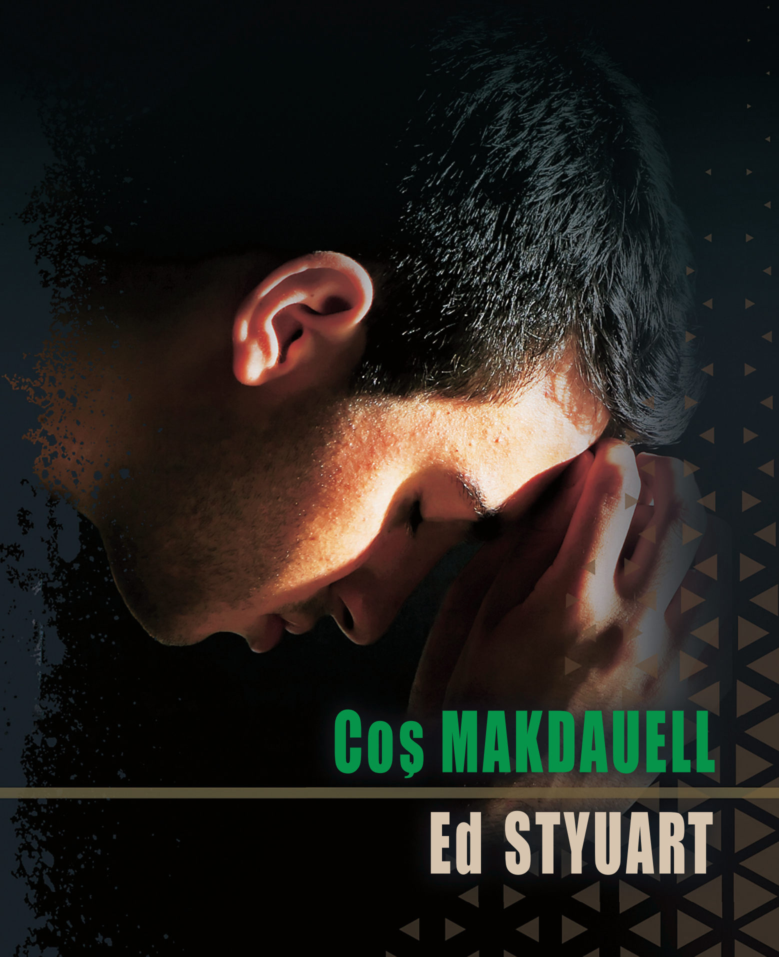
911

YAXIN ADAMIN ÖLÜMÜ



Təcili psixoloji yardım

Coş MAKDAUELL

Ed STYUART

911

TƏCİLİ PSİXOLOJİ YARDIM 911

PUBLISHING RUBIN

Ufa, 2022

YAXIN ADAMIN ÖLÜMÜ

Coş MAKDAUELL
Ed STYUART

İngilis dilindən tərcümə
Originally published in English under the title:
**MY FRIEND IS STRUGGLING WITH...
DEATH OF A LOVED ONE**
by Josh McDowell and Ed Stewart.
Published by Word Publishing,
Thomas Nelson Company,
Nashville, USA.
All rights reserved.
Azerbaijan edition

Coş Makdauell
YAXIN ADAMIN ÖLÜMÜ / İngl. dilindən tərc. — Ufa: Rubin, 2022. — 64 б.

«911: Təcili Psixoloji Yardım» kitablar silsiləsi müxtəlif səbəblərdən və şəraitdən çətin vəziyyətə düşən gənclərə, yeniyetmələrə ünvanlanıb. Bu kitabların hər birində yeniyetmənin qarşılaşa biləcəyi problemlərdən biri nəzərdən keçirilir və Müqəddəs Kitabın müdrikliyinə əsaslanan həll yolları təklif olunur.

© 2000 by Josh McDowell Ministry
© 2022, «Rubin» nəşriyyatı

MİNNƏTDARLIQ

Texas ştatının Ostin şəhərindəki Intimate Life Ministries-in direktoru Devid Ferqyusona «911: Təcili Psixoloji Yardım» silsiləsinə böyük əmək sərf etdiyinə görə minnətdarıq. Bu silsilənin hər kitabında Intimate Life Ministries-in prinsipləri ilə yanaşı Devidin də təsiri hiss olunur. Devid bizə başqaları üçün Allahın təsəllisinin, dəstəyinin və ruhlandırmasının necə olduğunu göstərir.

Eləcə də Coş Makdauellin iyirmi üç illik həmkarı Deyv Bellisə «911: Təcili Psixoloji Yardım» silsiləsində göstərdiyi köməyə görə təşəkkür edirik. Bu silsilədəki hekayələr onun «Youth in Crisis Resource» («Gənclər böhran vəziyyətlərində») proqramından götürülüb. Biz Deyvə istedadına və bu işdə iştirakına görə çox minnətdarıq.

Nəhayət, nəinki bu layihəyə inanan, həm də onu davamlı olaraq dəstəkləyən naşirimiz Word Publishing-dən Coui Pola minnətdarıq.

Çadın HEKAYƏSİ

«Bilirəm ki, bütün bunlar Mettiyə görə oldu — Çad Rocers sakitcə öz-özünə dedi. O, alaqaranlıqda magistralın tozlu tərəfi ilə gedirdi. Ayağının altına təsadüfən düşən çınqıl daşı tapdalayaraq, kiçik qardaşına hirsləndi: «Hələ yeddi yaşı yoxdur, amma anam onunla elə rəftar edir ki, sanki alçaq dağları bu yaradıb! Yəqin anam onu mağazaya aparıb ki, yeni video oyun alsın. Anamın mənim dalımca məktəbə gecikməsi təəccüblü deyil!»

Çadın çiynində içində kitablar olan çanta var idi. O, artıq bir kilometr yol gəlmişdi. Evə çatmağa hələ beş kilometr yol qalmışdı.

«*Bilirdim ki, belə olacaq! — Çad mızıldandı. — Anam planlaşdırdığımız kimi bir*

saat əvvəl məktəbdə olmalı idi. O dedi ki, şəhərə gedib Robu məşqdən götürəcək, sonra dərhal məktəbə gələcək. Biz saat altının yarısına kimi şam etməliyik ki, bir saatdan sonra Robla məbəddə olaq. Əgər biz çatdırmasaq, bizim gənclər qrupumuzun hamısı oyuna bizsiz başlayacaq. Eybi yox, Mettinin payını verəcəyəm!»

Həmişəki kimi yol boş idi. Çad arxadan kiminsə gəldiyini eşitdi. «*Yəqin anamın minivenidır*» — deyə o düşündü. Amma geriyə çevrilmədi. İstəmirdi ki, onu gözlədiyini bildirsin. Çad qərara gəldi ki, anası maşını saxlayıb onu götürmək istəyəndə, heç nəyə fikir verməsin. Qoy Metti Çad onu məktəbdə gözlədiyi kimi gözləsin. O öz yoluna davam etdi. Onlarla birlikdə gedən dostu Rob onu başa düşəcək. Axı onun da belə zəhlətökən qardaşı var.

Çadın gözlədiyi kimi, avtomobil sürətini azaltdı. Lakin avtomobil Çada çatanda onun anasının yaşıl maşını olmadığı məlum oldu. Çad atasının pikapını tanıdı.

— Çad! — atası maşının pəncərəsindən onu çağırdı.

Atası Ben Rocers yerli konserv zavodunda nəzarətçi idi və yayın ortalarında on-on iki saat işləyirdi.

Təəccüblənən Çad dayandı:

— Sən bu gün işdən tez…

Atası onun sözünü kəsdi:

— Çad, tez maşına otur!

Atasının səsində Çadın əvvəllər heç vaxt eşitmədiyi bir şey var idi. Atası hirsli deyildi. Amma sevinmirdi də. O, bir qədər gərgin və narahat görünürdü. «*Bəlkə anam məktəbdə məni görmədiyinə görə narahat olub və atama məni tapması üçün zəng vurub?*» — deyə Çad düşündü.

Maşına əyləşəndə hər şeyi izah etməyə çalışarkən atası yenə sözünü kəsdi. Əlini Çadın çiyninə qoyub dedi:

— Çad, bədbəxt hadisə baş verib. — Atası çətinliklə danışırdı. — Biz elə indi xəstəxanaya getməliyik.

