni, lehet velük viccelődni, vagy mindig új embereket megismerni. Jó, most a negatív oldalát mondtam, de van pozitív oldala is. Pl. van olyan szoba, hogy tabuk nélkül, és akkor nagyon sok mindenről lehet beszélgetni. Valaki, a szoba vezetője elindít egy olyan témát, hogy homoszexualitás vagy roma-kérdés, bemegy oda tíz-húsz ember és akkor egy csomó mindent lehet tanulni. Pl. a múltkor a prostitúció volt a téma. És akkor bemennek emberek, és leírják a véleményüket. Aki meg poénkodik, akkor onnan kirúgják. Az ember olvassa, és sok mindent lehet olvasni, vagy hallani az emberek véleményét, hogy ki hogy gondolkodik. Szóval nem csak rossz oldala van ennek az egésznek. Mindig megújul azáltal, hogy mindig cserélődnek az emberek. A szabályok nem, de pl. az is olyan, hogy az ember egy kicsit arra vágyik, hogy kirúgjon a hámból és valami olyat tegyen, ami nem szabályos. És nem teheted meg, hogy a piroson átmész, mert elütsz valakit, meghal. Ugye ez durva. Fölmész, valakit leoltasz, kirúgnak öt percre. Ennyi. Szóval nem követsz el olyan nagy hibát. Érted, ha ki akarod adni a dühödet. Valami olyat szeretnél tenni, amit nem lehet. Próbálgatod a határaidat. Itt megteheted. És nem tudom, na... Nagyon sok mindent ad és nagyon sok mindent el is vesz.

Az az igazság, hogy több fázisból áll ez az egész. Az első az a pozitív időszak, utána jön a függőség, amikor ott élek, ott vagyok. Amikor mindent elrontok az életemben. Nekem szerencsém volt, mert barátaimat nem vesztettem el, de... na mindegy. Szóval van ez a függőségi időszak és utána jön, hogy az ember még mindig függő, de mellette megtanulja élni a saját életét. Hogy elmegy a barátaival találkozni, vagy este elmegy szórakozni. Mert amikor függő vagy, akkor nem mész el szórakozni. Szombat este otthon ülsz a gépnél, vagy pénteken este, ahelyett hogy elmennél a barátaiddal és beülnél valahová. Szóval ez több fázisból áll. És én most már remélem, bízom benne, hogy ott tartok, hogy mellette elmegyek a barátaimmal, vagy találkozom a párommal. Viszont ugye nekem most nincs is internetem. Mert ez ugye majd akkor fog kiderülni, ha lesz internetem, hogy megint mennyit fogok fönt lenni.

De az az igazság, hogy ez nem egy ilyen egyszerű kérdés. Hanem összetettebb és komplexebb az egész. Mert ugye én ott ismertem meg életem nagy szerelmét, akivel azt éreztem, hogy életem nagy szerelme. Aki szintén függő volt. Szóval azáltal, hogy egy csomót csalódtam és ki-

csúszott az életem, mellette átéltem valami olyasmit, amit talán soha az életben nem fogok. Felhőtlen nagy szerelmet. És az a furcsa, hogy én a chaten kezdtem felnőtté válni. Azáltal, hogy én tők pozitívan láttam a világot, én a chaten kezdtem megtapasztalni, hogy milyen undorító is másik részről a világ. Hogy kiptykálnak embereket, rosszindulatúak, simán megbántanak lelkileg. Mindenki próbálja védeni a saját lelkét és rátámad a másokra. Csomó mindent ott tapasztaltam meg, amit a való életben még nem. Vagy nem, hanem ott. Ha összegeznem kéne, akkor remélem, hogy kevesebbet fogok fent lenni és kicsit jobban törődni a...

Hát életem egészét tekintve úgy érzem, hogy el fogok járni pszichológushoz. Úgyhogy majd erről is fogok beszélni, mert úgy érzem, hogy erről is jó lenne, hogy ha kicsit segítene. Megpróbálom magamtól is, de mindenképpen elmondom neki is, hogy van ez.

Azért is, mert nem jó, hogy én gép elé kerülök, és akkor ott ülök. És nem csak ez a chatelés ilyen, hanem elég az, hogy odaülök a számítógéphez és akkor híreket olvasok, tesztek nézek. Az ember bármennyi ideig tud ott ülni és mindennel elfoglalod magad. Közben msn-ezel, vagy keresel valamit rajta, elolvasod egy film történetét, megnézel egy-két hírt, és megnézed mit reagálnak rá. Pl. ezt is sokat szoktam csinálni. Pl. elolvasok egy hírt és több százan reagálnak mondjuk, és ott is olvasom a véleményeket. Annyira elmegy az idő. Eltelik az idő. Az ember észre se veszi. Úgy érzem, hogy az emberek többnyire akkor járnak oda ha... azt látom, ha valaki boldog, akkor pl. a Psychében és akkor eltűnik. Elkezdi élni az életét. Én, ha boldog vagyok, ha nem, én úgy is feljárom. Nem tudom mi ez. Talán menekülés? Ilyenkor kikapcsol az agyam. És nem az én dolgaival foglalkozom. Nem gondolom, hogy ide is kell menni, meg oda is kell menni, meg most ezt is kell. Leülök, és akkor megszűnik minden, és akkor csak ezzel van az ember.

Úgy érzem, hogy felmegyek, megnézem hogy mi van, beírogatok, beköszönök Zsúéknak, de szerintem most már azért sem járnék sokat, mert most már nem bírom elviselni, hogy más emberek problémáit olvasom. Most már nincs bennem energia. A psziché szobánál is ezért kezdtem el... hogy nem tudom. Ugye mindenkinek segíteni, bátorítani és egyre jobban belefásultam. És most már nincs türelmem végighallgatni a problémáikat, mert most már... eleinte ugye az volt, hogy cinikusan reagáltam, de most már így nem nem nem akarom ezt csinálni.

Egyedül éreztem magam. Ha valaki felmegy, valamiért felmegy. És bennem később tudatosult az, hogy én egyedül érzem magam és tök jó ott ülni és beszélgetni. Akkor még nem voltak barátaim. Nem ismeretem Budapestet. Nem voltak kialakult kapcsolataim. Kezdetleges volt az egész.

Hát azt gondolom, hogy ha az ember néha felmegy, hetente egyszer felmegy egy félórára és megnézi, hogy mi van és rájön, hogy semmi nem változik, akkor az úgy még belefér. Emberek jönnek-mennek, meg a problémák. Szóval tényleg nem változik. Annak ellenére, hogy az emberek cserélődnek, tulajdonképp ugyanaz marad. Érted? Hogy... hogy beszélgetnek.

De most az iskola az első. Utána szeretném körbejárni a világot egy háztízsákkal. És felfedezni, hogy egyáltalán mi vesz körül. És utána, hát nem tudom, hogy utána mit szeretnék. Nem tudom, talán mesekönyveket írni gyerekeknek... ezen gondolkodom mostanában. Leírni, hogy miért van hajnali szürkület. Tudod, miért van hajnali szürkület? Azért, mert a nap és az éjszaka mindig beszélgetnek minden egyes találkozásnál. Kiállnak egy hegytetőre és beszélgetnek. (...)

Szeretném megtalálni magam. Hogy egyáltalán ki vagyok. Egy fiú azt mondta, hogy aki szabadon élő, annak nincs mit veszítenie, nem félted a házat, meg az autód.

Hogy ha tárgyról van szó, én is ezt vallom. Emberek szempontjából meg nem. Vagyis emberek szempontjából is jó, mert sokkal jobb az, hogy ha az embernek nem kell aggódni a barátaiért, de valahogy mégis jó, hogy kell aggódni, mert tudod, hogy szereted és akkor...

Azt nem tudom, hogy szeretnék-e családot, én eddig úgy éreztem, hogy igen. Én négy gyereket szeretnék, férjet, meg házat... De most valahogy nem tudom. Úgy félek az egésztől, nem biztos, hogy jó anya lennék.

Ezóta az interjú óta eltelt pár esztendő, Éva családtaggá vált nálunk, tavaly jeles eredménnyel végzett a főiskolán, a fű és a chatfüggése jó ideje elmúlt. Nálunk lakik, saját lányomként szeretem, a gyerekeim pedig egyenesen bálványozzák.

Most következzen egy chatlog amiben Éva beszél magáról. A beszélgetés résztvevői:

ZHELL, 40-es alkoholbeteg férfi, pár hónapig járt a chatre, ám intenzíven, naponta több órát töltött velünk. Utána teljesen eltűnt, fogalmunk sincs ki volt és mi lett vele. Valószínűnek tartom, hogy egy másik chates metaniken. Az 1. esettanulmányban róla van szó;

KONOK, huszonéves fiatal ember, akkoriban gyárban dolgozott, most rabbinak tanul és könyvtárban dolgozik;

BENTARIA: 30-as nő, két gyermek anyja, a fia autista. Ekkortájt főiskolás volt, most már diplomás anyuka, pár logban szerepelt már.

<-Éva-> ha az ember mindig a göröngyös utat választja, akkor mindig egy csomó ellensége lesz, akiknek a becsületesseg nem az erényük, mindig csak a sok szarsag es azzal bíztatja magát, hogy nehéz, de legalább becsületes vagyok

<-Éva-> tiszta a lelkiismeretem, de néha ez nem elég

<-Éva-> és visszajelzést ritkán fog kapni, mert ez a világ mar nem erről szól

<zHell> az enyém nem

<zHell> nem is lesz amíg élek

<zHell> soha nem lesz tiszta

<Bentaria> sztem a világban mindig voltak ilyenek is olyanok is nemcsak most

<konok> fogsz visszajelzést kapni rendszeresen, ha vitázhatok veled

<zHell> Éva a tied télleg?

<zHell> tök tiszta?

<zHell> konok bújj inkább;))

<zHell> énis tenném de nics kihez;))

<zHell> ellöknek

<konok> szót fogad és a lányok közé fészkel magát

<konok> így gondoltad, ugye?

<zHell> nekem jó

<konok> nekem is:)

<-Éva-> mindegy

<-Éva-> nem fontos...

<-Éva-> egyszerűen van, amikor az ember már nem bír többet, mert a lélek elfárad, de bíztatja magát és vonszolja tovább és tovább, aztán elmegy pihenni, de ezzel nem üríti ki a lelket, talán csak

<-Éva-> ad helyet egy másik rossznak, ami ugyanúgy rákerül es terhelődik

<-Éva-> és egyszerűen már egy kicsit sok lesz

<zHell> besokall

<-Éva-> ez több mint besokallás

<-Éva-> ez talán a kiégettség

<zHell> attól függ

<zHell> kiégni nehézám

<Bentaria> ezek nagyon általános dolgok mit értesz ezalatt Éva?

<zHell> ki hogyan érti... attól is függ sztem

<-Éva-> és egy idő után már nem tudja elhinni, hogy vannak becsületes emberek és a sok pofon után megkérdezi saját magától, hogy vajon én becsületes vagyok? és egyszerűen nem fogja tudni ra a választ és keresni kezdi saját magában a hibákat

<konok> és találni is fog

<konok> például kishitúséget

<zHell> senki nem becsületes

<zHell> aki az írjon pls

<zHell> én

<zHell> talán

<zHell> mert mindig tiszta vagyok

<-Éva-> mert, hogy az nem lehet, hogy megpróbálok becsületes, őszinte lenni és csak én vagyok az egyedüli, vagy a második, akkor már azt érzi, hogy nem jó ember

<zHell> a lelkem

<zHell> az

<-Éva-> mert eddigre mar nem nyújt vigaszt az az egy ember, aki lelkieleg csatlakozik hozzá

<-Éva-> akkor már nem hiszi azt az ember, hogy többen többre megyünk

<zHell> falka a faszaz)

<-Éva-> lehet, hogy hülyeségeket beszélek, de ezt érzem

<-Éva-> utbbi időben nagyon

<zHell> huha akor baj van

<zHell> ennyire?

<konok> lehe becsületesen élni, de abba tönkre mész

<zHell> netedd pls ennyire nem szar a helyzet

<zHell> én pld beleis döglénék
 <zHell> nem az a becsület
 <zHell> nem
 <zHell> darabol az ütem szaggat a rím...
 <-Éva-> én csak olyan szabadnak éreztem ezt a világot
 <-Éva-> azt hiszem...
 <Bentaria> és?
 <zHell> az égben fennt
 <zHell> fent
 <konok> hány éves vagy lány?
 <-Éva-> 22
 <Zork> még 2 napig?:)
 <zHell> én fenn az égben.....a lelkem halott
 <-Éva-> igen
 <zHell> Éva
 <-Éva-> igen?
 <zHell> puszi csak csak megszerelnék puszilni
 <Bentaria> ne kezd lécci
 <-Éva-> Bentaria most valahogy keresem a lelkem
 <-Éva-> hogy egyáltalán mi van benne?
 <-Éva-> szelektálni kéne
 <-Éva-> de, úgy félek
 <-Éva-> ha szelektálok mi marad nekem?
 <-Éva-> annyi mindent átéltem
 <-Éva-> rosszat es jót
 <Bentaria> az mind te vagy nem?
 <-Éva-> es ragaszkodom is hozzájuk, de szeretném mar kidobni őket
 <zHell> mennyit fogsz;)
 <zHell> 22 éves vagy
 <zHell> sok lesz ám
 <zHell> de itt leszek
 <Bentaria> sztem nem kell kidobni semmit
 <zHell> mindig veled:)
 <-Éva-> nem bírom feldolgozni
 <-Éva-> ez a baj
 <-Éva-> sokat agyalok rajtuk

<Bentaria> pszichológus?

<Bentaria> az jóit tesz ilyenkor

<-Éva-> régen nem ismertem a depresszió fogalmát, mindenkinek adtam az energiámból, olyan felszabadult voltam, aztan eljöttem Pestre tanulni es túl rohamosan jött ez a változás

<-Éva-> mint egy vulkán

<-Éva-> nekem még idegen volt

<-Éva-> és depis lettem

<-Éva-> egyedül másztam ki belőle

<-Éva-> nem hiszek a pszichológusoknak

<Bentaria> néha kell a segítség szerintem

<-Éva-> max egy alkalommal mennék

<zHell> Éva te nagyom erős vagy

<zHell> nem feladodám

<-Éva-> mondja el, hogy melyik oldalt olvassam el a tankönyvből?:)

4. ESET: A PIPACSPÓÉTA ESETE

Az internettel való kapcsolatom régebből megvan, a munkahelyeimen volt net, a munkámhoz is szükség volt rá. A leírásokat a munkámhoz mindig az interneten kellett megkeresnem. Tehát internet használatom már volt amikor is olyan helyzetbe kerültem, hogy teljesen szabadúszó lettem. Akkor otthon a gyerekeknek, megint gépet kellett összerakjak, meg a netet minden gépre meg kellett csinálni és amikor hálózatba kötöttem őket, akkor véletlenül betaláltam a chatre és bementem a Psyche szobába. Azért pont oda, mert engem a pszichológia mindig érdekelt,icipici gyerekkorom óta mindig foglalkoztam pszichológiával. Aztán nagyon szépen hűtlen lettem hozzá, de hát én olyan ötödikes-hatodikos koromtól kezdve egészen a gimnázium végéig nagyon sokat foglalkoztam pszichológiával. Olvastam is meg meg akartam érteni az embereket, és az emberi pszichét, és ennek következtében a legkülönbébb és a legvadabb, emberrel és az emberi lélekkel foglalkozó könyveket elolvastam, és próbáltam alkalmazni. Én már nagyon korán megtanultam kielemezni az embereket, hogy ki, mit, miért csinál. Kerestem a válaszokat és beszélgettem, kérdeztem, és megtanultam kérdezni és megtanultam, mit hogy kell csinálni. Érettségi után elmentem egy évre a Lipótmezőre dolgozni, ott ápoló voltam.

Majd felvettek az orvosi egyetemre és oda jártam három évet. Első évben tanultunk ott pszichológiát, és az egyetlen tantárgy volt, amit messze átlagon felül teljesítettem, az összes többit persze nem úgy. Abba is hagytam az orvosit, és programozó lettem, de az emberi lélek iránti érdeklődésemet nem veszítettem el, és így kerültem a Psyche szobába.

Épp frissen vesztettem el akkor a munkahelyemet, szabadúszó lettem, volt munkám, de mellette sok szabadidőm is. És ekkor élesztettem fel a három gépet és jöttem be a chatre, illetve a Psyche szobába, mindegyik gépről másik néven, hogy leteszteljem őket. Úgyhogy *b1g* megjelent a szobában, *b2g* megjelent a szobában, és *b3g* megjelent a szobában. Aztán rájöttem, hogy itt regisztrálni kell és épp a *b2g* volt fönt akkor, és azon a néven regisztráltam, és így lettem *b2g*. Öt évig csak *b2g* voltam és nem értettem, hogy mi a bánatnak kell másoknak annyi nick. Akkor még

nem értettem. Nekem ma ez egy olyan jellegű játék, hogy minden hangulatommal csinálók egy nicket. Van a :) nickem amikor nagyon mosolygós vagyok és mosolygok a világra. Van a *puncibubus* nickem., aki imádja a nőket, érti a nőket és élvezkedik a nőkön. A *mesüge hlavács* nick nagyon ritkán kerül elő, azzal akkor lépek be, ha a hülyeség kihozza belőlem. Amikor az emberek nagyon egyoldalúan gondolkodnak, nem hajlandók megérteni amit mondanak nekik, és nagyon elfogultak. Akkor fölmege mesüge hlavács, a maga egyszerűségével, és a maga butaságával olyan tökéletesen kimondja a dolgokat, és van akit sikerül rádöbbeníteni, hogy mit csinál. Tulajdonképpen egy torztükröt tartok eléjük, hogy vegyétek már észre magatokat. Nagyjából nem szokták észrevenni, de nagy sikerélmény ha mégis, és ha nem, akkor is kiélem magamban a butaságuk keltette haragomat.

Van még egy érdekes nick, a *néger csábmaca*, ezt egy fiatalember ihlette aki még a madarat is röptében, éppen nálunk volt szobatalin, és gondoltam megtréfálom. Elkezdtem riszálni a popsimat, meg kérleltem, hogy jaj segítsetek már rajtam, idehozott a fiúm aki elsnóbli a repülőjegyre valót. És a srác ráharapott, elkezdett nekem udvarolni. Ez volt a néger csábmaca története. Amikor néha látok ilyen reptében a legyet típusú valakit, akkor felviszem ezt a nicket. Tulajdonképpen ez is egy tükör. Van még a *korhadt tölgy*, ami egy életérzés, szóval amikor úgy érzem, hogy most baromi rosszul vagyok, és öreg vagyok, és vén vagyok, és nem értem az embereket, és olyan nagyon elegendem van, elsősorban önmagamból. Aztán van a *vackorgó* amikor fádom, a *veszezsze* amikor veszekszem valakivel. Van még a *kőrisfa*, egy hangsúlyozottan nemtelen valami, aztán van az *izé:*), amikor olyan izé minden. Persze ott a mosoly, de nekem amikor a legborzalmasabb, akkor is ott a mosolyom, azért én kiröhögöm önmagam az összes bajommal együtt. Akkor van a *pipás*, ami kettős, mert egyrészt pipázok, részben onnét, másrészt meg amikor pipás vagyok valakire. *Pápupapoapópopo*, meg pápua poanyópopo, ez a kettő, ez is egy kicsit olyan szexes nick, amikor szexre vágyom, mert azért ennél adekvátábban olyan izé nincs, de ebben is benne vagyok én, aki nem egy olyan vad se cset-, se szexmániás, úgyhogy kiélem a nickben önmagában, a szexmániámat és utána már nem is érdekel. . _@/° nickkel akkor jövök egyrészt ha rajzos a kedvem, másrészt ha lassultnak érzem magam; *pechfogel*, ha pechesnek és nagyon zsidónak; *perpétum inmobila*

és önszodomizátor, ez a kettő, ha abszurd kedvem van avagy ha mindenben az abszurditást érzem; *borzalmacs*... ha borzalmasnak érzem magam; bumfordi meg, ha bumfordi vagyok.

Mindig önmagamot adom, csak a hangulataim jönnek ki különböző nicknevekben, képtelen vagyok más lenni, mint önmagam.

Bennem borzasztó harmónia van, ezen azt kell érteni, hogy mindenek átérzem, tehát bele tudom egy egészbe illeszteni, és nem ilyen egyes kiszögellések a dolgok, hanem minden szépen összeáll egy valami egészé, amibe belefér, belestimmel az összesség sokszínűsége.

Amikor elkezdtem a Psychebe járni, néztem, figyeltem, ugyanakkor meg egy elég hülye élethelyzetben voltam., Tudtam, hogy vigyázat, baj lesz! Ha én most nem kezdek el valamivel a programozás mellett normálisan foglalkozni, akkor bedilizek, hogy otthon vagyok egész nap, nem csinállok semmit, időnként van egy kis elfoglaltságom, de hát ez nagyon gyorsan egy „munkanélküli szindrómához” vezet. Ez az, amire azt mondtam, hogy nem. De hát ahhoz, hogy ez ne legyen, kell egy tevékenység. És elég gyorsan megláttam, hogy ez egy segítő szoba, akinek szüksége van a segítségre, azzal elbeszélgetnek, és ha orvosilag úgy ítélik, akkor még tovább is irányítják pszichológushoz vagy pszichiáterhez. Oda, ahova az adott eset való. Akinek meg arra van szüksége, hogy beszélhesen, hogy kiadhassa magából, tehát szinte prevencióként, hogy ne szálljon el, hanem sikerüljön kiadni magából ami benne dolgozik, ez egy nagyon jó dolog. Úgy döntöttem, ez egy értelmes tevékenység, erre nagyon nagy szükség is van, ha ebben én aktívan részt segítek, akkor nem lesz munkanélküli szindrómám. Ezért elkezdtem bejárni és foglalkozni a szobával. Ugyanakkor szükségem is volt erre, hisz menekültem a semmi elől. Olyan 6-7 év után lett állásom, és azalatt nem volt munkanélküli szindrómám. Rengeteg emberrel ismerkedtem meg és csodálatos emberi kapcsolataim alakultak ki. Több szobába is jártam, de ez a szoba volt idézőjelében a „munkahelyem”.

