

DR. BORBÉNYI ERIKA – DR. KONTA ILDIKÓ

Ildikó és Elaine

Interjú Konta Ildikóval Polcz Elaine 102. születésnapjára

Egy kellemes nyáreleji délutánon érkeztem meg a klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, zeneterapeuta dr. Konta Ildikó Mária kellemesen hűs, békességet, nyugalmat és harmóniát árasztó otthonába, hogy Polcz Elaine-ről, találkozósaikról, közös munkáikról és a benne élő Elaine-ről meséljen nekem. Arra is kértem, hogy beszéljen magáról, az életéről, pályájának alakulásáról és kapcsolódásairól Elaine-nel.



Dr. Konta Ildikó

1970-ben végeztem az ELTE -n pszichológia szakon és 1971-ben kerültem abba az intézetbe, ahol később megismerkedtem Elaine-nel. Én budapesti vagyok, ott éltem, ott tanultam, ott mentem férjhez ahhoz a Dr. Kiss-Vámosi Józsefhez, akinek akkor hivatásbéli hívása volt Vas megyébe, Intára és én követtem. Az ottani évek alatt szereztem meg a klinikai szakpszichológusi, pszichoterapeutai és doktori képeztetésemet. A természetgyógyászatot a későbbiekben, már Budapesten tanultam.

Inta egy pszichiátriai rehabilitációs intézet volt Celldömölk és Sárvár között, a Ság hegy lábánál. Az első nyílt ajtókkal működő pszichiátriai intézmény volt, dr. Benedek István alapította, őt dr. Goldschmidt Dénes követte, majd dr Kiss - Vámosi József lett az igazgatója.

Életem különösen szép élménye fűződik ehhez az ott töltött 25 évhez. Olykor küzdelmes, de alkotó, összefonódó időszak volt köztünk. Hivatásbéli hasonlóságunk a férjem és én között megtermékenyítő volt a munkaközösségre is. A munkatársakkal szinte családi viszonyt alakítottunk ki, ami akkoriban egyedülálló volt. A férjem olyan terápiás közösséget dolgozott ki ott Intán - az általa megfogalmazott mottó alapján - hogy a betegben tisztelni kell az embert. Ezt én még ma is minden egészségügyi intézmény termeinek falára kiírnám, hogy

jól látható legyen. Egyedül talán egy hospice intézményre nem vonatkozik ez, hiszen ez az egyik legáldozatosabb terület talán. A későbbiekben kapcsolatba is kerültem ezzel a munkával.

1971-ben ismerkedtem meg Polcz Alainé-nel, bennem egy nagyon kellemes első benyomást keltett. A hangja, az egész megjelenése határozott volt, de ugyanakkor finom porcelán törékenységűnek tartottam. Valahogy így idealizálódott bennem. Jó emberi kapcsolat alakult ki közöttünk.

És hogy találkoztunk? Intán, ebben a pszichiátriai rehabilitációs intézetben a munka az orvosi, biológiai gyógyítás, a pszichoterápiák, munkaterápia mellett a szabadidőben foglalkoztatásterápia részekből is állt. A munkaterápián belül Inta volt az az egyetlen olyan intézet, ahol a pszichológiai tesztekhez eszközöket is gyártottak. Alaine világjátéka az összes kis alkatrészével együtt, és a bábtesztje is itt készült. Alaine olykor lejött és megnézte, hogy jól halad-e a folyamat. Nagyon fontosnak tartotta a bábok kialakítását részletekbe menően is, hogy milyen legyen az anyag érintése, tapintása, a gombok, a fonal minősége. Az volt a cél, hogy könnyű legyen projektálni bele olyan érzéseket, emlékeket vagy személyt, ami a gyereket arra emlékezteti, akire vagy amire éppen kell. Ilyen látogatások alkalmával sétálgattunk együtt a Batthyány-Strattmann kastély megmaradt parkjában. A háború után, közel 1952-ig oroszok által fenntartott hadifogolytábor volt itt. Azért maradt valami a kastélyból és a parkból is. Sétálgattunk és beszélgettünk a gyógyításról. Egyetértettünk abban, hogy a diagnózis valójában az orvosok eligazodásához való jelzés, mert például ahány skizofrén vagy más beteg van, az annyiféle is lehet. Nincs két egyforma történet. Meg arról is beszéltünk, hogy mennyire fontos az, hogy a saját lelkünkkel és érzelmi kapcsolatainkkal is érzelmeinkkel is törődjünk, ahhoz, hogy alkalmasak legyünk arra, hogy másokkal is tudjunk törődni. Ez egy belső jogosultság. A diploma valójában diplomát ad, de kell a bátorság, a rátermettség, az önismeret ahhoz, hogy önelégültség nélkül végezzük a munkánk. Én úgy képzelem, hogy egy folyó egyik partján van az, aki segíteni képes, a másik partján van az, akinek segíteni kell, és akkor ehhez a tudás, az empátia képezi a hidat. Ilyesmik voltak, amikről gondolatokat cseréltünk. Nagyon hasonlóan gondolkodtunk ezekről a dolgokról.

