

BOGA BÁLINT

Az idős ember és a halál árnyéka

(Esszé)

Az esszé próbálkozás, az esszé kísérlet. Valami a cél és az eszköz között. Nem a tökély, hanem a hozzá vezető út öröme.

Szilágyi Júlia: Lehet-e esszét tanítani?

Talán este van. Talán alkonyat.

Egy biztos: későre jár.

Pilinszky János: Végkifejlet

Összefoglalás ♦ *Az idős ember számára – akkor is, ha egészséges – egyértelművé válik, hogy élete nagyobbik fele, esetleg legnagyobb része elmúlt, így közelebb van földi léte végéhez, a halálhoz, mint fiatalabb éveiben. A szubjektív megélés elemzésénél öt időtényezőt, ezek mennyiségi és minőségi egymásra hatását kell vizsgálni. Az időtényezők két időpontot és három időszakot foglalnak magukba: az idős személy adott életidőpontját és a halál bizonytalan, virtuális, lebegő időpontját, valamint az eltelt életidőt, a halálig hátralevő és a halál utáni, kiterjedésében behatárolhatatlan időszakot. Az elmúlt életszakasz minősége, a kialakult életelégedettség mértéke hat a halál tényéhez való viszonyra és a még megélhető élettartam életvitelére, a további szándékokra. A halál utáni szakaszra vonatkozó gondolkodást részben a túlvilági élet vagy a transzcendencia bizonyos fokú elfogadása, részben az életből származó, itt maradó materiális és szellemi hagyaték feltételezett utóélete (szimbolikus halhatatlanság) határozza meg. A múlt, jelen, jövő sajátos kapcsolatrendszerben jelenik meg.*

Az emberi élet hossza véges, és mint az élőlények egyik fájának az átlagos élettartama genetikailag meghatározott, halállal zárul, hossza egyedileg – endogén (genetikai adottságok) és exogén (külső hatások) tényezők miatt - lényeges eltéréseket mutat. Az idő felfogása és annak szubjektív jelentősége az ember számára elválaszthatatlan a halál tényének tudati ismeretétől, mintegy ahhoz mérjük, főleg életünk második felében. „Halál és idő kéz a kézben jár” (Losonczi, 2009: 277). Ez érvényes az idő mindhárom megnyilvánulására: időpont, folyamatosság, ritmus (Heller, 1971). Az idő előrehaladásával, azaz az ember idősödésével a hátralevő életidő rövidülése, a halálhoz közeledés is egyre nyilvánvalóbbá válik és az ember tudatában egyre inkább megjelenik. Igen széles az ember halálhoz **való** viszonyulásának szakirodalma, de érdekes módon éppen az idősekkel viszonylag kevés foglalkozik, lehet, hogy pontosan azért, mert az öregedés halálba torkollása evidencia. Érdekes azonban áttekinteni azokat a gondolatokat, amelyek megfordulhatnak az öregedés folyamatába kerülő ember elméjében, ahogy adott helyzetében a halálra gondol. A szakirodalom főleg a halálfélelemmel foglalkozik, én inkább az élet befejezésének az élet egészéhez való viszonyát tekintem át, persze a két megközelítés között van kapcsolat. Természetesen minden variáció nem jeleníthető meg, még mindenki tudna hozzátenni további gondolatot. Nem a betegsége miatt az utolsó fázisba érkező embert vizsgálom, hanem a viszonylag egészséges vagy betegségeivel egyensúlyban élő idős egyént. Nem felméréseket végeztem, nem is akarom részletesen analizálni (metaanalízis) az eddigi tudományosan számszerűsített adatokat, annál is inkább, mert vannak ellentmondásos eredmények és van nem mérhető, csak gondolatilag megközelíthető területe a kérdéskörnek. Szubjektív módon akarok az adatok, a koncepciók, az elképzelések és gerontológiai ismereteim között közlekedni. Ebben segít természetesen a tanatológiai szakirodalom, az idősekre vonatkoztatott kiegészítő gondolataimmal megtoldva; nagy gondolkodók írásai, saját orvosi tapasztalatom, saját személyes elképzelésem – koromnál fogva erre is támaszkodhatok – és segítségül hívom idős vagy idősödő költők verseit mint vallomásokot, mint önminterjúk szavait.

70 év felett – akkor is, ha funkcionálisan egészségesnek érzi magát az egyén –, tisztában van vagy kell legyen azzal, hogy legjobb esetben is élete utolsó negyedébe érkezett. Míg 50 éves kor körül az emberek 50%-a, 70 év felett, közeledve a 80.-hoz már 90%-uk foglalkozik a halál gondolatával (Polcz, 2000). Ludwig Hohl írja: „az igazi bölcsesség első és legnagyobb lépcsője a halálra való állandó készenlét, ez nem jelenti még azt, hogy megidézzük,... de azt sem, hogy dicsérjük, dicsőítsük, de: mindig tisztában kell lennünk vele” (2011:52).

... én ki határsávba értem.

Csorba Győző: Közhírré

Bármelyik pillanatban
szólhat tengerről a hívás

Rónay György: A megfáradt Odysseus

Nem tartozol a láthatatlanok
közé, akiket nem vesz észre s elmegy mellettük a halál.
A te időd megszámláltatott.

Kálnoky László: December

Mire rám mutatnál: nem vagyok.

...

Nagy ívben esteledik körülöttem mindenütt

Füst Milán: Este van

... ellenem számol a számolható
szabott végemhez közelít
úgy nő hogy közben egyre fogy
úgy több hogy egyre kevesebb

Rákos Sándor: Ítélet

Az élet a DNS álma a halhatatlanságról,
melyet öregkorban veritékes ébredés követ,

Orbán Ottó: Ostromgyűrűben

Hol leszek én már akkor?

