

GEISZBÜHL-SZIMON PETRA – NEMES LÁSZLÓ

Halál Kávéház Budapest

Összefoglaló ♦ *Tanulmányunkban bemutatjuk a Halál Kávéház Budapest (HKB) csoport 2015-től indult tevékenységét. A HKB csoport a nemzetközi Halál Kávéház (Death Café) mozgalom alapelveit és gyakorlati mintáját átvéve kezdeményezte Budapesten is a halállal kapcsolatos kérdésekről szóló, nyilvános beszélgetéseket. Röviden bemutatunk két, általunk rendezett alkalmat, egyfajta ízelítőül, hogy milyen kérdések és szempontok kerülnek elő a Halál Kávéházban. A bemutatás során hangsúlyozzuk, hogy az részben a témáról szóló filozófiai eszmecsere, másrészt olyan közösségi aktivitás, amely korszerű kereteket képes nyújtani a végességünk tudatával való szembenézéshez.*

Death Café Budapest

Abstract ♦ *In this study we present the activity of the Death Café Budapest (DCB) team, which started in 2015. DCB follows the basic principles and practice of the international Death Café movement, and initiated open talks about death and death-related questions. In this study, we present two events that we organised, just to give a flavour about the questions and aspects we typically discuss in the Death Café. The conversation is on the one hand a philosophical discussion about the topic, but on the other hand, it is also a community activity which can help us to face our finiteness in a modern way.*

Novemberi szerda este, Budapest belvárosa, Görbe Bögre Kávézó. Halál Kávéház. Akik már korábban is részt vettek ilyen rendezvényen, a földszinti pultnál gyorsan rendelnek kávé, teát, sört, bort vagy süteményt, majd magabiztosan mennek az emeleti galériára, ahol üdvözlük az ismerős vagy ismeretlen résztvevőket. Akadnak olyanok is, akik először vesznek részt efféle beszélgetésben, ők a kávéházba belépve némiképp megilletődve kérdezik a pultosoktól, hol is lesz a Halál Kávéház. Miután mindenki, kb. tizenöt ember megkapja a rendelt italát és elfoglalja helyét a kényelmes fotelekben, kezdetét veszi a beszélgetés.

A szervezők felteszik a kérdést, hogy mi legyen a mai téma. A felmerülő négy-öt javaslat közül a csoport választása rövid töprengés után „A halálfelfogás időskorban” témára esik. A Halál Kávéház mozgalom fontos üzenete, hogy a halálról minden életkorban és élethelyzetben fontos gondolkodni, nem csak akkor, amikor idősök, betegek vagyunk vagy veszteség ért minket, s így az élet végével, végességével közvetlenül szembesülünk, hanem akkor is, amikor fiatalok, egészségesek, szépek és sikeresek vagyunk. Mennyiben más időskorban gondolni a halálra, az elmúlásra, mint életünk korábbi szakaszaiban? Vajon az idős vagy a fiatalabb emberek gondolnak többet a halálra? Másképp teszik ezt, illetve szívesebben beszélnek-e erről nyilvánosan vagy a közeli hozzátartozóik körében? Ugyanarról szól tizenhét, huszonöt, negyvenöt, hatvan vagy nyolcvanöt éves korban a végességről elmélkedni?

De mit is jelent pontosan az öregkor? Életünk hetven, hetvenöt vagy nyolcvan év utáni időszakát? Az egyszerűség kedvéért abban maradunk, hogy hozzávetőlegesen nyolcvan év fölötti életkorra hivatkozzunk. A jelenlevő résztvevők között a legidősebbek is az ötvenes éveikben járnak, ami ebből a szempontból akár sajnálatosnak, másrésztől azonban szerencsésnek is tűnhet. A Halál Kávéház nem szakértői előadásokról szól, hanem olyan szabad eszmecserekről, amelyekhez bárki – előzetes tudástól, tapasztalattól, érintettségtől függetlenül is – hozzá tud szólni. Jelen esetben is erről van szó: nem az a kérdés, hogy egy nyolcvan feletti ember ténylegesen mit is gondol a halálról, hanem hogy elképzeljük és beszéljünk arról, vajon milyen lehet a várható élettartam végéhez közeledve reflektálni az élet végességére. Bizonyos értelemben jobb is, hogy nincs egy vagy több idős ember a beszélgetők között, mivel akkor valószínűleg ellenállhatatlan kényszert éreznénk arra, hogy őket kérdezzük a saját felfogásukról, tapasztalataikról.

A beszélgetés elején említésre kerül egy korábbi facebook-hozzászólás, miszerint csoda, hogy az idős emberek nem „bolondulnak bele” annak tudatába, hogy életük elkerülhetetlenül a végéhez közeledik. Tűnhet esetleg naiv, akár bántó megjegyzésnek is, de talán ennél többről van szó. Egy fiatalember megosztja azt a tapasztalatát, hogy amikor a nagymamájához ment látogatóba, hiába kereste és szölongatta, nem találta, végül kiderült, hogy az idős asszony az ágyneműtartóban feküdt. A kérdésre pedig, hogy mit keres ott, azt felelte, hogy éppen azt próbálgatta, milyen lehet a koporsóban feküdni. A történetet több más hasonló követi, főleg nagyszülőkről szóló, amelyekben a résztvevők beszámolnak olyan benyomásaikról, hogy az idős emberek – bár gyakran hangoztatják, hogy már nem igazán aggasztja őket a halál gondolata – valójában nagyon is sokat gondolnak az emberi lét eme

nagy rejtélyére, akár a valláshoz való fordulás formájában. A beszélgetés egyik nagy kérdésévé az vált, hogy mennyire hihetők azok a megnyilvánulások, amelyek arra utalnak, hogy a végeesség tudatát valóban sikerült időskorban feldolgozni.