- *Akkor ez egy szép találkozás volt, hogy folytatódott? Milyen benyomásod volt azon felül, hogy láttad, hogy milyen finom, gyöngéd figyelmet fordít a bábok kialakítására?*

Én szimpátiát éreztem iránta. Figyelmes volt velünk, a munkatársakkal, kezdve azzal, aki az anyagot beszerezte, a varroda vezetőjéig és egészen az ott dolgozó betegekig is. Nagyon készséges volt és finomlelkű és egyáltalán, ebben a világjárta feltaláló asszonyban semmi, de semmi lekezelő nem volt.

- *És emellett még egy nagyszerű, neves író felesége is volt.*

Akkoriban ez nem is tudatosult bennem, nem is törődtem vele. Nekem Elaine ő volt, akivel sétáltunk sokszor a parkban, mint egy Csehov történetben, a részletekre figyelve, de hogy a világban mi is van odakinn, nem is foglalkoztunk. Inta valójában egy sajátos sziget volt. Egyszer egy újságíró azt mondta Intáról, hogy a béke szigete. Mondtam neki, hogy nem jó, hogy ezt a címet adta a cikkéhez mert ez irritálni fog sokakat a szakmában, azért, mert irigylük ezt több vonatkozásban is. A lényeg az, hogy jók voltak a benyomásai.

1995-ig dolgoztunk ott, és Elaine-nel is a kapcsolatunk Intához kötődően 1995-ig tartott. Valószínűleg volt lenn Miklós is, de oda annyi író, művész köthető, hogy nem emlékszem. Őt valójában Budapesten ismertem meg jóval később. Sokszor mondták nekem annak idején, hogy én, egy pesti lány elkerültem a világ végére, hát mi lesz így velem. Közben meg odajött a világ. Amikor mi színdarabot rendeztünk, vagy játsztunk – ahogy mondani szokták régen – akkor Szikora János (még fiatalon, talán főiskolásként) nézte meg a rendezésemet vagy Örkény István jött le több napra, vagy eleinte Weöres Sándor a feleségével, mert ha jól emlékszem csöngőiek voltak. Tényleg odajött a világ, és nem csak érdeklődő szakemberek, hanem a művészvilág számtalan képviselője is. Sőt, Benedek István is visszajárt az ő köreivel együtt. Ez az első és egyetlen nyitott ajtókkal működő elmegyógyintézet tényleg kuriózumként volt akkoriban jelen.

Amikor megérkeztünk, nekem igényem volt arra, hogy legyen abrosz és evőeszközök. Sokan mondták, hogy hú most mit fognak csinálni a betegek a késsel – hát semmit, ettek. Soha egyetlen atrocitás nem volt amiatt, hogy volt kés meg villa a betegek kezében. Talán mert emberszámba vettük őket.

Itt, Intán alapítottam meg a Zeneterápiás Egyesületet a 80-as évek végén, mert valahogy integrálni tudtam a gyógyításba a képzőművészet iránti némi vonzódásomat és készségemet, ismerve annak a terápiás folyamatra gyakorolt jótékony hatását. Későbbiekben megszületett a szellemi gyermekem is, a zeneterapeuta posztgraduális képzés, amelyet természetesen nem egyedül hoztam létre. 1994-95-ben volt egy pályázat, amely a zeneterápiához volt köthető. A pályázat írása során Elaine is jelentkezett egy anyaggal a leukémiás gyerekek terápiáját illetően, amely egy relaxációs szöveg volt és már csak zene kellene hozzá. Pályázatot nyert, és így találkoztunk ismét, de akkor már kollegiális kapcsolatban. Eszembe jutott, hogy korábban voltam már a Tűzoltó utcában, még fiatal pszichológusként és el sem tudtam képzelni, hogy milyen is tud lenni egy ilyen, különleges betegségben szenvedő gyermekek osztálya. Talán a 80-as évek vége felé lehetett. Nagyon megrázó volt nekem. Végigvezetett Elaine az osztályon. Belőle ott is nyugalom, békesség és szeretet áradt, de ennek ellenére mégis nagyon megviselő volt nekem. Így amikor 95-ben felhívott a zenei anyag miatt, akkor megkérdezte, mielőtt még