Çadı sanki elektrik cərəyanı vurdu. O, atasının əlindən tutdu:

— Anam? Metti? Onlar yaxşıdırlar?

Atasının çənəsi titrədi, gözləri yaşardı.

— Oğlum, vəziyyət *çox* pisdir. Onların hamısını — ananı, Metyunu və Robu təcili tibbi yardımla xəstəxanaya apardılar, — atasının səsi kəsildi, üzünə dərin kədər çökdü. O, güclə sözünə davam etdi: — Böyük yük maşını əks yola çıxıb...

— Ola bilməz, ata! — Çad qışqırdı. — Bu, ola bilməz! Onlar sadəcə məktəbə məni götürməyə gecikiblər! — O, anasının minivenini görmək ümidi ilə geriyə baxdı. Lakin yol boş idi.

— Çad, bu, dəhşətdir, amma biz özümüzü ələ almalı və xəstəxanaya getməliyik. Biz anana, Metyuya və Roba lazımıq.

Çad əlləri ilə üzünü tutdu.

— Ola bilməz, — deyə o özünü ələ almağa çalışdı. Sonra o, kollecdə oxuyan böyük bacısını yada saldı: — Betin xəbəri var? Sən ona zəng etmisən?

— Oğlum, işdən birbaşa sənin yanına gəlmişəm. Xəstəxanada ananın və Metyunun vəziyyətinin necə olduğunu öyrənəndə, Betə zəng edəcəyəm.

— Tez ol, ata, tez ol! — Çad həyəcanla qışqırdı.

Ben sürətini artırıb pikapı döndərdi, sonra şəhərə tərəf yollandı. Çad atasının əlini üzərində hiss etdi və onun necə dua etdiyini eşitdi: «*Ey Ata, bizə kömək ol. Sən bizə lazımsan*».

«*Ay Allah, yalvarıram, bizə kömək ol*» — Çad ürəyində təkrar etdi.

Xəstəxanaya çatanda, onlar bildilər ki, Çadın altı yaşlı qardaşı Metyu yerindəcə dünyasını dəyişib. Çad, Ben və ailənin digər üzvləri bir-birini qucaqlayaraq ağladılar. Orada onların qonşuları və dostları da var idi. Onlar pis xəbəri eşidən kimi xəstəxanaya gəlmişdilər. Onların arasında Çadın ailəsinin getdiyi məbədin pastoru O'Nill də var idi.

İmanlı dostları da dəhlizdə dayanmışdı. Məbəddə dəhşətli qəza barədə eşidəndə, gənclər qrupunun futbol oyununa getməsi ləğv edilmişdi. Çadın və Robun dostları bir-birinə təsəlli verib, onların ailəsi üçün dua edirdilər. Gənclər üzrə nəsihətçi Daq və Cenni Şou da onların arasında idi.

Xəstəxanada olduqları müddətdə Çad özünü güclə saxlayırdı. Çad Metyunun ölüm xəbəri şokundan sonra həkimlərin qəza zamanı ciddi xəsarət alan anası və dostunun həyatı üçün mübarizə apardıqlarını bilirdi. Hamı təcili yardım şöbəsindən cərrahiyyə şöbəsinə keçdi və orada xəbəri gözlədi. Qohumlar xəstəxanaya gəlməyə davam edirdi. Hər yeni qohum gələndə kədər və ağlaşma yenidən başlayırdı. Çadın gözləri ağlamaqdan şişmişdi. Sinəsi möhkəm ağrıyırdı, əlləri titrəyirdi.

Qohumlarının əhatəsində olan Çad Daq və Cennini görmədi. Onlar Çada yaxınlaşıb onu qucaqlayanda, Çad dözməyib hönkürtü ilə ağladı. Onlar birlikdə bir neçə dəqiqə ağladı-

lar. Şəhərin mərkəzində mini-çap mətbəəyə sahib olan Daq və Cenni məbəddə gənclərlə məşğul olan könüllülər idi. Daq gənclər qrupunda Müqəddəs Kitab dərsləri keçir, Cenni isə ona kömək edirdi. Onlar tez-tez Çadın onların övladlığa götürdüyü oğulları deyərək zarafat edirdilər. Çad da onlara özünün ikinci valideynləri kimi yanaşırdı.

Daq və Cenni Çadı küncdə olan divanda otuzdurdular. Daq ona avtomatdan aldığı soyuq şirə verdi. Çad təşəkkürünü bildirərək böyük qurtum aldı.

— Baş verənlərə hələ də inana bilmirəm, — Çad göz yaşlarını güclə saxlayaraq dedi.

— Başa düşürəm, Çad, çox çətindir, — Daqın səsi həyəcandan titrəyirdi. — Biz sənin halına acıyırıq.

— Səni çox sevirik, Çad, — Cenni əlavə etdi. — Bu şeyləri yaşadığına görə təəssüflənirik. Metyunun ölümü bizi çox kədərləndirir.

— Metyu həlak olub, anam və Rob ağır xəsarət alıb, mənsə özümü ələ ala bilmirəm, — Çad kədərdən boğula-boğula dedi.

Daq Çadın çiyninə vuraraq dedi:

— Eybi yox, ağla. Ürəyini boşalt. Biz də səninlə və ailənlə birgə ağlayacağıq.

— Bilirəm, Allah da sənə görə kədərlənir, — Cenni dedi. — Əgər İsa bədəndə burada olsaydı, düşünürəm ki, O da ağlayardı.

Çad göz yaşlarını silə-silə bir neçə dəqiqə sakit durdu. Daqla Cenni yanında oturub nəvazişli toxunuşlarla ona təsəlli verirdilər. Qəbul şöbəsinin o biri başında pastor O'Nill və məbəddən olan bir neçə imanlı atasına təsəlli verirdi. Robun ailəsi də burada idi. Onlar da qohumları və dostlarının əhatəsində idi. Hamı dua edib yalvarırdı ki, Metyunun ölümündən sonra Çadın anası Marqaret və dostu Robert də ölməsin. Onlar hələ də cərrahiyyə şöbəsində idilər.

— Mənsə axmaq kimi Mettiyə qəzəblənmişdim, — nəhayət, Çad başını yelləyə-

yeləyə dilləndi. — Elə bilirdim ki, anam ona görə məni məktəbdən götürməyib.

— Başa düşürəm, bu, çətindir, — Daq ona təsəlli verərək sakitcə dedi.

—Balaca qardaşımı günahlandırırdım. Əslində isə, onun heç bir günahı yox idi,—Çad heyfsiləndi. — Artıq Metti yoxdur. Mən isə qəzəbləndiyimə görə ondan üzr də istəyə bilmirəm.

— Bunları yaşadığına görə biz çox kədərlənirik, — Cenni dedi.

— Biz həmişə yanında olacağıq, — Daq əlavə etdi.

Bir qədər susandan sonra Çad dedi:

— Anam ölə bilməz. O ölməməlidir! O mənim anamdır. Biz onunla çox yaxınıq. O mənə lazımdır!.. O, Betə də lazımdır. Allah anamı bizdən almayacaq, elə deyilmi? Rob isə... Axı nəyə görə bu işlər anamın, kiçik qardaşımın və yaxın dostumun başına gəldi? Məncə, Allah ədalətsizdir!

Cenni bir daha incə şəkildə Çadı qucaqladı.

— Başın sağ olsun... — titrək səslə o dedi. — Sənin əzab çəkməyin məni də incidir.

— Məncə, doğmaların indi yanında olmaq istəyir, — Daq dedi. — Amma əvvəlcə gəl dua edək, yaxşı?

Çad itaətkarcasına başını yellədi.

Üçü də bir-birinə yaxın oturub əl-ələ tutdular. Daq dua etməyə başladı:

— Ey Səmavi Ata, Çadı sevdiyinə və onun halına acıdığına görə Sənə təşəkkür edirik. İndi bizimlə olduğuna və bizə təsəlli verdiyinə görə Sənə minnətdarıq. Biz Metyunu itirdiyimizə görə çox kədərlənirik. Səndən xahiş edirik ki, vəziyyətə müdaxilə edib Marqaret və Robu sağaldasan. Bu faciəni yaşayan Çadı və ailəsini qoru. İsa Məsihin adı ilə dua etdik, amin!

Çad başını qaldıranda özünü xəstəxanaya çatdıran dayısını və dayıoğullarını gördü.

— Mən dayımın və dayıoğlularımın yanında olmalıyam, — o dedi.

