

FERENCZI ENIKŐ

HALÁLKÖZELBEN – NAPONTA

„A mai társadalom igyekszik elhárítani a halál gondolatát, ezért nem fordít kellő figyelmet a haldoklók gondozására sem, akik így gyakran méltatlan körülmények között, magukra hagyottan halnak meg.” (Hegedűs 1995) Így a halál nem az élet része, természetes velejárója, hanem tabu, amiről jobb nem beszélni, lehetőleg szakmai körökben sem. Ebben a folyamatban nagy szerepet játszott a két világháború, amely a halált megfosztotta talán a legfontosabb jellemzőjétől: egyediségétől, s helyette tömegessé és irracionálissá tette. (Buda 1997) A hirtelen halál – balesetek, tömegszerencsétlenségek, katasztrófák stb. – gyakorivá válása pedig azt az érzetet kelti bennünk, hogy a halál időpontja kiszámíthatatlan, nem lehet rá felkészülni.

Ezek a folyamatok felerősítették a halállal kapcsolatos szorongásokat, s ennek eredménye a halál tagadásának, elfojtásának uralkodó szemlélete. (Pilling 1995)

A tanatopszichológia szerint a haldokló beteg előbb vagy utóbb megérzi, hogy meg fog halni, és keresi azt, akivel megoszthatja ezt az érzést. A körülötte lévők (mi) pedig igyekszünk kitérni a lehetőség elől, ezzel csak fokozva magára-maradottságát. Védekezünk, mert félünk szembekerülni tehetetlenségünkkel, azzal a mindenki számára „előírt” halandósággal, amelyet a másik ember most annyira sürgetően átél.

Míntha minden úgy lenne berendezve, hogy ne kelljen halálunkra gondolnunk! Törekedjünk csak céljaink elérésére, a látható dolgok megszerzésére és felépítésére!... Csak a haldoklók panaszkodnak arról, hogy elmentek minden mellett, ami lényeges lett volna.

Mit teszünk hát? Menekülünk önmagunk elől? Csak néha, alkalomszerűen találkozunk valódi énünkkel, de sohasem sikerül igazán önmagunk végére járunk, és megtudnunk, kik is vagyunk valójában... Nincs időnk. S csak a legvégén értjük meg, hogy életünk csupa alkotás és csoda lehetett volna?

Hogyan változtathatunk a magunk halál-viszonyán? Merjünk rágondolni, és próbáljuk elfogadni életünk részeként! És merjük számba venni vele kapcsolatos élményeinket, gyermekkorunkig visszamenőleg. Mi okozott és mi okoz nekünk gondot? Ha pedig hivatásunk, munkánk része a haldoklókkal való találkozás, vagy éppen azok lelki gondozása, akkor feltétlenül keressük az ilyen jellegű szakmai beszélgetéseket, kibeszélés-lehetőségeket vagy ilyen jellegű képzéseket, és ne mellőzzük az elméleti tudásszerzést sem.

Merjünk beszélni róla, olvassunk róla, látogassunk súlyos haldokló betegeket, hallgassuk meg őket, és merjünk őszintén beszélni velük! A legnagyobb

segítség, ha látunk valakit szépen meghalni, ha mi tudunk másoknak meghalni segíteni. Ez döntő módon befolyásolja saját halál-viszonyunk alakulását. (Polcz 1998)

Mit tehetünk, mit mondjunk a haldoklónak, a hozzátartozónak, amikor szembesülünk a reménytelenség abszurdumával? Tehetetlennek érezzük magunkat? És úgy véljük, hogy kívül esik hatáskörünkön? Rettegünk, hogy azt kérdik majd tőlünk: „miért?” Vagy előjárókat és intézményeket vádolunk, hogy erre nem tanítottak meg?!

A haldokló a leginkább arra vágyik, hogy ne hagyják magára, hogy fedezzék fel spirituális, lelki igényét, és segítsenek neki. A halállal szembesülő nem is igazán a válaszokra kíváncsi, hanem mindenekelőtt emberi közelségre, a szeretet és az élet misztériumának, s az őt átható transzcendens létezésének megélésére. Az ember legegésőbb szükséglete, hogy utolsó pillanatig szerethessen és szeressék.

Képesek vagyunk így együttérezni, együtt lenni egy másik emberrel? Odafigyelni rá, és megadni az utolsó percig élete méltóságát? Befogadni egy haldokló ember szenvedéseit, és elkísérni a végsőkhöz? Tudunk-e ilyen kísérők lenni?