Hol leszek én jövőre?

Vas István: Novemberi helyzetkép

Ismert tény, hogy növekszik az emberi faj várható élettartama, nők számára sok fejlett országban meghaladja már most a 80 évet, a férfiak is megközelítik ezt, nő a 90 felüliek aránya, sőt már nem elhanyagolható a 100 évet elérők száma sem. Amerikában megjelent egy szlogen az 50 évesek számára: készülj fel a második 50 évre! Ezzel a tendenciával együtt is általában 50 év körül kezd felmerülni a gondolat, hogy az élet, a „saját életem” nem végtelen és a közepén már túl vagyok és a végén – amely már tehát közelebb, talán jóval közelebb van, mint az eleje – ott van az elmúlás, a halál. Posztmodern korunkban pedig még a 60 évesek zöme „fitt”, aktív,

legalább az életműködés fő területein. A fogyasztói társadalom plutokrata irányítói is egyre inkább számolnak velük, céljuk, hogy a halandó ember (homo mortalis), ha közeledik is emberi élete várható lezárásához (homo moriturus), legyen még e társadalom általuk kívánt, akár igazi értékekről megfélemezhető, hedonizmusban megmerítkező fogyasztó polgára (homo consumens).

Ezzel szemben még a múlt század közepén is úgy vélték az emberek, ha egy 60 év körüli ember meghalt – láthatóan nem szervi elégtelenségben –, hogy a halál oka maga az öregség. Most általában nem fogadjuk el az öregségi folyamatot önmagában a halál okának, a hivatalos halálokok közt nem szerepel. A múlt század 30-as, 40-es éveiben még a magyarországi mortalitási statisztikákban megtaláljuk a végelgyengülés („aggság”) kategóriáját (senectus ipsa morbus, Terentius) és érdekes módon most – talán a sok igen magas kort is megérő ember láttán – a WHO felvetette ismét, hogy talán mégis fel kellene venni az okok közé.

Halálos nyavalyába estem
és nincs mód rá, hogy kiheverjem

...

Mert ez az ősbaj az öregség,
minden nap elérhet a vég

Illyés Gyula: Menedék

Az idős ember gondolkodását a halálról egyértelműen befolyásolja, hogy egészségi állapota mennyire okoz korlátozást mindennapi életében, mennyi panaszt okoz, ezek mennyire elviselhetőek, tehát mennyire szűkíti be az élet élhetőségének lehetőségét, mennyire romlik napról-napra, hétről-hétre, azaz mennyire tendál a teljes beszűkülés felé, amely már tulajdonképpen egyenlő a halállal. Persze ez egy súlyos betegségben szenvedő fiatalabb embernél is hasonlóan jelenik meg, de az idős az egyébként is korlátozott életidőtartamának tudatában a romlást fenyegetőbbnek fogja fel, az egészségbe visszatérésnek kisebb reményét éli meg, bár van vizsgálat, melyben a halálfélelemnek a beteg-léttel való kapcsolata nem mutatható ki (Golovics, 2012). Az öregkorban jelentkező betegség az öregedés következményének tűnhet, tehát itt a kérdés másik irányból merül fel, nem az öregedés maga mint betegség tételeződik, hanem az öregség hoz magával betegséget, és ez a laikus tudatában az öregséggel azonosul.

Lassan megkopnak a porcok,
ami él, sebesen öregszik,

Kereszturi Dezső: Látlet

A denevérember öregedés

Vállamra akasztja szárnyát

Orbán Ottó: A denevérember

Hatvan fölött az idő fundamentalista szelleme

pokolgépet rejt életfontosságú szerveinkbe

Orbán Ottó: Hatvan fölött

Ha az idős ember és a halál kapcsolatát még részletesebben akarjuk elemezni, mindenképpen abból a formális keretből kell kiindulnunk, amely öt időtényezővel számol és ezek egymáshoz illeszkedő viszonyát – mind mennyiségi, mind minőségi szempontból – tárgyalja. Konkrétan az öt időtényező két időpontot: az elemzés (az idős adott életkora) és a halál lebegő időpontját, és három időtartamot: az első időpont előtti (az eltelt életidő), a két időpont közötti (a hátralevő életszakasz) és a második utáni időszakot (a halál utáni, lezárhatatlan időtartam), foglalja magába. Lényegében bármely életkorban lehet ez az elemzés kiindulópontja, de az idős személynél éppen az életkornak van lényeges szerepe a tényezők kölcsönhatásában. Az idős korosztályon belül már az is differenciál, hogy akit vizsgálunk 60, 70, 80 vagy 90 éves, nem beszélve az egyedi biológiai, pszichológiai, stb. különbségekről. Az az egyszerű tény azonban közös, hogy az élet nagyobbik része már elmúlt. Fontos, hogy egyrészt a kronológiai kortól, másrészt állapotának megélésétől függően az adott személy az adott időpontban hova helyezi el magát életfolyamatában, életívében (self-localization on life line, Dittmann-Kohli, 2007). Itt lép be a második időpont: a halál jövőbeli, bizonytalan, kiszámíthatatlan, virtuális időpontja. Annyi biztos, hogy közelebb van, mint az egyéni élet kezdete, esetleg lényegesen közelebb, a szervi betegségben szenvedő számára kézenfekvő – ismételten említem –, hogy korosztálya átlagához viszonyítva rövidebb hátralevő idő után következik be halála.

