

magával, amelyek ezekben a pillanatokban ismét felszínre törnek. „Anyámnál tett látogatásaim után, amikor hazamentem, az autóban hangosan zokogtam, mivel éreztem: Olyan volt, mint régen. Olyan viaszosan. Olyan szeretetlen. És most megint kapsz egyet a fejedre. Tulajdonképpen semmit sem teszel jól. Mihelyt túlságosan közel kerültem az anyámhoz, kitört ez a heves agresszió. De amikor aztán láttam, hogy milyen tehetetlen, oly sok szeretetet és vonzalmat éreztem. Mindig sírnom kell, ha erre gondolok.”

*Insa Fooken* arról beszél, hogy a gyerekek és az idős szülők számára egyaránt gyógyító hatású, ha a végén bezáródhat az életkór. Nagy ajándék, ha ez sikerül: „Az embernek valószínűleg késznek kell lennie arra, hogy olyan légkört hozzon létre, amelyben ez a befejezetlen helyzet lezárulhat. Bátorság kell a kísérletezéshez, hogy meglássuk, mi történik, ha másképp szólítom meg őket, ha megérintem őket, ha egyszerűen témává teszek bizonyos dolgokat, amelyek sosem voltak témák, ha elmesélek valamit, énekelek, ha becézgetem őket – vagyis csupa olyasmit csinállok, amit korábban talán sosem csináltam. A gyerekek ekkor ezt az üzenete küldik: Kedvellek! És ez azért olyan fontos, mivel a megkeményedett kapcsolatokban sosem mondtuk ki: Nem szeretek mindent benned, de bizonyos vonásaid tetszenek nekem. Segíthet, ha olyan közös pontokat keresünk, amelyek a szülőt és a gyereket egyaránt megörvendezte-

rik. Akkor talán mégiscsak elkezdődik egy másfajta dinamika.”

**SZILVIA KIENGESZTELŐDÖTT AZ ANYJÁVAL.** Mióta anyja egy idősök otthonában él, egészen más kapcsolatra talált vele: „Békét kötöttem vele. Azt akartam, hogy megtaláljuk az egymáshoz vezető utat. Azokban a pillanatokban, amikor megismer, olykor aggódva megkérdezi: Csak nem hagysz egyedül? Én pedig azt felelem: Hiszen veled vagyok, ne aggódj! Mire ő azt mondja: De hát korábban én is egyedül hagytalak téged. Aztán megfogjuk egymás kezét, megsimogatjuk egymást, s ezek olyan érintések, amelyek egyesítenek minket. Azt mondom neki: Mi kedveljük egymást, most itt vagyok, és jó úgy, ahogyan van. A régi sebekről már nem kell beszélünk.”

Az effajta légkör képes lekerekíteni egy-egy „sarkos kört”, és aztán csodálatos dolog, ha egy anya azt mondja a lányának: „Egészen kedves ember voltál számomra”, majd lehunyja a szemét, és meghal. Az ember persze most sajnálkozhatna is emiatt, és azt mondhatná: rettenetes, hogy 65 évesnek kell lennie valakinek, hogy azt hallja a szüleitől azok életének utolsó másodperceiben, hogy szerették őt. De ez a rövid pillanat képes begyógyítani egy életen át vérző sebet, és ez a boldogságérzés aztán örökre megmarad.

És ha a sarkos kör nem válik ke-rekké, ha az anya vagy az apa hátat fordítva, hallgatva, a gyermekeihez intézett jó szó nélkül ment el a vi-

lágból, jóllehet mindenki esdeklőn azt kívánja, hogy a végén minden jó legyen?

*Insa Fooken* pszichológus azt mondja: „Akkor ezzel is együtt kell élni. Akkor talán segít a tudatos emlékezés – de semmi perlekedés, az csak megkeményít. Még egyszer reflektálni kell arra, kik voltak a szülők, és miért váltak olyanná, amilyenné. Nem azért, hogy mentegessük, hanem egy kicsit megértsük őket. Olykor létezik olyasmi, hogy ’pótlólagos szeretet’. Esetleg még a szeretet utólagos jeleit is ki lehet mutatni.”

