

SZÁNTÓ MÁRIA

Elvégezzük a gyászunkat?

A tanatológia kurzus apropóján...*

Összefoglalás: ♦ *Nem szívesen nézünk szembe a halállal, mások elvesztésének lehetőségével, a gyász fájdalmával. De mi a helyzet a hétköznapi veszteségekkel, amikor „csak” illúziókat, álmokat veszítünk? Hogyan birkózunk meg ezekkel? Az írás 2007 januárjában született a Semmelweis Egyetem Általános Orvostudományi Karán, a tanatológia kurzus szemesztervégi beszámolójaként egy másodéves orvostanhallgató tollából.*

Sokat tűnődtem, milyen beszámolót illik írni egy ilyen felkavaró egyetemi kurzus végén. A szakirodalom átböngészését bizonyítandó idézgetésnek nem láttam értelmét, mondván, az nem nyújthat igazán kellemes olvasmányt a témavezetőnek, évente tucatjával láthatja viszont a legkönnyebben fellelhető elméleteket. Saját okosságot felmutatni viszont egyáltalán nem könnyű valódi tapasztalat híján. Az érzéseimet megosztani a kurzus apropóján – ez meg nem hasonlított az elvárt, szokványos megoldásra, de Polcz Alaine könyveibe merülve annyira magával ragadott az őszinte feltárós, vallomásos stílus, hogy összeszedtem bátorságom, és belekapaszkodva saját, nem szokványos hallgató státuszomba, ezt választottam.

Aztán itt meg is állt az én tudományom – mintegy másfél hónapra. Ezer okot találtam, ami miatt nem kezdhettem hozzá, pedig volt másik ezer érvem, hogy miért kellene minél hamarabb elkészülni vele. Halasztottam a végtelenségig és még azon is túl, vártam a csodát, az ihletet, bármit, ami eléggé felbátorít az íráshoz, a gondolkodáshoz. Mert a halál nem jó téma. Bólogatva, egyetértően hallgattam az előadásokat, mennyire menekülünk előle, pedig nem kellene, mégis mindig találtam valami sokkal fontosabb, halaszthatatlan teendőt, mint érzéseket, gondolatokat boncolgatni az elmúlással, elvesztéssel kapcsolatban.

A dolgozat a budapesti Semmelweis Egyetem, Általános Orvosi Karán a 2006/2007. tanév 1. félévében tartott “Tanatológiai ismeretek. Haldoklás és gyász kérdései az orvosi gyakorlatban. A terminális állapotú daganatos betegek palliatív ellátása” című kurzusára készült.

Közben el nem mulasztottam volna egyetlen előadást sem, mert mindig vártam a receptet, a megoldást, hogyan kezeljük a halál témáját. Hiszen ezért is iratkoztam be a kurzusra: hátha kapok valamilyen használható, a homokba dugott fej mintájától eltérő módszert az élet befejezésének elfogadásával kapcsolatban. Módszert, mely segít elcsendesíteni a lelkiismeretet, meg tudja fékezni a dühödt gyógyítási szándékot, a saját akaratot a másik elfogadásává tudja szelídíteni.

Hallottam is nagyon sok bölcs gondolatot, tanulságos történetet, hasznos tapasztalatot, pillanatokra már el is tudtam hinni, hogy kezembem a recept, én már nem követném el gyakorló orvosként azokat a hibákat, amikről oly gyakran, oly sokat hallunk. Talán. Ha biztosan tudnám, hogy ez már az az állapot. Hogy a hozzátartozók ezt várják tőlem. Hogy tényleg nincs remény. Ha és még ezer ha.

Rájöttem, hogy sokkal közelebb kerültem a témához, mégsem biztos, hogy akár csak a „nem ártani” elvnek eleget tudnék tenni. Mert a saját félelmem, háritásom mások számára káros lehet.

Ahogy számomra is káros lehet ez a háritás, menekülés, meg nem élés. A gyász különböző stádiumainak ismertetését hallgatva nem tudtam elhessegetni az élet egyéb, már általam is megélt helyzeteivel érzett párhuzamokat. Mennyi hasonlóság van nem csak a valódi, ”kézzelfogható” veszteséggel járó eseményekre adott válaszaink között, de a csak potenciális veszélyt rejtő helyzetek is hasonló reakciókat indítanak el.