A vizsgálati időpontunkhoz érkezett egyén magában hordja a korábbi, átélt életszakasz nyomait, tapasztalatát testében, tudatalattijában és tudatában. „Az ember múltjával egyenlő” (Németh László). „Énünk nem más, mint állapotaink sorának egymásra rétegződése” (Proust). Az emlékezet kiemelt szerepet kap ennek pszichológiai szegmensében, mert személyiségünket meghatározza az, ahogy vissza tudjuk idézni életünket, ahogy össze tudjuk rakni, ahogy egészsé, összefüggő történetté tudjuk alakítani életrajzunkat. Így születik meg a narratív, az általunk megfogalmazott identitásunk, azaz a narratív én (Gergen, Gergen, 1983). Ez igazán belső szükséglet alapján időskorunkra válik teljessé és kihat arra, hogy öregedésünk kihívásait

sikeresen tudjuk-e megoldani. Erikson szerint az élet utolsó, 8. kritikus helyzet elé állító szakasza az öregedés és a sikeres megoldás az integráció, a magasabb szintű érettség eredményét hozza vagy a sikertelenség, a kétségbeesés állapotába taszít. Ugyanakkor „a magas kornak van valami különlegessége, ami nem magyarázható meg csupán a múltból” (Riemann, 1987: 68). Így az elért lelkiállapot lényegesen befolyásolja a második időszakra és a halálunkra vonatkozó attitűdünket. A sikeres öregedés (Baltes, Baltes, 1990; Rowe, Kahn, 1998) elsősorban biológiai és szociológiai fogalmát Wong (1989) és Moody (2002) a spiritualitás irányába terjesztette ki (a „miért élek, mit tettem” rejtett dimenziója), sőt ezt az előbbieket fölé helyezte az életelégedettség tekintetében. Az élet értelmének megtalálása – mely alapvető emberi motiváció (Frankl, 1996) – elősegíti a halál elfogadását értelmi és érzelmi vonatkozásban egyaránt (Meaning Management Theory, Wong 2000), örömmel „zár”, aki értelmet talál legalább élete egyik fő vonulatában. Ez még a testi-lelki szenvedés állapotában is megadhatja a „jó élet” érzetét. Robert Butler, a „modern gerontológia atyja” szerint az ember jobban retteg az értelmetlen élettől, mint a haláltól. Az élettapasztalat lényege a halálra irányulás, a helyes gondolkodással telített élet elősegíti a „jó halál” elérését, az elmúlás felé közelítő hanyatlás mellett megőrzött lelki egyensúly állapotát (ars moriendi). Ezt fejezi ki Montaigne híres mondata: „Philosopher c'est apprendre á mourir” („Filozófálni annyi, mint megtanulni meghalni”). Öregkorban jobban átláthatóvá válhat mindez a kapcsolat. A mélyebb elmélkedés a létezés általános, globális értelmezéséhez, a „felettes értelemhez” is elvezethet (Übersinn, Frankl, 1996). „Az időskor ajándéka az, hogy feltárja a dolgok láthatatlan értelmét” (Chittister, 2011:224), a mélyben rejtő, sorssá teljesítő, csak néha áttetsző és értelmet sejtető Léttartományt (Hankiss, 2008). Ezt több vizsgálat is alátámasztja. Aki úgy érzi, hogy elégedett az életével, az ennek következtében bekövetkező öregkori jelenével, „kerekek”, tartalmaznak tartja múltját és ennek alapján múlt-orientációjú, az könnyebb lélekkel néz szembe a halál várható közeledésével, kevésbé fél magától a haláltól, az élet befejezésétől. „Csak a jó életet követheti jó halál. Amikor az ember már nem kíváncsi vissza. ... Nem nyomasztják kihagyott szenvedélyek, elintézetlen kötelezettségek, kifizetetlen számlák.” (Popper, 1999).

Aki viszont elégtelenség érzésével kerül az időskorba, aki nem találta meg élete értelmét, azt szorongással tölti el a befejezés, a pótlás lehetetlensége.

De minek a szó? Nincs többé dolgom itt.

Minek a szó?

Hiába mondjátok, én sosem éltem.

Füst Milán: Henrik király

Ebben az öregségi időpontban az említett tényezők meghatározzák a jelenlegi élethez mint egyszerűen a megélt mindennapokhoz fűződő viszonyt: hogy szépnek tartja-e az idős az életet, hogy mennyire erős még benne az élni akarás

Élni – bármi is a vége – látogatás az édenkertben.

Orbán Ottó: Élni

Belső

édenünkben élünk, ameddig akarunk.

S minél tovább, annál szebben, ameddig élünk.

Rónay György: A kert

Holnap mi lesz, ki nem számíthatom,

átölelem minden pillanatom:...

Tornai József: November volt eddig

Mert mégis élni, élni, élni, élni!

Juhász Ferenc: Élni! Élni! Élni!

Már ehhez szorosan kapcsolódik és igen lényeges a halálhoz való viszony szempontjából a hátralevő idő, a „most”-tól a halálig tartó bizonytalan, meghatározhatatlan hosszúságú időszakasz. Ez az elsőhöz képest jövőt jelent, ebbe helyezi az egyén további életének várható jelenségeit, elképzeléseit, a még tervezett tevékenységeit. Igazán az idős számára képvisel ez a periódus komoly jelentőséget, a fiatal számára a hátralevő idő végtelen, a középkorú is hosszabb, sok mindennel még kitölthető periódussal számol. A jövőre gondolás alapvető emberi attitűd, akkor is, ha ez várhatóan rövid, azonban ez is adhat élvezhető ajándékokat. A halál várható viszonylagos közelsége pedig még intenzívebbé teszi az élet megtapasztalását (Borgenhammer, 2000), a hátralevő időszak még értékesebbé, még autentikusabbá válhat.

... milyen fényesen

segít élni bár a halálfélelem!

Illyés Gyula: Öregkori versek

S még százezer
perc van idézni s hely
és mind az enyém, az enyém:
ilyen gazdag vagyok én.

