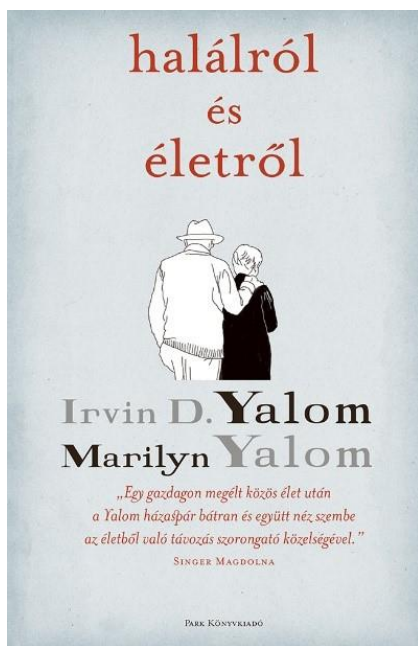


Irvin D. Yalom - Marilyn Yalom

Halálról és életről

Park Könyvkiadó, Budapest, 2021

248 oldal



Életvégi kalauzt tart kezében az olvasó. Egy házaspár fejezetenként, felváltva írt naplóját a feleség „halálos ítéletétől” (gyógyíthatatlan betegségének kezdetétől) a halála utáni feldolgozásig, amelyet már a magára maradt társa fejez be. A mű egy év lelki történéseit és küzdelmeit mutatja be.

A szerző a magyar olvasók számára is jól ismert pszichiáter, pszichoanalitikus. Hogyan éli meg a pácienseinek adott tanácsait, terápiáit a maga életében? Mit tud azokból hasznosítani a saját gyászukban?

A “most rajtam a sor” életérzése ez, amelyet tompít a közösen írt munka. Gyógyír és egyben munkaterápia. Akár csak Irv folyamatosan továbbvitt patientúrája. Vajon gyászolót csak gyászoló vigasztalhat, aki átélte ugyanazt?

A Halálról és életről őszinte szembenézés a halálfélelemmel a támogató családi közegben. Áthatja a szeretett lényel megélt ritka, fájdalommentes pillanatok öröme és megbecsülése.

Kapaszkodót jelent Marilynnek és párjának a másokban belőlük tovább élő pedagógiai, lelki-szellemi, érzelmi hatásuk vigasztaló tudata. Sok kis apró haláleset ez így, nem csak a házastársak családi gyásza, hanem a barátok, munkatársak fájdalma is visszatükröződik. Igazolódik a napló mottója: a gyász az a nagy ár, amit akkor fizetünk, ha volt merszünk szeretni.

A beleérező, de egyben elemző befogadóknak felismerhetők a haldoklás és a gyász különböző stádiumai az elővételezett gyásztól a sokk, a tagadás, az elkülönülés, az alku és a depresszió regresszív fázisai. Az életfenntartó kezelés elutasítása, a palliatív gondozás és a

hospice-ellátás mellett az orvos-asszisztált eutanázia nehéz kérdéseivel is szembesít, amelyet végül Marilyn választ. Könyvük gyakorlati kérdéseket is felvet: idősgondozó intézmény vagy az otthoni világ legyen a vég helyszíne? A megszokott tárgyak és terek biztonságot jelentő közege és / vagy az ezekről való érzelmi leválás segít?

A napló felejthetetlen álomelemzései, a leírt kényszerképzetek és fantáziák, mentális technikák, a barátok és a kezelt betegek élettörténetei átélhetővé teszik a krízist és kiutakat mutatnak. A megidézett közös életpályát fényképek, emléktöredékek illusztrálják.

Három paradoxon: a férj rádöbbenése, hogy családoként soha nem élt önálló, független, felnőtt életet. *“Minél teljesebb életet élünk, annál kevésbé tragikus a halálunk.”* (242.1.) Idővel minden házastársát elvesztő férfi és nő leválik elhunyt szerettéről, azonban ez a folyamat a boldog párkapcsolatban rövidebb. Akiknek házassága kevésbé volt kielégítő, a rossz kapcsolatban elvesztegetett éveiket is gyászolják. A magát megrögzött szkeptikusként definiáló doktor elismeri szélsőséges vágyát az öröklétre és annak vigasztaló tudatát.

Az ilyen paradoxonok zökkentenek ki mindannyiunkat a halállal és az élettel kapcsolatos hozzáállásunkból. Mi hogyan használjuk fel a számunkra még szenvedés nélkül megélt időt?

Zengő Péter

pedagógus, technikai munkatárs

Észak-Pesti Tankerületi Központ, Arany János Általános Iskola

cancel.zp@gmail.com