A Psyche volt, ahol mindig dolgoztam. Mindig figyeltem, nem az volt, mint a többi szobában, hogy beszélgetek, hülyéskedek, hanem segítőkészenléti állapotban voltam.

Amikor arra volt szükség, hogy megvédjem a szobát a szétveréstől

(gyakori az internetes vandálkodás), akkor kemény kézzel, hogy „Na te most befogod a szádat!”. Érdekes, hogy nagyon kevés kellett ahhoz mindig, hogy egy kicsit el lehessen mozdítani.

Régóta csetelek, több szobába is járok, azt vettem észre, hogy minden szobának vannak hullámszámai, de a Psyche szoba stabil. Zsuzsa, ebben a szobában nagyon csodás dolgokat valósított meg. Mert részben az egyéni foglalkozásokat is csináltam mindig, de mellette – amiért le a kappal – én soha ilyenbe bele nem mertem volna nyúlni, valóban egy csoportterápiát csinált, valósított meg chates szinten, csodálatos ügyességgel. Hogy kinek, milyen okból ad opot, az ophasználattal, hogy ez mennyit befolyásol egyes embereken, nagyon ügyesen csinálta. Hogy ez mennyiben tudatos és mennyiben nem, azt hagyjuk, de rendkívül ügyesen. Egy közösséget csinál a szobából. Nagyon sokan azt hiszik, hogy azért, mert magához hívja őket bulizni, táborozni, de nem, ott a szobában bent csinál belőlük közösséget. Ami összetartja a csapatot, az a megfelelő helyen beírt öt mondat, amit a chaten mond. Persze a találkozók szükségesek, mert ezzel lehozza őket egy másik dimenzióba, ahol a chat név nélküli-, arc nélkülisége megszűnik. Attól kezdve a chatszobában is már inkább felvállalják magukat, ami a szoba szempontjából nem annyira fontos, de a vezetők, a mag szempontjából az. A szoba vitele szempontjából fontos, hogy elkötelezettek legyenek. A szoba nincs önmagában, a szobát vinni kell, ott az emberekkel foglalkozni kell tudatosan, és kell egy mag, amelyik ezt bevállalja, ergo a virtuális közösségnek is van létjogosultsága. A valós és a virtuális együttlét nagyon hatnak egymásra, és az nagyon jó, de lehetnek függetlenül is. Te valami olyasmit tudtál megvalósítani, amire az embereknek nagyon nagy igényük van, amire ma már a technikai lehetőségek adottak, létrejött, hogy igenis a net és maga ez a virtuális világ létrehozta ezt a lehetőséget, hogy egymástól távol lévő emberek egy virtuális térben lehessenek, beszélgethessenek egymással. Mert egy olyat csináltál meg, amire nagyon nagy igény van, nagy szükség van. Azt a kérdéskört, hogy Magyarországon ma már a legkisebb helységben is, ma már egyre inkább van internet, így a lehetőség megadatott, hogy bekerülj ebbe, és egy csomó dolgot képes így megoldani, és ezt te messze mindent megelőzően valósítottad meg. Borzasztó sok tanulságot szedtéél össze, amiket szeretném, ha itt kiderülne. Például azt, hogy egy szobát, azt vinni kell. Mert az nem megy magától,

az nem igaz, és attól függ, hogy milyen lesz, hogy hogy viszik. Igenis kell egy „csúf” apuka aki időnként rendet rak, kell a mindenkit megértő anyuka szerepkör. Nagyon jó ha van egy pszichológus, aki olyanokkal foglalkozik, akiknek csoportban nem kezelhető pszichológiai problémájuk van. A te csodád az, hogy eddig már kettőt, akiket be tudtál bolondítani ebbe, mert minden hivatalos pszichológus azt mondja, hogy „de kérem személyes kapcsolat nélkül hogy képzeli ezt?”. Pedig dehogynem lehet, és igenis, és szükség van rá, és kiderült, hogy dehogynem, nagyon jól megy. Persze önmagában ez kevés, nem helyettesít, de a megelőzésben nagyon nagy szerepe van, az utógondozásban nagyon nagy szerepe lehet, és az odairányításban, hogy „figyelj, hidd el, itt most már olyan tapasztalt gárda van, hogy tudjuk, hogy neked most szükséges elmenni egy orvoshoz”, akkor elfogadják. Erre szükség van, és aki itt azt halja, hogy el kell mennie, és egy ideig itt van, megérzi, hogy ezek tényleg nem a levegőbe beszélnek, hanem mert valóban úgy van. Hisz másoknak nem azt mondják, és jól látják azt, hogy kinek mire van szüksége.

Még egy tanulság az, hogyha az embernek bármi baja van, akkor az opos nickjével ne menjen be a segítő szobába. Ha mégis úgy érzi, hogy muszáj bemennie, akkor ismeretlen nickkel menjen be és fogja be a nagy pofáját. Hiszen az op valamiféle példakép, minta, és habár tudatosítani kell olykor, hogy ő is emberből van, de nem szül jó vért, ha a saját szennyesét kiborogatja a szobalakóknak. Na meg a segítők mindig türelmesek, mindig igazságosak, és amikor erre nem alkalmas, akkor nem szabad csínálni.

A másik ilyen tanulság, hogy nem szabad megsértődni. A segített szidhatják, bármit csinálhatnak vele, persze nem szabad eltűnni, erre meg vannak az opok eszközei. Ez nem neki szól, ezt is tudnia kell. Ő csak egy áldozat, akire rávetíti az indulatait.

Az is fontos tapasztalat, hogy bele kell vinni az emberi egyéniséget. Színesnek kell lenni, beleviheted a hangulataidat is, lehetsz jókedvű, lehetsz komoly, de nyűgös, veszekedős mérges nem lehetsz.

A szoba mindkét szinten fontos, hiszen az élő kapcsolat nélkül, nem lenne mag, nem lenne, akik viszik a szobát, ahhoz egy csapat kell, és a csapatot így lehet kiépíteni hozzá.

Ahol még elég fontos az élő kapcsolat, az a szociális fóbiások. Volt néhány szocfób kapcsolatom, akik kinyíltak a végén felém. Többük hajlandó volt élőben találkozni ami egy szocfóbnál csoda. Megismerkedni egy „vadidegen” virtuális lénnel. Nem semmi fejlődés. Ott volt Washington, aki lassan, de a közösen is beszélt időnként, még később találkozókra is eljött ha, jól emlékszem. De a virtuális világban velük is sokkal jobb eredményt érhet el egy megfelelően képzett pszichológus. Adott esetben a csoport magját ilyen plussz oktatásokban kéne részesíteni. Meg kell tanulni, hogy milyen esetekben milyen jellegű dolgot kell csinálni.

Nagyon komolyan az a véleményem, hogy valami olyan úttörő jellegű munka az, amit csináltál, és nagyon örülök, hogy ennek részese lehettem. A személyes fejlődésemben a chatnyelv annyiban játszott szerepet, hogy ugye az egy nagyon leegyszerűsített nyelv, és én eljutottam oda, lázadási szinten, hogy elkezdtem verset írni. Egész egyszerűen egy idő után már annyira igényem volt a normális, szép szavakra, a gondolati képekre, a kifejezésekre, hogy elkezdtem verset írni. Ez egy igazán jó szórakozás, nem tartom magamat költőnek ettől, bár többen azt mondják, hogy nem is olyan rosszak amiket írok. De ettől én még nem érzem azt, viszont nagyon jó szórakozás és remek önkifejezés.

Ami a Psyche kéne, az egy jó pszichológus, aki meglátja ebben a lehetőséget, megérti, hogy egy olyan új dolgot kezd építeni, ami világszinten nem jellemző. Ehhez még kéne pénz, pénz, pénz. Aki azt hiszi, hogy nem munka a Psyche szoba vitele, nem egy fárasztó, kimerítő dolog, az téved. Na most egy olyannak mint aki én voltam, vagyok, akinek erre van szüksége, akinek ez gyógyszer, annak ez nagyon jó, de hát lehet, hogy ha ezt valaki kellőképpen tudná honorálni, akkor sokkal jobban lehetne válogatni abban, hogy kik legyenek, akik viszik a szobát. Akkor lehetne az, hogy folyamatosan legyen ott 2-3 olyan, aki tud figyelni a szobára, tudja vinni, irányítani. Nagyon fontos, hogy közösségben legyen ez a szoba, ahol megfordulnak sokan, Bejönnek apró-cseprő problémákkal is, és akkor az, akinek valóban baja van, és éppen bent van a szobában, hozzá tud szólni, tud nekik segíteni. Ez is terápia, hogy ő is tud, segít, próbál, teszi, nem magával foglalkozik, nem a saját problémáján kattog, hanem segít másoknak. A legjobbak azok a beszélgetések amikor bejön valaki, akinek a problémájából visszaköszön egy szobataag panasza, aki éppen bent van, és olyan, mintha szembetalálkozna önmagával, kap egy tükröt,

<pechfogel> menj
 <sadden> nem akarom, hogy rajtam röhögjenek
 <pechfogel> csak úgy lehet kimászni
 <pechfogel> senki nem fog röhögni rajtad
 <sadden> tegnap is erőltettem
 <sadden> baszott nagy égés volt
 <pechfogel> ma is erőltess és holnap is
 <sadden> így nincs értelme
 <pechfogel> amíg nincs csak addig
 <sadden> ma nincs értelme
 <pechfogel> nem hiszem, hogy égnél...
 <sadden> elküldenének
 <pechfogel> tudod mi a keljfeljancsi?
 <sadden> tudom
 <sadden> nem látsz
 <sadden> nem látod milyen durva szemeim vannak
 <pechfogel> ezen segíthetünk... küldj egy képet:PPPPP
 <sadden> úgy nézek ki mint egy örült
 <pechfogel> durva szemek... hmmm:PPPPP
 <sadden> persze ez nem meglepő
 <pechfogel> muti
 <sadden> nem tudok fotózni
 <sadden> nincs mivel
 <pechfogel> akkor is kérek!!!!
 <pechfogel> banbor@freemail.hu ra küld:P
 <sadden> majd egyszer
 <pechfogel> naaaa:)
 <pechfogel>
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 <sadden> köszi a virágokat
 <sadden> egy kis zöld segítene

<pechfogel> kis kedvjavítónak
 <pechfogel> ahogy elnézek... rádfér:)
 <sadden> de nincs erőm utána rohangálni
 <sadden> sorstársam meg pont hogy leszarja a fejemet
 pechfogel megy fejetmosni saddennek... :P
 <sadden> ennem kéne
 <sadden> tovább fogyok
 <sadden> már tényleg brutálul nézek ki
 <pechfogel> távolból nehezen kenek neked pár szendvicset:)
 <sadden> max az opni-ba vennének fel
 <sadden> betegnek
 <pechfogel> hozz ide kaját és egyél velünk:)
 <sadden> de azt is bezárták
 <sadden> :D
 <pechfogel> azt be...
 <pechfogel> azt is be...
 <sadden> nincs itthon kaja
 <pechfogel> de téleg hozz ide kaját
 <pechfogel> hm...
 <pechfogel> venni tudsz?
 <pechfogel> van rá pízéd?
 <sadden> még egy darabig
 <pechfogel> :))) akkor menj és vegyél... és gyere vissza:)
 <sadden> az se az én pénzem
 <sadden> spantól kaptam kölcsön
 <pechfogel> a boltba nem kérdezik kié:P
 <sadden> meg néhány próbanapért hozzám vágta pár ezer forintot
 <sadden> 16 órára
 <sadden> mindjárt megyek
 <pechfogel> :))))
 <pechfogel> elugrasz a interjúra is?
 <sadden> csak még lógatom a fejem kicsit
 <pechfogel> vagy egyenest visszajössz?
 <pechfogel> ne lógasd... nem f...z az hogy lógasd... :PPPPPPP
 <sadden> a holnapira
 <sadden> a maira nem

<sadden> nincs értelme
 <sadden> felöltöztem
 <pechfogel> jó
 <sadden> majdnem elindultam
 <pechfogel> hozz kaját és gyere:)
 <sadden> csak aztán tükörbe néztem
 <sadden> ez gáz
 <sadden> vissza levetkőztem
 <pechfogel> marhaság tükörbe nézni... nem mondták még neked?
 <pechfogel> évek óta nem nézek bele... ártana a jóérzésemnek...
 <sadden> az első benyomásnál minden eldől
 <sadden> legalábbis sok minden
 <pechfogel> de hidd el... ha több mint 5 percig vagy... a kinézeted el-
 mulik... a személyiséged lesz ami meghatároz:)
 <sadden> hát most épp az is ramaty
 <pechfogel> innét nem hatsz ramatynak:)
 <pechfogel> jól álcázod:P

 <:)))> re
 <:)))> pültem
 <:)))>
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~
 <sadden> azt hittem
 <sadden> azért léptél ki, amiről dumáltunk
 <:)))> dehogy
 <:)))> nem tucc engem elüldözni:P
 <Zork> szia
 <:)))> majd én téged:PPPPPP
 <:)))> reszio zork:)
 <Zork> sadden, na persze, velem nem beszélsz, mi?;)
 <sadden> :)
 <sadden> te sem beszélsz velem
 <:)))> zork.. nem minden NŐt leütni a kezemről... héééé

<Zork> neked van egy otthon:P
 <sadden> velem nem jártok jól
 <:)))> kérdeztem én tőled... mit tartsz te otthon a kamrában?????????
 <:)))> zork... te csak ne a kamrámmal foglalkozz:PPPPPP
 <Zork> :D
 <Zork> igenis
 <Zork> sadden, miért?
 <Zork> ronda vagy, buta vagy, a kettő együtt?
 <Zork> vagy valami más kitalált probléma?:)
 <sadden> ezek is meg egyéb is
 <sadden> :)
 <Zork> na persze
 <sadden> meg öreg is :P
 <Zork> igen az tényleg
 <Zork> vénlány
 <sadden> kimegyek cigizni
 <Zork> de legalább akkor lenne valaki aki ki tudja cserélni a pelenkát időnként:)
 <:)))> hihihihiiii vén:DDDDD
 <sadden> megkeresem a szépséget a 4. emeletben :D
 <sadden> mingyá jövök
 <Zork> hajrá
 <:)))> egy betondarabban is megvan
 <:)))> mindjá re..
 <:)))> szétfagyott a gép...

 <kökobaki:)> re
 <Zork> rere
 <sadden> szia kökobaki
 <kökobaki:)>
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~:))))
 <Zork> megvan az a szépség már?
 <sadden> kinek mi a szép

<kökobaki:)> neked mi?
 <sadden> nem tudom
 <Zork> milyen hülye kérdés ez már, persze hogy mi ketten tetszünk neki;
 <sadden> de intenzíven keresem
 <kökobaki:)> Rodin szobrai?
 <sadden> nem nagyon ismerem a szobrokat
 <sadden> műveletlen vagyok
 <kökobaki:)> szerelmese vagyok... és a kezei... az maga a csoda
 <kökobaki:)> hogy lehet kőből olyan puha lágy finom érintést megal-
 kotni...
 <kökobaki:)> bár képes lennék így kifejezni magam...

Másnap:

2. CHATLOG

<:)))> sziasz
 <sadden> hali :))
 <:)))>
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 <sadden> oh
 <sadden> :D
 <:)))>
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 @>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~@>~~~~
 <:)))> nah
 <sadden> a virággyűjteményem
 <:)))> :)
 <:)))> interjú?
 <:)))> ma megvolt?
 <sadden> az nem

<sadden> az pénzmosóhely
 <:)))> vagy egyéb fejlemény?
 <sadden> de volt másik ;)
 <sadden> az jó hely
 <:)))> felvettek?
 <sadden> korrekten elmondtak mindent, nem ködösítettek
 <sadden> ez próbanapozással kezdődik
 <sadden> az ilyen helyeken
 <sadden> remélem ez meglesz
 <:)))> mikor próbálsz?
 <sadden> ha behívnak, felvesznek
 <:)))> aha
 <:)))> mit ettél ma?
 <sadden> vasárnapig telefonálnak
 <sadden> és jövő héten valamikor
 <sadden> most ettem egy gyrost
 <:)))> olyan soká eszel?
 <sadden> de vm-t még keresek
 <:)))> :P
 <:)))> mit keresel?
 <sadden> kaját
 <:)))> :D
 <:)))> heles
 <:)))> :)
 <sadden> aztán szétnézek még neten
 <sadden> és a frisseket csengetem
 <sadden> ma elemembe vagyok
 <:)))> heles
 <sadden> sztem még megyek
 <:)))> akkor nem nagyon zavarlak ma...
 <:)))> csak kicsit:PPPPP
 <sadden> ma kicsit higgadt a dolog
 <sadden> :P
 <sadden> na jó
 <sadden> sokkal jobb
 <:)))> majd rontok rajta:P

<sadden> csak ezzel a rutinos nem dicsekszik, mert tudja, hogy csúszás gyors és meredek

<sadden> sadden még éhes

<:)))> :))) nyugi nekem nincs rutinom:)

<:)))> egyél:)

<sadden> megkeresem a szalonnát :D

<:)))> jó:)

<sadden> itt most nyomom magam, hogy felvegyenek, de mi lesz ha igen?

<sadden> minden nap ugyanaz

<sadden> aztán kézhez kapod a röhejes fizetésed

<sadden> aminek min 1/3-át adod állam bácsinak

<sadden> a következő hónapig a maradék talán kitart

<sadden> ha ügyes vagy, tudsz félretenni fagyira is

<Zork> Nekünk nem is röhejes a fizetés

<Zork> de legalább a felét lenyúlják

<Zork> de itt a gyakorlaton egy fillért nem adtak;)

<sadden> azt gondolom

<sadden> a szakmunkástanulók egy része maga fizet a szakmai gyakorlatáért

<sadden> néhány leendő értelmiségi is

<sadden> a francba

<sadden> sadden megen depressziózik

<sadden> az aluljáróban egy csapat fiatal tanyázott

<sadden> majdnem odamentem hozzájuk

<sadden> adjatok már egy slukkot :D

<sadden> nem nagyon zavartatták magukat:D

<Zork> ez vicces?

<sadden> én vagyok a vicces

<sadden> tényleg majdnem odamentem

<sadden> elsőre asszem nem nézték volna ki belőlem

<:)))> másodikra?

<sadden> odatipegek körömcipőben:D

<:)))> jól állt volna:P

<sadden> másodikra levették

<:)))> körömcipő nélkül... oda ne már...:P

<sadden> mert belevigyorogtam az arcukba
 <sadden> csak elmentem előttük
 <:)))> micsoda mázli, nem megettük...
 <sadden> és a fogam közt szívtam vissza, hogy dobjatok már meg egy
 spanglival:D
 <:)))> lecsúsznál egy spangliról...

3. CHATLOG

A beszélgetés résztvevői:

MÁLNA fiatal lány, 2008 óta jár a szobába, valódi sikertörténet. Ugyanis a 2009-es börzsönyi táborban találta meg a párját, most gyűrűs menyasszony.

<málna> hello
 <b2g> szeva málna
 <b2g> vígnapot
 <málna> köszi:)
 <málna> Te ki vagy?:)
 <b2g> málna ha mondom segít a gondon:))) vagy valami ilyesmi:
 <b2g> én vagyok az én...
 <málna> ok
 <b2g> és csak akkor vagyok én lufi... ha eszem rántottát és felfúvódok:P
 <málna> :)
 <málna> én mindig az vagyok:)
 <b2g> mindig rántottát eszel?:P
 <málna> nem:)
 <b2g> :)))
 <b2g> de enni szeretsz ezek szerint:))))
 <b2g> én is szeretek:)
 <b2g> csak nekem szerencsém van... és én nem gömbölyödök tőle:)
 <b2g> adottság ez...
 <málna> mázlista
 <b2g> tesóm nézi mit eszek... és ő hízik tőle:D
 <málna> én mindent megteszek h ne egyek
 <b2g> szóval ismerem ezt:))))
 <málna> csak nem látszik

<málna> ez olyan igazságtalanság
 <b2g> az
 <b2g> 100% megértem
 <b2g> szerintem épp ezért... nem is érdemes fogyókúrázni...
 <málna> de muszáj
 <málna> én normálisan szeretnék kinézni
 <málna> hogy úgy nézzek bele a tükörbe h nem hányok a látványtól
 <b2g> figyi... az én kedvesem... a legjobb indulattal se lehet soválynak
 nevezhetőnek mondani... és szerintem csodás görögös teste van...
 <b2g> vagy rubensi
 <málna> :)
 <málna> jó neki
 <b2g> szerintem szép
 <b2g> a szépség mindenben benne van... ezt fogad el... és magadba is
 lásd ezt meg, akkor könnyen elfogadod :)
 <málna> inkább hagyjuk
 <b2g> hidd el, az a jó ha egy jányon van mit fogni... és nem a csontjai ki-
 állnak...
 <málna> úgyse tudsz meggyőzni
 <málna> persze minden fiú ezt mondja közben mégis a sovány lány kell
 neki
 <b2g> hááááát... majd lesz neked is valaki... aki téged ilyennek szeret...
 és akkor tán elhiszed majd neki :)
 <b2g> neeeem
 <b2g> a soványt megnézik, de a nemsovány kell társnak :)
 <málna> nemrég nagyon beleszerettem vkibe
 <málna> és neki sovány lány kell
 <málna> fogytam 15 kilót
 <b2g> nehari... de a sovány lányoknak is el kell kellniük...:P
 <b2g> az nemsemmi
 <málna> persze nem egészen miatta de azért ez is benne volt
 <málna> és észre sem vette
 <b2g> egyet higgy el nekem... az első 5 percben látják milyen a kinéze-
 ted... utána azt látják, te milyen vagy.. milyen a lelked :)
 <málna> persze
 <b2g> azt, hogy nézel ki.. utána nem látni :)

<málna> ha így lenne akkor már rég ezzel a fiúval lennék
 <málna> én nem hiszek az ilyenekben
 <b2g> ez annyira így van.. hogy párizsban egy rokonynál voltunk kint...
 <b2g> ott a rokony felesége... háááát... a barátommal nem mertünk
 összenézni... olyan "csúf" volt... féltünk kitör belőlünk a röhögés
 <b2g> másnap volt valami apróság... és amitől ő nekem megszépült:)
 <b2g> és az ami előtte csunya volt egyedi lett:)
 <b2g> érted?
 <málna> persze
 <málna> csak velem ilyen sosem volt
 <b2g> ennyire nem látja meg az ember utána... hanem az embert:)
 <málna> szóval ez nagyon szépen meg jól hangzik
 <málna> csak hogy ha így lenne akkor velem nem lenne az ami van
 <b2g> figyi... amíg önmagad vidor lényét nem engeded el... és nem
 vagy természetesen ilyen vagyok... nem is lesz szerintem... addig bizo-
 nyítani akarsz nem?
 <b2g> van egy ismerős... én csak nagyon nagyon nagydarabként ismer-
 tem irtó hosszan... és őneki is egy csuda párja van... (mára lefogyott
 más okból)
 <málna> tök mind1 mit csinállok
 <málna> sztem
 <b2g> dehogy
 <b2g> csak az számít amit csinálsz... semmi más nem:)
 <b2g> a kinézeted az ami nem számít
 <b2g> ezt nem érted meg:P
 <málna> ugyan már
 <málna> hogyan számítana
 <málna> azt nem érted ha nem így néznék ki akkor már rég együtt len-
 nek azzal akivel szerettem volna
 <b2g> na figyi... ismertem... anyumékon keresztül egy elképesztő kiné-
 zetű nőt... aki egy nagykövet felesége volt... istentelen csúf... és olyan
 lenyűgöző ember... hogy sose okozott kérdést vagy problémát a kiné-
 zete...
 <b2g> értsd meg... ténleg tök mindegy a kinézet:)
 <b2g> egyáltalán nem biztos az!!!!
 <málna> de figy ezek sztorik

<b2g> neeem ezek élő emberek!!!!!!