A beszélgetés során további fontos szemponttá válik, hogy vajon van-e lényegi különbség egy végstádiumú betegség diagnózisát kapó fiatal(abb) ember és az idős emberek halálhoz való viszonyulásában? Mennyiben hasonlítható össze egy, mondjuk a harmincas éveiben az orvosok által halálos kimenetelűnek prognosztizált rákdiagnózissal szembesülő ember helyzete egy egyébként többé-kevésbé egészségesnek mondható, nyolcvanas éveiben járó emberével? Két fontos különbség kerül elő a beszélgetés során. Az egyik az, hogy egy halálos betegséggel küszködő fiatal még a legrosszabb kilátások mellett is abban reménykedik, hogy meggyógyul, míg egy nyolcvan év feletti ember a saját halálának pár éven belüli bekövetkezését elkerülhetetlennek látja. A másik, hogy egy idős ember számára az élet végével való szembesülés hosszabb folyamat eredménye, arra jobban fel tudott készülni, mint egy hirtelen jött betegségben szenvedő fiatal, aki helyzetét inkább fogja fel tragikusnak, akár igazságtalannak. Az elmélkedés során mégis közösséget is találunk a két példában. Az elkerülhetetlen vég tudatosodása után az élethez való viszonyulásban történő változás hasonló mintázatot mutathat. Mindkét esetben a mindennapok apró örömei, a kapcsolatok felértékelődése, a prioritások átrendeződése történhet meg. Ennek személyes történetét osztotta meg egy negyvenes évei elején járó beszélgetőtársunk: miként fordította figyelmét a kapcsolatainak és életvitelének minőségére egészségének hirtelen drasztikus romlása, amelyből halálos betegség diagnózisát sejtette. A beszélgetés során felmerül az idős emberek halálhoz való viszonyulásának az a szempontja is, hogy számukra a rendelkezésre álló napok, kisebb-nagyobb örömök más jelentőséggel bírnak, mint a fiatalabbak számára. Akár egy jó étel elfogyasztása vagy az unokákkal, barátokkal töltött idő is felértékelődik. A manapság divatos mindfulness és az ebből eredő lehiggadt filozófiai bölcsesség és életszeretet talán leginkább idős korban válik realitássá a legtöbb ember számára. A bölcsesség fogalma, ezzel együtt az idős emberek tisztelete, a tőlük való tanulás lehetősége éppen a végeességhez való megváltozott viszonyulásból fakad.

A beszélgetés másfél óráig tart. Nem oldottunk meg egyetlen problémát sem véglegesen, de nem is ez volt a cél. Másfél óra intenzív közösségi „lelkigyakorlat” zajlott, amelynek célja nem válaszok keresése, hanem még több kérdés felvetése és tudatosítása. A beszélgetésre szánt idő letelte után néhányan más jellegű dolgukra sietnek, néhányan azonban maradnak még, és szabadabb módon beszélgetnek, akár a felmerült szempontokról, akár más,

személyesebb témákról. Bár a Halál Kávéház mai rendezvénye véget ért, a kérdések és szempontok bizonyára még napokig, akár hetekig vagy évekig megmaradnak a résztvevőkben.

A nemzetközi Halál Kávéház mozgalom abból a tapasztalatból indul ki, központi üzenete és missziója pedig annak módosítására tesz kísérletet, hogy korunk emberei a nyugati világban a halál kérdéseit egyfajta *tabunak* tekintik és nehezükre esik a végesség, a halál tudatosítása. A kiinduló felfogás az, hogy az emberek *jobb életet* élhetnek, ha többé-kevésbé folyamatosan reflektálnak életük végességére. Hétköznapi tevékenységeink, célkitűzéseink, elveink, saját magunkról kialakított felfogásunk, történeteink pont abból merítik sajátos értelmüket, hogy egy életünk van, mégpedig véges, ebből kell kihozni a lehető legtöbbet.

De vajon tényleg így van? Végső soron mi a jó élet kritériuma? A boldogság? A gondtalan élvezetek hajszolása? Talán valamiféle tudatos reflektálás az emberi állapotra, valamiféle autentikus lét, ahogy azt az egzisztencialista filozófusok vallották? A kaland és a kíváncsiság? Hogy minél több mindent kipróbáljunk az életben? A bölcs belátás? Vagy az erkölcsi felelősség kihívásaihoz való igazodás? Hátha mégis az a jó élet, ha igyekszünk soha nem gondolni a halálra. Fontos látnunk, hogy ez önmagában is alapvető filozófiai kérdés, amely egy Halál Kávéház témáját is alkothatja.