**SZILVIÁNAK MA SZÉP NAPJA VOLT.** Anyja érintései, mosolya – mintha köszönetet akart volna mondani. És Szilvia olykor eltöpreng: „Milyen leszek én, ha ilyen öreg leszek?” Tudja, hogy már nincs sok ideje, amit anyjával tölthet, ezért minden közös óráért hálás: „Amikor beültetem a tolészékbe, és kimegyünk a környékbe, mindketten elégedettek és boldogok vagyunk. Nem hiszem, hogy nehéz lesz számomra az a nap, amikor eljön a búcsú ideje. Szomorú leszek, de megtaláltuk a békénket, elmondhatjuk, hogy közös életünkben semmi sem maradt nyitva, minden kerek lett, minden jól van. És ez a bizonyosság anyám halála után is velem marad majd.”

**Forrás:** Publik-Forum Extra, 2015. november

## Jó halál

Egy ápoló elmélkedik az eutanáziával és a teherviseléssel kapcsolatos élettapasztalataról

Összegömbölyödve egy kanapén, amelyet egy ülőgarnitúrából hoztak össze, Billnek nyilvánvalóan nem volt nyugalma. Sápadtan és nyüzögt, grimaszolva, lassan mozgott, esetenként egy-egy rándulással a végtagjaiban. Londonban, egészségügyi ápolóként AIDS-eseket segítve egy keresztény karitásznál, már láttam ezt a tünetet.

– Mióta van így? – kérdeztem Iant, egy harmincas éveit járó szemüveges fiatallembert, aki Bill segítőként mutatkozott be.

– Valójában az elmúlt néhány órában. Többé-kevésbé amióta hazajött – válaszolta Ian, alig leplezve szorongását és fáradságát. – Tud valamit tenni érte?

Számtalan ok volt az aggódásra. Billt, akinek AIDS-el összefüggő nyirokcsomó-daganata volt, most bocsátották el egy kórházból, ahová egyfajta tüdőgyulladásal vették fel, ami az AIDS-esek egyik jellemzője volt akkoriban. A helyzet kemény valósága az volt, hogy hazajött meghalni.

Ian elmondta, hogy ő és Bill már tíz éve együtt élnek. Mindketten a médiánál dolgoztak, és élvezték a sikeres karriert. Amikor nyolc évvel korábban Billt HIV-pozitívként diagnosztizálták, még egy ideig állták a sarat, és virágoztak. De Billnél egyszer csak kifejlődtek az AIDS-el kapcsolatos betegségek, szabadúszó foglalkozása bedöglött, és Ian lett mindkettőjük eltartója, egyedüli kenyérkeresője. Azok a barátai, akik nem szüntették meg velük a kapcsolatot, túl messze lak-

tak ahhoz, hogy az erkölcsi támogatáson túl bármit is tudtak volna nyújtani nekik, családjaik viszont semmit sem kívántak tenni velük.

Másnap késő reggel mentem hozzájuk, hogy megnézzem, minden rendben van-e náluk. Bill átaludta az éjszakát, és kevésbé kimerültnak látszott. Ian is pihentebbnek látszott, azonban érzékeltem, hogy nem túl nyugodt. Miközben új infúziót raktam össze a konyhában, Ian bejött, és halkán becsukta az ajtót, hogy Bill ne hallja.

– Lesz még jobban, mint tegnap este volt? – kérdezte.

– Ameddig a tüneteit enyhíteni tudjuk, elviselhető lesz számára – feleltem. – De folyamatosan gyengülni fog, nem tartom valószínűnek, hogy jelentős javulás állna be a betegségében.

Ian zihálva lélegzett.

– Be tudná neki adni az egész morfiumot? – kérdezte.

– Ez elfojtaná a lélegzését, és meghalhatna – válaszoltam, gyanítva az elkövetkezendőket.

– Nem akarom, hogy szenvedjen. Meg tudná most...? Tudja, megerősíti... És békésen átsodródna...

### **Az utolsó pillanat**

Számos férfit és asszonyt gondoltam élete végén, és amennyire lehetett, megpróbáltam, hogy az történjen velük, amit „jó halálnak” neveznek, de nem minden betegemnél sikerült. Néhány dolgot nem lehet ellenőrzés alatt tartani. Annyit tudok, hogy egyik betegem sem szenvedett rossz ellátás miatt. Sok „Billt” ismerek, akiknek rosszul terveztek meg az elbocsátását, és akik külön támogatást igényeltek, miután hazakerültek.

Saját anyámnál első kézből tapasztalhattam ezt. Elbocsátották a kórházból akkor, amikor nem volt, aki otthon gondozza. A nővéremnek azonnal mindent félre kellett dobnia, hogy sok száz kilométerről anyához utazzon. Nővérem órákon belül könyörögve hívott, hogy jöjjen segíteni, mert anya elesett, miután leszállt a vécéről.