<málna> attól az én életem nem változik meg

<málna> hogy vannak olyan emberek akik ilyenek

<málna> attól még engem nem fog szeretni az akinek kéne

<málna> érted?

<b2g> az életed attól változik meg, ha te állsz másképp az élthez:P

<málna> attól változik meg

<málna> ha majd lefogyok normálisan

<b2g> neeeem:DDDDD

<b2g> nem értesz:((((

<málna> te nem értesz engem

<b2g> vagy nem hiszel nekem...

<málna> értelek

<málna> de nem hiszem el

<b2g> figyi... neked egy szép pasi kéne... akit kizárólag a sport érdek-
kel???? és az ő kinézete?????

<málna> mert egy csunya kedves lány tudod minek kell a pasiknak?

<b2g> az lenne a pasidban a lényeg?????

<málna> barátnak

<málna> nem

<málna> legyen szép igen

<b2g> de ez a nőkben is így van teeeeeee

<málna> de úgy legyen szép h ne tudja magáról

<b2g> voltál már fiúval?

<málna> persze

<b2g> az ágyban... nem a kinézeted érdekel senkit... hanem mit csi-
nálsz és hogy... érted?

<málna> de addig el kell jutni

<málna> meg tök mind1 mit csinálsz ha nem kíván

<b2g> lehetsz te akáéármilyen szép... ha egy fabábu vagy... és lehetsz
te a legborzalmasabb kinézetű... ha az ágyban te vagy az istennő...

<málna> de az ágyig el kell jutni

<b2g> a kívánság meg... nem kinézettől függ... az max a feromonoktól...

<b2g> abba elhiszem van ami vonz és van ami taszít

<b2g> de abba más nem szól bele

<b2g> eljutni se kinézet kérdés... hanem hozzáállás...:PPPPP

<b2g> lehetsz bomba nő.. ha csak házasság után az elved...

<málna> szép lenne ha minden úgy működne ahogy te mondd

<málna> csak én nem így tapasztalom

<b2g> így működik... csak te amiatt, hogy hogy nézel ki, nem úgy viselkedsz:PPPPP

<b2g> hmmm... 53 éves vagyok... hidd el... élettapasztalat az amit mondok:)

<b2g> így műkszik...

<málna> majd ha úgy fogok kinézni ahogy szeretnék

<málna> akkor úgy fogok viselkedni

<b2g> amit nem veszel észre az a te "viselkedésed". és az nem olyan amittől ez más lenne:)

<b2g> viselkedj úgy most... és rájössz olyannak látnak mit szeretnél:P

<málna> nemhiszem

<b2g> értsd meg... első 5 percben látnak...

<málna> és akkor hánynak

<málna> aztán már a többi az nem lényeg

<b2g> utána "téged" látnak... és nem a kinézeted:P

<b2g> hidd el... én se vagyok egy különlegesség... és én másképp látam őket!! minden sztoriban... ahogy nevezted... az ÉN szemem változott meg!!!!

<b2g> érted?????

<b2g> önmaguktól!!!!!!

<málna> de nézd

<málna> ma már nem így megy

<málna> egy korombeli pasinak

<málna> nem ilyen a gondolkozása

<b2g> ez olyan általános emberi dolog... hogy mindig amíg ember van... ez így megy...

<b2g> ez nem gondolkodás!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

<málna> jah akkor miért nem szeret az akibe szerelmes voltam?

<b2g> ezt magyarázom

<b2g> a legegyszerűbb azt mondanom... feromonod neki nem jön be..

<b2g> de ezen kívül... nem úgy viselkedsz... TE NEM FOGADOD EL MAGAD... akkor Ő hogy tegye???????

<málna> nemcsak neki

<málna> sztem senkinek
 <málna> azóta nem fogadom el
 <málna> eddig elvoltam valahogy
 <málna> magammal
 <málna> még +15 kilóval is
 <málna> de mióta elkezdtem fogyni
 <málna> csak azt látom h még mennyi hár van rajtam
 <b2g> tudod... amikor tini voltam... gimi végéig szerelmes voltam jó
 pár nőbe... és soha senkivel nem jártam...
 <málna> és h még mennyit kell fogynom
 <b2g> lelkem volt... és lelkizni akartam... meg mit tudom én... de senki
 soha...
 <b2g> aztán... gimi után nem vettek fel...
 <b2g> elmentem dolgozni...
 <b2g> és feláztam... nem létezik... csak nekem ne legyen semmi...
 "unom, hogy szűz vagyok"...
 <b2g> csak azért is ráhajtottam egy nőre...
 <b2g> megvolt...
 <b2g> megváltoztam ettől... megértettem, van amikor nem kő má be-
 szélni... simogatni kell... tenni kell...
 <b2g> nem tudom megmagyarázni... de megváltoztam
 <b2g> azóta akkor lettem szerelmes... mikor valakivel elkezdtem járni
 is...
 <málna> ezzel én is így voltam
 <málna> gimiben nem volt gondom a pasikkal
 <málna> volt általában
 <málna> sőt volt egy 2 éves kapcsolatom is
 <b2g> érted mit próbálok ezzel mondani? abba légy szerelmes akivel
 jársz is... akivel össze is jössz... akinek te is megfelelsz... aki elfogadja azt
 amit adsz neki
 <málna> és mindig az volt h én sosem voltam szerelmes
 <málna> hallgass végig
 <b2g> jó
 <málna> szóval mindig akkor lettem belé szerelmes mikor ő már az volt
 <málna> megvédve ezzel magam
 <málna> attól hogy olyanba legyek aki nem szeret

<málna> minden pasimnál ezt csináltam
 <málna> aki komolyabb volt
 <málna> mindig megvártam h ő kezdeményez
 <málna> belém szeret
 <málna> és mikor biztonságba éreztem magam
 <málna> akkor én is beleszerettem
 <málna> ez így nagyon is jó volt
 <málna> jó
 <málna> aztán jött ez a srác
 <málna> cseten ismertem meg
 <málna> kb 5évet beszélgettünk
 <málna> és utána találkoztunk
 <málna> és első látásra bele zúgtam
 <málna> sosem volt velem ilyen
 <b2g> ojvé:(
 <málna> max általános suliba
 <málna> persze ilyen téren nagyon büszke vagyok
 <málna> és sosem mutatom ki nagyon ha tetszik vki
 <málna> csak ha már ő pici jelzést ad
 <málna> de ennél a srácnál megőrültem
 <málna> párhónapig titkoltam
 <málna> de aztán nem bírtam tovább
 <málna> és elmondtam
 <b2g> értem... ez feromon lesz:(
 <b2g> és peched van
 <málna> ez tavaly nyár végén volt
 <málna> azóta szenvedek
 <málna> és nem bírom túl tenni magam ezen
 <b2g> csetben ez a veszélyes... ha meglátod... lehet hiába ismered...
 nem jön össze valamitől... nem tudod mitől... de nem...
 <málna> de nem cseten sosem beszéltünk ilyenről
 <málna> hogy valaha lesz bármi köztünk
 <b2g> tudatosan kicsit feküdj össze mással... és abba szerettesd bele
 magad...
 <b2g> úgy majd elmúlik:)
 <málna> nem

<b2g> ez az én javaslatom csak:)

<málna> mikor megtetszett ez a srác ezt csináltam

<málna> nagyon durva volt

<málna> mert addig igazából be sem valottam magamnak ezt az egészet

<málna> lefeküdtem valakivel

<málna> és akkor döbbsentem rá

<málna> h szerelmes vagyok

<b2g> pass... nem tudom... bennem elmúlik az érzés, ha vége.. marad egy szeretet, de a szerelem elmúlik...

<málna> ez a másik

<málna> h szinte sosem értünk egymáshoz

<málna> max köszönés két puszi és ennyi

<málna> sosem mertem megérinteni

<málna> pedig mióta ismerem vágyom rá h egyszer megöleljen

<málna> de sosem mondtam neki

<b2g> lépj ki ebből... csináld normálisan!!! ne ilyen módon... értlek... és te is értsd mit mondok...

<málna> csak mikor már késő volt

<b2g> vááá de nehéz

<málna> hogy normálisan?

<b2g> értem

<b2g> amit szeretnél megtéve...)

<b2g> úgy értem:)

<málna> de beszélni alig tudtam vele

<málna> annyira gáz volt

<málna> én nagy dumás vagyok

<málna> de ha találkoztunk

<b2g> nekem erről az a gimis önmagam jön be... érted?

<málna> belenézett a szemembe és egy értelmes mondatot nem tudtam mondani

<málna> de nagyon hittem benne

<b2g> vegyél szépen erőt magadon... és "lök a rizsát" te nő akkor pláne

<málna> sosem hittem így semmiben h ez össze jön

<málna> ősszel

<málna> olyan szerelmes voltam

<málna> h az boldoggá tett
 <málna> maga az h szerelmes vagyok
 <málna> egyszerűen ragyogtam
 <málna> pedig nem szeretett
 <málna> sőt bnője volt akkor
 <málna> de azt mondta h ő is nagyon érezte ezt
 <málna> és neki is jóvolt
 <málna> és akkor egyszer csak elmúlt
 <málna> közömbössé vált
 <málna> elaludt a tűz
 <b2g> értem:(
 <málna> és képzeld
 <málna> akkor megromlott a kapcsolata a csajjal is
 <málna> ő azt mondta nem tudja h h de össze függ a kettő
 <b2g> lehet ő változott meg...
 <b2g> ill fix
 <b2g> persze
 <b2g> ő benne változott valami alapvetően
 <b2g> de ezt kintről nem látni rajta...
 <málna> aztán a csaj ott hagyta
 <b2g> valószínű ő se tudja
 <málna> és jött a rossz időszak
 <málna> ő szerelmes volt a csjba és szenvedett
 <málna> én meg belé
 <b2g> mert szabad voltnak érezted...
 <b2g> értem
 <málna> és már én is szenvedtem
 <málna> és attól is szenvedett, h nem tud szeretni engem úgy ahogy a
 csajt
 <málna> mert akkor boldogok lehetnénk
 <málna> de azt hiszem sosem leszünk azok
 <b2g> igen...
 <málna> lehet túl közel áll hozzám
 <málna> mert nagyon
 <málna> nagyon hasonlítunk egymásra
 <málna> mindent amit szeret azt én is

<málna> és amit én nem szeretek azt ő sem
 <málna> legbelül olyan mint én
 <málna> de csak legbelül
 <b2g> értem.. de azt hiszem egy kapcsolatban jobb ha kiegészítik egymást... mintha egyformák ennyire:)
 <málna> de az is van
 <málna> van amikben kiegészítjük egymást
 <málna> én it a belülről jövő dolgokra gondolok
 <málna> ami egyezik
 <b2g> értem:)
 <málna> tudod mikor vkinek nem kell elmagyarázni mit érzel
 <málna> hanem ránéz ugyan arra a képre és
 <málna> és érzi azt amit te
 <málna> vagy meghallgat egy számot
 <málna> és ugyan azt jelenti neki
 <málna> mint neked
 <b2g> ezek sajna de nem értelmi kérdéskörök... érzelmiek... és
 ebben... szép lehet az ember... okos nem igazán:)
 <málna> adok enni a kutyuknak

VERSEK

50év

ötven évem van nekem
 ötvenkedek csendesen
 elmerengek mi is volt
 minek örültem ez időn

gyereknek láttam ezer csodát
 sétáltattam tyúkot, nyulat, kutyát
 műhelybe hajtottam a fűrót
 birs sajtot ettem s mazsolát

hajtottam lepkét, sárkányt öltem,
 karddal vívtam sok véres csatát,
 voltam kuruc, labanc és törökverő
 s lábtengőztam sok-sok éven át

iskolába is jártam, koptattam padot
 tanarak réme egy virgonc gyerek
 könyvet nem olvastam, s betűt se
 vetettem, havon táskámon csúsztam

s vezéreltem osztályt minden rosszra
 s nyertem velük versenyeket
 parancsolgattam, irányítottam
 s elköltöztem onnan én másfele

lettem hallgató csendesen figyelő
 ki néz érteni vágy embert meg
 kerestem okot, ki, mit, mért, mond,
 tesz, gondol, s mit érez, minek örül

majd betűre vettem magam
 s olvastam mindent mi betű
 regényt, drámát, novellát, verset
 válogatás nélkül ami jött csak azt

barátok jöttek és ezer késhegyre menő
 vita, vitattuk érveltünk, ítéltünk, tettünk
 s újra megint vita, tett, s vita meg nem untuk
 elemezni-érvelni megtanultunk ezen

barátok nőültek és szültek, apróhad
 mely időnk elvette egymástól s éltük
 családi életünk a sajátot. S nekem is
 megszületett a GYEREK majd a többi gyerek

szerettem, szeretünk, szeretve lettünk
 nevelés, iskola, munka s ringlispiel
 örömek, mosolyok, víg, vidám percek
 első, sikerek, s hol is a gyerek...

várj reám

szerettem nyáron utcabálba
 szerettem télen havas úton
 szerettem ágyban nagykabátban
 szerettem kádban habok között

vágyódtam mindig teutánad
 vágyódtam rád mint senki másra
 vágyódtam hosszan életen át
 vágyódtam mikor senki se lát

ittam szerelem nektárát fenékgig
 ittam a bú édes fanyar borát
 ittam az ifjúság mohó vágyával
 ittam a múlt savanyú sörét

nevettem vígan könnyes szemekkel
 nevettem mikor mindenki sírt
 nevettem mással megosztva kacajt
 nevettem egyedül halk lombok alatt

sirattam száraz szemekkel holtat
 sirattam könny áztatva a jót
 sirattam jövő megannyi veszteségét
 sirattam magányom minden dalát

vártam szerelmet mennybe vivőt
 vártam a napot felkeljen már
 vártam ezer okból órákon át
 vártam hogy várj te is rám

pipacstánc

pipacsom tánca vígan reppen
szél simogatja bársony érintéssel
kecsesen lejtí táncát, pirulva kéjén
lebben s lángoljon lobban, kacagva
varázsát nem oltja fény poszmánya

tova száll a szellő, más munkáját végzi,
maradt a pipacs ősi magányán,
tánc utáni mámor, még illatozik,
már irigyen nézi felhők kuszaságát,
ott szalad párja, nevető bárányokon

nézem mint mindig, ha szemem teheti,
élvezem táncát, szőrös törekenység,
hártya szirmok véres köntösét illegetve,
semmiként valaki, virágok virága
irigy kéjelgés minden mozdulása

5. ESET: VALÓSÁG

Valóság 30-as éveit taposó nő, félig roma munkáscsaládban nőtt fel, mint szüleinek hetedik és legkisebb gyermeke. Jelenleg fiútestvéreivel és kamasz fiával él és még mindig alkoholproblémákkal küzd. Róla már beszéltem az 1. fejezetben az alkohol témánál, fórumbeírások és naplórészletek is vannak ott. Most azt meséli el, hogy került kapcsolatba a Psychével, és pár fórumbeírást, egy chatlogot, és két verset itt is olvashatunk tőle.

A nettel 2003-ban kezdtem el ismerkedni. Kizárólag a MEK érdekelt. Később elkezdtem keresni az olyan lelkeség oldalakat, ahol beszélhet az ember lánya a gondjairól. Lényeges volt az anonimitás! Egy alkesz nő nem szívesen teregeti ki a magánéletét. Így akadtam a Psychére.

Épp kaptunk egy lakást az önkormányzattól a fiam, én s férjem. Ám mivel a lelkiállapotom nem volt egészen egészséges, így a fiam egy évig anyukámnál élt. Abban az időben ez nekem nagyon nagy probléma volt, hisz hiányzott a gyermekem, de be kellett látnom, hogy képtelen lennék el-látni.

A Psyche közösség nagyon kedvesen s nyitottan fogadott, szinte elő-ítéletek nélkül. A legfontosabb, hogy meghallgattak, s elfogadtak. Meg-értést vártam s meg is kaptam itt de természetesen sokszor megráztak mint krisztus a vargát, de ez is kell egy olyan embernek mint én!

Amiért maradtam... Leginkább a barátságok s természetesen az „ellensé-gek” s bármikor is ha baj van, itt mindenkor találok hallgatóságot. S leg-főképp azért mert, számítok mint ember!

A Psyche mint közösség szerintem jól működik, könnyen befogadják az újakat. A chattel kapcsolatban azonban vannak fenntartásaim. Bár lehet, csak azért, mert nekem a toleranciaküszöböm bőven a Zsue alatt leled-zik! Vannak olyan emberek, akikkel nem szívesen csevegek s olykor ne-heztelek, amiért foglalják a szobában a helyet, ám tudom magamról, ha én nem vagyok jó passzban, bőven túlteszek mindenkin. Mégis elvisel-

nek! Isten tartsa meg jó szokásukat!:)

Miután nekem az idő nem mérvadó, merthogy múlandó, így nem kötöm évszámokhoz történetem.

Ide kerültem mint egy önmagát gyűlölő alkoholista nő. Tele büntudattal, lelkiismeret-furdalással, utáltam élni s rettegettem a haláltól, mindenki ellensége voltam, főleg a magamé.

Bár nem kevés időbe s erőfeszítésbe került, de a Psychének köszönhetően ma már tudom magam szeretni s becsülni azokat az értékeimet, amiket itt fedeztem fel. S nem utolsó sorban szeretni tanultam meg másokat. Nem minden támadás, ami annak látszik, sokkal inkább a helyreállítás látom most már egy-egy csipősebb megjegyzés mögött! Ami miatt leginkább ragaszkodom a Psyche közösséghez, az a valahová való tartozásom. Nem csak úgy létezem s tengek-lengek. Van egy hely, ahol szeretnek ki többé, ki kevésbé; van egy hely, ahol ismernek, ki többé ki, kevésbé; s van egy hely, ahol valakire mindig számíthatok, többé kevésbé! Jó szerencsémnek tartom, hogy tagja lehetek eme társaságnak! Nélkülük bizton mondhatom, már nem élnék.

Három évvel ezelőtt történetekre utalnék! Édesanyám halála, szeretett munkahelyem megszűnése, s 15 év után férjem lelépése három hónapon belül történt. Amit akkor éreztem, szavakban nagyon nehéz megfogalmazni. Bár 33 éves voltam, az árvaság olyan súllyal nehezedett a lelkemre, hogy szinte visszaszoktam volna az ujjszopásra. Munkám megszűnése egyenlő volt a hasztalanság valóságával. S férjem mikor közölte, hogy beleszeretett valakibe s elhagy engem s a fiamat anélkül, h bármi jelét adta volna annak, hogy a 15 évünk fontos lenne számára... ezen időszakban nem akartam élni, ám elmondanám, hogy volt olyan Psyche tag, aki épp egy metró megállóban vigasztalt, mert sírtam mint a záporoső, s volt olyan chat est amikor mindenki hallgatott, s én épp verset írtam be édesanyámról, s minden nap kaptam vigasztaló leveleket.

S ha nem voltam fent a chaten, akkor már érdeklődtek, mi van velem! Mellettem voltak, szinte egy emberként! Még Lamer is, pedig isten látja lelkem, nem kedveltük egymást! Na ez az, ami miatt én horgonyt vetettem ebben a közösségben.

A másik dolog, ami nekem most már lételemem! Az írás! Mindig is volt bennem egy fajta vágy az írásra. Ám sosem éreztem, hogy alkalmas lennék a szavak mestereihez még csak hasonlítani se. Aztán lett a fórumon egy topicom, s elkezdtem próbálgatni írói mivoltomat.

S az, ahogy fogadták s fogadják a mai napig egy-egy írásomat, versemet nekem az olyan mintha olajjal kenetné a lelkem. Adhatok valamit magamból, ami mindenkié! Most elérzékenyülök kicsinyt, de muszáj itt s most köszönetet mondanom mindenkinek mindenért.

Naplórészlet

Sötét van és csend, bezártatok. Ülök itten és nagyon félek, nagyon, nagyon!