További kérdés, hogy csakugyan igaz-e, hogy a mai emberek nem szeretnek a halálra gondolni? Vannak, akik ezt is megkérdőjelezzik (Walter, 1991). Akárhogy is legyen, a Halál Kávéházak szervezőiként kettős tapasztalatra tehattünk szert. Egyrészt folyamatosan jelen van egyfajta ódzkodás a témától, sokan eleve félelmetesnek, netán betegesnek tartják egy ilyen rendezvény létét vagy az azon való részvétel gondolatát. Mások azt javasolják, hogy bár a kezdeményezés jó, de érdekesebb lenne megváltoztatni a nevét, valami „barátságosabbra”, mivel az riasztóan hat. Ez alapvető félreértése a Halál Kávéháznak: mivel pont azt szorgalmazza, hogy ne szépítsük az élet és halál legfőbb kérdéseit, hanem nyíltan vállaljuk fel az erről való gondolkodást és beszélgetést. A Halál Kávéházzal kapcsolatos leggyakoribb félreértés, hogy oda olyan emberek járnak, akiket különös, akár bizarr vagy beteges vonzódás fűz a halálhoz. Sokan attól tartanak, hogy róluk is valami ilyesmi derülne ki, ha ellátogatnának egy Halál Kávéházba. Természetesen szervezőkként mi is találkozunk ezzel a gyanakvással: biztos minden gondolatunk a halál körül forog, ezzel szeretnénk másokat is megfertőzni. Pedig éppen fordítva áll a helyzet: a Halál Kávéház leginkább azok számára szerveződik, akik amúgy talán nem is gondolkodnának vagy beszélgetnének ezekről a témákról.

A másik tapasztalat, hogy az emberek igenis nyitottak, sőt ki vannak éhezve az efféle témákra. A Halál Kávéház nem csak Angliában vagy az Egyesült Államokban rendkívül sikeres kezdeményezés, hanem Magyarországon is, esetleges kezdeti ellenérzésüket leküzdve, egyre többen vesznek részt a halálról, a halállal összefüggő kérdésekről folytatott nyilvános beszélgetésekben. A Halál Kávéház jelentős médiavisszhangot is kiváltó nemzetközi mozgalom, ami azt sugallja, hogy létezik igény a halállal való szembenézés mai kultúrájának kialakítására.

A halálra, az élet végességére való reflektálás új, korszerű kultúrájának kialakítása nem merülhet ki néhány elméleti megfontolás ismételgetésében. Nem elég elméleti vitákat folytatni arról, hogy a végesség tudata miként vezethet egy teljesebb élethez, adhat értelmet az életünknek, hanem ki kell alakítani azokat a társadalmi intézményeket, fórumokat, amelyek megvalósíthatják a *halál kultúrájának* új gyakorlatait. A halál tabuvá válásával és az ennek ellenpontosására tett kísérletek áttekintésével kapcsolatos szakirodalom többnyire egyéni szinten közelíti meg a felmerülő kérdéseket. Arra biztatják az embereket, hogy gondolkodjanak, elmélkedjenek, olvassanak többet, nézzenek filmeket a halállal kapcsolatos témákról.

Számos antropológus, szociológus, filozófus mutatott rá arra, hogy más kultúrákban, illetve az európai kultúra korábbi korszakaiban, akár a görög-római antikvitás idején, akár a keresztény középkorban, majd később is, a mainál jóval több és kidolgozottabb intézmény és hagyomány állt az emberek rendelkezésére a halál rejtélyének feldolgozására. Ezek közösségi jellegűek voltak, leginkább az volt rájuk jellemző, hogy nem hagyták magára az egyént az alapvető egzisztenciális kérdésekkel. Hagyományok, ünnepek, szertartások (pl. halotti tor) és más közösségi események jelölték ki az emberek életében a halállal és a halottakkal való kapcsolat intézményes kereteit. A mai világi kultúra leginkább a közösségi élmények terén mutat hiányosságokat. Az ünnepek kiüresedtek, a temetések is elvesztették hagyományos rituális jellegüket. A vallás visszaszorulása bizonyára felszabadító hatásának bizonyult az egyéni önmegvalósítás terén, viszont leválasztotta az egyént a közösségtől, magára hagyva a döntéseiben és élete alakításában. A közösség iránti igény azonban nem kizárólag a vallásos emberhez kötődik, inkább egyetemes emberi szükséglet. Ezért nagyon fontos, hogy a mai viszonyok között is kialakuljanak valódi közösségek.

A népszerű filozófus, Alain de Botton néhány évvel ezelőtt megjelent, *Religion for Atheists* (Vallás ateisták számára) című könyvében elsősorban a közösségi élményt biztosító vallási gyakorlatok világi alternatívákkal való kiváltását szorgalmazza. Ha a mai tudomány és filozófia felismeréseinek fényében már nem is tudunk maradéktalanul hinni Isten létében, ez

még nem feltétlenül kell, hogy a hagyományos közösségek felbomlásához vezessen. Amit az ateista is megtanulhat a vallásos embertársaitól, az pont a közösségalkotás gyakorlata. A vallásosság és ateizmus, a hagyományos és a modern, humanista világnézet nem vonja maga után szükségszerűen a közösségi és individualista életvitel különbségét (de Botton, 2013).

