

Vekker a fejben

Egyszer csak hirtelen megszólalt az a magas hang. Éles szélű, ezüstös oszlop-ként állt a fejében. Mintha szünet nélkül csörögne egy vekker. Először azt gondolta, hogy a faxkészülék ment tönkre, vagy talán a számítógépből jön a hang. Egy idő után azonban világossá vált számára, hogy a saját fejében rikoltozik.

Eltartott néhány napig, amíg időt tudott szakítani arra, hogy orvoshoz menjen. Határidők 4akadályozták. Fontos határidők.

„Hallásösszeomlás, tinnitus”, mondta az orvos, amikor sietős páciense beszámolt neki az állandó éles hangról. „Azonnal infúziót! Azonnal kórházba! Miért nem jött már korábban!? Most megeshet, hogy egész életében hallani fogja ezt a hangot!”

Aztán ott feküdt egy fehérre meszelt teremben, fehér lepedőkben, zsinórok és csövek között, fejében a nem szűnő éles hanggal.

Az orvosok megállapították, hogy a páciensnek semmilyen szervi baja nincs. A *tinnitus* alighanem „stresszfüggő”.

Az első napokban igen nyugtalan volt. Egyágyas szobát követelt, és hogy haladéktalanul állítsanak telefont az ágya mellé. Fontos ügyleteket

kell lebonyolítania. S a telefon éppoly gyakran csörgött a kórházban, mint az irodájában.

A harmadik napon egyetlen lendülettel ugrott fel. A fülében szóló hangot megint összetévesztette az ébresztőóra hangjával. Hajnalodott, s az „ő” vekkere csörgött a fejében. „Talán valóban fel akar ébreszteni ez a hang”, gondolta félálomban. „Talán fel akar ébreszteni eddigi életemből.”

Belső szeme előtt filmként peregtek le napjai. Iroda. Telefon. Repülőtér. Expresszvonat. Öltöny, nyakkendő. Mobiltelefon. Meetingek. Számításkönyvek. Prezentációk. Pénz.

Mikor voltál utoljára moziban? – kérdezte meglepődve önmagától. Vagy vitorlázni?

Csak fáradtságosan tudott visszaemlékezni erre az érzésre: szél simogatja a bőrét, lágy ringás, a lenyugvó nap, barátok, bor.

„Mikor olvastál el utoljára egy könyvet?”

Ezen a napon semmit sem tett. Kihúzta a telefonszínórt a falból, és megtiltott minden látogatást. Furcsa nap volt. Miközben a vekker folyton csörgött a fejében, belsejéből korábbi képek törtek fel szakadatlanul: amikor még kíváncsi volt az emberekre és az életre, amikor órákon át beszélgetett, napokat töltött el egy könyvvel, a hajnali szürkületig kártyázt, s odafigyelt, ha valaki elmesélte a történetét. Éneklés. Szent céltalanság.

Elháríthatatlanul erősödött benne az az érzés, hogy elmulasztott valamit, és épp időben ébresztette fel valaki.

*

„Úgy elmúlnak esztendeink, mint egy sóhajtás”, figyelmeztet a 90. zsoltár, és azt ajánlja, hogy a vége felől nézve gondoljunk életünkre.

Gondolkozz el arról, mi marad meg a végén abból, amit teszel! Mi marad a kezdedben, mi marad a szívedben, mi tölt el melegséggel, és mire fogsz örömmel visszaemlékezni?

És így – a vége felől szemlélve, az élet magától elrendeződik.

Az ember ekkor megkérdezi, kinek használ a munkája. És megkérdezi, szabadságot ajándékozott-e neki a szabadideje. És megkérdezi, hogy áll a szeretettel meg a hűséggel. Megkérdezi, szemébe tud-e nézni a gyerekeinek, és miben lesz biztos a végén.

*

A keresztények úgy hiszik, hogy életünk végén esélyünk lesz arra, hogy mérleget vonjunk, hogyan bántunk az időnkkel. Gondosan vagy felszínesen, figyelmesen vagy izgatottan. Szeretetteljesen vagy megvetően. S azt is hiszik, hogy mindig van esélyünk arra, hogy új ritmust adjunk az időnknek, és felfrissítsük az életünket.

Ebben már egészen apró szabályok is segíthetnek:

1. *Ne próbálj mindenkinek eleget tenni!*
2. *Legyen elég időd a családodra, a barátaidra, önmagadra!*
3. *Rendszeresen kapcsolj ki, és ne tégy semmit!*
4. *Szabad időnkint unatkoznod, rosszul öltözöttnek, ápolatlannak és taszítónak látszanod!*
5. *Hagyd abba, hogy te légy önmagad legbőszebb ellensége!*
6. *Nem kell mindennel egyedül megbirkóznod!*

Talán az a gondolat is felrázhat minket, hogy Isten egész egyszerűen ajándékba adta nekünk az életidőnk. Életünk egyszeri arasznyi idő. Nem lehet visszacsinálni, és semmit nem lehet megismételni. Vagyis páratlan, végtelenül értékes adomány, amely megérdemli, hogy elfogadjuk, megbecsüljük és megóvjuk. Ugyanakkor olyan adomány, amelyet nem muszáj hektikusan megtöltenünk mint valami üres tömlőt, hanem élvezhetjük mint valami bársonyos bort.

Johanna Haberer

Forrás: Publik-Forum, 2009/11