Nem is félelem ez, hanem rettegés!! Azt mondtátok siettek haza és azért zártok be a gardróbba, hogy ne nyúljak semmi olyasmihez, ami megrázhat vagy megégethet... köszönöm. De sötét van és én mondtam, hogy félek a sötétben, ebben biztos vagyok!! Hallottam, hogy elmentek és bezárjátok a bejárati ajtót. Ki akarok menni, veletek akarok menni!!!

Nem visztek, de miért? Rossz vagyok? Nem szerettek? Miért miért?? Sírok és félek! Nem kiabálok azt nem szabad!!

Sose szabad elmondani semmit se!! Bepisiltem, ezért kikapok majd tudom, ettől is félek! Nem szeretek kikapni, az fáj!! Most megint szopom az ujjam, most nem látja senki, és nem szól rám senki, hogy csúnya dolog ha, valaki szopja az ujját!!

Ha apu hazajönne, akkor kiengedne, de nem jön, tudom, mert akkor nem hagyatok volna itt! De hova mentetek nélkülem?? Anyu azt mondta, vigyázzatok rám. De elmentetek! Mindig elmentek. Nélkülem.

Eltelt 14 év azóta... most is sötétben vagyok! Csak már nem sírok értetek se....senkiért!

S már nem akarom, hogy bárki is kivigyen a sötétből...

1995. febr.12

Naplórészlet

Megint itt vagy szépen lefutjuk a szokásos köröket.
 Ez nálad talán valami hülye mazochista játék! Sajnálak!
 – Miért iszol, magyarázd meg nekem!!!!
 :/ – Magyarázak meg valamit, amit nem lehet ? Nem tudom!
 Azért mert szomorú vagyok
 azért mert vidám
 azért mert itt vagy
 azért mert elmész
 azért mert élek
 azért mert haldoklom
 azért mert nem szerettek
 azért mert én se szeretem magam
 azért mert titeket se szeretlek
 azért mert ide tartozom
 azért mert nem tartozom sehova
 azért mert elmondanám
 azért mert nem tudom elmondani
 azért mert elmúlik egy nap
 azért mert jön egy újabb
 azért mert mindig túléltem :/

– Menj el innen és ne gyere többet!!!
 – Ez a válaszod?
 – Ez nem több, nem kevesebb: menj!
 Becsapod az ajtót magad után. Lehet, hogy sírsz. Pedig nem bántani akartalak! Csak felmenteni téged a felelősség alól, amit érzel miattam!
 Szabad vagy! Nem kell játszani tovább ezt a hülye mazochista játékot velem!! Menj!

És most következzen egy egészen friss fórumbeírás:

Ma este a cseten feltettem egy kérdést: Mi az otthon?
 Eléggé sokszínű válaszokat kaptam. Talán a legtalálóbbs zu volt. Ő azt mondta az otthon az a hely, ahonnan nem vágysz máshova. Jó válasz,

nem mondom...

S igazolja azt, hogy nem mindenkinek van otthona, akinek fedél van a feje felett!! Nem hiszem, hogy egy adott tartózkodási hely (még ha bejelentett is) otthont jelent! Mert ugyibár az életút sokszor nem az, amit kijelölnek nekünk! Adjunk hálát a saját akarati döntés lehetőségéért, avagy utáljuk a ránk szabottakat!?

Tesóimmal élek s édes kis fiammal! Van munkám!! Esténként családhoz megyek haza! S még sincs otthonom!!!!

Tekinthetném második munkahelyemnek a családi fészket, hisz dolgozom itthon eleget! Ám amit itthon dolgozom, a szeretteimért teszem!

Nem munka, de igencsak fárasztó! Nincs szabadságom!

Biztonság... én vigyázom a fiamra s beteg bátyómra, másik tesóm estig dolgozik! Ki vigyáz rám? S a pihenés???? Nyugalom???? Vicce,s épp itthon nem járandóság!

Sokak vannak hasonló cipőben, tudom!!!

Ám akkor kinek jut az otthon édes otthon???????????? S miért nekünk nem????????????

Van egy régi mondás: Ha tudod honnan jössz, tudni fogod merre tartasz! Én ezt nem tudom! S félek, fiamnak sem tudok gyökereket adni!!! Egy szó mint száz: nem vagyok a helyemen s mások sem sokan! Teremthetek gyökereket fiamnak? S valaha magamra lelek? Tudván hol a helyem???

Mindekiknek jó éjt!

1. CHATLOG

A beszélgetés résztvevői:

VALÓSÁG;

FEHÉRCSOKKI: 30-as nő, elvált, van egy kisfia, akkoriban segítő volt a chaten. Itt ismerkedett meg a férfival, akivel azóta is együtt él.

<Valóság> Az édesanyám ma lenne 71 éves ha nem halt volna meg 1 éve

<Zsu> sajnálom Valóság.((

<fehercsokki> Valóság, az én anyum 2 éve halt meg

<Valóság> csokki engem most ez vigasztaljon?

<Zsu> sztem nem azért mondta csokki

<fehercsokki> te is tudod, hogy milyen a fiad
 <Valóság> nem és nem és nem
 <Valóság> engem hibáztatnak a halála miatt
 <Zsu> Valóság, sztem bízott benned
 <Zsu> hitte, h 1x rájössz mi ajó neked
 <fehercsokki> kicsoda Valóság?
 <Zsu> az az ő problémájuk, h gázosak és ezért bűnbakra van szükségük,
 nem a tiéd Valóság
 <Valóság> bűnbak vagyok?
 <Zsu> az vagy
 <Valóság> és ha igazuk van
 <lamer> kinek ennyi kinek, annyi, ki tudatára ébred, ki nem
 <Valóság> miattam szakadt meg a szíve
 <Valóság> de csak mert nem ismert!
 <Zsu> anyukádnak volt már infarktusa, tök rossz volt a vérkeringése,
 nem szedett semmiféle véralvadásgátlót sem...
 <Zsu> 70 évesen előfordul, h agyvérzést kap valaki ilyen paraméterekkel
 anélkül, h bárki bűnös lenne benne
 <Valóság> nem értetek:(
 <lamer> erre mondja az újszövetség h eredendő bűn
 <Zsu> most nem az eredendő bűnről van szó, hanem, h a Valóság nem
 élt olyan életet amit az anyukája szánt neki
 <lamer> Valóság szegény a szélllel harcol
 <Zsu> semmi köze ádához és évához csak a balfék tesóihoz.
 <fehercsokki> Valóság, nehogy azt hidd hogy nem értjük
 Valóság: agyiinfarktus tavaly okt 9-én aztán leált a nyelésireflexe s aztán
 meghalt de közben gyomor katéter meg ilyesmi
 <lamer> csak ha megbékélne akkor találhatna magára
 <lamer> a másik megoldás a szőnyeg alá seperni a szennyest
 <lamer> az önmarcang értelmetlen
 <Valóság> s alig tudtam bemenni hozzá a kórházba de zsu ezt te tudod
 jól
 <Zsu> Valóság, ha most megcsinálod azt amit anyud szeretett volna,
 akkor nyugodtan fog pihenni és a te lelkiismereted is megnyugszik
 <Valóság> mindig beosztották ki, mikor meht be hozzá s én sose kaptam
 időt :((((((((((((((((((((((((((((((((

<Valóság> tudjátok mit utálok?

<Zsu> mit?

<Valóság> hogy a faszkalap vagy a HP beszél s legszívesebben kinyúlnék megfognám a grabancát s lefejelném mint vasorrúbába a patkó mág-nest... DE nem tehetem

<Zsu> hát nem, mert akkor kivágnak

<Valóság> ja

<Zsu> tanulsz egy kis toleranciát

<Valóság> de nem is ez a baj hanem h még bele is rúgnékP

<Valóság> hagyám a toleranciával!

<Valóság> azD

<Valóság> de tényleg

<Valóság> hnap vazz akkor kelek mikor ti fordultok másik oldalatokra

<Valóság> hajnal 5 kor már pékeket pakolok

<Valóság> tök izgi lesz

<Zsu> akkor feküdj már le

<Valóság> ne zavargász má este 7 re értem haza s most raktam oda a töltöttkápotPP

<Bentaria> nekem a posta volt olyan még anno hogy 5-kor már leveleket kellett válogatni brrrrr

<Valóság> Reni postát imádom!!!!

Valóság vérbeli postás

<Bentaria> te is fiam brútusz?

<Valóság> aham

<Bentaria> nekem már a posta a múlt

<Bentaria> homályba vész

<Valóság> nekem is:(

<Valóság> 5 évig nyomattam

<Bentaria> 13 éve nem az vagyok

<Bentaria> én 2-ig bírtam :-)

<Valóság> lélekben még postás:)

<Bentaria> már rég nem :-)))

<Bentaria> és kicsináltál Valóság felvétél vagy mit? :-)

<Valóság> hnap kicsinyt meghalokD

<Valóság> Reni én kombinált munkaerő voltam:))

<Bentaria> értem :-)))

<Zsu> fregoli,)
 <Bentaria> bónusz :-)
 <Valóság> értékkiosztástól a kézbesítésen keresztül a rovatolásig mindentD
 <Bentaria> nyamm
 <Valóság> szerettem
 <Bentaria> fúj, én utáltam.
 <Bentaria> én utáltam
 <Valóság> nem hiszem én
 <Bentaria> pedig de
 <Zsu> kézbesítés az gáz lehet
 <Zsu> habár nyáron bringán tán nem
 <Bentaria> ja kutyák körbekergetnek 20szor
 <Valóság> ha pl volt egy levél "Apunak Anyunak a Berda József ucca:))
 MINDIG MEGKERESTEM:))
 <Bentaria> ezeken mi is vidámodtunk reggel 5-kor ezek a címzések színesítik meg az ember életét :-))
 <Valóság> anya jól vagyok sokat fürdünk általában a vízben:DDD
 <Zsu> hány apu és anyu lehet a berda utcában.)
 <Valóság> ezt sose feledem
 <Valóság> zsu mindig megtaláltam őket:)
 <Valóság> időbe tellet ugyan:)
 <Valóság> mennyi az idő?
 <Bentaria> 10 óra 5 perc 55 másodperc
 <Valóság> menek eszem vmit s szundi... jó éjt kérek én is jóéjtet!!!!

És most következzen két vers a fórumból, valóság tollából.

A tündérmesékből életre kelőnek!

Mielőtt nem voltál, én már rég építgettem lelkem várának szobáit.
 Mint afféle bolond ócskás, ki elvisz mindent, mi másnak nyűg és felesleg...
 Bánatot, fájdalmat, szenvedést, gyűlöletet, s gyermekkorom könnyeit.

Váram sötét volt s hideg, nem kellett senkinek.

Egyszer csak megleltelek.

Szemétdombon szelektáltam s véletlenül megláttam szemed!

Megijedtem!

Azt gondoltam tündérmesék kobold-játéka az, mit szemedben látok!

S nevetség tárgyának jelöltek engemet, hogy bízzak abban, mit lelked ablaka kínál.

S mikor már hiszek neked s magam pőrére vetkeztettem...

Már csak a kín áll jelül éltém további útjának irányként.

Hátam mutattam neked s hazugság mögé rejtettem lelkemet.

De te mint jó házi manó átláttál rajtam!

S megjelentél váram kapujában.

Seprűvel s lapáttal: mint jó kertész a kapával, gyomtalanítsd lelke-
met.

Nem rúgod be ajtóimat... TE nem!

Szemem tükör falán át érkezel.

S illemtudón kopogtatsz.

S ha énem valamely szobája előtted kitárul...

Te neki látsz és összeszedsz mindent, mi szemét s dohos!

Farzsebedbe rejtéd az ott talált bánatot. S kitárod a szobaablakot!

Aztán elmosolyodsz s egy mély

sóhajommal távozol...

Én tudom, ez így lesz, míg nem egy hajnalon gyermekkorom
könnyei is farzsebedben lesznek!

És a fények beerednek lelkem szobáinak összes ablakán!

S te szépen összeraksz mindabból mi megmaradt!

S így leszel te és én önmagad....

A nemlényeges nembajok

Nemlényeg: a világot (d)
Isten teremtette!
Az ózon lyukat magunk csináltuk!
Győzelmet kiáltunk?!

Nem baj: tönkre tettünk
mindent
Részegen indítod a "dzsiped"
Nem lényeg: volt-e ribanc
"megrántani"
Nem baj: ha a roncsok közül
egy tűzoltó
"rángat ki"

Nem lényeg: valahol egy gyerek
éhezik
Nem baj: neked csak a "Brad Pitt" féleség
létezik.

Nem lényeg: meghalt egy majdnem
született lélek
Nem baj: csak tudd mi lesz a Született
feleségek
következő része
Nem lényeg: eljön a világ
vége.

Nem bibliai
Nem baj: hisz nem te vagy az a
"szaki"
Aki mindent megfabrikál
Na itt pattan el a gitár
húrja

Nem lényeg: valaki a húgodat, lányod vagy anyád,
dugja

Nem baj: ha éjjel sír a félelem

S üvölt a magányos fájdalom

Nem baj :) napkeltekor véres nyomot hagy

háton s mellkason

Nem lényeg: honnan, mikor s miből

kihagytál

Nem baj: szíveimből egy darabot

kiragadtál.

Nem lényeg: úgy szól, a dobhártyád

hasogat

Nem baj: valahol egy nagymama csendben

varrogat

Nem lényeg: vesztünkbe rohanunk

Nem baj: a sírban jön s gonoszul:

megrohadunk

Nem lényeg: mikor melyik háborúban

pusztulnak lelkek s testek!

Nem baj: a fontos .hogy másnaposságod

valahogy kiheverjed.

Nem lényeg: nyakunkon a válság

Nem baj : minden tekintetben amit látsz:

álság

Nem lényeg: homo(k)fóbiád nem engedi

várunknak együtt essünk

neki

Nem baj: a parton egyedül is

megépítem

csak kicsit fájdul bele
szívem

Nem lényeg: szárazon messze a
kedves
közelemben lehetne
nedves
vízparton mindig
aranyos
csak ne legyen habos s
zavaros.

Nem lényeg ha letéped az eget mi
sárga csillagos
Nem baj: én lábam épp horogkereszten
tapos

Nem lényeg hányszor mondasz
nemet
egy kisgyerek
kéreseinek.

Nem baj: Ha úgy érzed szar
az egész
menekülnél
de hova?

Nem baj: ha nem tudod
csak ne légy tétova.
Ne légy lusta se ostoba!

Fogd meg valaki kezét!
Hallgass meg egy jó zenét!
Ismerd meg a világot!
Csendben nézz meg egy virágot!

Tudod: Az ősz ezerszínű szürkeségében.
Mindig csak egy levél mesél nékem!
S ez az egyetlen az én bölcsességem!
s itt az alkalom:
Csak nyúlj le, lábad előtt halott
levélhalom!

6. ESET: A GYÁSZOLÓ ANYA ESETE

Az ok, amiért a Psychére mentem, a kislányom elvesztése volt. Akkor én megjártam egy pszichológust. Akihez jártam úgy 8-10 alkalmat, olyan 10 alkalmat, de igazából nem éreztem azt, hogy ez sokat segített volna. A keresőbe írtam be, hogy lelkisegély, hogy valakivel lehetne egy kicsit beszélgetni úgy egyáltalán, s így keveredtem hozzátok. Ez egy kis menedék volt nekem, az, hogy úgy ki tudtam szakadni, s főleg, hogy beszélni tudtam valakivel. Nem érdekes, hogy arc nélkül, nálam az nem számított, hogy most valaki lát vagy nem lát, hanem, hogy beszélhettem. Arra volt jó, hogy kibeszéljem, meg utána is azért volt jó végül is, mert nem feltétlenül az kellett, hogy az akkori problémámról beszéljünk, hanem hogy egyáltalán beszélgessünk valamiről. De mindenféleképpen jó volt, meg ami nekem a szívem csücske volt, az a fórum, mert a pszichológustól akkor én úgy jöttem el, hogy ő azt mondta, hogy ha nekem úgy jobb, akkor írjam le azt, amit gondolok, amit érzek, és hát nekem a fórum volt az, ahová szerettem írni, meg hát rengeteget írtam, meg igazából akkor kezdtem el verseket is írni. Segített feldolgozni a történeteket, biztos vagyok benne, hogy segített. Én esténként akkoriban alig vártam, hogy fent lehessenek, ha mondjuk te nem voltál Zsu, hiányoztál, ha későn mentem már nem voltál, de a csapat is jó volt, ez volt így nekem a kerek egész. Utána többen is lettünk, meg sokan jöttek.

Amikor a gyaloglóra került a Psyche, én akkoriban pont nem voltam egy darabig, mert nem volt netünk, és amikor visszakeveredtem, akkoriban írkáltam azokat az üzeneteket, hogy úgy érzem magam, mint egy kis számkivetett. Akkoriban pont két táborra oszlott a Psyche: maradt a helyi cset, a saját cset meg volt a gyalogló. Akkor volt az a kis huzavona, hogy kétfelé oszlottunk, én akkor kívülállónak éreztem magam, mert én nem akartam pártoskodni, és akkor én így demonstráltam azt a helyzetet, hogy én oda is mentem, meg ide is jöttem; ott is beszélgettem és itt is beszélgettem. Valahol mind a kettő jó volt számomra, de a gyalogló akkor nekem kicsit színvonalasabb volt, mert a saját cseten akkoriban kicsit jobban ment az áskálódás, én akkor úgy éreztem, hogy zömében jobban volt téma ez a szétszakadás dolog. De jó volt a gyalogló is szerin-

tem. Akkoriban volt, hogy hosszabb-rövidebb ideig nem volt nálunk net, emellett voltak elmaradásaim, amit pótolni is kellett, így nem mindig voltam olyan helyzetben, hogy amikor anyukámnál is laktunk, hogy csak úgy le tudjak ülni egy kicsit csetelni. Az a probléma, amivel feljöttem... az sosem oldódik meg... vagyis hát nem azt mondom, hogy nem oldódik meg, mert ez nem egy olyan dolog, ezt nem lehet megoldani, mint egy anyagi helyzetet, vagy élethelyzeteket, hanem ez... ez van... de jobb, nyilván jobb, már akkor is jobb volt.

Arról, hogy mi történik a Psyche közösséggel, arról nagyjából mindig van fogalmam, mert kapok e-maileket is, meg ritkán amikor fel-fel keveredek, akkor mindig tájékozódok. Tudom, hogy csináljátok ezeket a táborokat, oda azért minden évben olyan szívesen jöttem volna, de az anyagi helyzetem, Borsodból feljönni ugye, hát az mindig megfogott. Meg egyszer-egyszer úgy szerettem volna feljönni egy összezörrenésre, de szintén nem sikerült. Nagyjából azért követem az eseményeket. Két éve indult ez az örömréning, meg akik szeretnének segítők lenni, őket képeztétek. Szerintem jó ez nagyon, meg fejlődik, és ez egy olyan közösség, ami ennyi éven keresztül fenn van tartva, ez jelent valamit. Nekem az furcsa, hogy mivel én szakaszosan voltam, ezért ugye nagyon sokakat nem ismerek. Vannak olyanok, akik ugye már nincsenek velünk, őket sem ismerem személyesen, de nagyon hozzá tartoztak a közösséghez nekem.

Nekem például János – így ismeretlenül is – nagy törés volt, hogy nincs már velünk. Két-három e-mail váltáson kívül, meg maximum kétszer, ha beszélgettünk, de ő nekem valahogy olyan... Nem tudom, milyen volt a csetnek, számomra, szóval mikor feljöttem a csetre – ugyanúgy mint te, ti így ketten –, nem tudom megmagyarázni... nekem ő volt a biztonság. Nekem ugye apám egész kicsi koromba lépett le, illetve elváltak és nem volt kapcsolat, anyámmal meg nem jó a kapcsolat. Én nem mondom azt, hogy nem vagyok lelkileg sérült, mert ez egy biztos. Tehát nekem a Vicus halála az csak még rátett egy lapáttal. Nem volt nekem egy olyan gyerekkor, egy szeretetteljes, babusgatós, és az biztos, hogy igaz, hogyha az ember be tud egy ilyen közösségbe kapcsolódni, ahol nem az számít, hogy te ki vagy, miből élsz, hanem tényleg mint ember az emberrel beszélgettek, és ez nagyon jó volt szerintem. Szeretettel, jól fogadtak. Ez

mindig is igaz volt erre a közösségre, erre a közösségre jellemző volt. Akit nem ismerek itt, őket nicknévről sem ismerem, mert vagy újak, vagy más nicknevűk van. Igaz, folyamatosan én sem vagyok. Én szerettem a folyamatosságot is benne, egy idő után én is szerettem azt, hogy beszélgethettem bárkivel, olyan jó volt, hogy meghallgathattam az ő problémáját és egy idő után az enyém már el is törpült ahhoz képest, akivel épp beszélgettem, hogy neki milyen problémája van. Jól esett beszélgetni, mondjuk vigasztalni, vagy... hát tanácsot adni az mondjuk nem a mi dolgunk igazából. Jó lett volna, ha fennmarad a folyamatosság, én szerettem volna különben. Most már van internet, de most kevesebb az idő, (meg tesz-veszelek, meg vaterázok, babaruhákat, fillérekkért öltöztetem a gyerekeket, utána meg úgy kicsit vérszemet kaptam, hogy miért ne adjam el, ha párezer forint így bejön).

Én úgy látom, hogy ez a cset magát formálja, mesterségesen nem lehet formálni. Én így láttam eddig is. A mai, mostani helyzetét a csetnek azért olyan mélyen azért nem ismerem.