A Halál Kávéház mozgalom eszméje, valamint vonzereje is ebből a megközelítésből érthető meg. Nem csupán egy filozófiai gondolatról szól, hanem egy közösségi gyakorlatról is. A halálra gondolástól való irtózásunkon nem kizárólag elméleti síkon igyekszünk túltenni magunkat, hanem más emberekkel való rendszeres találkozások formájában. Mint a vallások követői is tudják, az élet végeességére adott gyakorlati válasz a közösségben gyökerezik. A Halál Kávéház a halállal, végelességgel, gyásszal összefüggő kérdések módszeres megvitatásának csoportos gyakorlataként kétféle módon, két szinten is segít a halál feldolgozásában. Egyszerre témacentrikus vizsgálódás és közös együttlét. A csoportos filozófiai eszmecsere mégis túlmutat sajátos témáján és az alkalmi közösségalkotás performatív aktusává válik (Nemes, 2016). A Halál Kávéház nem olyan, mint egy rögtönzött konferencia, nem előzetesen kialakított nézetek prezentálása, hanem az alkalmi csoport együttgondolkodásának folyamata, annak sajátos dinamikájával és etikájával. Ran Lahav filozófiai tanácsadó az effajta beszélgetésekre dolgozta ki a „filozófiai közösség” (philosophical companionship) fogalmát (Lahav, 2016). Kicsit olyan, mint egy hagyományos temetés vagy a halál kultikus ünnepe: a közösség tagjai egyszerre lépnek be a rituális halálélmény megtapasztalásába, egyszersmind pont az így létrejövő közösség oldja a halál iszonyatát. Az emberek körbeülnek, beszélgetnek, vitáznak, elborzadnak, viccelődnek, komolyan és ironikusan viszonyulnak a halálhoz. A Halál Kávéház nem különösebben komor, felkavaró beszélgetés, bár nem is az a célja, hogy ne hagyjon mélyebb nyomokat a résztvevőkben. Fontos hangsúlyozni, hogy a Halál Kávéház nem pszichoterápia, nem gyászfeldolgozó vagy gyászterápiás csoport, nem a résztvevők egyéni pszichológiai érintettségét, problémáit igyekszik feltárni és kezelni, hanem általános kérdések érvelő körülményéről szólnak a beszélgetések. Egyéni példák, tapasztalatok természetesen segíthetik az eszmecsere menetét, ezek azonban inkább eszközökként: példaként, illusztrációkként szolgálnak, nem ezek képezik a beszélgetés középpontját. A legtöbb Halál Kávéház esetében a beszélgetések nem olyan személyek számára szólnak, akik közvetlenül érintettek a halál tapasztalatában, halálos betegség vagy mély gyász formájában, őket inkább figyelmeztetjük is, hogy felkavaró lelki tapasztalat lehet számukra a beszélgetésekben való részvétel.

Halál Kávéházat minden olyan helyen és alkalommal érdemes szervezni, ahol nyitott elméjű emberek megjelennek. Kávéházakon kívül akár fesztiválokon is. A művészeti, kulturális vagy zenei fesztiválok napjaink kulturális életének kiemelkedő jelentőségű közösségi eseményeit alkotják (Szabó, 2014), elsősorban zenei programok, koncertek képezik az alapjukat, ám ezek rendre kiegészülnek más műfajú programokkal is. A 2017-es *Sziget Fesztivál*on így a Halál Kávéház is megjelent, két angol nyelvű beszélgetés formájában. A Sziget Fesztivál keretében szervezett Halál Kávéházaink felkerültek a Death Café mozgalom nemzetközi honlapjára is, ahol az érdeklődők tájékoztatást kaphatnak a világ különböző országaiban zajló, hasonló eseményekről.

Füledt meleg, por, hangzavar, színek, illatok és szagok - kellemes és kellemetlen ingerek. Amerre lépünk, a közösségi élményben már napok óta oldódó fiatalok tengere - 2017 nyara. Két évvel az első budapesti Halál Kávéház eseményünk után szokatlan és izgalmas helyszínre települünk ki. Nemzetközileg is újszerű, hogy egy zenei és kulturális rendezvény programjaként lehessen látogatni beszélgetéseket a halálról - ez az első „fesztiválos” Halál Kávéház a világon. Ahogy elérjük a Halál Kávéházunk helyszínét, önkéntelenül az jut eszembe, itt helye van arról beszélgetni, hogy az életünk véges. Itt, ahol természetesen nyers valóságában tud jelen lenni az ösztönös életöröm, extázis az ember életében, ahol a zene ősi ritmusa a rítusok hangulatát idézve erősíti az élményt, tágítja a tudatot a hétköznapitól távolabb eső területek felé. Vajon mennyire lesznek ők, a Szigetlakók nyitottak közel engedni magukhoz éppen itt és most a halál gondolatát? Honnan, milyen kultúrából érkeznek? Mit hoznak magukkal? Milyen téma kerül kiválasztásra? Mit viszünk el magunkkal a beszélgetések végén? Meg tudjuk-e majd együtt teremteni a közösségi élményt ebben a nemzetközi kavalkádban ilyen rövid idő alatt? Egyáltalán, jönnek-e majd?