A halál nem kudarc. A halál az élet része. „A haldoklás pedig értékes idő.” (Hennezel 1999) A végső számadás ideje. Aki pedig ez időben kísérőül szegődik, az köteles elfogadni azt a kikerülhetetlen és elkerülhetetlen eseményt, ami maga a halál. És el kell fogadnia saját emberi korlátait is.

Bármennyire szeretünk is valakit, nem tudjuk megakadályozni, hogy meghaljon, és nem mentesíthetjük attól a szenvedéstől, amely a haldoklás velejárója. Azt azonban megakadályozhatjuk, hogy ez a szenvedés magányba és elhagyatottságba torkolljék.

Vajon mindig nehéz volt „emberségesen” viselkedni egy haldoklóval, vagy ez is modern jelenség? Ma a hatékonyság és nem az érzelmesség vezet, a tevékenység, a technika kerül előtérbe, és jóval nagyobb azok száma, akik gépeket kezelnek, és kevesen vannak, akik gondot viselnek.

A halál tabuját emlegetjük, pedig ott találjuk filmekben, könyvekben – a rombolás és erőszak képeivel együtt. A tabu a meghitt halálra vonatkozik, arra a halálra, amely közvetlenül érint, feldúlva életünket. Családtagjaink, barátaink, ismerőseink halálára. Amikor próbáljuk megérteni a halál valóságát, akkor önmagunk mélységeibe tekintünk. És társadalmunk épp ez elől menekül.

A meghittség tabuja két összetevőre vonatkozik: a szavakra és az érintésre. Ha nem tudom azt mondani, hogy „szeretlek”, és nem tudom megérinteni a másikat. A haldokló pedig gyakran érez sürgető vágyat, hogy megérintsék, s ezt úgy adja kifejezésre, hogy emeljék föl, adjanak neki inni – s mi éppen ezeket az alkalmakat bizzuk a „személyzetre” (hiszen ez az ő dolguk).

Ahhoz, hogy áttörjük „a meghittség tabujának” falát, sokszor újra kell értékelnünk neveltetésünket, új nyelvet kell tanulnunk, s új magatartásformát – amennyiben ez szükséges.

És ne feledkezzünk meg arról a tudásról, amit a haldoklóktól kapunk! Ők újra és újra megtanítanak minket arra, ami az életben fontos!

A leginkább azért félünk a halálközelségtől, mert félünk önmagunkkal szembenézni! Mert képtelenek vagyunk értelmet adni a dolgoknak! És itt megkérjük tőlünk: „mi értelme az életnek?” És sokan úgy gondolják, „most már nincs mit tenni”. De ez a hátralevő idő rendkívül fontos. Értelmet kell adni az időnek, ami még hátravan. Lehet, hogy csak anyagi ügyeit fogja elrendezni, de lehet, hogy rendet tesz személyes kapcsolataiban is. A haldoklónak szüksége van arra, hogy eljusson önmaga végső határáig. „Megkísérlünk teljesen a világra jönni, mielőtt eltávoznánk” (Michel de Muzan). Hihetetlen dolgok történnek ebben az időszakban! De, hogy ez megvalósuljon, szüksége van a környezet segítségére. És sajnos gyakran mi vagyunk azok, akik ezt megakadályozzuk és nem segítünk. Ezért nagy a felelősségünk és rendkívül sok múlik azon, mennyire értékeljük ezt az időt, és mennyire adunk lehetőséget, hogy ezt megélje a haldokló.

Két csapdára azonban nagyon kell figyelnünk:

– nem szabad reménytelenséget sugározni, amikor a haldoklónak reményre van szüksége!

– de nem szabad görcsösen belekapaszkodni a reménybe, ha a haldokló jelt ad, hogy belőle már kihalt a remény! (Hennezel 1999)

Lelkigondozókként rendkívül fontos megtanulnunk megőrizni azt az egyensúlyt, hogy empatikusan befogadjuk, amit a másik ember érez, mégse hagyjuk, hogy ez teljesen elborítson. És ne a szájalom, hanem az együttérzés uraljon!