Például többször megfigyeltem magamon, s más anyákon is, hogy hogyan reagálunk gyermekeik megbetegedésére. Eleinte elbagatellizáljuk a tüneteket, nem kell minden aprósággal orvoshoz rohanni, antibiotikumot adni, ct-vizsgálatot végezni. Aztán ha mégsem győz rögtön az immunrendszer, netán súlyosabb következmények lesznek, már rémeket lát az anya, és magát okolja, amiért nem tulajdonított minden jelnek elég nagy jelentőséget, alkalmatlannak érzi magát az anyaságra, felelősségvállalásra. Túlmisztifikál és túldimenzionál minden apróságot, könnyek között fogad több odafigyelést, nagyobb türelmet, megértést gyermeke irányába, csak újra csibész legyen, szemtelen és szófogadatlan huncutka, ne ez a fátyolos tekintetű, ernyedten a karjában lógó, bágyadt és erőtlen bölcs. Mire minden jóra fordul újra, a gyerek meggyógyul, anyuka kitépi/befesti frissen szerzett ősz hajszálait, és már csak nevetünk a kezdeti pánikon, elfelejtjük, hogy minden bánat így kezdődik valahol a tagadással, amikor még nem akarunk tudomást venni arról, hogy valami megváltozott. Boldogan távozzunk a betegek közeléből, sajnálkozva nézzük őket, biztató szavakat mormolunk búcsúzóul, és hálát adunk az égnek, hogy megúsztuk, mi kimehetünk. Most. Ezúttal még. És nem gondolunk a maradókra...

Nagyon érdekes volt hallani-olvasni, mennyit nehezít az életünkön, hogy elvesztek belőle a rítusok a születésre, a meghalásra, az élésre, így ha egy kicsit is kicsúszik a talaj a lábunk alól, nincs hová visszanyúlni – mostanra már nemcsak kamaszos daczból, hanem mert nincs mire emlékezni, lassan nincs mi ellen lázadni. Olyan görcsösen másként csináljuk, hogy már azt sem tudjuk, mihez képest másként.

Talán ez is okozhatja, eredményezheti, hogy a fentebb emlegetett, potenciális veszteséggel fenyegető krízishelyzeteket nem oldjuk meg, nem éljük végig, csak kivárjuk, míg véget érnek, lehetőleg jó sok ember bevonásával, látványos tettekkel, látszatszelekvésekkel, amik elterelhetik a figyelmet a valódi átélésről, megemésztésről, következtetések levonásáról. A cselekvési kényszer annyira áthatja a világunkat, olyannyira negatívvá váltak már az olyan szavak mint belenyugvás, elfogadás, beletörődés, hogy lelkiismeretünk nem engedi nekünk megtenni. És ha valaki el is jut saját sorsa, megfontolásai alapján idáig, hol található olyan orvost, aki ezt engedélyezné neki anélkül, hogy antidepresszánt javasolna apátiája kezelésére. Mert az önrendelkezés, a józan ítélőképesség szinonimája lett a kényszeres cselekvés, a küzdelem. Nem a megvilágosodás, a nehezen szerzett bölcsesség. Illetve ezek is jelszavakká váltak, csak egy másik eszme zászlaján.

Hosszan tűnődtem, hogy írjak-e igazán személyes dolgokról, az én el nem végzett gyászunkról. Milliók élnek meg nap mint nap hétköznapi drámájukat, mely csak nekik oly drámai és jelentős, a sok egyedi történetnek mégis van valamiféle közös forgatókönyve, mely leginkább a gyász kapcsán leírtakhoz hasonlítható. Talán ettől is oly félelmetes a halál, mert tudjuk, hogy ennél kisebb veszteségeket sem tudunk kezelni.