Csorba Győző: Gazdag vagyok
Ahogy rövidülnek,
úgy válnak napjaink mind teljesebbé.

Rónay György: A kert

A lineáris (kvantitatív) időfogalom megélése elősegítheti szorongás kialakulását, mivel benne van az élet vége felé közeledés, a finalitást magába rejtő rövid maradékidőre irányuló figyelem, a napról-napra rövidülő haladék (kronosz típusú idő), viszont a cirkuláris időélmény a pozitív beállítódás lehetőségét adja: az idő forgását, az abban várható, megjelenő, tervezhető, esetleg ismétlődő eseményeket (az idő kvalitatív karaktere) helyezi előtérbe a befejezéssel szemben (kairosz típusú idő) (Smith, 1969).

Az idő múlását gyakran sajátos kettősségben éljük meg: lassan telnek az órák, de egy hétre visszatekintve – úgy érezzük – gyorsan elrepült. Ezen időszak azonban mindenképpen bizonytalanságot hordoz magában hosszúsága (limited continuation), minősége és a halálhoz vezető út tekintetében. A bizonytalanság a bekövetkező tényeket és ennek következtében azok személyes jelentőségét érinti, azaz kognitív és emocionális dimenziója van, és vele szemben áll a halál, mint eljövendő tény bizonyossága. A gondolkodásban elválik a közeli és a távolabbi jövő perspektívája (not-so-distant vs distant future, Dittmann-Kohli, 2007). Ez a tárgyalt témánk szempontjából 2. időszaknak nevezett életszakasz tulajdonképpen az idős ember mindennapjainak periódusa az életvitel, az önellátás szokványos feladataival, amit a fentiekben jellemzett időperspektíva és biológiai állapot határol be. A megmaradt és új feladatok, az önkiteljesítés, a szellemi munkálkodás, a kedvtelésekbe elmerülés a halál gondolatát távolíthatják, értelmet adnak a jelennek és – bármennyi is várható – a jövőnek (kairosz!). Fontos, hogy az idős ember ne érezze, hogy a tartalmas élete befejeződött, lezárt (narrative foreclosure), a hátralevő időt ne csak ráadásnak, „epilógus idő”-nek tartsa (epilogue time, Bohlmeijer, 2011).

Ez a nap is így
legyen a tied; szótlán is öröm-ének
töltsön be: hogy itt lehetsz még, telve a lét
viszonzott javaival ...

Kereszturi Dezső: Este

Kialakulhat a földi problémák súlyán már túllevő, éppen csak a hátralevő időt simán átvészelni akaró, belső súlytalanság. Ezt fejezi ki Nikos Kazantzakis görög író krétai sírján levő, még általa fogalmazott gondolat is: „nem várok semmire, nem félek semmitől, szabad vagyok”.

Lassan araszolni át az idő
maradékán, már súlytalan teherrel

Beney Zsuzsa: Lábujjhegyen

Élek, könnyülök, lassan fény leszek,

Csoóri Sándor: Ami maradt

Súlytalanodunk kimenet
a létből.

Illyés Gyula: Hajónapló

Vesztve szivemből mennyi, mennyi súlyt,
megkönnyülök.

Illyés Gyula: Phönix

Az igazi öregkori bölcsességhez eljutott személy pedig sztoikus nyugalommal adja át magát a még megadatott idő eseményeinek és a halál elkerülhetetlen közeledésének. Természeti népeknél „vándortoposz” volt az öregek önkéntes halála (pl. elvonulás a kietlen hegyre), hogy átadja helyét a fiatalabb generációknak (Bosnyák, 1999; Kulcsár, 2012). A modern társadalomban is tapasztaljuk, hogy időskorban eljön a ”megbékélt elköszönés” ideje (Laczkó, 2010).

Valami tudáson-túli, megfoghatatlan,
Mindig tevékeny nyugalom.

Kereszturi Dezső: Este

Öregség, bölcs fegyelmezője vérnek
Taníts meg, hogy Csendemhez csendben érjek.

...

a túlsó partot látó révülésben
a „Készen vagy?”-ra ezt felelni: - Készen.

Áprily Lajos: Kérés az öregséghez

Freudnál Eros és Thanatos együtt szerepelnek, mint a kreativitás-teremtés és az elmúlás-hanyatlás kettősségének megjelenítői. Az Eros-Thanatos szindróma több értelemben is megtalálható a szépirodalomban és a kultúrtörténeti, filozófiai irodalomban (pl. Thomas Mann, Heller Ágnes, 2007): mint a kezdet és a vég kapcsolata, a megtermékenyítő, élethozó erő és a lezáró, bevégző, beteljesítő aktus, mint ellentétek közt feszülő kapcsolat mutatkozik meg. Két véglet, mely átmegy, átcsap egymásba. A halál előtti és a halál tudatához kötött kreativitás-fokozódás, életkiteljesedés is e kétpólusú fogalom megnyilvánulása és ezért az idős ember még hátralevő életszakaszában is megjelenhet, illetve gyakran meg is jelenik. A halálhoz közeledve a kevesebb megmaradt idő értékesebb, az idős jobban megtölti vagy meg szeretné tölteni alkotással; jobban élvezi a benne még meglévő, az idős korban jobban látott lehetőségeket, az élet örömeit jobban igyekszik élvezni azzal a tudattal, hogy hamarosan lezárul az élete.

Minden oly gyönyörű, sőt – titkosan – ahogy
elleng, még gyönyörűbb

Illyés Gyula: Kháron ladikján

kevesülve arannyá fogynak
időd fukaron felveri
árát a maradék napoknak

Rákos Sándor: Napfogyatkozás

Juhász Ferenc szerint az egész élet folyamán a halandóság tudata ezt az érzést erősíti (halandóság-mámor).