A kislányom elvesztése után a feldolgozás elég nehezen ment. Nekem könnyebben, a volt férjemnek nem igazán, aztán végül elváltunk. Most három éve lesz a nyáron, hogy külön költöztünk és elváltunk. Jövünk-megyünk albérletből albérletbe a fiammal. Volt egy kapcsolatam a kislányom apjával, pár hónapos kapcsolat. Terhes lettem, őneki nem kellett a baba, aztán válasz elé állított, hogy vagy ő vagy a gyerek. Nem volt nehéz dönteni, úgyhogy egyértelműsítettem a dolgot, ő meg ebbe belenyugodott. Nem is keresett minket, azt sem tudja, hogy a baba megszületett. Borsod megyéből felköltöztünk ide. Itt Pesten dolgozni szeretnék, most nagyon intenzíven rajta vagyok, hogy munkát találjak, de nem könnyű. Azt hittem, hogy könnyebb. Most megint önéletrajzot adok be gondozásra, csak ugye itt a másik kérdés, a kicsi, hogy milyen munkabeosztásban tudok munkát szerezni, hogy Lacó el van vele, mert tényleg azzal nincsen baj, csak utána majd neki is az egyetemhez kell igazodni. Idősgondozást tanultam egy évig Miskolcon, ez tetszik nekem, én két-három évig hajtottam erre, hogy meglegyen ez a végzettség. Örülök, hogy itt vagyok, főképp, hogy most már közelebb. Annyiszor búslakodtam ott-hon, amikor írtatok, hogy ilyen összejövetel, meg olyan összejövetel, meg a tábor, és szomorkodtam, hogy nem tudok részt venni rajta.

Zelena egy régebbi fórumbeírásában így vall édesapjáról:

Nem érzek szeretetet vagy gyűgyöletet iránta, egyáltalán semmit.

Mindig is apás gyereknek éreztem magam, mivel anyuhoz egyáltalán nem kerülhettem közel, még kisgyerekként sem. Hogy miért, akkor még ezt nem értettem, később már saját bőrömöm éreztem milyen, az amikor egy anya a gyerekei között szelektál. Nos, erről ennyit.

Szóval a szüleim öt éves koromban költöztek külön, volt egy bátyám akkor már, és egy születőfélben lévő húgom.

Nagyon rosszul érintett, mert igaz apámtól (annak ellenére hogy, állítólag jó kislány voltam) nagyon sokszor kikaptam. Mégis hiányzott nagyon. A hugi születése után egy ideig újra együtt éltek, de ez sem tartott sokáig.

Újabb törés, sírás, makacskodás.

A miérteket később megértettem.

Apám annak ellenére, hogy iskolázott, jól öltözött, fess férfi volt, dolgozni nem szeretett, és elég rendszeren ivott.

Anyám az első gyerek hat hónapos korától újra dolgozott, hogy meg tudjunk élni, apám az utolsó, párna alá rejtett kenyérrevalót is elvitte.

Később sem tudtam ezért meggyűlölni, anya hiába szerette volna, mert én akkor ezt nem éreztem öt évesen. Én csak azt tudtam, nekem volt egy apám, aki akkor már nem volt.

Külön éltek, és nem részletezem, de arra emlékszem, hogy nagyon sokat sírtam utána, és mindig vártam, vártam, de nem jött.

Már iskolás voltam, amikor a vihar elült, és az apai nagyapám nyaralni hívott. A nagyim is élt még persze, de ő csak a bátyámat szerette. (Amíg ott voltam, mindig meggyet kellett magoznom.) Alig tudtam játszani. Apám ott élt, és határtalan volt a boldogságom, ha néha előkerült. Amikor már nagyon ráakadtam, néha elvitt magával sétálunk alapon a kocsnába. Egy idő után már törzshelyem volt a sarokban egy háromlábú széken, egy szikkadt pogácsával és valami üdítővel. De soha nem panaszkodtam senkinek, mert örültem, hogy apámmal lehettem. És ezek voltak gyerekkori egyetlen élményeim vele, és néhány közös fotózás.

Aztán már nem jártam nyaralni, csak megnéztem a nagyiékat. Ha ott volt apám, köszöntem, ha nem volt, akkor sem hiányzott már, mert ahogy telt az idő, úgy beletörődtem, hogy neki sokkal fontosabb az ital, mint a gyerekei. Soha egy névnap, karácsony vagy egy képeslap. Soha semmit nem

kaptam tőle...

Az esküvőmre meghívtam, hármunk közül egyedülként.

Egy szál virággal jött, és valami házat ajándékozott (szóban, hogy mindenki hallja) nekünk, amit persze sosem láttam.

Amikor megérkezett józan volt, és örültem. Később nagyon szégyelltem...

Azután már csak háromszor találkoztunk, a nagyszülők temetésén, és amikor a lányom megszületett. A fiamat sosem láttam... már tizennégy éves.

Amikor a lányom beteg lett, és annyira magunk voltunk a bajban, sokszor jutott eszembe milyen jó lett volna, ha ő lett volna nekünk, csak úgy.

Vagy csak egyszer megkérdezte volna: mi van veled lányom? Nem kellett volna, hogy segítsen. Csak legalább egy apa állt volna mögöttem a bajban...

De nem.

Én is tudtam, tudok róla mindent, ő is rólam, de soha nem keressük egymást. Végleg elszakadt még az a vékony, nagyon gyenge szál is.

Roskatag, csontos, reszketőkezű emberré itta magát.

A halált várja, de az nem kegyes hozzá...

És én sem...

Az alábbi fórumrészletben a kislányáról és a gyászáról ír:

Eltelt egy év!

Mindenki azt mondta: majd, ahogy telik az idő könnyebb lesz.

Tényleg! Mi az az idő?

A dolgok, amik bennem ragadtak...

Azt hittem egyszer el tudom mondani valakinek, talán megkönnyebbülök, talán nem.

Nos, elmondani ezidáig nem sikerült, már nem is tartom fontosnak, jól elélek vele is. De ha mégis megpróbálnám?

Csak úgy...

Ezer kérdéssel tudnám kezdeni:

– Mért szültem gyereket, ha betegnek kellett lennie?

– Miért nem élhetett úgy, mint a többiek?

–A kezében miért tűk voltak, és nem játékok, mért kellett, hogy mindig

kihulljon a haja? Csak a rengeteg fájdalmat kellett eltűrnie. Nekem pedig végig kellett néznem, miközben azt hittem beleőrülök!

– Miért szeretett annyira, hogy most nem tudom elviselni a hiányát?

– Miért volt Ő egy csodálatos gyerek, aki annyira szeretett élni, és erőn felül harcolni az életért, miközben engem biztatott, ne féljek, úgyis meggyógyul?

– Miért nem sikerült neki?

– Miért mondják nekem azt mindig: nagyon sajnállak?

– És miért engem?

– Miért éppen a szülinapi bulija hajnalán kellett elmennie?

– Miért nem tudott még egy picit maradni??

– Még este megfürdtem, már napok óta fájdalmi voltak... de olyan csendesesen tűrte. Mindig olyan hősiesen viselt el mindent, csak biztattam, dicsértem milyen ügyes. Pedig nagyon nehéz volt... egy felnőtt ezt nem csinálta volna végig... ennyi éven át.

A haját is megmostam... – szerette ha én mosom a haját – aztán elkezdődött a rémálom...

Hosszú, hosszú órákon át... és én... én nem tudtam mit csináljak...

Aztán a végefelé... átkarolta a nyakam, belekapaszkodott a hajamba, és azt mondta: anya szeretlek, mi történik velem? Kérlek segíts...

És én nem tudtam mit mondani... nem tudtam segíteni... nem tudtam.

Csak átöleltem, és kértem maradjon még, csak kicsit még...

Ő már nem tudott szólni, csak szorított, és sírtam... potyogtak a könnyeim az arcára, és csak mondogattam neki: nagyon szertlek...

Lazult a szorítás... kis szemét bezárta... és én csak mondtam... maradj még, szeretlek...

Ahányszor mondtam, mindig dobbant még egyet a szíve... aztán az orvos elhúzott... azt mondta: engedjem el... azt hittem, megszakad a szívem, akkor kiszakadt egy darab belőlem, elvitte magával...

Akkor már csak álltam, és néztem, gyönyörű volt... a legszebb a világon, piros volt a szája, picit mosolyt véltem felfedezni rajta... Beletúrtam a hajába... és utoljára megpuszítottam, megsímogattam kis arcát... és nem

tudom, de akkor arra gondoltam, most először nélküle megyek haza... de nem akartam hazamenni, vele akartam maradni, mindig vele voltam, mindig... mindig. Éveken keresztül, annyira összetertoztunk, a lányom volt, a barátnőm, a cinkostársam, a mindenem.

Mindig azt mondtam neki: az életemnél is jobban szeretem!
 Én élek, Ő bátor volt meghalni...

Este összejött az egész család... voltunk vagy negyvenen.
 Körbeültük a tortát, meggyújtottuk a tizenkét gyertyát, aztán megettük...
 biztos Ő is így szerette volna...
 Soha többé nem eszek oroszkrém tortát...

Nos, az idő mindent megold... talán elhiszem, talán nem.
 Még mindig olyan, mintha tegnap történt volna... ezzel fekszem, ezzel
 ébredek...
 Soha senkit nem szerettem így... soha.
 Nagyon szeretem!

Most, hogy közeledik a karácsony, bizonyos emlékeim újra felerősödtek.
 Szép emlékek: készülődés az ünnepekre, a gyerekszoba napokig tabu
 volt számunkra, titokban készültek az ajándékok :))
 Micsoda remekművek kerültek aztán a fa alá!
 Majd a mézeskalácsok, egyik sutább volt mint a másik, mégis milyen jól
 mutatattak a fán. Már évek óta együtt díszítettünk, mi négyen.
 Vagy négy-öt évvel ezelőtt, éppen szentestén tört el a csúcspdíszünk. Ott
 álltunk, és azon gondolkodtunk, vajon most mi legyen. A lányom, rövid
 gondolkodás után hozott egy nagy csokimikulást, aminek kifűrtük az
 alját, az került a fa tetejére. Mondhatom, nagyszerű ötlet volt. Azóta min-
 den évben télapó ült a fa tetején. Kivéve tavaly, akkor már három hó-
 napja csak hárman voltunk.
 Egy este leültünk és kértem, mindenki mondja el mit gondol a közelgő
 karácsonyról. A fiam azt mondta, nem akar még karácsonyfát sem látni. A
 férjem azt mondta, nem szeretne itthon lenni, és azon gondolkodni,
 miért van így, ahogy van.
 Én pedig egyetértettem velük. A hegyekben töltöttünk néhány napot,
 nem volt örült rohanás, sütés-főzés, csilingelés, fénykavalkád, csillag-
 szóró. Elvultunk csendesen. Persze a valóságon ez sem változtatott, de
 talán jobb volt így.
 Reggelente egyedül mentem sétálni, és elgondolkodtam, vajon hogy
 lehet mindezt egyáltalán elfogadni, elviselni. Ma már több mint egy év

távlatából talán annyit tudnék elmondani, lehet hogy könnyebb, de jobb azt hiszem soha sem lesz.

Azt még nem tudom a mostani karácsony hogy lesz, eddig még nem beszéltünk róla.

Pedig már csak néhány nap. Talán újra le kellene ülnünk...

Íme pár vers Zelenától:

Kereslek

Sietnék, de már vége van tudom,
Léptem nem hallatszik a folyosón.
Már nem vagyok ott,
Már te sem vagy ott.
Itthon sem vagy,
Már sehol vagy?

Kereslek gomolygó végtelenben,
Keresem önzetlen szereteted,
Már nem találom,
S te nem adhatod.
Semmit sem adhatsz,
Már csak emlék vagy.

De mégis hű társam minden emlék,
Napjaim minden percében kísér.
Ezért élek, és csak emlékezem,
Írántam érzett szeretetedre.
Ölemben ülve
Átfogtad nyakam,
S meséltél a házról
Ahol élsz majd.

Kikutyádról, tengernyi álmodról,
Rózsáidról, a szép családotról.
Mindig elmondtad
Milyen jó velem,
S ha megöregszem
Akkor is szeretsz.

Ma is elmondom mint már ezerszer:
Életemnél is jobban szeretlek!
Most már nem kereslek,
Mert itt élsz bennem,
S minden , mit te már
Nem adhatsz nekem.
Ami te voltál, az most én vagyok:
Síró arcocskád, hangod, mosolyod...

S az örökkévalóság ölében
Ülsz, és mesélsz a végtelenségben.
Szívembe mart egy
Szép gyermek álom,
Most már csak sírok,
Még mindig sírok...

Gyere velem...

Szárnyaló lepkéje voltál a tavasznak,
A nap mosolyát hordoztad magadban.
Szép szemed, mint a kék tenger mélye,
Ó milyen csodások ezek az emlékek.

A felhőre rajzolom lelked sóhaját,
Szemed rezdülését, kicsi szád mosolyát.
Közelről érzek, mégis oly távolról,
Tudom, most könnyemből sírnak a csillagok.

Az emlékezés mélyen elkábítja lelkem
Fáradt vagyok, kicsit lehunyom a szemem.
Mélyen ülő csend van, nem zavar most semmi
Úgy érzem, azonnal el tudnék aludni...

Mégis, lelkem mintha kilépne belőlem,
S repülne fölfelé, a nagy messzeségbe.
Amikor ott vagyok, nem is tudom merre,
Mintha téged látnálak, egészen közelben.

Nézlek, s bánat helyett, boldogságot érzek,
Lassan, óvatosan megérintlek téged.
Fogd meg a kezemet, ne engedj el kérlek,
Úgy, hogy szinte fájjon, érezzem a léted.

Gyere velem drága, szárnyaljunk most ketten,
Induljunk el együtt a nagy messzeségbe.
Innen fentről látod, minden milyen szép lett?
Mosolyogsz, és nézed a lenti mélységet.

Gyere velem kicsim, nézd a madarakat,
Cinke az etetőben, az eperfa alatt.
A szélcsengő halkán csilingel egy picit,
Mintha azt kérdezné: vajon kik járnak itt?

Gyere velem szívem, nézd a patakpartot
Levágták a nádat, s éppen szántanak most.
Halkan csobog a víz, fürkészve hallgatod,
Szemembe nézel, és kedvesen mosolyogsz.

Gyere velem édes, maradj itt örökre,
Nem menj vissza kérlek, a nagy messzeségbe!
Ha mégis menned kell, veled tartok én is,
Bolyongunk majd ketten, ahogy tettük eddig..

Hirtelen zajt hallok, kinyitom a szemem,
 Körülöttem nincs más, csak csendes döbbenet.
 Nem, nem! Ez nem lehet! Tehát csak álmodtam?
 Fáradó lelkemmel, messze kalandoztam.

Mély bánatot, aztán boldogságot érzek,
 Egy kicsit itt voltál, csak velem és nekem.
 Gyere kincsem gyakran, szárnyra kelünk újra,
 Boldog szeretetet viszünk majd az útra...

...

Nem tudom, meg lehet-e határozni ki a jó szülő, és ki nem az. Én személy szerint készültem az anyaságra, persze nem úgy, hogy elméleteket gyártottam, mit, hogyan fogok csinálni.

Egyszerűen csak gyerekeket szerettem volna, de azt nagyon :)
 Lett is egy lányom, és egy fiam. Egész kicsi korukban is sokat foglalkoztam velük, nagyon sokat játszottunk, rajzoltunk és szinte mindent, amit lehetett két kicsi gyerekkel együtt, azt mind megpróbáltuk. Sárkányt eregettünk, bunkert építettünk a kert végében, és sorolhatnám még bármeddig... Nagyon szerettem az ölembe venni őket, pusztítani és egyáltalán a testi kontaktus nagyon fontos volt nekem is, és igényelték ők is.

Szóval lehet, hogy jó anya voltam, de az is lehet hogy nem teljesen. Van olyan, időszak amit nem tudok, és nem is akarok meghatározni, mert nem a természetes módon és körülmények között zajlott az életünk. Most azt mondhatom el, hogy a fiam jó tanuló, illedelmes és intelligens gyerek. És azt, hogy szeret, és én is szeretem őt. Mindent meg tudunk beszélni, meg tudok felelni az ő életstílusának is, ha a körülmény úgy kívánja. Kedvelnek a barátai is.

Mondhatnám, hogy másképp csináltam mint a szüleim, vagy csak anyám, de nem mondom. Csak azért mert én így éreztem jónak, így szerettem :)

Naplómból. 2005, október 3.

Ősz van, visszavonhatatlanul, hullanak a falevelek. Szeretem ezt az évszakot, minden szépségével. Szeretem a száraz levelek illatát, zaját, ahogy

rálépek; az esti, már kicsit hűvösebb, néha élesebb levegőt. Szeretem ebben az évszakban, ahogy hűvösödik, úgy figyelmeztet a tél közeledtére. Jó ilyenkor estefelé sétálni.

Gyermekkorom egyik legszomorúbb, mégis legszebb ószére emlékszem a legszívesebben.

Ötéves voltam, a szüleim úgy érezték az újabb próbálkozás után, mégsem tudnak együtt élni tovább. A nagymamám tanyán lakott egy gyönyörű helyen, és mi hárman anyuval odaköltöztünk. Nagyon szomorú voltam, sokat sírtam mert hiányzott apu. Amikor magamba zuhantan, mindig el tudtam vonulni valahová. Talán igazából ekkor fedeztem fel, milyen szép is az ősz. A kert végén egy domb volt, mögötte a bányató. A ház körül is hatalmas terület volt, rengeteg fával, legjobban a diófákat szerettem. Már pergette leveleit. Később, amikor már jó sok volt a fa alatt a földön, szerettem hemperegni benne. Aztán a hátamra feküdtem, és két kézzel dobáltam a leveleket. Néha kiültem a domb tetejére, és onnan néztem a naplementét.

Többször kértem a körülöttem élő felnőtteket, nézzék meg velem, sosem érdekelt senkit.

Akkor nem értettem, hogy egy ilyen csodálatos szépséget, hogy lehet elmulasztani.

Ma már tudom, hogy nagyon sokan elmennek az egyszerű mégis gyönyörű dolgok mellett. Tőlem az ősz „vitte el” az apámat, a gyermekemet és nem olyan túl régen a szerelmet. Nem haragszom rá, mert talán így volt megírva, és éppen lehetett volna tél, vagy akár tavasz vagy nyár is. Mindig sajnálom, amikor a gólyák útra kelnek, és amikor a fecskék gyülekeznek, akkor már tudom lassan vége a nyárnak. Ahogy beköszönt az ősz, mégis megérint a pasztell színeivel. Előkerülnek a melegebb ruhák, kicsit didergek, amíg meg nem szokom, hogy a nap már nem melegít olyan erősen. Rendet rakok az udvaron, összeszedem az avart, a száraz fűvet, felsöpöröm a lehullott késői rózsaszirmokat, előkészítve a tájat a télnek, hogy majd gyönyörű hófehér leplelvel takarja be az elmúlt őszt...

....

Minden ősznek el kell vinnie valamit, valakit?

Zelana ma Pesten él a fiával és a kislányával, aki 2009 karácsonyán született. Nyáron velünk táboroztak Börzsönyben.

7. ESET: SACHA VYKOS

Sacha a könyv első részében – ahol alkohol ügyben fórumoztunk – 26, jelenleg 30 éves, önértékelési és párkapcsolati zavarokkal küzdő egyetemi tanársegéd.

Mivel önmagáról nem nagyon írt, ezért röviden annyit róla, hogy 2005-ben jött a Psychébe. Mindjárt rájött, hogy itt a helye, de miután összejött egy – akkor még középiskolás – fiúval, ezt jó pár esztendőre elfeledte, akkor tért csak vissza amikor ez a kapcsolat véget ért. Most épp kezdődik egy új kapcsolata, és az egész közösség drukkol neki, hogy sikerüljön. Nemsokára Finnországba utazik, és ott írja meg a disszertációját. Amúgy a régi fórumban (a könyvem első részében idézek belőle) az alkohol topikban megtalálható pár bejegyzése.

Íme az ő véleménye a Psychéről és a közösségről:

Valamikor a 90-es évek közepe felé kerültem kapcsolatba az internettel és a chattel. Akkor voltam 15-17 éves. A gimnázium utolsó éveiben olyan baráti társaságban voltam, ahol a fiúk informatikusnak készültek, akkori-ban már játszogattunk korai játékokkal, megpróbáltunk számítógépeket összerakni, s akkor adódott a lehetőség, hogy nézzük meg miről is szól az internet. Nekem akkoriban még nem volt grafikus felület a számítógépe-men, ment a linux, ment a többi unix, és hát ott a különböző hálós alkalmazások voltak, amelyek először megfogtak, és konzolon nagyon hamar megpróbáltunk kapcsolatba kerülni szomszéd iskolákkal. A Pécsi egyetemnek volt egy akkori rendszergazdája, akivel megismerkedtem. Volt a fekete képernyő, fölül ment egy sor, és konzolon futott a felső sor, alatta volt egy nagy fehér vonal, és alatta a másik ember, és olyan volt ez a talk funkció, hogy azt is láttad, hogy mit ír a másik, azt nem lehetett visszatörölni, az elrontott szavak minden ott volt, és egy nagyon klassz élő érzése volt az embernek, tehát nem csak azt láttad, hogy valamit ír a másik, hanem mindent. Később, úgy '99 körül ő vezetett be a gyaloglóra is, ekkor egy RPG²⁷ nevű szerepjátékos szobában voltam, ott ismerkedtem meg emberekkel, voltak szobatalálkozók, volt RPG foci, tábor,... tehát

27. Role Playing Game = szerepjáték.

egyetem, szerepjáték és valahogy így fejlődött az internettel való kapcsolat. Mostanra már nagyon megváltozott mind a közösség, mind a chat funkciója. Kezdetben informatikusok voltak főleg, vagy olyan egyetemisták voltak, akikhez közel állt a számítógép. Valamikor 2004 körül elkezdtek belépni azok az emberek, akiknél otthon megjelent az internet, és ahogy egyre több családban lett internet, úgy fokozatosan beléptek a szülők, beléptek az egyetemista korosztály alatti emberek, majd az általános iskolások valahol a sulinettel egyidőben és kicsivel utánuk az ő szüleik is. Ennek van jó és rossz oldala is. Rossz oldala az az, mintha belépett volna egy kontrollfunkció, ami biztos megvolt korábban is, csak nem tudatosan. Netikett akkor is működött, mielőtt írásba foglalták volna, chat-szabályzat azelőtt is volt, mielőtt azt leírták volna. Szerintem bizonyos normáknak jobb, ha lappangva működnek. Onnantól kezdve, hogy le van írva egy norma, megjelennek azok az emberek, akik megkeresve a kiskaput direkt megpróbálják kihasználni. Amíg nincs leírva, addig inkább próbál az ember alkalmazkodni, s abban a pillanatban, amit le van írva, az már a lázadás helye.