Mégis úgy éreztem, talán közelebb visz az elfogadáshoz, ha írok róla, pedig nem tűnt igazán érdekesnek beszámolni egy kutya haláláról, aki utolsó erejével is hozzám kéredzkodott, bennem bízott, hogy megmentem, időben észreveszem a gégefedőjére gubancolódtól lerágott szőnyegrojtót. Hónapokig kísért a szeme, nem is értettem, hogyan szülhet gyereket olyan ember, aki még egy kutyára sem tudott vigyázni. Nem bocsátottam meg magamnak, féltem, hogy egyszer a gyerekeimnek is csalódást okozok. De nem gondoltam, hogy ennél sokkal nehezebb émsztenivalót kapok a sorstól...

Hét évvel ezelőtt egy kora nyári délután az üzenetrögzítőn higgadt hangú üzenet várt, hogy a férjemet baleset érte Münchenben. Semmi drámai jelenet, semmi pánik, mindig törekedtem a józan, racionális látszatra, távpartottam a görcsösen aggodalmaskodó szülői mintát, hisztérikus közjátékok nélkül kiderítettem, hogy egy kísérleti kutatólaborban szétrobbant fogaskerék darabja szanaszét törte a szemüvegét, belement a szemébe, hamarosan megmútik. Régmúltból egy helyi barátnőt beküldtem a kórházba, szüleimet 300 km-ről ideutaztattam a gyerekekre vigyázni, míg a lejárt útlevelemet soron kívül hosszabbíttatni

próbáltam. Mindenkit megnyugtattam, hogy nincs nagy baj, a műtét rendben zajlott, de még le van kötve mindkét szeme. Az ugyan kissé kibillentett az egyensúlyomból, hogy 9 hónapos gyermekem nem kaphatott útlevelet az apja jelenléte nélkül, sőt megfenyegettek, hogy a külügyminisztériumon keresztül ellenőrizhetik a baleset tényét, mégsem adtak neki útlevelet. Így íratam fel tápszert a cumisüveget sem ismerő babának, megkértem a 3 és fél éves bátyját, hogy segítsen a nagyinak, a szomszédasszonyt pedig, hogy esténként fürdesse meg őket, mert szívműtét után édesanyám nem emelgethetett unokákat.

Minden józan ész, természettudományi ismeretet, gondolatot és információt kizárva csak azt ismételttem, hogy nincs nagy baj, kicsit csúszik az új munkahely talán, bár még egy hónapja van meggyógyulni, és helyszíni tudósítóm szerint már ujjakat lát, ha leveszik a kötést. Szinte vidáman vezettem Münchenig, abban a biztos tudatban, hogy most szüksége van rám, mert nehéz napokat él át, de együtt hamar túl leszünk rajta, megyünk haza a gyerekekhez.

Természetesen észrevettem a kezelőorvos zavarát, de ezer indokot találtam rá a nyelvi nehézségektől kezdve fiatal, tapasztalatlan voltáig bármit. Láttam a rettentő sebeket az arcán, a tétova mozdulatokat, a kiszolgáltatottságát, de nem dramatizáltam túl, töretlen optimizmussal terveztük a jövőt, kérdezősködtünk a kezelésekről, teendőkről, következő lépésekről. A kitérő válaszokat a német óvatoskodással, jogi megfontoltsággal magyaráztuk. A férjem ugyan megpróbálkozott időnként pesszimistább hangot megütni arra célozva, hogy leszakadt szemlencsékkel, írisz nélkül nehézkes lehet a látás, de én minden addigi tanulmányomat feledve, sőt cáfolva kitarítottam a gyors regenerációs terv mellett.

Lassan azért befészkelte magát valami az agyamba, minden kiszótározott ultrahang, műtéti leírás és orvosi beszélgetés után egyre több, de a fordulópont az volt, amikor az édesanyám sírva mesélte telefonon: 3 és fél éves fiam nem bírta otthon maradni, végigjárt minden számára fontos helyet, elment a másik nagymamához, oviba, de mivel sehol sem volt béke, semmi sem volt olyan, mint régen, s tőlem is hiába kérte, hogy hazamenjünk végre és kiránduljunk az erdőbe, ahogy szoktunk, arra jutott, hogy neki kell eljönnie a kórházba. Előtte rendet rakott a szobájában és azt mondta: „ezután nem tarthatom a játékokat a szőnyegen, mert az én apukám most vak és elesne benne. Most én leszek a szeme, én fogom vezetni őt, mert a férfimisdóba mégsem mehet anyukámmal.” Azt sem tudtuk, hogy ismeri a vak szót...