Ó, a halandóság-mámor

csak az emberé lett. Isten tudta ezt. És gyönyörét az ember.

Juhász Ferenc: Halandóság-mámor

Idős személynél mindez Eros szorosán vett erotikus, szexuális értelmében is megjelenhet (Fiedler, 1979).

Az életteremtés aktusa felidéződik az életvéghez közeledés, olykor a határhelyzet erotikus érzetet kiváltó, lezáró aurájában – vagy más megközelítésben – a lét teljességét magába foglaló erotikus aktus halálnak ellentmondó hatása fejeződik ki benne, vagy éppen az orgazmus halálhoz hasonló megsemmisítő érzése ad itt is alapot a párhuzamra (l. francia nyelvben: petit mort). „Mert mi fenségesebb és bensőségesebb a sexnél is, mint a halál?” (John Updike). Lehet a testiséget csak valamennyire felidéző mély érzelem egy fiatal személy iránt. „Utolsó parti fény, mely utoljára hívogatja a barázdás arcú hajóst” (Genthon István Rippl-Rónai időskori, Zorka iránti szerelméről, kiállítási idézet).

Mert a szerelem élet és halál egyazon pontban,

Fele rész teremtés, fele rész pusztulás,

Orbán Ottó:Zsoltár

Feltakart női öl:

a férfi-lét koreográfiája

...

körül körül

ellene érte

tőle hozzá

Csorba Győző: Fontos dolgok

Vár még lopott, öregkori szerelem.

Vas István: Kórházban

...mert halál és szerelem egy ágy.

Illyés Gyula: Menedék

Maga a halál, a halált hozó betegség úgy is megjelenhet szimbolikus formában, mint túlvilágra repítő szerelmi partner, mint „femme fatale”.

Jeges lepedőjén szeretkezni hív

A két fekete nővér,

Szívhalál és Agyhalál

Orbán Ottó: Dal a szélhámos reményről

A belső mitikus világában élő, meditáló személyiség eljuthat abba a stádiumba, hogy már szinte túl érzi magát az életen, a földi léten; a halál felé vezető határövezetbe vagy még azon is túlra helyezi magát.

Újra vakhomályban, újra a láb
határövezetében, mintha én magam
lennék az, aki nincs.

Beney Zsuzsa: Sötétség
Az, aki már visszanez a halálra,
Visszanez saját jövőjére is.
Magán átbukó hullám. Él, de mégsem.

Beney Zsuzsa: Elrongyolt részletek
voltunk mi is és már nem vagyunk

Csoóri Sándor: Válasz gyerekkori társaimnak
Félig vagy hányadrészig *ott?*

Csorba Győző: Lassan felé is
A *túl* dúcolja már a tudatot,
Mely az *innen* csak elősködik.

Tőzsér Árpád: A gyöngykapu kitárva... 7.

Most nézzük a fő eseményt, a halált, amelynek nézőpontjából tekintünk a vizsgált többi időtényezőre. Több filozófia és vallás szerint a halál az élet része vagy – más megfogalmazásban – az élet elválaszthatatlan komplementere. Az öregedés folyamatát megelőző személy ezt jobban elfogadja, mint a fiatal. A Wechssler által leírt, elkülönített 4 halálkép (Wechssler, 1930; Pilling, 1999) – véleményem szerint – az időseknél is megtalálható (racionális-matematikai, mechanikus-fizikai, kozmikus-organikus, etikus-heroikus); elméletileg talán a kozmikus-organikus és az etikus-heroikus gyakrabban, mint a többi. Azonban a halállal való gyakoribb foglalkozás és a bizonyosság-bizonytalanság kettőssége (*morte certa, ora incerta*, Ambrogio Cattaneo) előtérbe hozza azt a jelenséget, amit Kenyon „lebegő perspektíva”-ként („floating perspectives”) nevez meg (Kenyon, 1990/91). Véleménye szerint lehetetlen belső tudást szerezni és nincs tartós megállapítás a halálról. Nem zárja ki az ismert elképzeléseket, de nem tartja véglegesnek azokat, nyitott marad. Az ember állandó mozgásban él, közben a halál elgondolt értelme változik, és ezzel tulajdonképpen a változásokkal teli élet részévé válik.

Cicero (1987) híres művében az öregség elleni négy vád egyike a halál közelsége. A halálfélelem szerinte értelmetlen, mert a lélek is megsemmisül és akkor a halál után nincs mitől félni vagy túlélni és ekkor még boldog is lehet. A halálfélelem tényezőit már modern korunkban

több korosztályban vizsgálták, időseknél egészségében kisebb, mint fiataloknál (Feifel, 1956). Van olyan vizsgálat, mely szerint a fiatal kortól fokozatosan nő a középkorig, majd onnan kezdve csökken, az idős koron belül viszont stagnál (Gesser, 1987/88, Békés, 2003). Ebben annak lehet szerepe, hogy az idős több halálessettel találkozott életében (Buda, 1997). Utalok olyan felmérésekre is, melyekben a halálhoz kapcsolódó momentumokat külön elemezték. A vallásosság a halálfélelmet csak részben csökkentti, nem kisebb a félelem a megsemmisüléstől, de kisebb a meghalás folyamatától való félelem (Wink, Scott, 2005; Szente, 2007; Zana, 2009). Sokszor találkozunk egy sajátos kettősséggel: a halálelfogadás és –félelem együttlétével a tudatban. A halálelfogadás általában sem várást, sem menekülést nem jelent, hanem a törvényszerű bekövetkezését (neutrális elfogadás, Wong, 2000; Békés, 2000).