A Psychével akkor kerültem kapcsolatba, amikor az RPG szoba végleg megszűnt, mert mindenki szétszéledt a maga útjára – úgymond felnőtünk –, többen megházasodtak, volt aki külföldre ment tanulni, volt aki lediplomázott és nem volt otthon net stb. Akkor egy ideje keresgéltem a gyaloglón egy másik szobát és ott volt a Psyche. Meglepve láttam, hogy két régi RPG-s is ott van, az egyik Shadowmaster, a másik Zork. Valahogy látszott a szobán már a kezdetekben is, hogy a Psyche nem csak egy felület, ahol az emberek megismerkednek, hanem közösség is, azaz a chat mögött van több is. Akkoriban még két chat működött, de valahogy a másik chaten nem találtam úgy a helyemet. Ott csak egyszer-kétszer voltam benn. Kezdetben volt egy magányra vágyásom is, másrészt volt közösségre való igényem is, tehát semmiképpen sem éreztem úgy, hogy nekem olyan közösség kéne, ahol minden nap találkoznak az emberek. Inkább egy olyan közösségre volt szükségem, ami egyszerre szűk és tág is. A tág mivoltát a chat nagyon jól megragadja, míg a szűk mivoltát pedig az élő találkozások. Ez a kettősség teszi egységgé a közösséget. Ez pedig egy olyan közösség amelyik mind a kettőt ki tudja elégíteni. Vannak olyan emberek, akik csak a chatre tudnak vagy akarnak bejárni,

ez számukra elég, és van olyan aki a chaten nem tud vagy nem akar úgy megnyilvánulni, számára pedig a közösség élő zártága ami a psychét jelenti. Nem mindenkinek van szüksége az élő találkozásra, és van, aki meg csak az élő találkozásokat helyezi előtérbe.

2005 óta a Psyche sokkal koordináltabb lett. Sokkal inkább képes ellátni a szakértői, segítői funkcióját, azt sokkal jobban, profibban el tudja látni mint korábban. Talán azért, mert sokkal jobban kikristályosodtak azok a lehetőségek, amikre a chat alkalmas és amikre az élő találkozások alkalmasak. Akik most benn vannak a chaten segítők, és azok akik rendszeresen fórumoznak ők már sokkal jobban látják azokat a lehetőségeket és korlátokat amiket az online felület tartogat és amiket az élő találkozások. Régen ezeken voltak viták, és voltak vacillálások, hogy melyik és milyen segítői funkció mire alkalmas. Azáltal, hogy világosabban elválnak az élő és a netes színterek, ezáltal kialakult egy belső mag, akik úgymond életben tartják és folyamatosan táplálják a közösséget, és ők pont azért képesek ilyen élő magként funkcionálni, mert élőben sokszor találkoznak, s ez az ami talán régen nem volt ennyire kötött módon.

A chatet tekintve azt vettem észre, hogy vannak olyan Psychések akik bejárnak, s nagyon nehéz velük kiépíteni a Psychén kívüli kapcsolatokat. Van olyan ember, akinél több évbe kerül az, hogy oké, chatelünk a Psychén, de hogy utána fel merjen hívni mondjuk telefonon. Szerintem a videochat, a hangoschat ezeket az embereket talán közelebb tudja hozni, akiknek a bizonyos típusú szorongásaik ezáltal talán könnyebben megszűnnének. A szakemberekkel kapcsolatosan az a probléma, ha bevennénk egy pszichológust, akkor nagyon sokan nem jönnének be, akik amúgy bejönnek. Talán inkább jobb lenne specializáltabb szakemberekkel a chat, például addiktológussal. Az a probléma, hogy nagyon sok a fék, akik például bejönnek hamis problémákkal... Egy idő után felismerhetők, de addig is van romboló hatásuk. A marketinget illetően jó lenne például ifjúsági találkozókra megjeleníteni például egy Psyche sátorral, érdekes lenne elmenni középiskolákba is... S ha be tudnánk venni szakembereket, akkor a nem chates oldalt is konkrétan lehetne erősíteni. Lehetne például párterapeuta vagy más, hasonló szakember. Ha viszont a Psyche ilyen generikus vagy általános Psyche marad, akkor viszont így

tökéletesen működik, akkor nem kell változás hozzá. A tréningek, a nyár, a tábor nagyon jó. Igazából az a gond, hogy az embereknek sokszor nincs pénze. Ha például télen gondolnánk arra, hogy összeállunk és elmegyünk hétvégén mondjuk korcsolyázni, akkor ezt meg lehetne tenni, a pestieknek ez jó, mert össze tudnak jönni, de a vidékieknek, ha valaki például Zalaegerszegről vagy Pécsről vagy Szegedről jön, az már problémát okozhatna, mert ez súlyos pénzeket jelentene. Ezt úgy lehetne áthidalhatni, ha az alapítványba jönnének pénzek, és akkor ezt céloznánk meg, hogy erre adjuk a pénzt, hogy valaki ingyen táborozhasson, vagy például szakembert képezhetnénk. Például lehetne önkéntes képzést szervezni, lennének olyan tréningek amik nem nekünk szólnának, hanem külsősöknek. Például meg lehetne csinálni az első internetes önkéntes képzést, mert telefonos segítség már van. Ez igazából akkor derülne ki, hogy meg tudjuk-e csinálni, ha belefognánk. Kéne csinálni egy próba önkéntes képzést, hogy megy-e, külsősöknek is ingyen, s ha megy, akkor be lehetne indítani azt pénzes alapon.

A közösség változott az évek folyamán. Kezdetben, amikor nem kristályosodott ki a Psyche élő funkciója, addig nagyon sok olyan tag volt, akik lazábban kapcsolódtak a Psychéhez és a chatszobához, mára azonban már kialakult egy olyan mag, akiknek szükségük van egymásra, vagy szükségük lehet egymásra az élő találkozások alkalmával is. Ezt a szobát az ellentétek teszik jó közösségé. Az, hogy a tagok veszik a fáradtságot, hogy ezeket az ellentéteket ne figyelmen kívül hagyják és lelépjenek, hanem hogy próbálnak közösen dolgozni rajta, azaz úgymond a hagyományos értelemben értéket képviselnek a kapcsolatok akkor is, ha negatív kapcsolatok. Ugyanez pedig mintaként szolgálhat az életre, bár sokan nem veszik észre, hogy ez így lehet.

A chatben az a jó, hogy valahol az írásosság és a szóbeliség között van. Ezáltal bizonyos mértékig kontrollált, s sokkal kontrolláltabb mint a szóbeliség, ezáltal sokkal alkalmasabb gondolatok kifejtésére, arra a fajta kommunikációra, ami nem a kapcsolatfenntartás kedvéért van, hanem az információátadás kedvéért. Tehát ahol gondolatokat lehet közvetíteni és befogadni, de mégis oldottabb az írásbeliségnél, mert a reakciók közvetlenül jönnek. A chat hátránya viszont az, hogy néha lassú, s ha épp vá-

gyom ember konkrét, élő társaságára, akkor pontosan tudom, hogy vannak olyan emberi kapcsolatok, amelyek mézesmadzag szerűek... s tudom, hogy vannak emberek valahol az éterben, akiknek az élő társaságára nagyon vágyom, de mégis tudom, hogy soha nem fogok velük élőben találkozni, tehát ebből a szempontból a net, a chates kapcsolattartás illuzórikus, de itt a Psychén, a Psyche által nagyon sok esetben meg lehet akadályozni, hogy ne legyen az. Ha több az élő kapcsolatom, akkor ritkábban járok chatre, ha kevesebb az élő kapcsolatom, akkor ritkábban járok chatre. Érdekes számomra, hogy abból az RPG szobából még ennyi év után is megjelennek emberek a Psychén, még így, sok év után is, s a Psycheéssel tartja a kapcsolatot még msn-en is.

A tematikus esték szerintem nagyon fontosak, néha jók, néha kaotikusak. Elég nehéz megragadni, belőni azt a témát, amit jól meg lehet fogni abban a néhány órában, amíg nem lankad az emberek figyelme, s melynek végén lehet úgy következtetéseket levonni, hogy tartalmasnak és hasznosnak tudjuk nyilvánítani az estét. Tehát ha beszélünk generikusan a barátságról, a szeretetről, annak egy tematikus estén nem sok foganatja lesz, viszont ha túl szűkre szabjuk a témát, akkor pedig csak egy nagyon apró réteget tudunk vele megfogni hatásosan. A szóbeliség szempontjából tabunak számító témákat be lehet vinni a chatre, mint pl. a szexualitással kapcsolatos problémákat. Ez amúgy egy nagyon nehéz dolog, mert ha például a szexről van szó a Psychében, akkor vagy valami hatalmas poénkodás kerekedik ki az egészsből, s ha valaki egy tényleg komoly problémával érkezik, akkor meg is marad neki a problémája és még csak iránymutatót sem kap; vagy ha az emberek megpróbálnak „komolyan” beszélni róla, akkor jön a hőbörgés, hogy ez túl komoly, túl felnőtt stb., tehát itt is nehéz belőni a közéletet. Jó lenne, ha ezek a tematikus esték megmaradnának, de komolyan át kéne gondolni magát a tematikát. Így például azt, hogy el kéne dönteni, hogy a tematikus est vezetőjének – ha egyáltalán választunk tematikus est vezetőt – mi lenne a szerepe, hogy moderátor vagy előadó stb. Vannak témák, ahol egy argumentáció képezi egy tematikus estnek az alapját. Például amikor internetes kultúráról és annak érvényességéről tartottunk tematikus estet, akkor azért volt jó az a fajta tematikus est felépítés, hogy volt egy rövid bemutatás, arról, hogy miről is szól az internetes kultúra, miért jelenthet problémát a mai

ember számára, mert ezzel lehetett szűkíteni a beszélgetés irányvonalát.

Összességében három dolgot lehet megemlíteni a szoba jövőjével kapcsolatban. Az egyik, hogy a Psyche bővíthetné azt a hálózatát amelyen keresztül szakszerű segítséget tudna adni. Például lehetne folytatni és kibővíteni a tréningeket amelyek nekünk szólnak és lehetne mondjuk szakszerű tréningekkel először ingyen, és ha beválnak, akkor pénzért tréningeket tartani. Fontos lenne az önkéntes képzés is. El lehetne menni fesztiválokra és csinálni Psyche sátrat, ahol nem a chatet, hanem magát a közösséget lehetne népszerűsíteni.

Most egy tematikus beszélgetés következik, melyet ő tartott kiberkultúra témában:

<Sascha Vykos> arról szeretnék ma Veletek beszélgetni, amivel talán nap mint nap szembesülünk

<Sascha Vykos> adott az Internet, mint egy világméretű háló, tele érdekes emberi kapcsolatok lehetőségeivel, az önmegvalósítás korlátlannak tűnő felületével

<Sascha Vykos> s mindeközben sokszor, ha nem legtöbbször

<Shadowmaster> és egy bizonyos fejlesztő adottsággal is...

<Sascha Vykos> bizonytalansággal, és némi megkettőzött életérzéssel ülünk le a gép elé

<Sascha Vykos> mintha még mindig úgy gondolnánk

<Sascha Vykos> hogy a kinti valóság

<Sascha Vykos> és a benti Net

<Sascha Vykos> egymást kizáró helyzetben léteznének

<JadeBorg> Sascha nálam sokszor összemosódott régebben

<Sascha Vykos> a netes szerelmek miatt?

<JadeBorg> minden miatt

<JadeBorg> sokszor itt éltem

<JadeBorg> csak az itteniek voltak, és megszakítottam a kinti kapcsolataim

<AsHgard> de miért? mert amit a való életben nem tehetsz meg, azt a "virtuális" neten meg

<lopihe> amíg a neten nem lehet enni, nem is érdemes arról beszélni, hogy a kettő egy

<soranh> mások mondták nekem, hogy a számítógépezéstől befordulok
 <soranh> és elvesztem a kapcsolatot a realitással
 <soranh> de ezt erős túlzásnak tartom
 <Shadowmaster> szerintem a kiberkultúra ember nélkül nem kultúra...
 <AsHgard> minden arra akar ki lyukadni, hogy már nem net életed ne legyen
 <Shadowmaster> ettől lesz több meg másom, hogy ki hogyan viszonyul hozzá és építi be az életébe...
 <JadeBorg> soranh, te nem vesztet el a kapcsolatot, de sokan igen
 <soranh> nekem a cset többnyire egy kiegészítés, legszívesebben azokkal beszélek akiket élőben is látok/látni fogok
 <Sascha Vykos> én sokszor úgy érzem, olyan dolgokat tehetek meg a Neten, amelyre igazán vágyom, és amelyre nem vágyhatok a neten kívül
 <soranh> játékok?
 <Sascha Vykos> például ilyenek játékok
 <Sascha Vykos> a cset, ahol nem félek sok emberrel beszélgetni
 <Sascha Vykos> fiúkat megszólítani pl. :-D
 <soranh> nekem a net az ismerkedési platform mellett elsősorban információforrás
 <soranh> szeretek hírportálokat és kulturált fórumokat olvasni
 <Sascha Vykos> soranh, és honnan tudod, melyik infó megbízható?
 <soranh> ilyen értelemben tényleg más mint a valóság, mert ott nem talállok ennyi információt, ilyen könnyen
 <soranh> azt nehéz eldönteni, de ha fontos dologról van szó többszörsen utánanézek
 <Sascha Vykos> de így legalább nem fogdossa ólommal teletetovált halott fák húsát (=újság)
 <soranh> egy-egy internetes lap nem rosszabb a nyomtatott sajtónál, sőt
 <soranh> nem azt mondtam, hogy az internetes sajtó egészben jobb lenne mint a nyomtatott, de nekem elég
 <soranh> és egyes nyomtatott termékek egészben fent vannak
 <soranh> pl HVG
 <Sascha Vykos> amúgy sokszor elgondolkodom azon, hogy az, hogy nem olvasunk annyit újságot, néha megnézzük az idojaras.hu-t meg a mavstart.hu-t

<soranh> a doktorimat meg nem wikipediából fogom megírni
 <Zsu> engem az büvöl el hogy galériákban tudok mászkálni virtualice
 <soranh> de a szakdolgozatomat sem
 <Sascha Vykos> meg sokszor megbízhatók mégis a netes információk
 <Sascha Vykos> létezik egy ilyen terület, a neve digitális bölcsészet (digital humanities)
 <Sascha Vykos> és azzal foglalkozik, hogyan lehet a hagyományos kulturális örökséget megfelelő digitális formába önteni
 <soranh> de ilyen jogon miért gondolnánk, hogy a nyomtatott sajtó/könyvkiadás megbízható?
 <soranh> és hogy ami papíron van az hiteles
 <Sascha Vykos> pontosan soranh
 <Sascha Vykos> de az, hogy egyáltalán ilyen eszedbe jut, annak köszönhető
 <Sascha Vykos> hogy alapvetően meginogtak bennünk a valóság azonosításra vonatkozó elvek, eljárások
 <a0011> valóban a könyveket is felül kell bíráltni néha
 <Leányka> igen, de enni azért kell
 <soranh> egyetemi jegyzetekben például többször vannak tárgyi tévedések, amelyeket a tanár előadáson javít
 <soranh> így aki nem jár be, leírja a hülyeséget
 <soranh> persze ez nem szándékos, de sűrűn előfordul
 <soranh> Sascha, s mikor voltak helyesek ezen eljárásaink?
 <JadeBorg> hmm soranh, itt, még azt hiszik, hogy az újságban csak igazságok vannak, és az újságírók mindenre képesek
 <JadeBorg> sokszor szembesülök ezzel
 <Sascha Vykos> soranh, annyi bizonyos, hogy ezek az eljárások kortól és kultúrától erősen függenek
 <JadeBorg> viszik az újságot, és azt mondják, hogy miért nincsen ez vagy az, amikor megírtuk
 <Sascha Vykos> a felvilágosodás embere hisz a papírnak, a tudománynak
 <Leányka> a leírt szavak hatalma
 <Sascha Vykos> igen
 <Sascha Vykos> ahol nem a történet, nem a narratíva a lényeg
 <Sascha Vykos> hanem az igazsága
 <Sascha Vykos> hogy ítélkezhessünk fölötte

<soranh> és mégis úgy látjuk, hogy az interneten "leírt" szavak kisebb sú-
lyúak

<lopihe> mert mindenki írhat

<Sascha Vykos> egyrészről mert mindenki írhat, én is így gondolom

<Sascha Vykos> másrészről talán mert rengeteg apró netes afférba, szitu-
ációba kerülünk bele

<JadeBorg> milyen afférba gondolsz?

<Zsu> jah jónek a személyeskedések

<Sascha Vykos> japp

<JadeBorg> hogy bárki erősnek és nagynak érzi magát?

<JadeBorg> és beszél bárkinek?

<Sascha Vykos> mindig olyan apró darabját mutatjuk a személyiségünk-
nek

<JadeBorg> azon az alapon, hogy úgysem találkozunk?

<Sascha Vykos> amelyiket éppen a szituációba illőnek találunk

<soranh> ilyen értelemben mint kommunikációs közeg nem olyan jó,
mint a személyes találkozó

<soranh> nem közvetíti a metakommunikációt pl

<JadeBorg> soranh, a metakommunikációban is csatlakozhat az, aki nem
olvas benne

<Zsu> soranh, ha már személyesen találkoztatok, utána acseten sokkal
inkább megérted

<JadeBorg> félre lehet érteni jeleket, mert félre is akarjuk időnként

<lopihe> neten meg nincsenek jelek, ugyebár

<Sascha Vykos> nekem pl. zsuék tanították és tanítják a mai napig az élő
kapcsolatok fontosságát

<Sascha Vykos> vannak jelek

<Sascha Vykos> csak élni kell velük tudni

<Zsu> mondjuk az egészséges ember ritkábban érti félre

<JadeBorg> Zsu, ez tény

<soranh> Jade, ezzel tisztában vagyok, mégis az internetes kommuniká-
ció egy "keskenysávú" csatorna

<Zsu> de elég jó projekciós felület azoknak, akik amúgy is giakorta élnek
ezzel

<lopihe> sascha: akkor inkább úgy mondom: a neten nagyon jól lehet a
jelekkel játszani, a valóságban kicsit kevésbé

<Sascha Vykos> óóó, vannak tapasztalt rókák
 <Sascha Vykos> akik élőben is úgy játszanak a jelekkel
 <JadeBorg> amúgy Sascha) igazad van, neten 3 nap alatt szinte bárkit ráveszek arra, amire akarok
 <Zsu> a smileyk használata valóban lehet megtévesztő
 <JadeBorg> élőben nehezebben megy
 <lopihe> sascha: nos, ezt fejezte ki a mondatom utolsó két szava
 <soranh> ellenben pont az információ veszteséges jellege miatt azok, akik élőben nem mernek megnyílni, neten könnyebben beszélgetnek
 <Sascha Vykos> oké-oké lopihe :-]
 <Sascha Vykos> meg az is benne lehet
 <Sascha Vykos> hogy a net biztonságos
 <soranh> el lehet bújni, ki lehet lépni
 <soranh> míg egy munkahelyről sokkal nehezebb
 <JadeBorg> egy jó ideje nem játszom ezt)
 <Sascha Vykos> biztonságos, mert sokszor csak szimulálja azokat a helyzeteket, amelyekbe aztán talán később bátrabban merünk nekimenni
 <Zsu> jah azok az emberek akik ki akarják élni a napi feszítést, a neten simábban megtehetik
 <Sascha Vykos> nem nevetnek ki, ha női karakterrel játszol :-]
 <Zsu> a metron mégsem vághatnak orrba senkit vagy anyázhatnak
 <lopihe> Zsu: dehogynem, csak annak más következményei vannak
 <soranh> ja, erre szokta mondani pár pasi, inkább néz egy női segget és mellet a játék folyamán mint egy férfit DD
 <Sascha Vykos> hihi
 <Sascha Vykos> na és mindezek miatt mondom
 <Sascha Vykos> hogy a net kultúrája, a kiberkultúra személyes
 <Sascha Vykos> hozzám tartozik
 <Sascha Vykos> én döntöttem el, mit tekintek érvényes és megbízható infónak benne
 <soranh> de mégis vannak tömegkommunikációs eszközei
 <soranh> lapokat említettük, de például blogok
 <Sascha Vykos> én döntöttem el, milyen közösségbe tartozom
 <soranh> ahol kommentelni lehet, de a téma vezetett
 <lopihe> Sascha: és amúgy nem?
 <Sascha Vykos> igen, soranh, igen

<soranh> persze szabad blogválasztási és blogírási jog van
 <lopihe> Sascha: persze, egy ideig nem, de általában nem is érdekel
 <lopihe> Sascha: és egy ponttól fogva már te döntesz
 <Sascha Vykos> de akkor sem tudsz leszakadni a társadalmi valóságtól
 <lopihe> Sascha: miért is nem?
 <Sascha Vykos> míg a neten simán le tudsz szakadni
 <Sascha Vykos> lopihe, a társadalmi intézmények miatt
 <Sascha Vykos> a metaforikus intézményeket is vedd ide, mint pénz, adó, akármí
 <lopihe> Sascha: megtehetsz szinte bármit, csak sokkal nehezebben
 <Sascha Vykos> lopihe, a posztmodern személyiséget borzasztó nehéz realizálni, de lehet, nagyon nehezen... deeeeeeee
 <soranh> egy haverom mondta a főiskoláról/egyetemről: azt te választ-hatod meg, hogy melyik intézményben/szakon szopatnak, de szopni fogsz!
 <Sascha Vykos> akkor is maximum deviáns remete leszel
 <Sascha Vykos> és a devianciáddal akkor sem menekülsz a társadalmi valóságból
 <lopihe> a neten meg sok deviáns remete él
 <Sascha Vykos> pont hogy a devianciád által leszel része
 <Sascha Vykos> azzal, hogy kijelölsz a deviáns viselkedéssel a társadalmi normák korlátait
 <Sascha Vykos> és igen, soranh :-ÐÐÐÐ
 <Zsu> mint a hippik
 <Sascha Vykos> pontosan zsuuu
 <JadeBorg> és a különcök
 <JadeBorg> akiknél saját maguk a normalitás határa
 <Raszkol> Bocs hogy visszafelé kérdezek, de mit értesz posztmodern személyiség alatt?
 <Sascha Vykos> Raszkol, a mai kiábrándult, szeparációs problémákkal küzdő, bizonytalan, magára maradt személyiséget
 <Sascha Vykos> gyenge szocializációval
 <JadeBorg> akkor posztmodern vagyok
 <Sascha Vykos> erős csoportkötődések nélkül
 <soranh> ez a városi ember típuspéldája
 <soranh> panellakó

<Raszkol> És mit értesz ennek realizációján?