Nəsihətçilər ayağa qalxdılar.

— Əlbəttə, get, — Daq dedi. — Biz isə yaxınlıqda, buradayıq.

— Çox sağ olun! — Çad onları qucaqlayaraq qohumlarının yanına getdi.

Cərrahiyyə şöbəsindəki həkimləri gözləmək üzücü idi. Aldığı xəsarətdən yoldaşının sağ çıxacağına ümid etməyən Ben Rocers dəfn mərasimini təşkil edən büro ilə əlaqə saxladı. Onlardan kiçik oğlunun cəsədini xəstəxanadan götürməsini xahiş etdi. Çad və Ben Betə zəng vurdular. O, bu gün təyyarə ilə yola çıxacağını bildirdi. Çad onun sakit səsindən təəccübləndi.

Gözləməkdən başqa əlac yox idi. İnsanlar Çada yaxınlaşıb, ona təsəlli verirdilər: «Yəqin, cənnətdə qardaşın Allaha daha çox lazım idi, nəinki sənə»; «Yaxşı ki, o, çox əzab çəkmədi»; «Qardaşının altı il sizinlə olduğuna görə Allaha minnətdarlıq etməlisən»; «Hər şey yaxşı olacaq». Çad bu insanların niyyətinin yaxşı olduğunu bilirdi. La-

kin onların sözü ona rahatlıq vermirdi. O, bir neçə dəfə Daq və Cenninin yanına «Başın sağ olsun» və «Biz yanındayıq» sözlərini eşitmək üçün gəldi.

Əvvəlcə şöbəyə Robu əməliyyat edən cərrah gəldi. O danışanda Çad nəfəsini tutdu. Dəhşətli qəzanın törətdiyi təhlükənin və əməliyyatın təfərrüatları Çadın ətini ürpəşdirdi. Rob orqanizminə həyat verən avadanlıqlara qoşularaq, bir neçə gün reanimasiyada olacaqdı. Çad Daq və Cenniyə qoşuldu ki, Robun valideynləri ilə birlikdə dostu üçün dua etsin.

İyirmi dəqiqədən sonra digər həkim, neyrocərrah şöbəyə gələndə, Çad qaçıb gizlənmək istədi. Ona elə gəlirdi ki, həkimin dediklərini eşitməsə, anası ilə hər şey yaxşı olduğuna, faciənin ancaq Metti və Roba aid olduğuna özünü əmin edə biləcək. Lakin Ben işarə ilə onu divanda, yanında oturmağa çağırdı və çiyinlərindən qucaqladı. Çad atasının yanında oturub onun əlindən tutdu.

Həkim də əyləşib atasına dedi:

— Biz yoldaşınızı əməliyyat otağından palataya köçürtdük. Hal-hazırda onun bədəni mübarizə aparır. Amma qorxuram ki, vəziyyət elə də ürəkaçan olmasın. Qəza nəticəsində o, başından ciddi xəsarət alıb. Biz bacardığımız hər şeyi etdik. O özü nəfəs ala bilmir. Təəssüf ki, beyin fəaliyyəti çox zəifdir.

— Demək istəyirsiniz ki, anamın beyni fəaliyyətini dayandırıb? — özünə nəzarət edə bilməyən Çad bu sözləri ağzından çıxartdı. Məktəbdə ikinci yarım ildə o, beyin fəaliyyəti ilə bağlı bir qədər öyrənmişdi. Həmin vaxt o, «beyin ölümü»nün nə olduğunu başa düşə bilmirdi. Buna görə də bu söz sanki başqa dildə səslənirdi. İndi isə bu, faciəvi həqiqətə çevrilmişdi.

Cərrah üzünü Çada çevirib dedi:

— Bu gecə ananızın vəziyyətinə ciddi nəzarət edəcəyik. Səhər isə daha çox məlumata malik olacağıq. Mən indi onun beyninin öldüyünü deyə bilmərəm. Amma vəziyyəti elə

də yaxşı deyil. Tibbi nöqteyi-nəzərdən biz bacardığımız hər şeyi etdik. Lakin mən də duaya və möcüzəyə inanıram. Hər şey Allahın əlindədir.

Çad sanki bu qəddar dünyadan ayrılaraq gözlərini yumdu. Bəlkə də atası ilə Daq yanında olmasaydı, o, qəbul şöbəsindən qaçardı.

— Anamızı görə bilərik? — Ben həyəcanla soruşdu.

Həkim ayağa qalxaraq dedi:

— İndi o, reanimasiyada olmalıdır. O komadadır. Amma sizin səsiniz ona çox kömək edə bilər. İstəyirsinizsə, mənimlə gəlin.

Çad anasının yanına getməli olduğunu bilirdi. Lakin tərəddüd edirdi. Palataya girməsi anasının, həqiqətən, xəstəxanada yatmasını, onun həyatını təmin edən cihazlara qoşulmasını etiraf etmək demək idi. O isə bunu qəbul etmək istəmirdi. Bədbəxt hadisələr başqa insanların həyatında baş verə bilər, amma onun deyil. Bir neçə dəqiqədən sonra Çad

dərk etdi ki, Daq Şou ilə birlikdə zəif işıqlandırılmış dəhlizdə reanimasiya otağına gedir. Pastor O'Nill və atası qabaqda gedirdi. Cenni isə hava limanında Beti qarşılamağa getdi ki, onu xəstəxanaya gətirsin.

Çarpayıda yatan qadını görüb Çad rahatlıq hiss etdi. Bu, onun anası deyildi. Ən azından bu qadın onun anasına oxşamırdı. Şişmiş üzünün bəzi yerləri göyərmiş, bəzi yerləri tünd-qırmızı rəng almış, bəzi yerlərin rəngi isə solmuşdu. Başı bintlə sarılmışdı. Ağzına və burnuna salınmış borular üzünü daha da tanınmaz hala salmışdı. Gözləri şişmiş və göz qapaqları göyərmişdi. Bu, Çadın xatırladığı işıq saçan yaşıl gözlər deyildi. O, bu qadının anasının olub-olmadığına əmin olmaq üçün yaxına gəldi.

Lakin atasının reaksiyası Çadı gerçəkliyə qaytardı. Ben həyat yoldaşının rəngi solmuş əlindən tutaraq incə şəkildə danışmağa başladı. Bir neçə dəqiqədən sonra növbə Çada çatdı. O, çarpayıya yaxınlaşan atasının yanında dayandı.

Yerində donub qalan bədənə baxaraq, nəhayət, Çad onu tanımağa başladı. Sarığın altından görünən saçlar anasının saçının rənginə bənzəyirdi. Qulağının forması, çənəsindəki batıq — bütün bunlar ona tanış idi. *«İstəmirəm ki, bu, sən olasan. Amma bu, sənsən»,* — Çad ürəyində etiraf etdi.

Həmin an o ağlamırdı. Cansız bədənə baxa-baxa onda başqa hisslər yarandı. Çad çənəsini möhkəm sıxdı. Sanki «*Ay Allah, niyə icazə verdin ki, anamın başına bu fəlakət gəlsin?»* qəzəb dolu sözlərinin ağzından çıxmasından qorxurdu.

DÜŞÜNMƏK VAXTI

Çadın yaşadığı kimi, doğma insanın və ya dostun ölümü ilə barışmaq çox çətindir. Ola bilsin, siz də bunları yaşamısınız. Bu, istər xərçəng xəstəliyindən dünyasını dəyişən valideynlərindən biri, nənə və ya baba, istər avtoqəzada həlak olan yaxın dost, istərsə də ya-

tıb səhər oyanmayan kiçik qardaş və ya bacı olsun... Bu, çox ağırdır. Qəfil gələn ölümü yaşamaq xüsusilə çətindir. Məsələn, qəza zamanı həlak olan Metyu və ya ürək tutmasından, ya da qətl nəticəsində dünyasını dəyişən insan.

Əgər siz də yaxın adamın ölümünü yaşamısınızsa, Çadın hekayəsinin birinci hissəsində sizin üçün faydalı olan bir neçə məqam qeyd edilməlidir.