igent mondtam volna: hogy állsz a reinkarnációval, Ildikó? Mondtam, hogy köszönöm szépen, jól. Addigra ugyanis már érett, széles spektrumú szellemi iskolai, filozófiai és élettapasztalat alakult ki bennem. Körülöttem annyi, a spiritualitással, az Univerzum dolgaival kapcsolatos ismeret gyűlt össze, ami hatott a gondolkozásomra. A művészet is nagyon segített abban, hogy másképpen legyek pszichológus, mint ahogy úgy papírforma szerint lenni kell. Ehhez az intai lehetőségek nagyon gazdagok voltak és mindannyian, akikben volt kreativitás, sok támogatást kaptunk, akiben meg nem volt, annak mi adtunk segítséget, hogy legyen. Bevezettük, hogy egy szakmai rendezvényre a nővérek is éppúgy készültek előadással, mert az volt a fixa ideám, hogy semmi nem valósul meg azokból az elképzelésekből, kutatásokból, amit az orvosok, pszichológusok kitalálnak, hogy ha a közvetítő (mediátor) réteg nem ért belőle semmit. Így létrejött a Középkáderek Országos Egyesülete. Nagyon-nagyon jó időszak volt ez.

Visszatérve a pályázatra, külön kazetta készült a gyermekeknek és külön a szülőknek. Alaine szövegét egy kolléganőnk, Farkas Ibolya olvasta fel. Én felvértetve az összes zeneterapeuta képzettségemmel úgy döntöttem, hogy a zenét választom hozzá. Azt kértem Alaine-től, hogy hadd menjek be az osztályra és nézzem meg a gyerekeket. Akkor ott azt tapasztaltam, hogy egy kórházban nehezen megtűrt és nehezen elviselhető, hogy egy pszichológus is ott tébláboljon egy kazettás magnóval, pedig az én szememben ez egy világraszóló dolog volt.

Sajnos nem tudtam későbbiekben sem a zenét megvalósítani, pedig meggyőződésemm mind a mai napig, hogy csecsemő- és gyermekosztályon, állami gondozott intézetekben mindig kellene – ha nem is, hogy egész nap szóljon a tuctuc zene – de amikor sírnak vagy az elalvás előtt legyen zene, mert a sejtek átveszik a rezgést és ha nyugodt a rezgés, nyugodt a légzés, akkor érzelmileg is és testileg is biztonságot és vigaszt ad és segít ellazulni.

Amikor Vas megyéből eljöttem, - férjem nyugdíjaztatása után Biatorbágyra költöztünk - elhatároztam, hogy a prevencióban szeretnék dolgozni, mert azt tapasztaltam a munkám során az életeseményekből, az anamnézisekből, hogy gyermekkorban vagy serdülőkorban történt valami anno, ami tüneteket provokált a betegeinknél. Gondoltam, ha időben észrevesszük, hogy történik valami, akkor sok minden megelőzhető lenne. Akkoriban, az álláskeresés idejében valahogy furcsán, többször is kiesett egy hirdetőújság a kezemből akkor, felvettem a földről és a szemembe tűnt, hogy a szomszédos Pátyon az iskola pszichológust keres. Tíz évig dolgoztam ott. Közben egy kutatómunkában is részt vehettem Zsolnai Anikóval, ahol a személyiségfejlesztés zeneterápiával volt a témám.

Ugyanakkor szerettem volna, hogy az órák közti szünetben néha szóljon zene. Induláskor meg hazamenetelkor, olyan, amit a gyerekek szeretnének, de napközben is egyszer, csak egy

kicsit olyan zsibongás csillapító. Nem a gyerekek fűrták meg. Viszont még most is találkozom olyan felnőttekkel, akik ott gyerekek voltak, emlékeznek erre és a gyerekeket ezért járatták zenét tanulni. Van termékeny talaj és ha jó magot hordozunk, akár el is vethetnénk, ha hagynák.