<Sascha Vykos> például az az ember, aki megteheti azt, hogy előítéletek nélkül, végérvényes konklúziók nélkül él

<Raszkol> IRL?

<Sascha Vykos> aki meg tudja tenni azt, hogy a biztos értékek hiányában is biztonságban érzi magát

<lopihe> megteheti? mi akadályozza amúgy?

<Sascha Vykos> ühüm

<Átmenet> minden amit posztmodernnek neveznek, a posztindruális társadalom következménye

<Sascha Vykos> fogalmam sincs, mi akadályozza meg

<Sascha Vykos> egyetértek Átmenet

<lopihe> sascha: akkor miért írtad azt, hogy megteheti?

<Sascha Vykos> igazából kétféle kimenetet látok

<Sascha Vykos> megteheti, mert nem látja akadályát

<Sascha Vykos> ami nem azt jelenti, hogy nincs akadály

<Raszkol> Azért a mi akadályozza nem annyira rejtett dolog. Egyszerűen a szkepszis végtelenségig fokozása mellett (következetes módon) ellehetetlenül a mindennapi praxis is

<Sascha Vykos> csak azt, hogy nem tudatosítja az akadályt

<Sascha Vykos> egyrésről Raszkol

<lopihe> és erre kérdeztem, hogy mi lehet az akadály

<Sascha Vykos> de túl lehet lépni a szkepszisen

<Sascha Vykos> pl. úgy

<Sascha Vykos> hogy nem is vágysz biztos tudásra

<Sascha Vykos> az akadály a biztos tudásba vetett hit

<lopihe> de hát ez butaság

<Raszkol> Persze, de kellene irányelvek, magadnak, amik mentén döntést hozol, akár a legegyszerűbbeket is.

<lopihe> persze, de ezeket nem kell biztosnak megélned

<Raszkol> Vagy állahatsz a jelenben feloldódva, valamiféle impulzív/emocionális alapon

<Raszkol> És ahogy esik úgy puffan

<lopihe> munkahipotézisek

<Sascha Vykos> Raszkol, igen, ez az egyik álláspont

<Sascha Vykos> csak a jelenben állni

<Átmenet> inkább a különböző tudásrétegek átláthatatlanul összemosódnak

<Sascha Wykos> a heideggeri módon megélt idő(tlen)ségben

<Sascha Wykos> sok fiatalnak az a gondja, hogy rengeteg munkahipotézissel él

<Raszkol> Nah várjunk. Azért ez az állapot, ami ezt a posztmodern embert jellemezni, azt hiszem inkább a hanyatló lét, mintsem az autentikus

<Sascha Wykos> és egész egyszerűen bődületesen bonyolult, összetett elméleteket gyárt minden egyszerű dologgal kapcsolatban

<Sascha Wykos> de lehet autentikus

<Sascha Wykos> a neten lehet

<Sascha Wykos> ez a lényege a netes személyes kultúrának

<lopihe> nem látom, hogy a net miért más

<Átmenet> a művészetekben is, legalábbis átmenetileg

<Sascha Wykos> Átmenet :-] ez nagyon aranyos

<Sascha Wykos> abban más

<Raszkol> Nah jah, de nem pillanatokban gondolkodunk, hanem tartós posztmodern létben.

<Sascha Wykos> hogy csakis és kizárólag a saját technikai eszköztárad szab határt

<Átmenet> mármint a posztmodern egy autentikus és sikeres kísérlet

<soranh> Sascha milyen elméletekre gondolsz?

<Sascha Wykos> soranh, pl. amit te alkotsz arról, hogy miért is nem teszel meg dolgokat :-OP

<Sascha Wykos> amúgy igen

<soranh> az általában a gyakorlat, nem az elmélet

<soranh> az ok, az csak pillanatnyilag kristálytiszt, a saját agyamban

<Sascha Wykos> nem tudom, van-e tartós posztmodern lét

<Raszkol> És az identitás miként lenne itt meg? Mármint úgy vélem az embernek alapvetően szükséglete, hogy legyen egy szép "kerek" története, egy narratíva, ami a sajátja. De ha ennyire esetlegességben és diffúz jelleggel él, akkor ez, és bármiféle tényleges identitás ellehetetlenül talán.

<Sascha Wykos> Raszkol, a narratíva nem szükségszerűen kerek

<Sascha Wykos> vagyis kerek, amennyiben kör :-]

<Raszkol> Az emberi elme kerekíti, visszamenőleg is... kicsit torzít ezt azt,

más elemeket kihagy, de összerakja, mert ésszerűsége van szüksége.

<Átmenet> fogalmileg se lehet posztmodern lét, hiszen alapjában egy átmeneti állapot

<Sascha Vykos> de akkor végtelen kör, soha le nem álló hermeneutika önnön létünk értelmével kapcsolatban, sose nem végérvényes döntésekkel tűzdelt dolog

<lopihe> Raszkol: nincsenek kerek történetek

<Zsu> csakhogya ember jó esetben nem a neten él

<Zsu> amikor a netre megy, akkor más idő- és térintervallumba kerül

<Sascha Vykos> zsu, adalék ehhez: gabuval nem beszéltem 3 éve

<Sascha Vykos> és a neten minden megvan rólam

<Sascha Vykos> rámkeresett, még azt is megtudta, hogy beteg vagyok/voltam, stb

<Sascha Vykos> mindent

<Zsu> hoppá

<Sascha Vykos> szóval

<Sascha Vykos> azt hiszem, a netes lét kulcsa

<Sascha Vykos> az, hogy igen, felejtjük el a teret és az időt

<Sascha Vykos> nem a narratíva vége a lényeg

<Sascha Vykos> nem a csattanó

<Sascha Vykos> hanem a folyam, a történet folyama maga

<Zsu> végülis igen

<Zsu> a flow

<Sascha Vykos> olyasmi, mint a flow igen

<Sascha Vykos> mint amikor úgy olvasol

<Átmenet> Sascha, vajon hányan tudják innen, mit jelent a narratíva?

<Raszkol> Hmm...úgy tűnik, hogy itt teljesen leválasztod a netes létet és a valósat. Vajh lehet ezt?

<Sascha Vykos> akik hozzászólnak, azok nem mondják, hogy nem tudják

<Sascha Vykos> de akkor nem használom tovább ezt a szót

<Sascha Vykos> bocsánat

<Sascha Vykos> csak beleéltem magam túlságosan

<Sascha Vykos> Raszkol, azt hiszem, leválasztom

<soranh> Sascha, egyébként mi az a kultúra?

<Sascha Vykos> hát soranh, mikor mi

<soranh> és mi alapján beszélünk (kiber)kulturáról

<soranh> mit jelent a szó, alapvetően

<Sascha Vykos> azt hiszem, érdemes a naiv, hétköznapi kultúraértelmezést használni most

<Sascha Vykos> és mi az, hogy lét?

<soranh> mert használjuk állandóan, de igazából nem tudom

Sascha Vykos elmereng a teája fölött

lopihe elmereng az aurája fölött

<soranh> a civilizáció értékei?

<Zsu> kultúra tulképpen a szocializációs hatások

<soranh> a civilizáció maga?

<Sascha Vykos> hát például egyes elméletek szerint kultúra az, amit a szocializáció eredményeként magadénak tudhatsz

<soranh> bár most kérdezhetném mi az a civilizáció?

<Zsu> na végre 1 jó kérdés)

Sascha Vykos meghallja kintről a kopogást, odalép a szoba ajtajához, és kinyitja

<Raszkol> Melyik a jó kérdés?

<Zsu> a civilizáció

<Raszkol> Uhh... mert?

<soranh> de akár a szocializáció?

<Zsu> civilizált-e

Sascha Vykos meglepetten látja, hogy J. L. Godard szelleme belibben az ajtón, aki azt suttogja: A VILÁG NÉHA TÚLSÁGOSAN BONYOLULT AHHOZ, HOGY SZAVAKBA ÖNTHESSÜK

<soranh> jobban szeretném megérteni az alapjait annak, amiről beszélün

<soranh> a kiberkultúra kifejezésen gondolkozom

<Raszkol> Alapvetően hibás úgy tekinteni ezekre a kérdésekre mintha kontextustól függetlenül meg lehetne válaszolni. Van a szónak egy etimológiája, meg van adott történeti használati módja. De a jelentéssel mi ruházzuk fel...

<Raszkol> Tehát erre nem lehet így válkaszolni

<soranh> Raszol, s mi a kiberkultúra történeti használati módja?

<soranh> mint kifejezésé

<Zsu> soranh 18 éves késéssel belépett a miért korszakba

<soranh> azért kérdezem, mert ezen keresztül talán sikerül megragadni a lényegét

<Raszkol> Nem vagyok ennek kutatója, így nem tudom. Amit tudok, hogy ha beszélünk róla, érdemes előtte definiálni egymásközt, csak hogy tudjuk miről beszélünk

<Sascha Vykos> jaja, én próbáltam, de elsikkadt eyuof vagymineve volt

<Sascha Vykos> önmegvalósító szövegei között

<soranh> Raszkol, Sacha, erre kérlek titeket, definiáljuk egymás között

<soranh> mi az a kiberkultúra?

<Sascha Vykos> a kultúrát úgy értettem, mint egy társadalmi norma-rendszeren megvalósuló énkifejezést

<Raszkol> Az előadóra vár a feladat, hisz ő hozta ide

<lopihe> Raszkol: a szavakat más szavakkal definiáljuk, szép kis pókhálót szövünk

<Sascha Vykos> a kiberkultúra pedig nem a társadalmi valóságon, hanem az egyéni, személyes valóságon realizálódó önkifejezés

<Sascha Vykos> úgy értem

<Átmenet> a szemünk alatt alakuló fogalomról, csak eképpen érdemes beszélni

<Sascha Vykos> a hagyományos kultúra értékességét a társadalmi normák határozzák meg

<soranh> és a neten meg saját magad értékeled?

<Sascha Vykos> a kiberkultúra értékeit pedig az egyes személyes, egyéni identitásuk ...AHHA

<soranh> és mégis külső megerősítést vár mindenki

<soranh> ezért is vannak játékokban pontszámok

<Sascha Vykos> igen

<Raszkol> wooh... akkor ez így elég tág... mármint... ennek semmi köze akkor a hálózati léthez vagy efféléhez

<Raszkol> legalábbis nem szükségszerűen

<soranh> a lét egyik alapja az önmegvalósítás)

<soranh> ill a teteje, nem az alapja

<soranh> Maslownál

<Zsu> ellenkultúra

<Zsu> vagy alternatív kultúra

<Zsu> ott is vannak vonatkoztatási csoportok

<Sascha Vykos> Raszkol, szerintem a kiberkultúrának a hálólét következőképpen

<Leányka> igen, de olyan, mint egy falu

<Sascha Vykos> a hálólét a kiberkultúra következménye na

<Raszkol> Tehát megelőzné azt?

<Raszkol> jaaa

<Raszkol> ok

<Sascha Vykos> amikor érzed, hogy megtaláltad a neten a helyed

<soranh> de miért várjuk el a külső megerősítést?

<Leányka> ha elkövetsz valamit, az a szűk csoport fog megítélni

<Sascha Vykos> mert alapvetően bizonytalanságban élünk, azt hiszem

<soranh> mindenki beírja a saját hülyeségét, és ha nem fogadják el az igazát megsértődik

<Sascha Vykos> azt hiszem, ez még ilyen felvilágosodáskori maradvány lehet :-Đ

<Sascha Vykos> amúgy szeretlek titeket, most csak úgy eszembe jutott :-Đ

<Zsu> DD

<Átmenet> a cyber kultúra mint fogalom, még az önmeghatározás fázisában van, állandó mozgásban, csak ezt figyelembe véve érdemes beszélni róla

<Raszkol> Szerintem azért várunk megerősítést, mert különben nem vagyunk. Gondjunk bele, hogy mi alapján észleljünk magunkat. Gondoljunk a gyermek önképének kialakulására. Döntő jelentősége van benne a másoknak, mint tüköröző felületeknek. Az ember egymagában nem állhat, mert akkor kissé nincs is.

<Zsu> tükör nélkül még robinson sem látta önmagát

<Zsu> péntek nélkül meghalt volna

<lopihe> csak Pénteken

<Zsu>))))))

<lopihe> ehh, késő

<Leányka> igen, ez is fontos, azonban van úgy, hogy nem fedik egymást a kultúrkörök

<soranh> Leányka ezt ismerem asszem

<Zsu> nagyon nehéz kitörni egy szocializációs kultúrkörből

<Leányka> és itt bizonyos tévedésekbe eshetsz

<lopihe> érdemes be sem kerülni

<soranh> amikor Franciaországból 1 hétre hazahoztam Hichamet, a ma-

rokkói barátomat

<Sascha Vykos> igen Átmenet, teljesen egyetértek

<Sascha Vykos> ez olyan

<Sascha Vykos> hogy

<Sascha Vykos> nem tudom, mi a művészet

<Sascha Vykos> de tudom, mi tetszik benne

<Sascha Vykos> és ez a lényeg

<Raszkol> Sascha, azért még kicsit rágodnék ezen a definíciódon, ha nem gond. A kultúrát összehoztuk az értékesség fogalmával, ami bizonyos szempontból számomra kicsit furá így ...mármint nagyot markolásnak tűnik, de az nem teljesen világos, hogy a kiberkultúrában miként lenne lehetőség a mérce az egyéni identitásuk.

<Sascha Vykos> van más mérce?

<Sascha Vykos> egyáltalán kell mérce?

<Sascha Vykos> úgy értem

<Sascha Vykos> az értéket a másik rakja rá

<Sascha Vykos> önmagában esetleg, talán, azt hiszem, lehetséges, hogy értékmentes

<lopihe> külön-külön

<lopihe> rakja rá

<Raszkol> Igen azt szoktuk mondani, hogy a kultúra értékmentes fogalom

<Raszkol> de te mégis az értékessége eredeténél ragadtad meg a definícióban

<Átmenet> erre is érvényes Croce híres meglátása, a nyitott mű

<lopihe> de önmagában meg nincsen kultúra

<Sascha Vykos> pontosan, tehát furá

<Sascha Vykos> Lotman mondja, hogy az információtermelésre szakosodott kultúrák alapvetően az értékekre hegyezik ki a kultúrát

<Sascha Vykos> a kultúra értékekkel operáló, értékekere épülő tartalom

<Sascha Vykos> amivel tudnak élni az emberek

<Sascha Vykos> pl. megértik egymást általa, stb.

<Sascha Vykos> de van más is

<Sascha Vykos> de erről Lotman nem mond sokat...

<Átmenet> az érték az alkotó és a befogadó találkozásakor születik, nincs önmagában érték

<soranh> milyen az az információtermelésre szakosodott kultúra?

<lopihe> Átmenet: persze abban az esetben, ha van egyáltalán alkotó

<Leányka> az, amikor nem értem, amiről beszéltek

<soranh> Leányka, én sem mindig, ezért kérdezem)

<Átmenet> ha nem alkotó akkor jelenség, ugyanaz

<Raszkol> Nah de várjunk akkor. Ebből kiderül, hogy a kultúra fogalma alapvetően kötődik a társadalmisághoz. Tehát mindig egy közösség kultúrájáról van szó, és pontosan a közösség legitimálja azt. Értéke pedig abból származik hogy mondjuk megtartotta az adott közösséget a történelem viharaiiban. Nemde? Azt hiszem nagyjából fekszik a Lotmanra is.

<Raszkol> A kibertérben pedig hogy is lenne akkor szerinted?

<Sascha Vykos> a kibertérben meg nem az történik, hogy a közösség legitimálja a kultúrát

<Zsu> a kiberkultúra történelmét majd ugy 100-200 év múlva lehet kutatni raszkol, addig légy türelmes.))

<Sascha Vykos> hanem attól lesz kultúra, hogy az egyén átalakítja a normákat

<Sascha Vykos> úgymond "egyénesíti" őket

<Sascha Vykos> mondok egy példát

<Raszkol> rendben

<Sascha Vykos> van egy kurzusblogom

<Sascha Vykos> oda hivatalos óravázlatokat pakolok föl, ilyesmi

<Sascha Vykos> a hallgatók meg szabadon kommentelhetnek

<Sascha Vykos> amióta ilyen blogos, szabad kommentelés formában adom ki a kurzusjegyzeteket, írom föl a híreket stb.

<Sascha Vykos> azóta a hallgatók sokkal közvetlenebbek, nem pánikolnak annyira vizsgák előtt stb.

<Sascha Vykos> egyfajta nyitás érezhető az ő részükről

<Sascha Vykos> ahhoz képest, mint amikor csak föl pakoltam a vázlatokat, hogy na letölthető, jóccakát :-]

<Raszkol> és hol érzük tetten ebben a kiberkultúrát?

<Sascha Vykos> ott, hogy a blogon nincs meg az "hatalom"-beli különbség

<lopihe> dehogynincs, letöltheted őket a francba

<Sascha Vykos> amit pl. élőben bizonyos szituációkban fönnek tartanom

<soranh> Sascha ez érdekes, nálunk a kari levlistákon fenn van egy csomó oktató is

<soranh> és néha őket/tanszékeket szoktak szidni a hallgatók

<soranh> és olyankor mások beszélnek, hogy vigyázzon már, olvassák a levlistát

<Raszkol> És akkor itt most arról lenne szó, hogy te a kiberteret használva tudtál finomítani a társadalmi normákon, mert lám, a hallgatók nyitottabbak stb.?

<Sascha Vykos> igen, olyasmi

<lopihe> szerintem egyszerűen arról van szó, hogy ahol blog van, ott általában lazaság van

<Raszkol> Nem akarok szőrszálhasogatni, de ezzel úgy érzem a kultúra redukálódna a társadalmi hierarchiára, vagy osztály/rend szerkezetre

<lopihe> ez kicsit olyan, mintha a tanterembe sört vinnél

<Sascha Vykos> a kultúra erősen presztízsfüggő

<Sascha Vykos> ne feledjük azért

<Raszkol> Igen, de én ebből azt érzem, hogy a kibertér anonim jellege (és sokminden más) hatott a kapcsolatokra, hogy elmosódjanak azok a IRL hatalmi törésvonalak, vagy hiererachikus viszonyok stb. És ennek következtében nyilván megváltozik a kommunikáció. És aztán ez kihatott a valóságra is.

<Raszkol> De nem kulturális eltérést vélek itt felfedezni.

<Sascha Vykos> nem anonim szerintem igaziból

<Sascha Vykos> vagyis abból a szempontból igen

<Sascha Vykos> hogy akármelyik éndarabodat mutathatod

<Sascha Vykos> de ez élőben is működik

<Sascha Vykos> fake blogot se lehet sokáig vezetni

<soranh> igen, például elég érdekes, hogy interneten először találkozok egy 17 és 65 éves és rögtön tegeződnek

<Sascha Vykos> ahogy fake arcot sem lehet sokáig mutatni egy élő kapcsolatban

<Raszkol> Igen, rosszul fogalmaztam. Nem az anonimitásról van itt szó, inkább egy elmosódottságról. Nincs ott a tanár feje, öltözete stb. stb.

<soranh> ezt az egyetemen senki nem próbálná meg a tanárával

<Raszkol> Nah igen, soranh ez már valóban talán a kiberkultúra egy jellemző vonása.

<lopihe> de ugyanez van egy cégnél, ahol pl. a tegeződés a bevett forma: a 65 éves kollégát ugyanúgy tegezi az egyetemről most kijött suhanc, mint a már ott dolgozó középkorú

<Sascha Vykos> ellenben rám 5 perce rámozgott az egyetemem :-]

<Leányka> nagyon hasznos volt

<Leányka> és informatív

<Zsu> köszönjük az estét sacha

<Zsu> jóéjt neked

<Leányka> egész kedvet kaptam a továbbtanuláshoz

Végül egy részlet Sacha blogjából, kb. egy évvel ezelőttről:

Attól, hogy az élet szar, a férfiak döntő többsége... (ide tetszőleges negatív valenciával rendelkező jelzőt tessék beilleszteni), a futár eltévedt az ebédemmel (piszok nehéz lehet megtalálni egy bazi nagy park közepén ugarpuszta cívis mintaváros legnagyobb épületét), éjjel valaki randalírozott az irodámban, holnap konferenciára kell mennem, és véletlenül öszszefestékeztem az új kapucnis pulcsimat... na ezektől függetlenül nem érzek késztetést semmiféle orbitális berúgásra. fine...

Egyébként, eszembe jutottak régi pasik az életemből, néhány gyöngyszemet ideillesztek, hogy lássam, valójában nem előítéletes vagyok, hanem csak egy bizonyos reprezentatív minta alapján létrehozott indukatív általánosításokat alkalmazok (ezek persze felülírhatók, amennyiben van rá önkéntes jelentkező).

Case 1.: M.