Birincisi, bu hadisə baş verəndə, siz müxtəlif emosiyalar — kədər, məyusluq, çarəsizlik, qorxu, hətta qəzəb hissi yaşaya bilərsiniz. Siz həyatınızda heç vaxt ağlamadığınız kimi ağlaya bilərsiniz. Emosional boşluq hiss edə bilərsiniz. Siz vəziyyətə, ölərək sizi tək qoyan insana, yaxınınızın ölümündə günahkar hesab etdiyiniz şəxsə, hətta buna yol verdiyinə görə Allaha da qəzəblənə bilərsiniz. Bütün bu hisslərin normal və təbii olduğunu başa düşmək vacibdir. Çünki bu emosiyaları sizə bəxş edən Allahdır. O sizi məhz belə

yaradıb. Sizin duyğularınız ürək ağrısını üzə çıxaran daxili qapaq kimidir. Onları başa düşmək və öhdəsindən gəlmək vacibdir. Təbii ki, onları ifadə etməyin həm sağlam, həm də qeyri-sağlam yolları ola bilər.

Daqla Cenninin Çada verdiyi sadə nəsihət tamamilə doğru idi: hisslərinizi içinizdə boğmayın, əksinə, üzə çıxmasına izin verin. Onlar Çadın yanında idi və onunla birlikdə ağlayırdılar. Belə bir reaksiya İsanın sözlərində öz əksini tapır: «Nə bəxtiyardır yaslı olanlar! Çünki onlar təsəlli tapacaq» (Matta 5:4). Ağlamaq — qəlb ağrısını üzə çıxaran prosesdir. Ağrını içinizdə saxlamayın, onu başqa insanlarla paylaşın ki, onlar da dərdinizə şərik olsunlar. Bu sizin üçün Allahın xeyir-duası və şəfanın başlanğıcı olacaq. Bu mərhələdə fərqli duyğular yaşamaq adi haldır (həm də faydalıdır).

İkincisi, yaxın adamınız və ya yaxın dostunuz öləndə sizin təsəlliyə ehtiyacınız olur. Məhz elə buna görə də Daq və Cenni xəstəxanaya getdilər ki, Çadın və atasının ya-

nında olsunlar. Acı çəkdiyiniz vaxt ən böyük təsəlli — başqalarının sizin dərdinizə şərik olmasıdır. Allah bizə başqa insanlar vasitəsilə təsəlli verir. Həvari Paul yazır: «...O, rəhmli Ata və hər cür təsəlli verən Allahdır. Çəkdiyimiz hər bir əziyyətdə O bizə təsəlli verir ki, biz də Allahdan aldığımız təsəlli ilə hər cür əziyyət çəkənlərə təsəlli verə bilək» (2 Korinflilərə 1:3, 4).

Beləliklə, təsəlli nədir? Yəqin ki, əvvəlcə təsəllinin *nə olmadığını* görmək daha faydalı olar. Təsəlli vermək — ruhdan düşməmək çağırışı deyil. Təsəlli vermək — insanların problemlərinin səbəbini izah etmək deyil. Təsəlli vermək — Allahın hər şeyi nəzarətdə saxladığı barədə «doğru» sözlər demək də deyil. Bütün bunlar öz vaxtında faydalı ola bilər. Lakin bu bizim təsəlliyə olan ehtiyacımızı ödəmir.

Bizə daha çox təsəlli verən — insanların halımıza acımasıdır. İsa Məsihin dostu Lazar öləndə O, əsl təsəllini nümayiş etdirdi (Yəhya 11-ci fəslə bax). İsa Məsih Lazarın bacıla-

rı Məryəm və Martanın evinə gələndə onlarla birlikdə ağladı (33-35-ci ayələrə bax). İsanın sonradan etdiklərinə nəzər salmaq xüsusilə vacibdir: O, Lazarı ölülər arasından diriltdi (38-44-cü ayələrə bax).

Nəyə görə Məsih qəm-qüssə içində olan Məryəmlə Martaya «Ağlamayın, Lazar tezliklə diriləcək» demədi? Çünki həmin vaxt onların acılarını bölüşəcək insana ehtiyacı var idi. İsa Məsih onlarla birlikdə ağlayaraq təsəlliyə olan ehtiyaclarını ödədi. Sonra isə möcüzə göstərib onların kədərini sevincə çevirdi.

İztirab çəkdiyimiz vaxt tək olmadığımızı biləndə, rahatlıq tapırıq. Həvari Paul bizi öyrədir: «Sevinənlərlə sevinin, ağlayanlarla ağlayın» (Romalılara 12:15). Kədərli olduğunuz vaxtlarda, adətən, insanlar sizi ruhlandıraraq, güclü olmağa təşviq edirlər və ya problemin niyə baş verdiyini izah edərək toxtaqlıq verməyə çalışırlar. Şübhəsiz ki, onlar qayğınıza qalıb, sizin üçün əlindən gələni etmək istəyirlər. Amma onlar əsl təsəllinin nə

olduğunu dərk etməyə bilərlər. Ümid edək ki, yanınızda Daq Şou kimi sizə əsl təsəlli verən biri olacaq. Kimsə dərdinizə şərik olub sizinlə birgə kədərlənəndə və ya ağlayanda, Allahın qayğısını hiss edəcəksiniz. Daq və Cenninin davranışı çətin, faciəvi vəziyyətlərdə əsl təsəllinin gözəl nümunəsidir.

Lakin Çadın tezliklə öyrənəcəyi kimi, yaxın insanın ölümünü yaşamaq digər sahələrə də təsir göstərir.

Çadın HEKAYƏSİ

Atası ilə Çad, demək olar ki, xəstəxanada yaşayırdılar. Onlar yalnız həftə sonları bir qədər yatmaq, çimmək və əyinlərini dəyişmək üçün gecəyarı evə qayıdırdılar. Qohumları, qonşuları və məbəddəki dostları onlara çox kömək edirdilər. Qonşular onların iki böyük itini yedizdirir və gəzdirirdilər, dostları xəstəxanaya yemək və gül gətirirdilər. Palatada gecə-gündüz növbə çəkən ata ilə oğulun yanına baş çəkənlər çox idi. Çad dəstəyə görə Daq və Cenni Şouya xüsusilə minnətdar idi.

Şənbədən bazara keçən gecə Çad cəmi bir neçə saat yatmışdı. Səhər erkən o, yuxudan oyananda dua edirdi ki, cümə günü baş verən dəhşətli hadisə yuxu olsun. Bir neçə dəqiqə yatağında uzanıb, atasının, anasının və Metti-

nin mətbəxdə süfrə arxasında onu gözlədiyini təsəvvür etdi. Lakin qəddi əyilən atasının süfrə başında ağladığını görəndə, yenidən qorxulu gerçəkliyə qayıtdı.

Bazar günü səhər Ben və Çad məbədə toplantıya getdilər. Sonra xəstəxanaya qayıtdılar. Xəstəxanaya gələn kimi onlar Çadın yaxın dostu Robun öldüyünü bildilər. Çad Robun valideynlərinin yanına getdi ki, kədərlərinə şərik olsun. Daq, Cenni və məbəddən gələn bir qrup gənc də orada idi. Çad üçün bu, böyük itki idi. O, gizlicə Daqa dedi ki, dostunun ölümündə özünü günahkar hesab edir: «Əgər mən ona cümə günü axşam mənimlə gəlməsini deməsəydim, o, minivendə olmaz və dünyasını dəyişməzdi». Daqın qayğısı və ona qarşı həssas olması Çada çox kömək etdi.

Bazar günü günorta Ben və Çad pastor O'Nillin yanında Metyunun yas mərasimini müzakirə etdilər. Lakin həkimlər Marqaretin vəziyyəti ilə bağlı dəqiq fikir bildirənə

qədər Ben mərasimi təxirə salmaq qərarına gəldi.

Çadın böyük bacısı Bet dəfn mərasimi haqqında danışmaqdan imtina etdi. O, şənbə günü xəstəxanada bir neçə saat keçirdi, lakin, demək olar ki, heç bir emosiyaya yer vermədi. Atası və qardaşı Marqaret üçün dua edib gözləyərkən, o, dostları ilə şəhərdə qalmağa üstünlük verdi.

Bazar ertəsi səhər neyrocərrahlardan biri ilə söhbətdən sonra Ben Daqla gözləmə otağında oturan oğluna yaxınlaşdı. Daq işə getməzdən əvvəl yolüstü xəstəxanaya Çada baş çəkməyə gəlmişdi. Çad diqqətlə atasının üzünə baxdı. Onun simasında dərin hüzn hiss olunurdu.