Anyám állapota zuhanórepülésben volt, így a következő hat hétre, amíg öt utolsó napjaiban gondoztuk, áttelepítettem ugyancsak fiatal családomat és a munkámat. Az a támogatás, amit a barátoktól, a családtól, orvosától és a közösségi nővérektől kapott, mindent megváltoztatott.

Ennek eredményeként utolsó napjaiban anyám láthatta kisunokája első lépéseit. Apósom, egy anglikán lelkes látogatta úgy, hogy utolsó

idejében betegágyában osztozhatott családjával az együttlétben és az imában. Gyerekei, családja és barátai körében halt meg, abban az ágyban, amelyet apámmal osztott meg, aki két évvel korábban távozott; abban a házban, ahol hetvenkét évvel korábban született. Ez az volt, amit jó halálnak nevezhetek.

Bill és anyám számára, kéznél lévén azok az emberek, akiket szerettek, ez az a „tünetkontroll”, amire leginkább szükségük volt. El tudtam látni őket diamorfin injekcióval, hogy elkerüljék a fájdalmat és a hányingert, megforgattam őket, hogy elkerüljék a felfekvést, és megettettem őket annyival, amit képesek voltak elfogadni és élvezetel elfogyasztani. Mindez együtt az alapvető, lényegbevágó és jó szakápolás. De voltak olyan emberek, akiket a szomszédok szerettek, ezért érezték, hogy saját életüknek még van jelentése és értéke, és ez valóban más volt. Anyám számára például hatalmas vigaszt jelentett abban a tudatban fejezni be napjait, hogy az ő Urával lesz.

Billről csak pár napig gondoskodhattam, mielőtt természetes körülmények közt elhunyt. Ian hamar észrevette, hogy Bill megvigasztalódott, és hogy amit ő akart, az több, mint viszlátot mondani a hozzá közel állóknak. Bill családja végül eljött meglátogatni, ahogy néhány legdrágább barátja is, és így haldoklásának napjait nem teljes elkülönültségben töltötte.

Amikor a temetés után találkoztam Iannel, bevallotta, hogy ha engedtem volna neki azon a szombat reggelen, és túlragasztam volna Bill morfiumát, ez megakadályozta volna a búcsúzás esélyét. Ez így jobb vég volt, lannak félelme és fájdalma közepette elégtételül szolgált, hogy Bill mások szeretetét érezve halt meg.

A legtöbb szenvedő ember élettapasztalata az élet végén végül is spirituális abban az értelemben, hogy elveszettek, elkülönültek, félelmetesnek és támasz nélkülinek élik meg a helyzetüket. Jellemzőjük a félelem, hogy teher vagy a téged szeretők vállán, hogy kezelhetetlenek a tüneteid, hogy minden szerelmeddel, reményeddel, félelmeddel, álmaiddal és ambícióiddal együtt az egész életed nyomorúság, ami erre a kis szobára, erre az ágyra szűkült, ahol napjaid véget érnek.

És mindezeket túl – valószínűleg – félelem az eljövendőtől. Miféle túlvilág vár? A kereszténység utáni Nyugaton többé már nincse-

nek elfogadott válaszok és struktúrák, amelyek segítenének az embereknek ezekkel a kérdésekkel megküzdeni.

### **Az emberlét terhe**

Szerte a világon különböző csoportok hívnak, hogy tegyük törvényessé az emberek megsegítését életük befejezésében, a végső betegség esetén. Olyan ápolóként, aki haldoklókkal dolgoztam, egyetérték az életvégi szükségtelen szenvedés elkerülésének természetes vágyával, és hasonlóan a fájdalomnyhító gondoskodás biztosításával meg a Hospice-mozgalommal.

Mégis, a halálba támogatásra szóló felhívás mélyén spirituális kétségbeesés rejlik. Abban a társadalomban, amely mindenekelőtt a fiatalságot, az életerőt, a boldogságot és a szabad akaratot ünnepli, egyébként csaknem elviselhetetlen az elveszés félelme. Csak a kétségbeesés marad. Egy ember szabad akaratának utolsó tette saját létének végéhez vezet, miközben a képessége még megvan ahhoz, hogy ezt megtegye.

Mennyire más a keresztény ember önértelmezése. A Szentírás azt tanítja nekünk, hogy nem önmagunk vagyunk: Krisztusok vagyunk (1Kor 6,19-20). Mint ilyeneknek mérhetően értékes az életünk.