A halál időpontját legtöbben szeretnék kitolni: esetleg valamilyen elkezdett feladatot akar az idős elvégezni, egy művet befejezni vagy egyszerűen a szeretteivel szeretne tovább együtt lenni, esetleg családi esemény bekövetkezését megérni (pl.unoka esküvője).

Mennyi mindent nem mondtál még el,

s már nem is mondasz el soha,

Tőzsér Árpád: A gyöngykapu kitárva... 1.

Csak ne kelljen halálba menni,

mi minden tudnál még itt lenni,

Illyés Gyula: Csak ne kelljen halálba menni

Aki kereknek, tevékenységben lezártnak érzi életét, az könnyebben néz elébe a végnek. Ilyenkor elkövetkezik „a teljes élet befejezésének nyugalma, hogy megtettem, amit tudtam, megtettem, amit lehetett” (Losonczy, 2009: 269). A súlyos beteg ember, sok szenvedést okozó állapotában lévén, óhajtja a halál minél előbbi bekövetkezését, ugyancsak az elhagyatott, életét cél nélkül, esetleg intézményben tengető idős is (Todeserwartung Syndrom, Berman, 1966).

Milyen jó lesz, ha ernyedt, könnyű állal

ölelkezem a görcs-oldó halállal.

Áprily Lajos: Rossz éjszakák

Idős korban is, mint minden más korosztályban, a személy maga számára a gyors halált kívánná, annak eljövetele idejében.

... halálosztó én Istenem

halnom ha kell add hirtelen

Rákos Sándor: Könyörgés jó halálért

A halál transzcendentalitás szempontjából való megközelítése szinte mindenki felmerül, mert a tanulatlan ember is felteszi a kérdést: mit jelent számára a halál. Az öregedés folyamatában közelebb kerülünk a világ kozmikus felfogásához, távolodunk a materiális, egyszerűen racionális szemlélettől (gerotranszcendencia, Tornstam, 2005). A mélyebb gondolatok alapján elmélkedő – még ha a formális szabályok alapján nem is vallásos – személyét a tágabb univerzum részének tekinti: az élet egy villanás két Örökkévalóság között. Ezt a gondolatot egy egyszerű, bölcs öregasszony így fogalmazta meg: „a szabad ég alatt repkednek a madarak, egy fecske berepül a nyitott ablakon, egy-két ívet repül a szobában, majd távozik ismét a végtelen ég felé. Az a belső rövid szárnyalás a mi földi életünk.”

A hullámok halandók,

De a hullámozás halhatatlan,

Rónay György: Október Szárszón

Ezek vagyunk: két tenger közt az Átmenet
hullámai, ...

... a mindig éppen változó

öröklét: ez vagyunk.

Rónay György: S mit hallgassunk

Halálommal majd megint változást hozok. Más formában
ismét beleépülök az Egészbe s az Egész megint mássá válik
tőlem.

...

Én, halhatatlan, mit félek hát a haláltól?

Csorba Győző: Halhatatlan

A harmadik időszak az a halál után kezdődik. Két szempontból kerül az idős egyén megítélése körébe: egyrészt a lélek további létét illetően, hogy van-e túlvilági lét, másrészt a földi utóéletünk tekintetében. Az első kérdéskör lényegében a vallásosság, a hitbeli meggyőződés által meghatározott és nagymértékben befolyásolja a földi élet megszűnésétől való félelem erősségét, sőt formáját, pl. hisz-e az üdvözülésben, illetve fél-e a túlvilági büntetéstől. Lényeges, hogy az

adott személy belülről, tudatában meggyőződéssel istenhívő (intrinsic vallásosság), vagy csak formailag (extrinsic vallásosság), esetleg ún. saját hitű vagy kételkedő. Ezt a témakört – melyet sok tanulmány elemez és összegzésük külön tanulmányt érdemel – nem kívánom ebben az írásban taglalni. A másik gondolkör: mit hagy az ember halála után maga után magából, a lényéhez köthető szellemi vagy tárgyi valót. Az ember – fogantatásától haláláig – anyagi és szellemi környezetére hat, abban változást hoz létre, abban kivált, teremt valamit. Halála, személyének a földi valóságból eltűnése után ezek egy része még létezik, tehát ez az én-utáni vagy én-nélküli periódus (postself, Shneidman, 1995; selfless time, Urien, 2007) tele van nyomaival, „termékeivel”. Fájdalmas és nehezen elképzelhető az én-nélküli világ, amely majd emlékezik és emlékeztet rá. „Halottnak látni magam már azelőtt, hogy halott lennék, és anticipáció révén önmagamra alkalmazni egy túlélő kérdését” (Ricoeur, 2011:34), itt bevillan a „holnap már meghalt lényem: mon être-déjà-mort” (Ricoeur, 211:36). Az idős ember számára, akinek hosszú életéből számtalan „maradvány” származik és sok közülük lényének magjához kötődik, különösen fontos ezeknek továbbélése és megmaradó jelentősége a már nélküle zajló időben. Ezek biztosítanak számára „szimbolikus halhatatlanságot” (Lifton, 1979), meghaladják a végességet, átlépik a személyes jövőt és így a személy könnyebben fogadja el a halál idejének közeledését, csökken a halálfélelme. Az utódgenerációk számára megvalósuló hagyományozást a generativitás fogalmával fejezik ki, amely lehet: biológiai-szociális utód, kreatív produktum, spirituális vagy a természetben hagyott nyom, transzcendens élmény (Lifton, 1979; Kotre, 1984). Egy művész (festő) esetén például „a mű és az élet ideje, melyek egészen addig egymásra vetültek, elválik egymástól: a létező, aki fest, elhagyja a mű halhatatlan idejét, és visszahúzódik az élet mulandó idejébe” (Ricoeur, 2011: 85). Ebben a sorban azonban a legfontosabb az utódainak léte, akik a biológiai folytonosságot is képviselik, ezért is alig elviselhető lelki trauma a gyermek halála (Boga, 2000). Lényeges lehet számára, hogy személyéhez kössék hagyatékát, de az is elég lehet, hogy tudja, tovább él műve attól függetlenül, hogy tudnák személye szerepét annak létrehozásában. Conche (1980) szerint öt „illúzió” foglalkoztathatja az embert ebben a vonatkozásban: testi halála után lényének és tetteinek milyen utóélete lesz? Az első a túlvilági létet érinti, a továbbiak: a morális illúzió érdemeinek, a szociális illúzió hírének, az ontológiai illúzió birtokolt tárgyainak, a praktikus illúzió az általa képviselt feladatoknak a túlélésére vonatkoznak. Scheler szerint az emberek szellemi alkotásai már életükben „túllendültek a testi állapoton, úgy most ők maguk is túllendülnek testük pusztulásán.” „Ez azt jelenti, hogy a