Atası oğlunun yanında əyləşib yumşaq səslə dilləndi:

— Çad, çox pis xəbər var. Həkim indicə mənə dedi ki, anan komadan çıxmayacaq. O, digər mütəxəssislərlə məsləhətləşdi və hamısı ananın sağ qalmayacağına əmindirlər. Bu, sadəcə zaman məsələsidir.

Çad hisslərinin öhdəsindən gəlməyə çalışaraq başını aşağı saldı.

— Mən nə deyəcəyimi bilmirəm, ata, — nəhayət, o dilləndi.

— Yaxşı olar, oğlum, — atası onu əmin etdi. — Mən Beti tapıb bu barədə ona deyəcəyəm. Bir az sonra bir yerə toplaşacağıq.

Atası gedəndən sonra Çad Daqla bir neçə dəqiqə danışıb dua etdi. Sonra Daq işə getdi. Amma yenə gələcəyinə söz verdi.

Çad anası ilə palatada tək qaldı. O, diqqətlə süni nəfəs aparatına qoşulan anasının cansız bədəninə baxırdı. Qadının solğun üzündəki tünd qançırlar sarıya çalırdı. O, anasına oxşamırdı, sanki yataqda yad qadın vardı.

Çad irəli əyilərək anasının qulağına pıçıldadı:

— Mən ölməyini istəmirəm. Sənin üçün çox darıxıram... — Anasının ona cavab verə bilməyəcəyini anlayan Çad başını aşağı saldı: — Ya Rəbb, istəyirəm möcüzə edib ana-

ma şəfa verəsən. Amma buna iradən yoxdursa, mənə indidən de. Mən onu belə vəziyyətdə görə bilmərəm.

Tamamilə tükənmiş və əldən düşmüş Çad kresloda yuxuya getdi.

Bir qədər sonra pastor O'Nill və bəzi yaxın dostları Marqaret üçün dua etməyə gəldilər. Lakin Çad onlara qoşulmaq istəmədi və başqaları ilə birlikdə gözləmə otağında qaldı. O, Daq Şouya yaxınlaşdı:

— Bu, mümkün deyil, Daq. Bunların mənim başıma gəlməsi mümkün deyil.

— Başa düşürəm. Baş verənlər adama kabus kimi görünür.

— Anam ölə bilməz, ölə bilməz! Mən orta məktəbi bitirib kollecə girəndə o, yanımda olmalıdır. Bizim o qədər planlarımız var ki!.. O, ölə bilməz. Bu, doğru deyil.

— Ananın səninlə olmayacağına görə təəssüf edirəm, Çad... — Daq dedi. — Nə hiss edirsən?

Çad tərəddüd etdi:

— İçimdə qəzəb var. Səncə, bu pisdir?

Daq gənc dostunun çiyninə vurdu:

— Qəzəb adi, normal insan reaksiyasıdır. Mənə nə hiss etdiyini danış.

— Mən yolun əks zolağına çıxan o yük maşının sürücüsünə qəzəblənirəm. Nəyə görə buranın yolları bu qədər dardır? Bəlkə anam toqquşmadan qaça bilərdi... — Çad azca fasilə verib göz yaşını sildi. — Mən Allaha da qəzəblənirəm. Nəyə görə bu hadisənin baş verməsinə O, yol verdi? Axı O, bu qəzanın qarşısını ala bilərdi. Niyə O, bunu etmədi? Ən azı yük maşını hər hansı digər avtomobilə, övladı olmayan birinə çırpıla bilərdi.

Daq başını tərpətdi:

— Bunun nə üçün baş verdiyini anlamaq çətindir. — O, susdu. Bir qədər sonra isə soruşdu: — Başqa nə hiss edirsən?

Çad üzünü çevirdi və heç kim onları eşitməsin deyə sakitcə cavab verdi:

— Anamın və Metinin başına gələnlərdə mənim də günahım var.

— Sənin günahın? Sən nəyi nəzərdə tutursan?

Çad başını aşağı saldı:

— Son vaxtlar az dua edirəm. Əgər ailəm üçün lazımi qədər dua etsəydim, bəlkə də, belə olmazdı.

— Ah, Çad, — Daq dedi. — Bu cür düşüncələr səni üzdüyü üçün çox təəssüf edirəm!..

Çad davam etdi:

— Mən dünən gecə bunu Allaha etiraf etdim. Ona söz verdim ki, əgər O, anamı sağaltsa, Ona itaətkar və sadiq olacağam.

Bu zaman qapı açıldı. Ben və pastor O'Nill yavaş-yavaş gözləmə otağına daxil oldular. Çad başını qaldırıb atasına baxanda hər şeyi başa düşdü.

— Deyəsən, duada gecikmişəm, — oğlan dedi.

Ben göz yaşlarını saxlayaraq gözləmə zalına toplaşanlara dedi:

— Marqaret Rəbbin yanına getdi. O, Metyunun yanındadır.

Qohumları və dostları onları qucaqlayaraq dağılışmağa başladılar. Deyəsən, Marqaretin iztirablarının sona çatmasından bir qədər rahatlamışdılar. Amma onun on beş yaşlı oğlu hələ də içində tüğyan edən hisslərlə mübarizə aparırdı.

Getməzdən əvvəl Daq Çadı kənara çəkdi.

— Burada sənin günahın yoxdur, — Daq şəfqətlə oğlana baxaraq, pıçıldadı. — Narahat olma, mən yanında olacağam və bunun öhdəsindən gəlməyə kömək edəcəyəm.

DÜŞÜNMƏK VAXTI

Çad Rocersin dünyasını, sözün əsl mənasında, alt-üst edən qəzadan, demək olar ki, üç gün keçmişdi. Onun üçün oxşar faciəni yaşayan insanların əksəriyyətinin keçdiyi proses başlamışdı. Bu proses bir neçə həftədən

bir neçə aya qədər davam edə bilər. Həmin proses beş mərhələdən ibarətdir. Onu eyni şəkildə yaşayan ən azı iki nəfər tapmaq çətindir; mərhələlər bir-biri ilə üst-üstə düşə və yenidən təkrarlana bilər. Amma çox güman ki, faciəyə reaksiyanız Çadın reaksiyası kimi olacaq.

İlk mərhələ — *inkar etməkdir*. Bəzən bunun sizin başınıza gəldiyinə inanmırsınız. Çadın təkzib etməsi anasının otağına girmək istəməməsində özünü büruzə vermişdi. O, şikəst olmuş anasını görmək istəmirdi. Çünki bu, faciənin, həqiqətən, baş verdiyinin təsdiqi ola bilərdi. Sonra o özünü inandırmağa çalışırdı ki, baş verənlər sadəcə bir kabusdur. «Xeyr, bu, ola bilməz» deyib inkar etmək — beyninizin baş verən bədbəxtliyin öhdəsindən gəlməyə çalışdığı üsullardan biridir.

İkinci mərhələ — *qəzəbdir*. Belə vəziyyətlərdə bunun nə üçün baş verdiyini özünüzdən soruşaraq, ağlabatan cavab tapa bil-

mədiyinizə görə qəzəblənirsiniz. Siz sevdiyiniz insanı itirmisiniz. Bütün bunlar sizə ədalətsiz görünür. Çadda olduğu kimi, qəzəbiniz ölüm səbəbinə (avtomobil, yerli hakimiyyət orqanları, xərçəng, infarkt və s.), həmçinin, qismən də olsa, günahkar hesab etdiyiniz şəxsə və ya insanlara (sürücü, həkim, cinayətkar və s.) yönələ bilər. Qəribə olsa da, bəzən «Niyə məni tərk etdin?!» deyib mərhuma və ya faciənin baş verməsinə yol verən Allaha da qəzəblənə bilərsiniz. Hətta qəzəbiniz özünüzə yönələ bilər, çünki baş verənlərə görə nədəsə günahkar olduğunuzu düşünürsünüz. Çad bütün bu mərhələlərdə qəzəb yaşadı.

Üçüncü mərhələ — vəziyyətin və ya onun ağır nəticələrinin aradan qaldırılması üçün *Allahla razılığa gəlmək cəhdidir*. Eləcə də Allah sevdiyiniz insanı sizə qaytarsa, bu əzabdan qurtarsa, həyatınızı dəyişəcəyinizə söz verərək Onunla sövdələşə bilərsiniz. Çadın duası yanlış təqsirkarlıq hissinə əsaslanır-

dı. O fikirləşirdi ki, əgər yaxşı imanlı olsaydı, bu faciə baş verməzdi. Onun fikrincə, faciənin baş verməsinin səbəbi də elə budur. Allahla sövdələşmək — vəziyyəti dəyişdirmək, yaxud keçmiş səhvləri düzəltmək istəyinizdən irəli gələ bilər.