A fesztivál nagy forgatagától távol eső, ám csendesnek így sem mondható Duna-parti elvarázsolt világ a helyszín: a Cöcxpon Chill Garden – külön sziget a Szigeten. Szunyókálók gyűrűjében találunk szép lassan meg minket az érdeklődők a meghirdetett program alapján. Félig leeresztett sátorponyva jelöli a terünket, ahol a földön körben ülve kezdjük tizenketten a beszélgetést. Nemsokára húszan kapcsolódunk mélyen elmerülve egy olyan beszélgetésben, amely még ebben a hétköznapi normáktól eltérő természetesen befogadó közegben is szokatlan. A világ számos országából ülnek körülöttünk - kinézetük, öltözködésük a fesztiválos olvasztótégely egyediségét, az aktuális identitást közvetíti. Magyar, angol, német, holland, amerikai, svéd, orosz, dél-afrikai, francia lányok és fiúk. Vannak köztük egyetemi hallgatók,

multinál dolgozók, függetlenek, és családosok. Van olyan résztvevő, aki futólag hallott már a mozgalomról, de itt él először a lehetőséggel, hogy részt vegyen az eseményen. A kölcsönös, nyitott tekintetek biztatónak tűnnek a rövid üdvözlőkörben.

„Meddig akarsz élni?” - hangzik az egyértelmű többségi szavazattal kiválasztott kérdés, amely a többi, a halálról történő beszélgetéseken edződötteknek elsőre talán kevésbé izgalmasnak tűnik, mint a szintén felvetett „Halál és humor” téma. Az első önkéntelen válaszok - „Örökké!” - még a gyermeki, ösztönös reakciót tükrözik a halál gondolatára – vágyunk a halhatatlanságra, sokáig úgy képzeljük, alkudozhatunk és túljárhatunk a Halál eszén. Kora gyermekkorban megjelenik mélyen gyökerező tagadásunk a halállal kapcsolatban: én soha nem halok meg, de legalább ezer évig fogok élni. Ezekkel a gondolatokkal nyugtatja magát a haláltól szorongó gyermek is, kapaszkodva a fantázia világába, megszemélyesítve a halált. Mi is így teszünk most egy kicsit. Eljátszunk a gondolattal, mi lenne, ha végtelen időnk lenne?

Egyre jobban belemelegedve a beszélgetésbe kezdenek el a résztvevők érvelni, egymás gondolata által inspirálva arról, hogy mit lehetne kezdeni a végtelen idővel. Fel tudjuk-e fogni egyáltalán, mit jelent örökké élni? A halál mellett az idővel is szemben állunk ebben a dilemmában. Egyiken sincsen igazán fogásunk. A végtelenség ígérete mellett először a lehetőségek tárháza tárul elénk – mindent meg lehetne tanulni, kipróbálni bármit, amihez kedvünk támad, bejárni a világot, megvalósítani álmainkat az idő kényszere nélkül. Egy ideig felszabadítóan hat ez a kilátás az ember egyik legerőteljesebb egzisztenciális szorongása – a szabadság terhe alól. Hiszen, ha örökké élünk, nincsen a döntéseinknek olyan mértékű tétje, következménye, mint egy beláthatóan véges létben, ahol minden egyes választásunkkal egy másikat elutasítunk.

A később érkezők néhány percnyi figyelmes hallgatás után élénken kapcsolódnak az eszmecserébe. Felpeszdiül a beszélgetés: nem is olyan egyszerű megtalálni a mai nap kérdésére a megfelelő választ – de nem is ez a cél. A mi célunk, a Halál Kávéház küldetése, hogy minél több oldalról megközelítve, megismerve embertársaink nézőpontját, és ahhoz kapcsolódva, továbbfűzve egymás gondolatmenetét, hatva egymásra járjunk körbe egy-egy témát, ami foglalkoztatja a hétköznapi embert a halállal, végességgel és így az élet értelmével kapcsolatban. Ennek az élményét teremtik meg mi is éppen.

„Én mégsem szeretnék örökké élni” - szólal meg elgondolkodón a német lány – „Képzeljétek csak el, már mindent tudsz a világról, mindent láttál, minden álmodat valóra váltottad. Nem kell töprengened a döntéseid felett sokat, mert nincs igazán tét, ez klassz, de

akkor mi értelme van az egésznek? Nincs mitől félned, mert tudod, mindent túlélsz. Betegséget, háborút, inséget. Másokat. A szeretteidet, barátaidat. Ez a legrosszabb. Lassan meghal körülötted mindenki. Szomorú is lehet örökké élni. És amikor már elegend van, akkor sem tudsz megpihenni.”

Sok mindent sűrít bele ebbe a hangos kétkedésébe beszélgetőtársunk. Forgatják a többiek is magukban a felvetéseit, egyre többen kapcsolódnak meglátásához kultúrától, vallástól és kortól függetlenül. Alternatívaként felmerül egy több száz év hosszú, de véges élet lehetőségének megvizsgálása. Egyre izgalmasabb szempontok fogalmazódnak meg: Ha hosszú ideig élhetünk, akkor sem mindegy, miként élünk? Szabadon, jólétben, vagy börtönben, háborúk idején, nélkülözésben, betegségben kínlódva? Egyedül nekünk adatik meg a lehetőség vagy szeretteink, barátaink részére is? Sokáig fiatalon, erősen vagy egy öreg, fáradt test terhét cipelve tölténénk életünk nagyobb részét? És létezik-e olyan, hogy valakinek elég az életből, hogy mi magunk érezzük úgy, itt az ideje elengedni az életet, mert az beteljesedett?