Én soha nem is akartam neki megmondani, hogy nem kellene annyit piálni. Nem rám tartozott, és nem is rám tartozik most sem. Nekem ahhoz semmi közöm, hogy mindig mindenhol menekül, mintha magamat látnám. Nem tud beszélgetni. Nem tud dumálni, nem tud mondani semmit, amibe verbálisan kapaszkodhatna az ember. Helyette csöndben megtesz dolgokat, és rád bízta, hogy észreveszed-e őket (hopp, ez is működik hirtelen a lakásban, hopp, az is). Aztán szó nélkül, ahogy jött, úgy le is lép. Rest in peace fella.

Case 2.: A.

Ha szerver vagy, rábízhatod az életed. Követel, dühöng, beszél, hajt előre. Ha nem teszed, amit tenned kell, nyíltan lehülyéz. Tőle én léptem meg, amikor nem léptem meg azt a bizonyos dubrovnikai ösztöndíjat, és cserébe lehülyézett. Arrogáns voltam, ő meg nem tudta, hol a határ a motíválás és a földbe döngölés között. De még mindig tudunk beszélgetni. És

mintha kezdené mutatni az alázat alapvető jegyeit. Már tud köszönni :-]

Case 3.: J.

Rendkívül fájdalmas pont. Általa tanultam meg igazán, hogy nem lehet megmenteni senkit, aki nem kér segítséget. És ha kér is, még akkor sem biztos, hogy bármit is lehet tenni. Régóta nem hallottam felőle. Remélem, még él. Róla tényleg semmit nem tudok újabban...

Case 4.: M.

Az álarcos pasi. A leggázabb az volt a dologban, hogy maga előtt is tartotta, nemcsak mások előtt. És akkor hiába kalimpálsz, hogy látlak, akkor sem veszi a lapot, és még ki is kéri magának. Mr. Tökély végülis mára megtörni látszik, mintha ő is lassan megérezné az alázat ízét. Vagy nem. Lehet, ez is csak újabb álarc. Én még a törés előtt léptem. Persze aztán jött a drámai szöveg, hogy rájött arra, mit veszített, amikor elveszített... retrospect. De elbaszta. Többször is. Szó szerint is. Metaforikusan is. És most szar. Nem a föntiek miatt, hanem azért, mert megint valami, ami nem rajtam múlik, megint valami, amin nem tudok változtatni, megint valami, ami blokk, dugó, és most nem bennem... szar az egész.

ZÁRSZÓ

A BEVEZETŐBEN ÍRTAM már, hogy honnan jött az ötlet a Psychéhez, és nem szeretném ismételni magam, de korántsem annak indult, mint ami lett belőle. Valahogy úgy képzeltek, mint a telefonos lelkisegélyt, csak éppen netes felületen és írásban... De erről volt már és lesz is szó még.

Azt hiszem, ezt nem lehet abbahagyni, ha valaki belekezdett, benne marad mindhalálig.

Hogy miért? Először is, mert rengeteg örömet okoz. Mondjuk nagyon sok bosszankodást és mérgeskedést is emellett. Igazi öröm számomra például egy jó beszélgetés, vagy ha annál, akinek arra van szüksége, elérem, hogy végre szakemberhez forduljon. Valaki, aki évek múlva visszajön, és elmeséli, hogy mi van vele, s hogy jól alakult az élete, ez mind pozitív visszajelzés. Azt jelenti, nem vagyunk feleslegesek. Jó dolog új embereket megismerni. Ami bosszantó benne, az például a l'art pour l'art anyázás. Az nagyon zavaró, amikor pontosan tudom, hogy aki ilyen csinál, annak magával van baja, de a többieknek, másokon vezeti le, minősíti a másikat, össze-vissza beszél hülyeségeket, ez nagyon sokat ront a beszélgetések hangulatán. Sokan el is mennek ilyenkor, s van olyan, aki vissza sem jön, mert úgy érzi, hogy neki nincs arra szüksége, hogy őt még a cseten is padlóra vigyék. Szomorúak vagyunk, ha meghal valaki, vagy valami rossz dolog történik valakivel, Vannak sajnos kudarcok is, vannak olyanok akik, mit tudom én... már hat-hét éve ide járnak, és nem mozdulnak el a holtpontról. Nekik legszívesebben azt mondanám, hogy ne járjanak ide, mert semmi értelme nincs, hisz ha nekik eddig, ezen idő alatt nem tudtunk segíteni, akkor ezután sem tudunk. De sokan közülük önmaguktól is abbahagyják.

Ahhoz, hogy jól működhessünk, elláthassuk a feladatunka és segíthessünk szükség van szabályokra is. Íratlan szabályok eddig is voltak. Vannak, amiket szigorúan be kell tartani és tartatni is. Ilyen szigorú íratlan szabály, hogy nem vagyunk orvosok, nem játszunk orvost, s ez nem csak az opokra vonatkozik, hanem mindenkire, aki a szobában beszélget. Nem javasolunk gyógyszereket, nem állítunk fel diagnózist, még akkor sem, ha megkérnek erre. Tanácsolni persze lehet, ha látjuk, hogy az illetőnek arra van szüksége. Sőt, ekkor kell is neki tanácsolni, hogy menjen el pszicho-

lógushoz, ellenben nem jó, ha pszichiáterhez küldjük, mert az már implikálja, hogy ő beteg: mert pszichológushoz mehet mindenki, pszichiáterhez meg a betegek járnak általában. Egyéb szabály például, hogy nem szabad bántani egymást, ez is egy alapszabály, aki ez ellen vét – és sokan vétenek –, az előbb-utóbb szankcionálva lesz bábelezéssel, kirúgással vagy kitiltással. A rasszizmus például teljesen tilos. Csoportot ugyanúgy tilos bántani, mint a szobalakókat. A politika részben korlátozott téma, egy politikus beszélhet a problémájáról, ha például ez a hétköznapijaiban nagyon nyomasztja, ilyenkor beszélhet a politikáról, de ez persze nem politizálás.

A szobalakók érdekes egyéniségek. Mondjuk minden ember érdekes. Nagyon szeretem a nyitott, befogadó, nyílt embereket, akik ráéreznek a másokra, akik tudják őszintén adni magukat, akik ki tudnak tárulkozni és be tudják fogadni a többieket. Az őszinteségen én nem bunkózást értek, mert nagyon sokan vannak a cseten, akik azt mondják: „de hát én csak őszinte vagyok, ha leányázom a másikat, mert ti álszentek vagytok”... de nem ez az őszinteség.

A szobáknak vannak operátorai. Ők kicsit olyanok, mint egy osztályban a tanárok, és én a szobaasszony meg mintha a csapat osztályfőnöke lennék. Az operátorok kiválasztása esetében már egyre inkább az a szempontom, hogy tudjon nekem segíteni, hogy rá lehessen hagyni a szobát, hogy tudjam csinálni az egyéb dolgaimat, amik most már kezdenek számossá válni. Ezt nem lehet állandóan, éjjel-nappal, reggeltől estig csinálni az év 365 napján, mert kiég az ember. Nem is tudom, én hogy tartom még magam, mert mindenki más már kiégett volna. Az is szempont, hogy az illető érezze meg a másik oldalt, hogy ha ő kap operátorságot, akkor neki opként kell viselkednie. És talán megtanul kvázi opként, emberként viselkedni. Ez is egyféle nevelés. Le kell vetkeznie a „lázadó diák” szerepkört, és meg kell tanulnia kicsit kívülről nézni ezt az egészet, ergo objektívnek lenni.

Vidám percek is voltak bőven a Psyche történetében. Vannak felszabadult beszélgetések, amikor poénkodunk (ökörködünk), az jókedvre deríti az embert. Meg maga az a belsőséges együttlét, tehát ha együtt van a mag, meg egy-két békés szobalakó, aki nem szokta bántani a másikat, és beszélgetünk bensőségesen, és utalunk együtt átélte eseményekre, szitukra... az úgy jó bír lenni. Amit nagyon rosszul viselek az az előítéletesség. Volt például egy lány, ő Ausztriából járt, nagyon értelmes lány, nagyon jókat beszélgettünk. Egy alkalommal az Ausztriában dolgozó vendégmunká-

sokra terelődött a beszélgetés, és kiderült, hogy rasszista, le voltam döbbenve. Minden másban tökéletesen egyet értettünk. De ez nálam egy komoly vízvázasztó, ha valakiről kiderül, hogy rasszista, akkor én becsukom magam. De általában azért látszik az emberen, hogy kicsoda, micsoda; hisz ha más témában beszélgetünk, már abból is kijönnek gyakorta ezek a dolgok, de van úgy, hogy nem, mert minden másban „normálisak”, csak ebben az egyben nem.

Vannak egyéb dolgok is a Psyche életében, például chatlogszínház, táborozások. Az, hogy a csetesek élő kapcsolatba kerültek egymással, az kezdetben spontán alakult. Igényünk volt arra, hogy megismerjük egymást... mert itt a cseten ugye csak a nevek, úgymond a 'lelkek' beszélgetnek, de az embernek van ugye testi kivetülése is; és összeverbuválódott egy ilyen buli, ahol megismertük egymást. Az első buli egyébként elég nagy csalódás volt. Olyan nyögve nyelős cucc, körbeültünk, János vezette... azt hiszem azért nem volt sokáig ilyen csoport összejövétel, mert ez annyira rosszul sikerült. Mindenki elmondott magáról valamit, és aztán jött még egy kör, elmondta hogy került kapcsolatba az internettel, és mi az amit adott neki az internet, mi az amitől megvált, ami megváltoztatta az életét, szóval nagyon erőltetett az egész. Attól kezdve csak spontán volt csoport összejövétel, vagy kirándulás, erdei, vagy például volt szalonnasütés a Rózsika forrásnál. 2003-tól, mióta a Gyalin vagyunk itt voltak rendszeresen bulik nálam. 2004-ben jött az az ötletem, hogy kéne nyári tábor. Az első alkalommal elmentünk a Velencei tóra egy kempingbe, és ott mindenki kivett magának vagy faházat, vagy lesátorozott. Egymás mellett voltunk, egy helyen, egy időben; de valahogy mégsem volt akkor ez a kommuna jellege, azaz úgy mint egy kiterjesztett család; mint ami azóta van, amióta Börzsönybe járunk. Itt mindent együtt csinálunk összedobjuk a pénzt, együtt vásárolunk, együtt főzünk, együtt eszünk, együtt bulizunk, együtt alszunk, úgy mint egy nagy család. Tehát ilyen nagyon közösségi dolog, ez már Börzsönybe jött 2007-ben amikor először ment oda a csapat.

A bulik nem csak evés.-ivásról, nagy beszélgetésekről szólnak hanem gyakorta van más program is. Mostanában például egy pszichológiai társasjátékot is játszunk, ez az Identity, amit egy önismereti játék, és nagyon-nagyon szeretjük, főleg ha újak vannak, akkor szoktuk játszani, mert mindjárt olyan, mintha már évek óta ismernénk egymást egy ilyen játék parti után. Ezen a télen volt egy tréningsorozat. Ezen rendszeresen össze-

jöttünk, de ez tulajdonképpen még be sem fejeződött, ezt még fogjuk folytatni, ez tulajdonképpen egy pozitív gondolkodásra nevelő tréning, ez is nagyon jól összehozta az embereket. Ezen kívül Börzsönyben szoktunk játszani bizalmi játékokat, meg olyanokat amelyek ellensúlyozzák a meta-kommunikáció hiányát (ami a neten sajátja). Így például az activitynek a mutogatós meg rajzos része, ezenfelül ismerkedős, meg csoportkohéziós játékokat. És persze van a chatlog színház is, amin chatlogokat próbálunk meg színpadra vinni.

Maga a Psyche úgy kezdődött, mintha egy telefonos lelkeségylet lenne, csak éppen nem hanggal, hanem írásban. Nem gondoltuk, hogy ez egy ekkora sikertörténetté alakul.. Úgy gondoltuk, hogy benn ül a cseten -egy multicset nevezetű a honlaphoz applikált programon- egy segítő, majd bejön egy segítséget kérő, elmondja a problémáját és beszélgetnek vele egy órát, majd később bejön egy újabb segélykérő, és beszélgetnek vele is egy órát.....Esetleg mondjuk benn van kettő, és a második kivárja a sorát, amíg a segítő vele tud beszélgetni.. Arra nem számítottunk, hogy benn van tízhúsz személy és nem csak a segítővel beszélgetnek, de egymással is, s hogy kapcsolatok alakulnak, s az egész így fokozatosan egy csoporttá válik, s nem az van, hogy mindenki a pszichológushoz kötődik, s a pszichológusra vár, vagy a másik segítőre, hanem egymáshoz is kötődnek az emberek, s ezáltal az egész egy dinamikus csoporttá válik. A csoport segítséget kérő tagjainak, maximum két év alatt át kellene lépnie azon a ponton, amin épp tart az életében. Mert ha ennyi idő alatt nem képes erre, akkor mi már nem tudunk neki szerintem többet segíteni. Aki problémásabb eset, neki úgylis azt javasoljuk, hogy élőben keressen segítséget. Van aki ezt lerázásnak veszi, pedig mindig elmondjuk neki, hogy szívesen beszélgetünk vele akkor is, ha ő jár pszichológushoz vagy pszichiáterhez, de neki erre lenne szüksége, mert az ő problémáját itt a chaton nem lehet, nem tudjuk megoldani. Namármost, ha valakit erre két év alatt nem tudunk rávenni, akkor őt sohasem fogjuk tudjuk, ez tény. Sokféle problémával fordulnak hozzánk, gyakran önmagukkal van gondjuk, nem tudják magukat elfogadni, és azért jönnek a szobába mert vagy úgy gondolják, hogy itt segítenek neki, vagy azt, hogy innen tovább küldjük oda ahol segítenek neki, vagy azt hogy itt megoldódik a probléma, esetleg azt gondolják, hogy itt most ők kiélhetik magukat, és ettől nekik jobb lesz. A segítséget kérők közül azok a legeredményesebbek, akik szociális fóbiával jönnek be, mert itt a cseten

fokozatosan könnyebben mernek elkezdni beszélgetni, barátkozni, s ha már ott elérték azt a bizalmi szintet két- három, vagy esetleg több emberrel, hogy már élőben is mer találkozni; akkor már meg van nyerve a csata. Ha már ugyanis találkozik élőben, akkor helyzetbe kerül, és akkor onnantól kezdve ő már kimozdul. Emellett nagyon sok személyiségzavaros van, akiknek csak nagyon mérsékeltén tudunk segíteni. Ha már ő perifériára került a személyiségzavara miatt és van egy olyan problémája is, hogy nincs társaság, nem fogadják el az emberek, akkor ebben a részében el tudjuk mozdítani pozitív irányba.. Ez is fontos a személyiségfejlődése szempontjából. De ha már egy súlyosabb személyiségzavar van, akkor már nagyon nehéz, ekkor nem tudjuk igazából kezelni, csak ha élő segítsége is van, szóval csak pszichológus, pszichológiai kezelés mellett, és általában a személyiségzavarosoknak azt is szoktuk javasolni, hogy menjenek Tündérhegyre, s ott szépen rendbe is hozzák őket, az egy kiváló hely, ott teljesen profik ebben. Igazság az persze, hogy a hegyen is csak elindítják azon az úton amit neki magának kell végig járnia, hogy el tudja fogadni magát.

Ha viszont csak életvezetési problémája van, akkor azt úgy szoktuk, hogy bedobja a közösbe a problémát, - már ha be meri -de álnéven semmi rizikója nincs-, s akkor mindenki hozzászól, a több szem többet lát elvén. Ilyenek is vannak. A magányosság is egy olyan probléma amely esetleg megoldódik. Ha az illető amúgy rendben van, akkor valószínűleg előbb utóbb talál társat, de barátokat biztosan. Társskeresőn jóval kevésbé, mint például egy ilyen chatszobában, mert itt van ideje megismernie a másikat, és nem csak kettős kapcsolatban, hanem azt is látja, hogy a másikkal, a többi emberrel hogy kommunikál. Az is fontos, hogy ne csak egymással lássák egymást, hanem azt is láthatja, hogyan beszél például egy etnikummal, vagy egy alkoholistával, vagy hogyan viselkedik egy nagy társaságban.

Van skizofrén is, de nekik nem nagyon tudunk adni mást mint toleráns társaságot nem vagyunk kórház. Vannak depressziósok, van autista, de a túlnyomó többség személyiségzavaros. És végül de nem utolsósorban rengeteg a szenvedélybeteg.

A szobalakoóknak majdnem kivétel nélkül van lelki problémájuk. Alapban azért jár be, mert a társaság segít neki abban, hogy ő maga fel tudja dolgozni, vagy túl tudja tenni magát a problémáján. Nem jellemző az, hogy valaki feldolgozza a problémáját és eltűnik. Nem is szeretem, ha nincs visz-

szajelzés. Előfordul ugyan, hogy elmarad, de a legtöbben néha-néha visszajönnek és elmondják, hogy mi van velük, de főképp olyankor veszem észre, amikor bejön valaki és rákérdez a régiekre, hogy mi van velük, s szinte majdnem mindenkiről tudok valamit, hogy kivel mi van. Persze vannak olyanok, is akik teljesen eltűnnek, és soha többet nem jönnek vissza. Ezt nagyon nem szeretem, mert mindig félek, hogy valami baj van.

A Psyche azonban nem csak a chatszobáról szól. A Közösség honlapját (www.psychekozosseg.hu) jelenleg is fejlesztjük. A lányom csinálja a honlapot, lehet neki javaslatokat is tenni. Nagyon szeretném, ha pörgősebb lenne a kommunikáció, jobban hasonlítana mondjuk a facebookra, például hogy lehessen oda tenni videókat, cikkeket belinkelni, ezenkívül az új bejegyzéseknek is külön legyen egy rovat, emellett egy olyan blogolót bele tenni, ami használhatóbb, mint a régi, másrészt közös reggel fog menni, s lehessen importálni bele más blogolóktól is.

A jövőbe tekintve lenne még pár feladat, először is a chatlogszínházat kellene megcsinálni, amivel a tavalyi táborban próbálkoztunk először, és nagy sikere volt a szobalakól körében. Ez úgy működik, hogy egy-egy chatlogot megjelenítünk dramatikusán. Most például megcsináltam egy egész egyfelvonásost, kis narrációval benne, de ahhoz, hogy színre tudjuk vinni, szükségünk lenne egy profi színészre, mert a főszerep is nehéz, és a szöveg is nagyon sok. Meg persze fontos lenne még 1-3 pszichológus, hogy legalább napi pár órán keresztül legyen professzionális segítség a Psychében.

Magát a szobát – illetve a lakóit – bizony közösségként és nem egyénként kell kezelni. Ennek felismerése és létrehozása nekem permanens munkát adott, mert közben ugyan végeztem az asszisztensképzőt és tanultam is csoportelméletet, de emellett állandóan képeznem kellett magam, olvastam mindenféle csoportdinamikai dolgokat, szociometriát csináltam, tehát folyton gyűrtem magam, hogy ez valahogy pozitív irányba alakuljon. Azért is kellett, mert volt egy nagyon rossz tapasztalatom az előző cseten. Akkoriban még volt pszichológusunk, kettő is, és bizony csináltunk hibákat, és valakik ezeket a hibákat felnagyítva és elcsúsztatva szétrobbantották a csetet, mert ezekre a hibákra hivatkozva ellenünk hangolták az embereket. Akkor volt egy nagy csetrobbanás, és utána a gyakorlaton tudtunk újrakezdeni, ahol nagy szeretettel és elvárásokkal fogadtak minket. Érdekes módon először János hozta át a dolgokat – én kicsit va-

lahogy kötődősebb voltam/vagyok nála –, én tovább ott maradtam a másik cseten, és bár engem nem tiltottak ki, ám ment a hajsza ellenem is. János visszament és engem visszacsábított fél év múlva, mert neki túl terhes volt a gyalogló, mivel jóval többen voltak, mint a saját chaten. Akkor az még nagyon népszerű cset volt, így a Psyche szobában esténként 30 fő felett volt a létszám, mondjuk ebben igaza volt Jánosnak, hogy ezzel a létszámmal már lehetetlenség volt működni. Ő ekkor visszament a saját csetre, ezzel együtt kicsit kevesebb embert vonzott a szoba, meg néhány napig én sem voltam, így már működőképesebbé vált ez egész. Jómagam mindig is a problémát kezeltem, ő viszont az embert. Amúgy én is amellett vagyok, hogy az emberrel kell foglalkozni, de nem olyatén módon, hogy túlempatizálunk és vég nélkül tekerjük a dolgokat, meg együtt dagonyázunk vele a gondjaiban. Úgy gondolom, hogy bár az embert kell „kezelni” és nem a betegséget, de elsődlegesen a problémából kivezető út megtalálására kell koncentrálni és biztatni erre őt is, és közben persze foglalkozni az emberrel, háttérrel adni neki, fogódzkodót, amibe megkapaszkodhat, ha elbizonytalanodik, amit, ha stabilabb lesz elenged és maga megy tovább.

Végezetül, a fentebb már említett Bartók János mellett szeretnék megemlékezni Szőke Györgyről, akinek szintén sokat köszönhetek. János volt az, aki a kezdetektől velem volt egészen addig a pillanatig, amíg rá nem jöttünk, hogy egészen másképp szeretnénk csinálni a dolgokat. De végülis azt is neki köszönhetem, hogy életemben először nem bénított le egy ilyen versenyhelyzet, hanem találtam egy kreatív megoldást. Szőke Gyuri (kulcs/csluk) velem maradt a gyaloglón, támogatta közösségépítői ambícióimat, de ő maga megmaradt az egyéni segítsénnél, azaz privátban folytatta a segítő beszélgetéseket. Neki is mérhetetlenül hálás vagyok, hogy egészen addig, amíg súlyos beteg nem lett, a Psyche közösség mellett állt, részt vett a bulikon is, igazi csapattag volt. Köszönettel tartozom még Gyulai Ferencnek (lamer), akitől az ihletet kaptam a könyv megírásához.