Ráadásul nem autonóm egyének vagyunk, hanem egy közösség, „egy test” részei (1Kor 12,12-13). Ha az egyik rész szenved, a többi is szenved. Ha az egyik rész örül, mind örül. Ez olyan közösség, amelyben az a parancs, hogy „hordozzuk egymás terheit”.

Az elmúlt évtizedben Oregonban nyilvánosságra hozott öngyilkosság-kezelő program adatai szerint az ápoltak leginkább arra hivatkoztak az élet idő előtti megszakításának okaként, hogy félnek: másoknak terhére lesznek, félnek az önkontroll és függetlenség elvesztésétől, és úgy érzik, hogy elveszett az élet értelme és öröme.

A Szentírás viszont azt mondja nekünk, hogy hordozzuk egymást terheit (Gal 6,2). Életem indulásakor teher voltam anyám számára. Ilyen teherhordozásnak láttam azt, amikor gondoskodtam anyámról, és ugyanakkor nyolchónapos lányomról is. Etnem kellett őket, cserélni a pelenkájukat, amikor becsináltak, alváshoz elcsendesíteni őket, amikor kimerültek voltak.

Mindezeket annak idején megtette értem anyám, és most megtette

tem érte én. Ez természetes szimmetria. És ahogyan annak idején azt akartam, hogy anyám sok évén át tápláljon, most nem mondtam le arról a lehetőségről, hogy vele lehessenek, és gondját viseljem a végső időkben. Életem egyik legmélyebb kíváncsága volt ez.

Isten minden gyámoltalan csecsemőt és minden haldoklót ugyanazzal az értékkel és méltósággal ruház fel. Gyerekeinkről és a haldoklókról gondoskodva, őrá is gondoskodunk (Mt 25,35-40). A keresztény hitben ez az egyik legfigyelemreméltóbb csoda és misztérium, és ez az a tapasztalat, amely mind gondozóként, mind apaként átfomál bennünket.

Amikor pártolói azzal érvelnek a támogatott halál mellett, hogy együttérzési hiány van bennem és a hozzám hasonló karakterekben, és ez az együttérzési hiány vezérel minket, ha szembehelyezkedünk állításaikkal – akkor folyamatosan, részvételteljesen és türelmesen szembesítenünk kell őket a tényekkel. Az embereknek nem szükséges fájdalom és kezeletlen tünetekkel meghalniuk. Ha megengedjük az orvosoknak és ápolóknak, hogy emberek bizonyos csoportját megöljék vagy asszisztáljanak öngyilkosságukhoz, akkor ez nyilvánvalóan hasonló „lehetőséget” kínál azok

számára is, akik úgy érzik, értéktelen az életük. Ez történt Hollandiában és Belgiumban, ahol az önkéntes eutanázia engedélyezése lassan kiterjedt az elmebajban szenvedőkre, a kómában lévőkre, bizonyos csecsemőkre és gyerekekre, és legújabbban azokra, akik múltbéli traumákkal küzdenek, nyugtalanok a jövő miatt vagy egyszerűen belefáradtak az életbe.

Ezeknek a jogi korlátoknak a megváltoztatása messzire kihat. A gyenge személyiség majd – valós vagy elképzelt – sürgetést érez arra, hogy élete befejezésével megszüntesse családjá és társadalma terheit.

A kormányok, az egészségügyi ellátórendszerek és biztosítótársaságok pedig a hosszú távú ellátásban jelentkező hatalmas költségek miatt kezdik olcsóbb, sokkal „emberibb” alternatívaként látni a támogatott haldoklást. A kölcsönös teherviselés szimmetriája így elvesz, és a társadalom elvesztí a lelkét, mihelyt a függetlenség és könyörtület nevében elpusztítja azokat, akik értéktelennek ítélik az életüket.

A gondoskodás és az együttérzés kifejezése a tanítványi állapot alapvető jele (2Kor 1,3-7). A tanítványi állapot hasonlóképpen megköveteli a készséget is a valóság megállapítására és közlésére, mind a gyenge, mind a marginalizált számára (Iz

1,17). Ápolóként és keresztényként mindkettőt meg kell tennem. Egyiket megtéve a másik nélkül nem lehetek hiteles.