Dördüncü mərhələ — sevdiyiniz insanın geri qaytarılmasının qeyri-mümkün olduğunu anladığınız vaxt yarana biləcək *depressiyadır*. Bu, itkiyə görə hədsiz kədər və ümidsizlik hissidir. Depressiya qorxu, əminsizlik və narahatlıqla müşayiət oluna bilər. Çünki bu insan olmadan necə yaşayacağınızı təsəvvür belə edə bilmirsiniz. Kəskin tənhalıq hissi depressiyanın başqa bir tərəfidir. Komada olan anasının yanında oturan Çad artıq onun üçün darıxdığını və gələcəkdə anasının yanında ola bilməyəcəyinə görə çox üzüldüyünü etiraf etdi.

Nəhayət, sonuncu, beşinci mərhələ — *qəbullanmaqdır*. Zamanla yaşadığınız acıların digər mərhələləri keçdikcə, üzləşdiyiniz itki

ilə barışır və onun nəticələrinin öhdəsindən gəlməyə başlayırsınız. Ancaq bu mərhələ üstünlük təşkil edəndə, yenə də əvvəlki mərhələlərə qayıda, baş verənləri inkar edə, qəzəb və depressiya yaşaya bilərsiniz. Lakin buna baxmayaraq, keçdiyiniz mərhələlərin təsiri əvvəlki kimi şiddətli olmayacaq. Çünki yaşadığınız hər şeyi Allahın sizin xeyrinizə çevirdiyini dərk etməyə başlayacaqsınız (Romalılara 8:28-ə bax).

Məsihçi məsləhətçiləri razılaşırlar ki, bu beş acı çəkmə mərhələsi — itki ilə bağlı yaşanan normal və sağlam reaksiyadır. Bəzi hallarda bu mərhələlərin müvəffəqiyyətlə keçməsinə bir neçə həftə və ya aylar lazım gəlir. Həmin ərəfədə yaşadığınız duyğular və ya ağlınızda yaranan fikirlər sizin üçün tamamilə yeni və ya çox güclü ola bilər. Buna görə «doğrudanmı siz yaxşısınız?» deyə bəzi şübhələr yarana bilər. Narahat olmayın, həyatınızdakı ən kədərli hadisələrdən birinə normal reaksiya verirsiniz.

Həmin dövrdə sizin üçün yeganə real təhlükə — duyğularınızın qəbuledilməz və ya qeyri-sağlam şəkildə ifadəsidir. Məsələn, əgər Çadın qəzəbi onu yük maşını sürücüsündən qisas almağa və ya intihara cəhd etməyə sövq etsəydi, bu onun tərəfindən yanlış və qeyri-sağlam reaksiya olardı. Həmin dövrdə yaranan duyğuların diktə etdiyi impulsiv hərəkətlərdən qaçmaq üçün müdriklik tələb olunur.

Sevdiyiniz insanın itkisinin nəticələri ilə mübarizədə ən yaxşı «müttəfiq»lərinizdən biri — zamandır. «Zaman hər şeyi sağaldır» məsəlində az da olsa həqiqət var. Faciənin öhdəsindən gəlmək üçün sizə vaxt lazım olacaq. Bunu fakt kimi qəbul edin. Düşüncələrinizin və hisslərinizin labirintini nizamlamaq üçün zamana ehtiyacınız var. Təcrübəli məsihçi nəsihətçilər və dostlarınızla fikirləriniz və hissləriniz barədə bölüşmək üçün vaxt lazımdır. Həftələr keçdikcə kədəriniz yavaş-yavaş azalacaq, getdikcə siz normal həyata qayı-

dacaqsınız. Qoy zaman sizin xeyrinə işləsin. Ağrının və kədərin qısa zamanda keçəcəyini gözləməyin.

İndi Çadın anası vəfat etdiyi üçün o, kədərin yeni mərhələsinə qədəm qoyur. Lakin xoşbəxtlikdən, o, bu yolda tək olmayacaq.

Çadın HEKAYƏSİ

Marqaret və Metyunun yas mərasimi məbəddə beşinci günə təyin olundu. Atasının razılığı ilə Çad bu həftə məktəbə getməməyə qərar verdi. Bu vaxt o, atası, bacısı və başqa ştatlardan gələn qohumları ilə birlikdə yas tutdu.

Çad məbəddəki dostlarının dəstəyindən çox təsirlənmişdi. O, dərslərindən geri qalacağını düşünərək bu barədə Daqla danışdı. Daq məktəbə getdi və Çadın bütün müəllimləri ilə görüşüb ev tapşırıqlarını götürdü. Beləcə Daq yaranan problemi həll etdi. Çad isə hər gün iki saat dərslərlə məşğul olmağın onun üçün faydalı olacağını başa düşdü.

Pastor O'Nill dedi ki, onlar yeməyin hazırlanmasına görə narahat olmasınlar. Hər axşam məbəddən bir ailə Rocerslərə və on-

larda qalan qohumları üçün isti şam yeməyi və ehtiyat ərzaq gətirirdi. Bir neçə ailə onların qohumlarını öz evlərində yerləşdirməyi təklif etdi. Kimlərsə gündəlik ev işlərində həmişə kömək etməyə hazır idi. Daq və Cenni Şou Çadın ailəsinə kömək etmək üçün əllindən gələn hər şeyi etdi.

Dəstəkdən əlavə, Çad həmişə başqa insanların təsəllisini hiss edirdi. Hər gün onlara içərisində sevgi və qayğı sözləri yazılmış açıqcalar olan dəstələrlə gül gətirilirdi. Çoxları onlara başsağlığını bildirmək üçün zəng edirdi. Xüsusilə gənclər qrupundan böyük açıqca almaq Çadı ruhlandırırdı. Gənclərin hər biri bir neçə söz yazır və Kəlamdan bəzi ayələri qeyd edirdi.

Lakin bu dəstək və təsəlliyə baxmayaraq, Çad bəzən özünü məyus hiss edirdi.

Dördüncü gün axşam o, bu barədə Daqla bölüşdü:

— Xüsusilə gecələr yatmazdan qabaq özümü pis hiss edirəm. İşığı söndürməzdən əvvəl

anam həmişə yanıma gələr, mənimlə danışar və dua edərdi. Onun üçün çox darıxıram.

Onlar kafedə oturub şirə içə-içə söhbət edirdilər. Daq Çadın vəziyyətini öyrənmək üçün onu kafeyə dəvət etmişdi. Çad evdən çıxanda özünü bir qədər rahat hiss edirdi.

— Ananın sənin yanına daha gələ bilməyəcəyinə görə təəssüflənirəm, Çad, — Daq şəfqətlə ona dedi.

Çad şirədən dadıb sözünə davam etdi:

— Mənə elə gəlir ki, sənin dediyin hissləri yaşayıram, sanki dairədə dövrə vururam. Məni gah qəzəb, gah da kədər boğur...

— Bu, adi haldır, Çad. Bu, prosesin bir hissəsidir, — Daq dedi.

— Məni ən çox narahat edən Betdir, — qaşlarını yüngülcə çataraq Çad dedi. — O, bir dəfə də olsun, ağlamadı. Ümumiyyətlə, o, anam və Mettinin başına gələnlər barədə danışmaq istəmir. Çox vaxt o, ya dostlarının yanında olur, ya da otağına qapanır. Mən onun üçün nə edə bilərəm?

— Ağlımda iki şey var, — Daq cavab verdi. — Hər şeydən əvvəl, bacardığın qədər ona təsəlli ver. Onun anası ilə necə vaxt keçirtdiyini yadına sal...

— Onlar İnternet vasitəsilə danışırdılar, — Çad onun sözünü kəsdi. — Onlar tez-tez elektron məktublar vasitəsilə yazışırdılar.

— Onda ona belə de: «Bet, təəssüf edirəm ki, sən indi anamızla əvvəlki kimi söhbət edə bilmirsən. Mən bunun sənin üçün nə qədər vacib olduğunu bilirəm».