Visszatérve a kis kitérő után a Tűzoltó utcára: döbbenetesen vettem észre, hogy ezek a kicsi gyerekek - hét-kilenc-tizenkét évesek - milyen bölcssek, felnőttek, mennyivel jobban felkészültek, ők tudják szinte, hogy mi vár rájuk. Hogy Elaine-nek ebben mennyi része volt, nem tudom, de biztos, hogy volt. Azóta is azt tapasztaltam, hogy a gyerekek sok mindenben jóval érettebbek, mint mi, felnőttek. A felnőttek világa a saját emlékeit hordozva, a saját nehézségeiben tipródik és sokszor nem tud a gyerekekkel empatikus lenni. Nem beleélni, csak együtt érezni lenne szükséges, emlékezni, hogy mi is voltunk gyerekek. Hogy miért is hazudtunk? Én legalábbis emlékszem, hogy miért füllentettem. Mert féltem. Pedig nagyon szerettek a szüleim.

Visszatérve az osztályra, hetekig dolgoztunk ott és a munkát filmre is felvette Jelenczki István filmrendező. Vittem be mindenféle „new age” zenét. gondoltam, hogy delfinhang, vagy vízcsobogás jó lesz. A gyermekekkel olyan őszinte kapcsolat alakult, hogy azt mondták: Ildikó néni ez nem jó, ettől pisilni kell. És amikor kapjuk az infúziót, akkor attól is pisilni kell. Erre nem is gondoltam volna, én csak azt gondoltam, hogy ne tömjem őket klasszikusokkal, vagy akár Beatles-szel. Sok zenét vittem be és a gyerekektől evidenciaként kaptam azt, hogy a barokk zenék andante tételei a jók. Ezt választották legtöbbször és így tudtam Bach, Vivaldi, Haydn, Händel zenéit összeállítani. Úgy vágta végül össze az anyagot, hogy a szövegek alatt szépen a háttérben ment a zene. Gyakran dolgoztunk Elaine-ék Városmajor utcai lakásában, nem csak a klinikán. Itt találkoztam többször is Miklóssal. Így alakulhatott ki a benyomásom róluk. Ez valójában olyan folyamat volt, mint amikor az ember lépdél egy hegyre és amikor egy bizonyos szintre ér, akkor látja, hogy mekkora magasságra is jutott. Az emberi kapcsolat annyira egyértelmű, egyszerű és szereteteli volt, hogy nem láttam benne vagy bennük a nagyságot, holott általában tekintélytisztelő vagyok, ilyen nevelésben részesültem.

Nagyon-nagyon tanulságos volt és az volt a jó, hogy a korábbi bizalmi kapcsolat alapján partnerként tudtam részt venni, beszélni mindenről. Az egész folyamatban egy csapatá álltunk össze. Hamarosan meg is jelentek, forgalomba is kerültek a kazetták és az egész nagyon hasznosnak bizonyult.

A hospice munkában nem dolgoztunk együtt Elaine-nel, bár részt vettem benne. Beata Bishoppal egy előadásán találkoztam és a zeneterápiáról is beszélgettünk. Hospice szakemberek is voltak ott, így kapcsolódtam a későbbiekben a Magyar Hospice Alapítványhoz.

Hogy lehet felkészülni egy rákbeteggel történő beszélgetésre, esetleg terápiára? Nehéz, de ki kell mondani azt is, ha nem vagyunk felkészültek. Hogy azt tudjuk ilyenkor mondani: ne haragudjon, de még nem találkoztam ezzel a problémával. Nincs tapasztalatom. Azt tudom önnek most segíteni, hogy segítsek a gyermekét a halálba kíséni, és nem kérek honoráriumot. Ez konkrétan megtörtént velem. Nem tanítják sajnos sehol az élet körforgását. Csak félelem van, holott az az állapot vagy az odaát az nem félelmetes, csak az odaig vezető út az.

Elaine, amikor ezekről beszélgettünk, támogató volt, ő is hasonlóan gondolkozott. Sokat segített nekem az élet-halál felfogásában és akkortájt különösen jó volt, mert édesapám, nővérem és édesanyám elhunyt két éven belül. A nehéz nem maga a veszteség volt, hanem az az állapot, amikor a veszteség felé haladva tehetetlen vagyok: tudok-e segíteni, kit tudok bevonni, hogy segítsen. Nem harcolok érte, ellene, de mindent megteszek. De azt a mindent hadd tegyem meg! Csak nincsenek meg hozzá a feltételek vagy legalábbis nagyon kevés helyen.