Inspiráló, lelkesítő érzés, ahogy a kezdetben egyszerűnek tűnő kérdésköziindulva, e rövid idő alatt is, ebben a sokszínű csoportban az emberi lét közös nagy kérdései kerülnek elő. Önmagunkban éseibertársaink gondolataiban kutakodva, ösztönös reakcióinkat, eddigi meggyőződéseinket felülvizsgálva az ember egzisztenciális kétkedései fogalmazódnak meg – halál, szabadság, izoláció, értelemnélküliség. Együtt merülünk el egyik-másik kérdésben, felülve arra a folytonos hullámvasútra, amelyre akkor kerül az ember, ha elkezd kutatni, kétkedni, válaszokat keresni és újabb kérdéseket felismerni. Mindeközben szorongásai, konkrét félelmei a közösségi élményben, a megosztáson keresztül oldódnak, még ha a lét feszültségében teljesen soha el nem tűnnek.

„Számomra nagyon szép példa, ahogy a nagyapám állt a halálhoz. 85 évesen úgy érezte, hogy elég volt” – osztja meg családi emlékéit a dél-afrikai srác.–„Ahogy ő mondta, mindent elért, amit szeretett volna. Elfáradt. Békésen, boldogan és elégedetten ment el. Nem kell mindenáron ragaszkodni az élethez. Nekem úgy tűnt, értelmes és teljes életet élt, amit ember kívánhat magának. Vannak, akik csak egyszerűen belefáradnak az életbe. Fiatalok is.” „Ez nem csupán kor, szépség, egészség kérdése” – fűzi hozzá a dán lány hirtelen, kapcsolódva és megkérdőjelezve is egyben, hogy csak az vágyhat a halálra, aki teljes életet élt.

Innen már csak egy lépés az öngyilkosság kérdése. Izgalmas és váratlan fordulat a beszélgetésben, amely egyben körvonalazza a következő szívetes alkalom témáját. Elidőzünk ezen a gondolatmeneten: lehetséges-e belefáradni az életbe, akár fiatalon, egészségesen, akár idős korban vagy betegen? Mit is jelent az értelmes élet? Abban mind egyetértünk, hogy ezek

bővebb kifejtésre érdemesek, megvitatásuk újabb alkalmat érdemel. Közeledünk a rövidre szabott egy óránk végéhez, át kell adnunk a helyet. A beszélgetés élvezetes sodrában elmerült, a felvetődő egzisztenciális kérdéseken elgondolkodó arcok derűsen kapcsolódnak most a lezáráshoz.

Az ember másokhoz való tartozása, a szociális támasz és a közösségi lét iránti alapvető igényünket tükrözve többen úgy határozzák meg, addig szeretnének élni, amíg szeretteik, barátaiak veszik körül őket, és nem az elszigetelt idegen magány vár rájuk. A halállal való alkudozás még egy praktikus javaslatban újra visszaköszön, mintegy keretet adva beszélgetésünknek: lehessen hosszabbítani az életünket két-háromévente az élet végéhez közeledve, egészségi állapotunk, körülményeink fényében. Együtt mosolygunk a felvetésen - igen, milyen jó is lenne, ha lehetne egyezkedni a halállal, hogy akkor mehessünk el, amikor készen állunk rá. Ami biztos: ma egy lépést tettünk együtt a lehetőség felé, hogy tisztább gondolatisággal, felkészültebben fogadjuk majd, ha mennünk kell, és addig tudatosabban éljük meg utunkat. Ennek megfogalmazásával búcsúzunk egymástól a kijelölt időnk végén.

Többen félrehúzódva folytatják a beszélgetést, még hosszú ideig elmélkednek, érvelnek és tesznek fel újabb kérdéseket maguknak, egymásnak. Egy kicsit elidőzünk velük, nehéz elválni ettől a különleges kis csoporttól, amit a különbözőségben meghúzódó emberi közösségben teremtettünk. Végül magukra hagyjuk a beszélgetésben mélyen elmerülőket, feltöltődve, újabb látásmódokkal gazdagodva indulunk tovább.