Ekkor hangzott el először. Nagyon szíven ütött, mert végletekig háritottam. Gyötörtem már magam, hogy miért engedtem el erre az útra, miért nem jöttem velem, ahogy eredetileg terveztük, miért nem akadályoztam meg valahogyan stb. De a kórházban erős voltam, mert láttam, ahogy egyre jobban bezárkózik. Nem dühögött, nem tombolt – utóbb megtudtuk, hogy ez nagyon aggasztó volt az orvosoknak, ápolóknak –, fegyelmezetten megcsinált

mindent, okosan elmagyarázta, mit érzékel a világból, mert ritka kincs egy ilyen súlyos sérülés, a szemészeknek felbecsülhetetlen információ, de ő maga szép lassan elvesztette a kapcsolatát a környezetével. Először csak nem tudta, hol a függőleges, később már a távolságokat sem tudta felmérni, ezért nehogy túl hangos legyen, egyre csendesebb lett, egyre magányosabb, míg végül majdnem egy hét után elsírta magát a nagyobbik fiúnknak tett ígéretéről szólva. A be nem tartható ígéretekről, a meg nem valósuló álmokról, a felcseperedő gyerekek soha többé nem látható arcvonásairól beszélgettünk, és sírtunk. Ott utoljára tudtunk róla beszélni. Tudtunk vele viccelni. Nekünk azt is lehetett. És azt hittük, hogy már képesek vagyunk józanul mérlegelni a lehetőségeket.

Amíg azt nem mondták, hogy az első reménysugár leghamarabb 2 év múlva várható. Akkor kezdődött előlről a tagadás, útkeresés, orvoskeresés, szakkönyvek böngészése. Három hét múlva hazajöttünk, baráti ajánlásra meglátogattunk egy szemészt – aki azóta is kezelőorvosa, és igen jó barátságba kerültünk vele – na őt akkor kifejezetten utáltam, idővel be is olvastam neki a lelketlenségéért, ahogy velünk akkor bánt. Hazajöttünk, azt hittük, ez volt a gödör alja, innen már csak javulhat minden, mire e valóban remek ifjú orvos felvázolt legalább 6 rettenetesebbnél rettenetesebb forgatókönyvet, mi minden szövődmény fordulhat még elő, ha egyáltalán épen maradt a látóidege, hiszen az csak hetek múlva derül ki. Szörnyen letaglózott, bár utóbb nemcsak az a 6 szövődmény következett be, hanem egy nem várt is, mégsem tudtam őt szeretni még egy ideig.

Többszörös útkeresések, tagadások, belenyugvások körforgásán vagyunk túl, néha szinkronban, néha ellenfázisban megélve. Volt, hogy nem vett tudomást az állapotáról, egyedül akart közlekedni. Néha megijedt és a legegyszerűbb dolgokhoz is segítséget kért. Kérte, hogy menjünk el a vakszövetségbe, de ott a segítségét ajánlotta, nem akart közéjük tartozni. Számítógépes programokat diktált nekem, hogy felolvassa a gép a képernyő tartalmát. Hónapokig levegőt sem vett nélkülem, majd kényszeresen önállósodni akart. Amikor meg akarta tanulni, hogy kell egy vaknak ellátnia magát, kiderült, hogy csak a születésüktől vakoknak tanítják, őt nem veszik be, hiszen még papírja sincs róla, hogy nem lát. Később már nem akart Braille-írást sem tanulni. Inkább gombostűvel kilyukasztott egy fekete kartont, és addig keresgélt a szeme előtt, míg talált egy kevésbé sérült részt a szemén, ahol valamennyire kilátott. Olyan konokul csinálta, hogy a szemész végül megkönyörült rajta, és felírt egy kb. 20 dioptriás szemüveget, ami a kartonnal együtt már sokat könnyített a dolgán. Megéltünk több csodát, minden orvosi várakozást felülmúlóan sokat lát, leküzdöttük a szövődményeket, kapott új szaruhártyát, majd megint újat a kilökődés után, megtanult önállóan boldogulni, dolgozni. Azóta már tagja a vakszövetségnek, néha az összejövetelekre is elmegy.

