

„Mindent tudjunk megbeszélni”

DR. KARDOSNÉ CSALAI EMŐKE

### FELKÉSZÍTENI ŐKET A LEGROSSZABBRA

„...Akárhogyan lesz, immár kész a leltár.  
Éltem – és ebbe más is belehalt már”  
József Attila: Kész a leltár

Az elmúlt két és fél év során nagyon súlyos betegségeken estem át. Négy gyermekem van, akiknek a felnevelése vált számomra bizonytalanná. Nem akartam, hogy váratlanul érje őket esetleges elvesztésem, ezért próbáltam őket felkészíteni a legrosszabbra. Elmondtam nekik betegségeimet, s azt, hogy nem biztos sajnos, hogy ezekből én jól fogok kijönni. Mindegyikőjük másképp reagált.

Legnagyobb lányom, aki 23 éves, először kijelentette, hogy hülyeség, aztán közölte, hogy nem lesz semmi baj, nyugodjak meg, ő majd átveszi az én feladatomat, s egyben tartja a családot minden téren. Közölte azt is, hogy erre szerinte nem lesz szükség, hiszen úgyis meggyógyulok. Ennek ellenére láttam, hogy lesi minden mozdulatomat, minden munkát próbált kivenni a kezemből, az volt az érzésem, meggyőződése, hogyha átvesz tőlem minden feladatot, az segíti a gyógyulásomat. Sokat sírdogált – leginkább akkor, amikor nem láttam – s állandóan a sarkamban volt. Műtét utáni felépülésemet követően jött ki rajta a sok izgalom, a visszafojtott aggodalom. Nagyon feszült lett, főiskolai vizsgáiba temetkezett, szerencsére sikeresen teljesítette is azokat. Annak ellenére, hogy 200 km-re járt főiskolára minden hétvégét otthon töltött velünk.

Fiam, aki 16 éves, nagyon elszomorodott. Ő egy nagyon csendes, magába zárkózó típus. Mondta, hogy akkor ő biztosan ennyit sem fog beszélni, mint most. Leste minden kívánságomat, nagyon odafigyelt rám, s olyan gyöngéden közelített hozzám, ahogy csak tudott. Sokszor láttam, ahogy szeme sarkából lopva figyel. Napjában többször megkérdezte, hogy vagyok, nincs-e szükségem valamire. Nagyon odafigyelt arra, hogy kistestvére ne nagyon terheljen le, mihelyt közelített hozzám kisöccse, hogy vegyem fel, abban a pillanatban ott termett, felvette, s bevitte az ő szobájába játszani. Ő viselte látszólag a legnagyobb belenyugvással, fegyelmezettséggel a hírt. De én tudom, mert ismerem, hogy belül neki fáj a legjobban.

## érzékeny pont

Kisebbik lányom, aki 14 éves, teljesen kikelt magából. Nem volt hajlandó beszélni a témáról, s alig jött ki onnantól a szobájából. Ő egy nagy lázadó, így ezt a hírt is daccal, haraggal fogadta, s próbálta hárítani. Szinte került, félt látni ahogy szenvedek. Fiam nagyon haragudott rá, amiért így kezelte ezt dolgot. Amikor jobban lettem, lányom közölte, hogy olyan érzés volt számára, mintha nem is én lennék az anyukája. A betegség kissé megtörte vonásaimat, szemem karikás volt és beesett. Hiányolta nyüzsgé-

semet, jókedvemet. Ahhoz volt szokva, hogy soha nem mutattam ki a fájdalمامat, szerettem csinosan kinézni, de betegségem alatt valahogy erre nem voltam képes.

*...anya  
meg is halhat ebben  
a betegségben...*

Legkisebbik gyermekem még csak 3 éves, ő semmit nem értett a dologból, nem is reagált rá. Csak azt tudta, s ezt el is fogadta, hogy nem tudom annyit felvenni, amennyit ő szeretné.

Tudta, hogy anya hasát felválták, s nagyon sokszor odaszaladt hozzám megpuszítani a „bibimet”. Időnként azért hangot adott nemtetszésének, mikor sokadszor utasítottam el ölbe kéredez-

kedését. Mérges volt bátyjára is, aki azért, hogy engem tehermentesítsen próbálta őt távol tartani tőlem. Mikor már jobban éreztem magam nem győztük bepótolni a sok ölelést, játékot. Kicsi fiam sokszor csak azt ismételtette megszámlláhatatlan mennyiségben, hogy anya, anya, anya...