Az utóbbi évben megfigyelhető egyfajta nyitás a halál témájára. Amár évtizedek óta létező, hagyománnyal rendelkező, az életvégi ellátáshoz, méltó befejezéshez, és a gyászhoz kapcsolódó támogató szervezetek mellett egyre többen, más-más eszköztárral megközelítve kezdtek szervezett formában foglalkozni a halál aspektusaival (pl. meséken, művészi alkotóműhelyeken keresztül vagy közösségi hálón található csoportok formájában). Walter a halál általános tabu jelenségét megkérdőjelezve említi annak szükségességét, hogy nem a halálról, mint taburól célszerű beszélgetni, hanem arról, mit jelent ma a halál, és ahhoz mérten új megközelítést találni a haldoklás és gyász folyamatához (Walter,2017). Jack Fong amerikai szociológus,a Halál Kávéház mozgalomról szóló első monográfia szerzője, kifejezetten a „baby-boomer” generáció (az 1946-1964 között születettek) esetében tartja nagyszerű lehetőségnek, hogy olyan nyilvános beszélgetések keretében, mint a Halál Kávéházak, ismerjék fel saját gondolataikat a halálról, és készüljenek fel életvégi döntésekre, igényeikre (Fong, 2017). A Sziget Fesztiválon szervezett két Halál Kávéház eseményen a néhány

magyar érdeklődő mellett nyugati, észak-európai társadalmak fiataljai vettek részt túlnyomó többségben. Azt tapasztaltuk, hogy nekik is igényük van a halálról, végeességről nyíltan beszélgetni, noha egyes kutatások azt sugallják, hogy a fiatalok az idősebbekhez képest kevésbé nyitottak szembenézni, foglalkozni a halál témájával (Békés, 2003; Zana, 2009).

Jelen beszámolóban nem került bemutatásra, de az első alkalom témafelvetését követően a Sziget második beszélgetésén az öngyilkosság (akár híres előadók közelmúltban elkövetett öngyilkossága) kérdéseit, ehhez kapcsolódóan pedig az eutanázia dilemmáit jártuk körül. Walter (2017) ez utóbbit a valódi tabu témák közé sorolja. Angliában számos Halál Kávéház működik, a halál önmaga nem tabu téma, de az eutanázia kérdéséről sokszor még a palliatív ellátásban dolgozók sem szívesen beszélnek. Walter vitatja, hogy a halál általánosan vett szociális tabu a mai nyugati individuális társadalmakban. Arra mutat rá, hogy egyes országokban bizonyos politika és törvény által rögzített keretek teremtenek tabut, és nehezítik meg, hogy nyíltan lehessen beszélni róla – ilyen az eutanázia kérdése is.

A Halál Kávéház (Death Café) mozgalom angolszász nyelvterületen vált igazán elterjedtté és népszerűvé. Angliában 2011-ben, az Egyesült Államokban 2012-ben szervezték az első ilyen jellegű nyilvános beszélgetéseket (Nemes, 2014b; Myles-Corr, 2017; Morgan 2017; Fong, 2017). Azóta ezrével működnek Halál Kávéházak szinte a világon. A Jon Underwood nevével fémjelzett Death Café Movement strukturáltan felépített, élő Death Café oldala (www.deathcafe.com) mára már a mozgalom küldetésének átadásával, konkrét teendők felsorolásával, irodalmi háttérrel, esettanulmányokkal, hirdetési felülettel, világtérképen való elhelyezéssel, blog-bejegyzésekkel segíti a Halál Kávéházat szervezni kívánók lépéseit világszerte.

A Halál Kávéház Budapest csoport 2015-ben alakult, a nemzetközi példákat követve azóta szervez rendszeresen Halál Kávéházakat budai és pesti éttermekben, kávéházakban. A csoport alapítói és szervezői Nemes László és Geiszbühl-Szimon Petra. Nemes László filozófus, bioetikus és filozófiai tanácsadó, korábban tizenöt évig oktatott a Debreceni Egyetem orvosi karán, elsősorban bioetikát és orvosi antropológiát, amely kurzusokon a halálhoz való viszonyulás kulturális mintázatait, valamint az életvégi döntések dilemmái különös hangsúllyal kerültek elő (Nemes, 2014a). Mintegy tíz éve szervez filozófiai kávéházakat, amelyek csoportos filozófiai beszélgetésekre adnak alkalmat a helyi közösség tagjainak. Számára tehát a Halál Kávéház felfogásához és gyakorlatához ebből az irányból vezetett az út. Geiszbühl-Szimon Petra mentálhigiénés szakemberként a Napfogyatkozás Egyesületnél gyászfeldolgozó csoportok vezetésén keresztül kezdett a végeességgel foglalkozni, valamint évek óta tart rendszeresen továbbképzéseket segítő foglalkozásúknak,

egészségügyi dolgozóknak perinatális veszteség témában. Mind az egyéni és csoportos segítői munkája során az egzisztenciális szemléletmódot követi – a halál és a kapcsolódó alapvető létkérdések egy idő után mindig előtérbe kerülnek a segítői folyamatban. Pszichológushallgatóként kezdte kutatni a halálfélelem és halál iránti attitűd változását, kifejezetten a halálról való nyílt csoportos beszélgetések kontextusában. A kutatás eredménye is megerősítette azon elképzelésében, hogy helye van a társadalomban a halálról való nyílt beszélgetéseknek, programoknak (Geiszbühl-Szimon, 2016).