Utólag, fényképekről próbálta pótolni a kimaradt időt, amíg nem látta a gyerekek arcvonásait, ahogy a kisebbik babából kisfiúvá cseperedik, járni tanul, míg a nagy biciklizni.

Sosem volt hajlandó fehér botot használni, a vakvezető kutyát is nagyon sokáig igyekezett hobbiállatként kezelni. A kedvéért átalakították a kiképzést bot nélkülire. Minden másban rendkívül fegyelmezett, felelősségteljes családapa, sőt családfő még abból az időből, amikor mindenáron bizonyítani akarta, hogy ő így is teljes értékű ember. Villamosmérnökként banki programozást vállalt, mert bármennyire utálja is, azt akkor is tudja csinálni, ha teljesen megvakulna. Míg az eredeti szakmát, az ipari folyamatszabályozást, a szerelmét csak akkor, ha valaki elviszi, segíti, támogatja. Mára ez is megvalósult: néha kirándul egy-egy megbízásra egy másik mérnökkel, aki akkor Münchenbe vitte. Olyankor nagyon boldog, remekül dolgoznak együtt, óriási sikerélmény minden ilyen feladat.

Sikertörténet ez a javából, nem is értem, miért meséltem el a tanatológia kapcsán. Talán azért, mert fel nem dolgozott veszteségeinkről szól. Elveszett álmainkról, melyeket már csak tapintatból sem emlegetünk mások, a másik előtt. Hogyan várhatnánk, hogy megértse, együtt érezzen, hiszen a legtöbbet adta, mi adható: együtt működött, élt, küzdött.

Sosem beszél arról, mit veszített. Sosem sír. Sosem emlegeti a korlátait. Alig beszél álmokról, vágyakról. Csak fegyelmezetten teszi a dolgát. És meghízott. Vajon elvégezte a gyászmunkát?

Sosem beszélek arról, amit elveszítettem. Mindenhol korlátokat érzek. Nem tudom elviselni a vakok társaságát. Meghíztam és beiratkoztam az orvosi egyetemre. Vajon elvégeztem a gyászmunkát?

És a gyerekek? A nagy, aki jelen volt a kórházi ápolásnál, ettől végre megnyugodott, mert láthatta, hogy nem borzalom, viszonylag természetesen kezelte, de a kereszténységet, egyistenhitet négyévesen elvetette, mert egy jóságos Isten ezt nem hagyhatta volna? A miértjeire nincs válasza, de a bizalom megmaradt, hogy a szülei ott vannak és megoldják a helyzeteket. Minden betegségénél nyugodt volt, mert számtalanszor látta, mire számíthat. De néha még emlegeti milyen volt, amikor apu még látott.

A kicsi, aki 3 napig ordított torka szakadtából, ráfanyalodott a tápszerre, cumisüvegre, míg távol voltam, de naphosszat szopott, ha végre hazajöttem? Két és fél éves koráig. Aki nem ismer rá a régi fényképekre, mert számára elképzelhetetlen az apja kék, látó szemmel, biciklin ülve...

FELHASZNÁLT IRODALOM

HEGEDŰS KATALIN (szerk.): *A palliatív ellátás alapjai*. Budapest, Semmelweis Egyetem, 2002.

PILLING JÁNOS: *Gyász*. Budapest, Medicina Kiadó, 2003.

POLCZ ALAINE: *A halál iskolája*. Budapest, Magvető Kiadó, 1989.

POLCZ ALAINE: *Ideje a meghalásnak*. Budapest, Pont Kiadó, 2001.

POLCZ ALAINE: *Kit siratok? Mit siratok?* Pécs, Jelenkor Kiadó, 2003.

POLCZ ALAINE: *Macskaregény*. Kalligram Könyv- és Lapkiadó, 1995.

POLCZ ALAINE: *Meghalok én is? A halál és a gyermek*. Budapest, Századvég Kiadó, 1993.