személy úgy éli meg önmagát, mint továbbélőt” (Scheler, 2011: 87). Simmel is a szellemi alkotás személyt túlélő erejéről ír: „a szellemi alkotás – tartalmát tekintve – kezdettől fogva az időtlen tartományában van” (Simmel, 2011: 126). Az én-utáni időre hagyományozott szellemi-lelki-anyagi hagyaték Kotre (1984) szerint úgy is felfogható, mint egy „időkapszula”. Az adott egyén élete egy időpontjában, egy életszakaszban létrehozott „terméke”, legyen az egy szerelmi vallomás, egy faragott szék, egy írásmű, egy átadott ismeret, egy erkölcsi tanítás, áttevődik és megjelenik a maga megmaradt formájában egy vagy több későbbi időpontban az utódnemzedék egy vagy több tagja számára: az látja, érzékeli, tiszteli, használja, működteti, emlékezetében felidézi, esetleg sajátjaként hívja elő. Szép példák: a tanár „jelenléte” a tanítvány tudásában, vagy az orvos „jelenléte” a meggyógyított beteg egészségében még a tanár illetve az orvos halála után is.

Munkám, mit sóváran egy életen
Behordtam, az – bár nélkülem –
Él s éltet?

...

Non omnis moriar!

Illyés Gyula: Hosszú tél

Illyés idézi a Horatius által megfogalmazott, a fentiekben is körülírt, örök érvényű vágyat: „Non omnis moriar, multaque pars mei vitabit Libitinam ...” („Nem halok meg egészen, a jobbik részem elkerüli a halottak országát”).

Mert nem halok meg mindenestül.

Rónay György: A folyó és a katona

Úgy távozom, hogy itt leszek.

Illyés Gyula: Pályavégző versíró

Ha eljut ebbe a korba az ember, sok tapasztalatot gyűjthetett életében, sokat tud a világról, de élete végéről, a halál lényegéről vajmi keveset. A tudós sem, még ha a részleteket körbe is járja, ahogy mi is próbáltuk. Itt áll kiszolgáltatottan az ismeretlen zsarnokkal szemben.

Hogy jobban megismerjelek, ki vagy?- Sötét vagy-e?

Kivel a sötétségben oly rég szembenézek, hallgatag király:

rejtélyes elmúlás!

Füst Milán: Szellemelek utcája

IRODALOM

- BALTES, P. B. – BALTES, M. M. (1990): *Successful Aging. Perspectives from behavioral sciences.* Press Synd. Univ. Cambridge, Cambridge, NY, Victoria
- BÉKÉS V. (2000): Ki fél a haláltól? *Kharón* 4 (3): 5-65.
- BÉKÉS V. (2003): A halál iránti attitűd az életkor, a nem és a vallásosság függvényében. *Kharón* 7 (1-2): 30-49.
- BERMAN, M. I. (1966): The todeserwartung syndrome. *Geriatrics* 21 (5): 187-192.
- BOGA B. (2000): Kadmosz szindróma. *Kharón* 4 (1-2): 5-22.
- BOHLMMEIJER, E. T. – WESTERHOF, G. J. – RANDALL, W. et al. (2011): Narrative foreclosure in later life: Preliminary considerations for a new sensitizing concept. *J. Aging Studies* 25: 364-370.
- BORGENHAMMER, E. (2000): Quality of death as a quality of life (paper). XV. Nordic Congress on Gerontology, Reykjavik
- BOSNYÁK S. (1999): A halál országa. Az öregek önkéntes halála. *Kharón* 3 (1-2): 123-128.
- BUDA B. (1997): A halál és haldoklás szociálpszichológiai tényezői és folyamatai. *Kharón* 1 (1): 5-10.
- CHITTISTER, J. (2011): *Az évek ajándéka. Méltósággal megöregedni.* (ford.: Veszprémi Krisztina) Budapest, Ursus Libris
- CICERO, M.T. (1987): Az idősebb Cato vagy az öregségről. (ford.: Némethy Géza) In: *Uó: Válogatott művei.* Budapest, Európa Könyvkiadó
- CICIRELLI, V. G. (2002): Fear of Death in Older Adults: Predictions from Terror Management Theory. *J. Geront. Psych. Sciences* 57B, P358-P366
- CONCHE, M. (1980): *Temps et Destin.* Editions de Mégane
- DITTMANN-KOHLI, F. (2007): Temporal References in the Construction of Self-Identity: A Life-Span Approach. In: BAARS, J. – VISSER, H. (eds.): *Aging and Time. Multidisciplinary Perspectives.* Baywood Publ. Comp., Inc. Amityville, NY
- FEIFEL, H. (1956): Older persons look at death. *Geriatrics* 11 (3): 127-130
- FIEDLER, L.A. (1979): Eros and Thanatos: Old age in Love. In: VAN TASSEL, D. D. (ed.): *Aging, Death, and the Completion of Being.* Univ. of Pennsylvania Press
- FRANKL, V. E. (2005): *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben.* (ford.: Schaffhauser Ferenc) Budapest, Jel Egyházi Könyvkiadó