A budapesti Halál Kávéházakat a két szervező felváltva vagy együtt facilitálják. A közösségi helyszíneken megvalósuló találkozásokon bárki, vallási, politikai, társadalmi hovatartozástól függetlenül elmélkedhet, járhatja körbe különböző aspektusból a halál témáját. A hangsúly a közösségi élményen van. Nem egyedül, hanem együtt, másokhoz kapcsolódva van lehetősége a résztvevőknek gondolkodni a nagyegzisztenciális kérdésekről: végeességről, halálról, az élet értelméről. Így alakul, formálódik, gazdagodik saját nézőpontja. Újabban nagyon sokféle rendezvényt neveznek „kávéháznak”. Ezek azonban többnyire nem egyebek, mint nyilvános előadások vagy szakértői kerekasztal-beszélgetések, amelyek nem kínálnak valódi lehetőséget valamennyi résztvevő számára az aktív hozzájárulásra (Nemes, 2014). Korábban gyakran előre megadtuk az adott alkalommal megbeszélésre kerülő témát (pl. „Tabu-e a halál?”, „A hospice filozófiája”, „Mártíromság”, „Terror”), újabban – a nemzetközi gyakorlatnak inkább megfelelő módon - a helyszínen kérjük meg a résztvevőket, hogy javasoljanak és válasszanak témát, így még inkább kihangsúlyozzuk a beszélgetés közösségi jellegét és performatív alkalmiságát.

A Halál Kávéház Budapest csoport tevékenységét számottevő médiafigyelem is kíséri: televízióban, rádióban és újságokban is beszámoltunk a működésünkről, ami annak a jele, hogy igenis van érdeklődés a halállal, végeességgel összefüggő témák iránt. Korábban a *Kharón* hasábjain is bemutattuk a Halál Kávéházzal kapcsolatos felfogásunkat, tapasztalatainkat (Nemes, 2014a, 2014b; Geiszbühl-Szimon, 2016). Célunk, hogy Magyarországon is mozgalommá nője ki magát az egyelőre általunk képviselt Halál Kávéház. Ennek megvalósításához bővíteni kívánjuk a Halál Kávéház Budapest csoportot, így havi rendszerességgel tudjuk tovább biztosítani az alkalmakat, kiterjesztve vidéki helyszínekre is. A Halál Kávéházak facilitátorai számára kívánunk emellett félévente csoportos konzultációs lehetőséget biztosítani. Csoportunk működéséről, a soron következő beszélgetésekről, általában a Halál Kávéház mozgalomról leginkább az általunk fenntartott Halál Kávéház

facebook oldalon találhatnak információt. Rendezvényeinkre minden érdeklődőt szeretettel várunk!

IRODALOM

- BÉKÉS V. (2003): A halál iránti attitűd az életkor, nem, és a vallásosság függvényében. *Kharón Thanatológiai Szemle*, 7 (1-2) 30-49.
- DE BOTTON, A. (2013): *Religion for Atheists: A Non-Believer's Guide to the Uses of Religion*. Penguin.
- FONG, J. (2017): *The Death Café Movement: Exploring the Horizons of Mortality*. Palgrave.
- GEISZBÜHL-SZIMON P. (2016): Beszélgessünk-e a halálról? - A csoportos beszélgetés hatása a halálfélelemre és a halál iránti attitűdre. *Kharón Thanatológiai Szemle*, 20 (3), 20-39.
- LAHAV, R. (2016): *Handbook of Philosophical Companionships: Principles, Procedures, Exercises*. Loyav.
- MORGAN, J. (2017): Celebrating life in a Death Cafe. *Lancet Neurology*. 16, 690.
- MYLES, L., CORR C. A. (2017): Death Café: What is it and what we can learn from it. *OMEGA Journal of Death and Dying*. 75 (2) 151-165.
- NEMES L. (2014a): "Filozofálni annyi, mint felkészülni a halálra" - Filozófiai praxis az élet végén. *Kharón Thanatológiai Szemle*, 18 (1) 1-19.
- NEMES L. (2014b): Halál Kávéház - Egy új mozgalom a halálról való nyilvános diskurzus előmozdítására. *Kharón Thanatológiai Szemle*, 18 (1) 42-48.
- NEMES L. (2016): A filozófiai kávéház mint performatív aktus. *Performa*, 2016/2.
- SZABÓ J. Z. (2014): *A fesztiváljelenség*. Typotex
- WALTER, T. (1991): Modern Death: Taboo or not Taboo? *Sociology*. 25 (2) 293-310.
- WALTER, T. (2017): *What Death Means Now? Thinking Critically About Dying And Grieving*. Bristol, UK, Policy Press
- ZANA Á. (2009): A halálkép alakulása és változása Magyarországon, a korosztályos értékítélet-különbségek és a lehetséges mérési módszerek vizsgálata. Tabu-e még a halál? *Doktori értekezés*. Semmelweis Egyetem, Mentális Egészségtudományok Doktori Iskola. Budapest.

Geiszbühl-Szimon Petra,

mentálhigiénés szakember,

emberi erőforrás szakember, közgazdász

pszimon@gmail.com

Dr. Nemes László

filozófus, bioetikus

Eszterházy Károly Egyetem, Filozófia Tanszék

nemeslal@hotmail.com

Mert a halál témája mindenkit érint és igazából mindenkit érdekel.



Nemes László és Geiszbühl-Szimon Petra

Fotó: Karip Timi

Fotó: Karip Timi

Részlet az index.hu beszámolójából a Sziget Fesztiválon tartott Halál Kávéházról
2017.08.12.

https://index.hu/kultur/zene/2017/08/12/kimentem_a_szigetre_hogy_tobbet_tudjak_a_halalrol/