Mind a haldoklók, mind szerettek világába belépve a legjobb gondoskodást adni nekik, megosztani velük az utolsó napokat, és békéhez segíteni őket, biztonságot és jelentőséget adni azoknak a napoknak – mindez nagy kiváltság és nagy felelősség. De ugyanezzel a bizonyossággal dolgoznunk kell annak biztosításán is, hogy a haldoklót ne bátorítsák arra, hogy idő előtt lemondjon az életéről – abban a tévedésben, hogy megmenekülhet a szenvedéstől. Feladatunk inkább bizonyossá tenni őket abban, hogy nem elviselhetetlen terhet jelentenek számunkra, hanem végsőkéig értékes és szeretett személyek.

**Steven Fouch**

*Ford. Farkas István*

*Steven Fouch, miután éveket szociális ápolóként dolgozott Londonban, jelenleg a Christian Medical Fellowshipnél a gondozás és egészségmegőrzés területén spirituális, etikai és szakmai kérdések szószólójaként dolgozik.*

**Forrás:** Plough, 2016. augusztus

## Nyerj!

Naponta halljuk egyik vagy másik reklámban ezt a trendi szlogent. Megkapjuk az üres felszólítást, de belegondoltunk-e már, hogy mit jelent?

Egyfelől SEMMIT – vagyis kicsit sem múlik az elhatározásunkon, hogy nyerünk-e pénzt. Talán annyi igen, hogy megpróbáljuk-e. Megvesszük-e a szelvényt, leperkáljuk-e az árát (aminek máshol tán jobb helye lenne). Azt illik tudni, hogy a szerencsejáték nagy biznisz – azoknak, akik működtetik. Azt már kevesen tudják, hogy milyen kicsi a nyereség valószínűsége. Főnyereményről ábrándoznak, és aki tényleg nyer egy keveset, az már veri is el a nyereményét újabb körre. Persze van, aki többet nyer, és akad olyan is, aki nagyon sokat. DE... Közepes nyereményért sokszor annak többszörösét verik el az évek során. Könnyen megszédül a szűkösen élő, ha lát egy bombanagy nyereményt – milliókból 1, aki nagyot nyer. A sokaság pedig befizeti „a hülyék adóját”. A játékfüggőség pedig már szenvedélybetegség, kezelni kell.

Fortuna pogány istennő: vak és szeszélyes, mint a **szerecsse**, amiben sokan reménykednek. Jézus követői rosszszállják a szerencsében bízót, mert kiszorítja a szívből a gondviselést. Mi is a „játékos” szerecsse? Az, ami jogtalan előnyhöz juttatja a nyertest, a vesztesek kárára.

A **nyereségvágy** ott lappang mindannyiunkban. A versengés szellemével együtt belénk oltották már kisgyerekkorban. Ki lesz az első (SÓT! az „angyal”)? Azután csak fokozták osztályzatokkal, pontszámokkal, százalékokkal,

rangsorokkal, sportversenyekkel – sok-sokféle versengéssel. Legyőzni a többieket, fölébük kerekedni, megverni őket – néha csak a „dicsőségért”, vagy máskor jutalmakért. (Jaj a legyőzöttnek!) A nyereségvágyból elkövetett bűn a bíróság elé visz, ahol számon kéri, majd elítéli, amit az illető elkövetett. Neumann János Nobel-díjas játékelmélete szerint a zéró összegű játszma az, amelyben a nyertesek annyit kasszálnak, amennyit a vesztesek bukának (tehát nem nyertes-nyertes játszma). A nyereségvágy sodor népeket háborúkba is (de ezt nem illik bevallani, hanem a honvédelem címkéjével kell eltakarni).

**Aki mer, az nyer** – szól a közmondás. Ez járatlan útra bátorít, hogy kísérletezzünk, próbálkozzunk. Hagyjuk el a járt utat (még ha egy ellentétes értelmű másik közmondás óv is ettől). Ahhoz a bölcsesség sem elég, hogy mikor kell letérni a járt útról, és ez mikor sodor veszélybe. Nem látunk a jövőbe. Nem lehet mindig nyerni. Utólag persze mindez kiderül, és talán éppen kárunkra, de a veszteségből is lehet tanulni. Az is nyer, aki a veszteségből jó tanulságot szerez életére.

**Végül** én is azt mondom: Nyerj! No, nem pénzt, hisz az csak népbolondítás, és megeszi a rozsdát. Lehet nyerni „hervadhatatlan koszorút” is – ha futásunk végeztével megtartjuk a hitünket –: Jót a rossz ellen, szeretetet a közöny és harag ellen, meg ráadásnak az örökéletet.

– **Lelő** –