Férjem nagyon haragudott rám, amiért ilyen hülyeséggel fölöslegesen terhelem a gyerekeimet. A veszély elmúltával közölte, hogy ő tudta, hogy minden rendben lesz, felesleges volt a gyerekeket zaklatnom. Ráérnek még szembesülni azzal, hogy elveszíthetnek bennünket.

Szüleim órá haragudtak, mondván, hogy fel sem fogja, milyen nagy a baj. Az ő aggodalmuk azóta is megmaradt, ha kicsit rosszabbul érzem magam, azonnal orvosért kiáltanak. Úgy kezelnek, mintha rokkant lennék, s túlzottan is féltenek mindentől. Haragszanak a gyerekeimre, mert szerintük nem segítenek eleget, s továbbra is mérgesek férjemre, mert nem kezeli elég komolyan a betegségemet.

Ezek után – mármint a hír közlése után – az egész családon egyfajta „körbeharagosdi” lett úrrá. Nem voltam benne biztos, hogy szerencsés volt-e gyerekeimmal megosztani, hogy anya meg is halhat ebben a betegségben. Ekkor még ösztöneimre hallgattam, nem kerestem szakirodalmat a halál és a gyász elviseléséhez, ahhoz, hogy mindegyikőnk számára feldolgozható legyen.

## érzékeny pont

Ezek az események voltak hatással rám, amiért ezt a témát választottam. Úgy éreztem jelen helyzetemben nagy segítségemre lesz, ha megismerkedek a szakirodalommal, illetve az Interneten fellelhető esetek tanulmányozásával.

Elsőként Polcz Alaine könyveit sikerült felkutatnom. Az ő utalásai után akadtam Nagy Mária Ilona *A gyermek és a halál* című tanulmányára.

Ezután vettem kézbe, s olvastam el két óra alatt Polcz Alaine könyvét. Nem siettem, de annyira lélegzetelállító volt a történet, hogy nem tudtam lassabban olvasni.

Próbáltam az Interneten is felkutatni tanulmányokat, melyek talán segítenének nekem is abban, hogy ne csak ösztönösen tegyem, amit teszek.

A könyvek és a tanulmányok átolvasása után hiányérzetem megmaradt. Nem sikerült benne megtalálnom a választ saját kételyeimre. Hogyan készítsük fel gyermekeinket a halál kezelésére? Ne kétségbeesve, hanem az élet természetes velejárójaként próbálják elfogadni. Ne essenek kétségbe, a gyász feldolgozása után ne maradjon bennük düh, fájdalom, félelem, szorongás. Saját halálukat ne rettegve várják, s megbékélés lehessen lelükben, amikor ez mégis bekövetkezik.

*„...Nem azt akarom mondani, hogy szeretni kell a halált;  
az életet kell olyan egyértelműen, számítások és válogatás  
nélkül szeretni, hogy ez a szeretet természetesen,  
az élet részeként foglalja magába a halál szeretetét is,  
a halálét, mely az élet másik oldala”*

Rilke

Amit én nagyon fontosnak tartok, ne maradjanak „elvarratlan szálak”. Mindent tudjunk megbeszélni. Számomra nagyon fontos előre megbeszélni gyermekeimmal a jövőt, amikor már esetleg nem lehetek velük. Elmondom hogyan segítenék, miket mondanék, ha velük lehetnék. Talán az adott pillanatban vissza fognak csengeni szavaim, s ezzel ha fizikailag nem is, de lélekben velük maradhatok örökké.

*„Lásd, örülnék, ha megvernél még egyszer!  
Boldoggá tenne most, mert visszavágnék:  
haszontalan vagy! Nem lenni igyekszel  
s mindent elrontsz, te árnyék! (...)  
Cigány vagy! Amit adtál hízelegve,  
mind visszaloptad az utolsó órán!  
A gyereknek kél káromkodni kedve –  
nem hallod, mama? Szólj rám!”*

József Attila: *Kései sirató részlet*