— Mən axşamlar anam üçün darıxdığımı sənə deyəndə, sənin mənə təsəlli verdiyin kimi, ona təsəlli verə bilərəm.

— Razıyam! — Daq başını yellədi. — Əgər onun anasını və qardaşını xatırladığı vaxt necə acı çəkdiyini görsən, ona təsəlli ver.

— Məncə, bunu edə bilərəm, — deyə Çad razılaşdı. — Axı bizim dərdimiz eynidir.

— Sən həm də onun üçün dua edə bilərsən, — Daq dedi. — Bacının ehtiyac duy-

duğu təsəllini almaq üçün Allahdan kömək diləا. Biz Cenni ilə məhz bunun üçün dua edirik. Çad, biz sənin üçün hər gün dua edirik.

Çad çöplə stəkandakı buzu qarışdırdı.

— Çox sağ ol, — o dedi. — Mənimlə maraqlanmağın çox dəyərlidir. Cenni ilə göndərdiyiniz açıqcaya görə təşəkkür edirəm. Son həftə atamla bir-birimizə çox yaxın olmuşuq. Amma sizin də mənimlə olmağınız çox vacibdir.

Daq başını yırğaladı:

— İmanlıların ailəsi məhz bu cür olmalıdır, elə deyilmi?

Çad gülümsəyərək onunla razılaşdı.

Növbəti gün Çad yas mərasimi qorxusu ilə oyandı. O, düşünürdü ki, mərasim ağrılı olacaq. Lakin o yanıldı. Düzdür, Çadın və qohumlarının olduğu cərgədə böyük ağlaşma var idi. Amma pastor O'Nill mərasimi Çadın anası və qardaşına verdiyi həyata görə Allaha minnətdarlıqla keçirtdi. Vəzçinin sözü və oxunan ilahilər Çadı Allahın ən

faciəli vəziyyətlərdə belə, xeyirxah və mərhəmətli olmasına əmin edirdi. Hətta dəfn mərasimində pastor O'Nill ölülərdən dirilmə barədə danışanda nikbin fikirlər səsləndirirdi.

Mərasimdən sonra məbəddəki otaqların birində şam yeməyi təşkil olundu. İstəyən hər kəs iştirak edə bilərdi. Çad iki saat ərzində ona məhəbbət və qayğı göstərən insanların arasında oldu. Lakin adamlar dağılışanda, o özünü bir qədər narahat hiss etdi. Sabah, demək olar ki, bütün qohumlar evlərinə gedəcək. Bazar günü isə Bet kolleсə qayıdacaq. Marqaret və Mettinin ölümündən sonra Çad ilk dəfə atası ilə baş-başa qalacaq. Çad bunun öhdəsindən necə gələcəyini bilmirdi.

DÜŞÜNMƏK VAXTI

Çadın bu vaxt qohumlarının və dostlarının təsəllisindən daha çox şeyə ehtiyacı var idi.

Yəqin siz də həmçinin. Burada daha iki vacib məqam mövcuddur.

Birincisi, sizin *dəstəyə ehtiyacınız var*. Dəstəklə təsəlli arasında fərq nədir? İnsanlar kədərinizi bölüşməklə sizə emosional cəhətdən təsəlli verirlər. Praktiki cəhətdən kömək edəndə isə, dəstək olurlar. Sizin «Bir-birinizin yüklərini daşıyın və bu yolla Məsihin qanununu icra edin» (Qalatiyalılara 6:2) əmrinə tabe olan adama ehtiyacınız var.

Çadı və onun ailəsini əhatə edənlərin onlara necə dəstək olduğu barədə düşünün. Daq məktəbə gedib Çadın ev tapşırıqlarını götürdü. İmanlılar yemək hazırlayıb gətirir, gündəlik ev işlərində kömək edir və gələn qohumları öz evlərində yerləşdirirdilər. Dəfn mərasiminə gələn insanlar da dəstək oldular. Hər gün kimsə Rocers ailəsinin qayğısını öz üzərinə götürməyə hazır idi.

Bəlkə siz başqalarının dəstəyini rədd etmək istəyəcəksiniz. Düşünərsiniz ki, hər şeyin öhdəsindən özünüz gələ bilərsiniz, ya da

problemlərinizlə başqalarını narahat etmək istəməzsiniz. Amma bütün şübhələrinizi bir kənara qoyun. Allah bilir ki, bəzən həyatımızda başqalarının dəstəyinə ehtiyac duyduğumuz dövrlər olur. Buna görə də Qalatiyalılara məktubun (6:2) sözləri Müqəddəs Kitabda öz əksini tapıb. İnsanların sizə kömək etməsinə izin verin və buna görə onlara minnətdar olun. Çünki bu, Allahın sizə qayğı göstərdiyi yollardan biridir.

Sizin praktikiköməyə ehtiyacınız olduğu halda, heç kim onu təklif etmirsə, bəs onda necə? Belə olan halda, köməyi özünüz istəyin. Probleminizi etibarlı dostunuzla, gənclər qrupunun və ya məbədin xidmətçisi ilə bölüşüb, kömək istəməkdə qəbahət yoxdur. Məsələn, Daq məktəbə gedib ev tapşırıqları barədə düşünməsəydi, Çad bunu özü xahiş edə bilərdi. Çox vaxt insanlar kömək etməyə can atırlar, sadəcə bunu necə edəcəklərini bilmirlər. Onlara nəyə ehtiyacınız olduğunu bildirərək sizə dəstək olmalarına kömək edin.

İkincisi, *sizin ruhlanmaya ehtiyacınız var*. Adətən, başqa insan sizin əhval-ruhiyyənizi qaldırmaq üçün nəsə edəndə, siz ruhlanırsınız. Daq Çadla maraqlananda və ona diqqət göstərəndə ruhlanırdı. Ailəsinə göndərilən güllər, dostlarının və qohumlarının onu qucaqlaması, eləcə də gənclər qrupunun ayələr yazdığı açıqcalar Çadı çox ruhlandırırdı. Bəlkə də belə ruhlandırma praktiki kömək qədər təsirli olmaya bilər. Lakin bunun əhəmiyyəti az deyil.

Amma yenə də, əgər siz ehtiyac duyduğunuz ruhlandırmanı ala bilmirsinizsə, istəyin. Sizin üçün narahat olan birinə «xahiş edirəm, məni qucaqla» və ya «bir müddət yanımda qal» demək təbiidir.

Yaxın adamın itirilməsinə görə yaranan kədərin bütün mərhələlərini keçmək üçün vaxt lazım olacaq. Bu vaxt siz təsəlliyə, dəstəyə və ruhlandırmağa ehtiyac duyacaqsınız. Düşünməyin ki, dəfn mərasimindən sonra dərhal əvvəlki kimi olacaq. Köməyə ehtiyac

duyduğunuz müddət ərzində dostlarınız və qohumlarınızın sizə dəstək olmasına icazə verməlisiniz. Çad da bir ay keçəndən sonra bunu dərk etdi.

Çadın HEKAYƏSİ

Daq şənbə günü səhər saat onun yarısı Çadın arxasınca gəldi. Sonuncu dəfə onlar avtodroma Çadın anası və qardaşı dünyasını dəyişməzdən bir ay əvvəl getmişdilər. Ötən həftə Daq işgüzar konfransda idi. Ona görə də o, dərhal soruşdu:

— Necəsən, Çad?

Çad bilirdi ki, Daq, həmişəki kimi, ona bu sualı verəcək.

— Babatam. Hərdən anam üçün çox darıxıram. Bəzən hər şey çox darıxdırıcı olur. Amma başa düşürəm ki, bu, prosesin bir hissəsidir. Nə yaxşı ki, sən mənə acı çəkməyin müxtəlif mərhələləri barədə danışdın. Əgər mən bu barədə bilməsəydim, qəzəblənəndə və ya Allahla sövdələşməyə cəhd edəndə, məndə nəyinsə qaydasında olmadığını düşünərdim.

Çad nəsihətçisi ilə digər duyğuları da bölüşdü. Sonra Daq soruşdu:

— Bəs Bet necədir? O yaxşıdırmı?

Çad dərindən nəfəs aldı:

— Dəqiq bilmirəm. Axı o, indi kollecdədir. O mənə həftədə bir dəfə zəng edir. Amma heç vaxt nə ana, nə Metti, nə də qəza barədə danışır. Mən onun üçün dua etdim və dediyin kimi, ona təsəlli verməyə çalışdım. Mənə elə gəlir ki, o, hələ də kədər içindədir və bunun öhdəsindən necə gələcəyini bilmir.