- GERGEN, K. J. – GERGEN, M. M. (1983): Narratives of the self. In: SABIN, T. R. – SCHEIBE, K. E.: *Studies in social identities*. NY Praeger
- GESSER, G. – WONG, P. T. P. – REKER, G. T. (1987-88): Death Attitudes Accross the Life-span: The Development and Validation of the Death Attitude Profile (DAP). *Omega* 18: 113-159
- GOLOVICS P. A. – HEGEDŰS K. – KONKOLY-THEGE B. (2012): Az idősebb korosztály viszonya a betegséghez és a halálhoz a társadalmi és társas támogatottság tükrében. Hospice Konferencia, Budapest
- HANKISS E. (2008): *Ikarosz bukása. Lét és sors az európai civilizációban*. Budapest, Osiris Kiadó
- HELLER Á. (1971): *A reneszánsz ember*. Budapest, Akadémiai Kiadó
- HELLER Á. (2007): *Sámson. Erősz és Thanatosz a bírák könyvében*. Budapest, Múlt és Jövő kiadó
- HOHL, L. (2011): *A munkáról. A halálról*. (ford.: Hajdú Farkas-Zoltán) Csíkszereda, BookArt Kiadó
- KENYON, G. M. (1990/91): Dealing with human death: The Floating Perspective. *Omega* 22 (1): 51-61.
- KOTRE, J. (1984): *Outliving the self: generativity and the interpretation of lives*. John Hopkins University Press, Baltimore MD
- KULCSÁR ZS. (2012): *A hatalom átadása – a hatalom akarása*. Budapest, ELTE Eötvös Kiadó
- LACZKÓ K. (2010): Itt vannak velem. *Embertárs* 8 (1): 23-34.
- LIFTON, R. J. (1979): *The Broken Connection: On Death and Continuity of Life*. Am. Psychiatric Press, Inc., Washington DC
- LOSONCZI Á. (2009): *Az ember ideje*. Budapest, Holnap Kiadó
- MOODY, H. R. (2002): Conscious Aging: A Strategy for Positive Development in Later Life. In: RONCH, J. – GOLDFIELD, J. (eds.): *Mental Wellness: Strength-based Approaches*. Human Services Press, NY
- PILLING J. (1999): A halállal kapcsolatos attitűdök a filozófiában. In: PILLING J. (szerk.): *A halál és haldoklás kultúranropológiája*. Budapest, Semmelweis Kiadó és Multimédia Stúdió
- POLCZ A. (2000): *Gyászban lenni*. Budapest, Pont Kiadó
- POPPER P. (1999): *Fáj-e meghalni?* Budapest, Saxum Kiadó
- RICOEUR, P. (2011): *Egészen a halálig*. (ford.: Bende József) Pannonhalma, Bencés Kiadó
- RIEMANN, F. (1987): *Az öregedés művészete*. (ford.: Bodrog Miklós) Budapest, Háttér Kiadó
- ROWE, J. W. – KAHN, R. L. (1998): *Successful Aging*. Dell. Pub.

- SCHELER, M. (2011): Halál és továbbélés. (ford.: Csejtei Dezső) In: *A halál filozófiai megszólítása*. Budapest, L'Harmattan Kiadó
- SHNEIDMAN, E. S. (1995): The Postself. In: WILLIAMSON, J. B. – SHNEIDMAN E. S.: *Death: Current Perspectives*. 4. edit. LA, Mayfield
- SIMMEL, G. (2011): Halál és halhatatlanság. (ford.: Juhász Anikó) In: *A halál filozófiai megszólítása*. Budapest, L'Harmattan Kiadó
- SMITH, J. E. (1969): Time, times and right „time”; chronos and kairos. *The Monist* 53 (1): 1-13.
- SZENTE É. (2007): *Vallásosság és halálhoz való viszony időskorban*. Szakdolgozat. Pázmány Péter Katolikus Egyetem, Bölcsészettudományi Kar
- TORNSTAM, L. (2005): *Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging*. NY Springer Publishing Comp., NY
- URIEN, B. (2007): Selfless Time (From life space to death anticipation). *Time and Society* 16: 367-386.
- WECHSSLER, E. (1930): *Die Generation als Jugendreihe und der Kampf um die Denkform*. Verlag Quelle, Meyer, Leipzig
- WINK, P. – SCOTT, J. (2005): Does Religiousness Buffer Against the Fear of Death and Dying in Late Adulthood? Findings From a Longitudinal Study. *Journ. Geront. Series B*, 60 (4): P207-214.
- WONG, P. T. P. (1989): Successful aging and personal meaning. *Canadian Psychology* 30: 516-525
- WONG, P. T. P. (2000): Meaning of life and meaning of death in successful aging. In: TOMER, A. (ed.): *Death attitudes and the older adults*. Brunner/Mazel Publisher, NY
- ZANA Á. (2009): A halálkép alakulása és változása Magyarországon, a korosztályos értékítélet-különbségek és a lehetséges mérési módszerek vizsgálata. Tabu-e még a halál? *Orvosi Hetilap* 150: 1183-1187.

Dr. Boga Bálint
belgyógyász, geriáter, klinikai onkológus főorvos
Magyar Hospice Alapítvány
e-mail: bboga_md@freemail.hu