Nekem Elaine volt az alfa és az omega a hospice-ban

- *Ha le kellene írnod azt az Elaine-t, aki benned él, akkor azt, hogy tennéd?*

Mindig megjelenik egy kép egy magas, sudár, özikeszemű nőről, beszéd közben kis mosollyal a szája sarkában, aki kicsit suttogó, kedves, bársenyos hangon beszél, nyugalmat áraszt. Soha nem kapkodott, nem tapasztaltam nála erőszakosságot, dominanciát. Szelíd volt, de nagyon igényes és ezt az igényességét úgy tudta átvinni ránk, hogy nem parancsoló volt, de határozott. Amit mondott, annak súlya volt. Szépen öltözött, nem kihívóan, de egyedien. Volt egy kedves mondata a számomra – de nem ezért szeretem és tisztetem őt, csak valahogy azóta is bennem él. Azt mondta, hogy szinte minden nap más vagyok, hogy újra és újra tudok töltekezni – valahogy így hangzott. És erre azért jó emlékezni, mert ebben meg lehet kapaszkodni, hogy képes voltam rá, akkor még most is képes vagyok. Bennem ez a kép van, meg amikor teljes koncentrációval a kazettákra fókuszált, és mindent úgy rendezett a Tűzoltó utcában, meg az otthonában való találkozásokkor, hogy az arról szóljon, amit ő megfogalmazott a pályázat céljaként.

Aztán eszembe jut ez a munka, ami nélküle nem jött volna létre, ami a gyerekekkel való foglalkozás hatására lett nyilvánvaló: hogy a gyermekek sokkal jobban tisztában voltak a saját helyzetükkel, mint az ágyuknál kétségbeesve gyötrődő, síró, zokogó szülők. És néha ők vigasztalták a szülőket. Ebben is Elaine bölcsességét láttam, azt egyéni vagy csoportmunkák következményeként. Mert azt a lelkierőt Elaine-től is kapták, nem csak a Jóistentől.

Rám szakmailag és emberileg is hatott. Minden előadásomban megemlítem őt. Úgy látom, hogy az utóbbi időben, mintha kevesebb szó esne róla. A fiatalabb generáció nem is mindig ismeri a nevét.

Akkor beszéltem vele utoljára, amikor már beteg volt, akkor is telefonon, így tartottuk a kapcsolatot. Nem is értem, hogy miért alakult így, de rengeteg dolgom volt akkoriban, szüleimet is ápoltam, több állást is elláttam.

Volt nemrégiben egy sorozat Alaine életéről a rádióban és egy agyondohányzott hangú, korpulens színésznő volt az ő hangja és gondoltam is, hogy soha nem láthatta a rendező Alainet, hogyha ezt a hangot kapta tőle. Nem tetszett.

Sok mindenről beszélgettünk még – az egyetemi pszichológia képzésről, az egészségügyi dolgozók agyonterheltségéről, a sokszor embertelen ellátásról és az onkológiáról, ahol talán még inkább megmaradt az emberségesség az ellátásban. Beszéltünk a zeneterápiás képzések kialakításának nehézségeiről, hogy mennyire mindenkinek magának kell megtapasztalnia a zene jótékony hatásait, s majd csak azután alkalmazhatja másokon.

Beszéltünk Beata Bishoppal való kapcsolatáról, életéről, halálról, a szellemi iskola fontosságáról, a Boldog Gizella Alapítványnál töltött éveiről, munkájáról. Beszéltünk arról is, hogy a gyermektelen nők is tudnak a gyermekekkel jól kommunikálni, támaszaik tudnak lenni. A gyerekek nyelvén, a gyerekekért, a gyerekeknek nagyon alkalmas az is segíteni vagy támasz lenni, akinek nincs saját gyereke.

Jó volt ott lenni Ildikóval és egy fantasztikus és teljes élet történetének szépségében megmártózni, és jó volt Alaine lényét vendégül hívni ezen a szép nyári délutánon.

dr Borbényi Erika

onkológus, palliatív orvos

klinikai főorvos

dr.borbenyi.erika@gmail.com