A haldokló beteg érzéseinek megértését elősegítheti, ha ismerjük azokat a lelki-pszichikai folyamatokat, amelyeket a haldokló átél. A tanatólogiai szakirodalomban először Elisabeth Kübler-Ross ismertette ezt az *On Death and Dying* című könyvében, amely 1988-ban jelent meg magyar nyelven, s amely most már a magyar nyelvű lelkigondozói szakkörökben is közzismert (ezért részletesen nem tárgyalom). Haldokló betegekkel való beszélgetései alapján öt, általában egymást követő szakaszt figyelt meg: elutasítás, düh, alkudozás, depresszió, belenyugvás. Amire figyelniük kell: hogy nálunk még sokszor nem történik meg a diagnózis őszinte közlése a beteggel, ezért a betegség tudomásulvétele nem a nyílt elutasítással kezdődik! Ezt két szakasz előzi meg: a tudatlanság és a bizonytalanság.

Tudatlanság: az orvosok nagy általánosságban nem közlik a beteggel a valós diagnózist, és csak a hozzátartozókat világosítják fel. Ezzel megkezdődik a jól ismert színjáték: mindenki úgy tesz, mintha nem lenne komoly a betegség. A haldokló izolálódik kérdéseivel, és később, amikor rájön az igazságra, elveszti bizalmát. Mert ebben a helyzetben a családtagok is rosszul érzik magukat, s egy arckifejezés vagy gesztus lesz az árulkodó jel.

Bizonytalanság: a beteg szeretne többet tudni állapotáról, de ugyanakkor fél, hogy kiderül betegségének gyógyíthatatlansága, ezért olyanoktól érdeklődik, akik maguk is keveset tudnak. Lev Tolsztoj *Ivan Iljics halála* című művében erről

így ír: „Gyötrelmei közül a hazugság volt a legnagyobb, az a hazugság, amelyben ki tudja, miért, mindenki egyformán részt vett: hogy Ivan Iljics csak beteg, de nem haldoklik, csak viselkedjen nyugodtan, és kövesse az orvosok előírásait, és akkor minden jól végződik. Pedig tudta, hogy akármit csinálnak, a vége csak egy lesz: egyre kínzóbb szenvedés, és végül a halál.”

A haldoklókkal való beszélgetések azt igazolják, hogy előbb vagy utóbb mindenki ráébred az igazságra. Még a kisgyermek is felismerik a közelgő halált. A valódi kérdés nem az: megmondjuk-e, hanem az: *hogyan* mondjuk meg. A diagnózis közlése az orvosok feladata lenne, de ők gyakran elzárkóznak a nyílt beszélgetések elől.

A lelkigondozói beszélgetésekben nagyon gyakori, hogy a beteg, megérezve betegségének súlyát, szóba hozza – mert szükségét érzi erről beszélni. Sőt a kórházi lelkigondozásban az is megtörténik, hogy maga az orvos kéri a lelkigondozó segítségét.

Elutasítás: a tények tudomásulvételének elutasítása egyfajta védekezés – védekezés az erőgyűjtésre. Ezt a háritást nem szabad áttörni, mert a beteg még nem áll készen a betegségével való szembenézésre. Gyakran hirtelen feltámadó aktivitás tör fel. Életének talán ez az utolsó igazán aktív időszaka, ezért a lehetőségekhez képest bátorítani kell, s csak akkor figyelmeztessük, ha tervei irreálisak.

Düh: a beteg már nem tudja tovább fenntartani a tagadást, ezért másokat vádol – elsősorban az orvosokat –, s ez a düh később egész környezetére kiterjed. Ez rendkívül nehéz időszak. Akkor tudjuk a leginkább segíteni betegünket, ha sokat vagyunk együtt vele, és engedjük, hogy felszínre hozza érzéseit.

Alkudozás: ez a szakasz az életút végiggondolásának időszaka, ilyenkor óriási az igény, hogy a beteg életéről, múltjáról, bűneiről beszélhessen. Szorongását csökkenthetjük, ha rámutatunk élete pozitív eseményeire.

Depresszió: az életút végigtekintése egyúttal az élet lezárását is jelenti a haldokló számára. Depressziója kétirányú: egyfelől jelenlegi helyzetével, másfelől jövőjével kapcsolatos. Egyre kevésbé tudja magát ellátni, egyre inkább környezete gondoskodására szorul. A látogatottság és a beszélgetés igénye nagyon lecsökken.

Belenyugvás: a beteg egyre többet gondol közelgő halálára. Elfordul az élet-től, keveset beszél, alig eszik, nem érdeklődik az események, belső világa köti le. Nagyon gyakori, hogy a haldokló már felkészült halálára, de környezete még nem. Ebben az időszakban előtérbe kerül a metakommunikáció szerepe: csendes jelenlét, a haldokló kezének megsimogatása... Mit adhatunk a haldoklóknak ebben az utolsó, rövid időben? Hitet, hogy nincs egyedül. Gyakran úgy érezzük, mintha nem is érzékelné jelenlétünket, de ha menni készülünk, maradásra kér! Gyakori ebben az időszakban halott rokonok vagy a vallás világában otthonos alakok „látása”.