Daq başını yellədi:

— Bəziləri üçün ağrının öhdəsindən gəlmək və təsəlli almaq elə də asan deyil. Sadəcə dua etməyə davam et və ona kömək etmək üçün yollar axtar. Biz də Cenni ilə eyni şeyi edəcəyik.

— Çox sağ ol.

Daq avtodroma aparan yola girib soruşdu:

— İnkar etmək, qəzəb və depressiya mərhələlərini keçəndə, sənə ən çox nə kömək etdi?

Çad bir anlıq düşündü:

— İki şey. Birincisi, ümid. Mən inanıram ki, anam, Metti və Robla göylərdə görüşəcəyəm. Mən bu ayələri uşaqlığımdan xatırlayıram. Lakin son iki hərfə ərzində həmin ayələr mənim üçün xüsusi əhəmiyyət kəsb etdi. İnsanlar Məsihi və yaxınlarını yenidən görməyə ümid etmədən necə yaşaya bilərlər? İkincisi isə, sənin kimi insanların həmişə yanımda olmasıdır. Mən Rob üçün darıxanda, məbəddəki yaxın dostlar mənimlə vaxt keçirirlər. Ürəyimi boşaltmaq istəyəndə, onlar sənin kimi məni dinləməyə hazır olurlar. Bütün bunlar bizi bir-birimizə çox yaxın etdi.

— Haqlısan. Müqəddəs Kitabın öyrətdiyi kimi, dostlar bir-birinə təsəlli verəndə, bu onları yaxın edir.

— Həm də mənim atam çox gözəl insandır! Tez-tez o, yanımda oturub halımı soruşur. Hərdən isə danışmağa ehtiyac qalmır. Biz sadəcə bir-birimizi qucaqlayıb

ağlayırıq. Bunun necə baş verdiyini bilmirəm. Amma ağrılarımızı yüngülləşdirir. Biz indi əvvəllər heç vaxt olmadığı qədər çox yaxınıq.

— Bu, çox yaxşıdır, Çad.

— Bilirsən, hərdən anam, Metti və Rob yadıma düşəndə, əvvəlki kimi ağrı hiss etmirəm. Onlar üçün çox darıxsam da, birlikdə olduğumuz vaxtlara görə Allaha minnətdarlıq edirəm. Əminəm ki, ümid, ətrafdakıların təsəllisi və zaman ən dərin yaralarımı belə sağaldacaq.

— Bunu səndən eşitmək çox xoşdur. Ən azı iki səbəbə görə, — Daq dedi. — Birincisi, sevinirəm ki, Allah sənə çətin dövrdə kömək edir. İkincisi... mən səninlə Marti Keller barədə danışmaq istəyirəm.

— Marti Keller barədə? Gənclər qrupundakı yeni gələn oğlanı deyirsən?

— Bəli, özüdür ki, var. Marti keçən aydan ailəsi ilə bizim məbədə gəlir.

Çad çiyinlərini çəkdi:

— Axı mən onu yaxşı tanımıram.

— Mən də, — Daq cavab verdi. — Amma pastor O'Nill bu gün səhər mənə zəng edib dedi ki, Martinin babası ötən gecə qəfildən insultdan dünyasını dəyişib. Marti üçün indi çox çətindir. Çünki o, babası ilə çox yaxın idi.

— Çox təəssüf... — Çad dərindən nəfəs aldı. — Məncə, Martinin indi təsəlliyə ehtiyacı var.

— Mən də elə düşünürəm, — Daq dedi və susdu.

Çad Daqın nəyə eyham vurduğunu dərhal başa düşdü. O, Daqa baxıb gülümsədi:

— Bəlkə yolüstü Martiyə dəyək? Mən ona bir az təsəlli verə bilərdim.

Daq gülə-gülə dedi:

— Bu, Korinflilərə ikinci məktub birinci fəsil üçüncü-dördüncü ayələrdə yazılanlardır: O bizə təsəlli verir ki, biz də Allahdan aldığımız təsəlli ilə hər cür əziyyət çəkənlərə təsəlli verə bilək.

— Hə, elə mənim də yadıma bu düşdü, — Çad dedi. — Onda gəl təsəlli xidmətini üzərimizə götürək.

— Artıq onlara çatırıq, — Daq maşınını Kellerin həyətinə döndərərək dedi.

DÜŞÜNMƏK VAXTI

Çad faciəli hadisə ilə üzləşmişdi. Bir neçə gün ərzində anasının, qardaşının və ən yaxın dostunun dalbadal ölümü onun üçün ağır zərbə idi. Lakin buna baxmayaraq, o, baş verən bədbəxtliyin öhdəsindən gəlməyə çalışırdı. Çad yenidən onlarla göylərdə görüşəcəyinə ümid edərək sevinirdi. Artıq onları xatırlayanda dərin kədər hissi yaşamırdı. İndi o, başqalarına təsəlli vermək gücündə idi. Çad hələ də baş verənlərə görə acı yaşasa da, o, şəfa almaq üzrə idi.

Yaxın adamınızı itirdiyinizə görə yaşadığınız ağrı o qədər güclü ola bilər ki, nə vaxtsa normal həyata qayıdacağınıza şübhə ilə

yanaşa bilərsiniz. Allaha güvənin və növbəti məsləhətlərə qulaq asın.

Kədərinizi içinizdə saxlamayın, onu üzə çıxarın. Sizin duyğularınız ürək ağrısını üzə çıxaran daxili qapaq kimidir. Çünki bu duyğuları sizə bəxş edən Allahdır. Onları daxilinizdə boğmağı çalışmayın. Əksinə, üzə çıxarın ki, şəfa prosesi başlasın.

Digər insanlara icazə verin ki, sizə təsəlli versin və dəstəkləsin. Allah yaxınlarınızın iştirakı ilə qəlb yaralarınıza şəfa verir. Qoy ailə üzvləriniz və dostlarınız sizinlə birlikdə ağlayıb, sizə kömək etsinlər.

İtkinizə görə yas tutmaq üçün özünüzə vaxt verin. Kədərin bütün mərhələlərini — inkar etmək, qəzəb, Allahla sövdələşmək cəhdi, məyusluq və qəbullanma mərhələlərini keçmək üçün həftələr, hətta aylar lazım gələ bilər. Unutmayın, zamanla özünüzü daha yaxşı hiss edəcəksiniz.

Allahın mərhəmətinə güvənin. Əgər itirdiyiniz yaxın insan məsihçi idisə, bir gün

onunla cənnətdə görüşəcəksiniz. Əgər buna əmin deyilsinizsə, onda unutmayın ki, Allah yaxşıdır, ədalətlidir və etdiyi hər şey doğrudur.

Qoy Allah sizin vasitənizlə başqa insanlara təsəlli verib dəstəkləsin. Əldə etdiyiniz əvəzsiz təcrübə sayəsində başqalarının dərdinə şərik olmaq bacarığına maliksiniz. Lakin bunun üçün vaxt lazımdır. Beləcə sizin yaxınını itirən insana təsəlli verib dəstək olmaq imkanınız olacaq.

MÜƏLLİFLƏR HAQQINDA

Coş Makdauell Amerikada tanınmış vaiz, yazıçı, eləcə də dünyanın müxtəlif yerlərində müjdəçilik və şagirdliklə məşğul olan «Campus Crusade for Christ» beynəlxalq missioner təşkilatının nümayəndəsidir. O, 128 dilə tərcümə edilmiş 150-dən çox kitabın müəllifi və həmmüəllifidir. Coş və həyat yoldaşı Dotti təxminən yarım əsrdir ki, evlidir. Onların dörd övladı və on nəvəsi var.

Ed Styuart bir çox məsihçi kitabının müəllifi və həmmüəllifidir. Böyük yazıçılıq təcrübəsinə malik olan Ed Styuart Coş Makdauell ilə birlikdə gənclər üçün bədii ədəbiyyat üzərində çalışmışdır. Sonradan böyüklər üçün də dörd triller-romanı yazmışdır. Ed və həyat yoldaşı Kerolun iki böyük övladı və dörd nəvəsi var.

Coş MAKDAUELL
Ed STYUART

YAXIN ADAMIN ÖLÜMÜ