Vigyáznunk kell: nem törvényszerű, hogy mindenki átélje valamennyi szakaszt, sőt az is megtörténhet, hogy kimaradhatnak egyesek – vagy visszatérnek.

A beteggel való őszinte, emberi kapcsolat a legfontosabb, s az ő igényének figyelembevételével segíthetjük, hogy elfogadhassa mulandóságának tudatát, halála így élete méltó befejezése lehessen.

Felhasznált irodalom

- Buda Béla, A halál és a haldoklás szociálpszichológiai jelenségei. In: Kharón – Tanatológiai Szemle 1997/1 (1.) 5–15.
- Hegedűs Katalin (szerk.), *Lélektől lélekig. Súlyos betegek és haldoklók pszichés gondozása*. SOTE Magatartástudományi Intézet. Budapest 1995.
- Hegedűs Katalin (szerk.), *Halálközelben II. A haldokló és a halál méltóságáért*. Magyar Hospice Alapítvány. Budapest 1995
- Hegedűs Katalin, *Az emberhez méltó halál*. Osiris Kiadó. Budapest 2000.
- Hennezel, Marie de – Leloup, Jean-Yves, *A halál művészete*. Európa Kiadó. Budapest 1999.
- Polcz Alaine, *Ideje a meghalásnak*. Pont Kiadó. Budapest 1998.
- Pilling János, *A haldokló pszichés gondozása a haldoklás különböző stádiumaiban*. In: Hegedűs K. (szerk.), *Halálközelben II*. Magyar Hospice Alapítvány. Budapest 1995.

MOLNÁR B. LEHEL

ÚJABB ADATOK A „MEDGYESI MOZGALOMRÓL” PÁL TAMÁS TOLLÁBÓL

Unitárius Egyházunk belső életét az 1930-as évek vége felé beárnyékolta az a mozgalom, amely „medgyesi forradalom” vagy „medgyesi mozgalom” néven vonult be a köztudatba.

A kérdés alaposabb tárgyalásával Kovács Sándor foglalkozott 2001-ben a *Boros György unitárius püspök naplója 1926–1941* című forráskiadvány bevezető tanulmányában.¹ A szerző megállapította, hogy sajnos elég ritkák azok a visszaemlékezések, amelyek átfogó képet nyújthatnának az akkori események jobb megértéséhez, és ugyanakkor reményét fejezte ki, hogy a jövő újabb memoárok, esetleg jegyzőkönyveket hozhat a felszínre, amelyek eligazítást nyújtanak ebben a bonyolult, családi érdekektől sem mentes eseménysorozatban.

Úgy tűnik, hogy szép lassan innen-onnan előkerülnek visszaemlékezések, utoljára a *Keresztény Magvető* előző, 2005/2. számában olvashattuk Máthé Zsigmond tollából *Emlékezetből a medgyesi találkozóról* címen.

Az alábbi memoár dr. Erdő János püspök hagyatékából került elő. Pál Tamás, aki 1924 és 1958 közt Küküllődombón volt lelkész, 1975-ben Lőrinczi László² kérésére foglalta össze emlékeit – egykori résztvevőként – a medgyesi eseményekről. A következőkben ismertetjük Pál Tamásnak azt a levelét is, amelynek kíséretében a medgyesi mozgalomra való visszaemlékezését Erdő Jánosnak, az akkori főjegyzőnek is elküldte.

*

Marosvásárhely, 1982. IX. 10.

Dr. Erdő János Egyházi Főjegyző Úrnak
Kolozsvár

Kedves János!

Ígéretemhez híven az 1975-ben Lőrinczi Lacihoz írt levelemnek az impúrumát tisztelettel küldöm.

1 Kovács Sándor: Adatok dr. Boros György püspök lemond(at)ásának körülményeihez. In: Boros György unitárius püspök naplója 1926-1941. Az Erdélyi Unitárius Egyház Gyűjtőlevéltárának és Nagykönyvtárának kiadványai. 1. Kolozsvár, 2001. 23-39.

2 1925-27 között az észak-amerikai Celevelandban volt lelkész, 1927-41 között Nagykadácsban, 1941-47 között vallástanár a székelykeresztúri Unitárius Főgimnáziumban, 1947-75 között nyugdíjazásáig ürmösi lelkész.