

Losonczy Ágnes bevezetője, a „Szociális munkások a Hospice-ban” c. konferencián.
Megjelent „Kharon” *Thanatológiai Szemle* IV. évf. 3. szám. 2000./ nyár

Tisztelettel és szeretettel köszöntöm Önöket. Tisztelet azoknak, akik az élet utolsó szakaszában, a halál felé vezető úton segítő-kísérői az embereknek. Szeretet kell az erőhöz, amellyel képesek támogatni azokat, akik nehéz szociális helyzetét végzetes betegséggel súlyosbított éleztárást terheli. A hospice szociális munkására kettős teher cipelésének könnyebbítése hárul, az is feladata, hogy betegét a „társadalmi gödörből” segítse kiemelkedni, - ha kikerülni már nem is tud belőle, - valamennyire ott is segít, hogy legalább enyhítse a létfenntartás gondjait, de feladata az is, hogy fájdalommal és kínlórással teli napjaiban-hónapjaiban támogassa, hogy elviselhető módon élhessen még.

Mit lehet ilyenkor tenni? — Sokat.

Mi nehezíti még a szociális munkás helyzetét? Túl a nyomoron, a pénzügyi nehézségeken, az egészségügy bajain és a betegségen. Ez pedig a **modern ember és a halál viszonya**.

A modern társadalmakban kiesett az élet kultúrájából a halál. A halál kultusza, ahogyan az élet kultusza is - elkorcsosult. Félelem, hazugság, elhárítás és ismeretlentől való rettegés övezi. Hiányzik az a tudat, hogy a halál az élet szerves része. Hiányzik a gondolkodásból, nincs benne a szocializációs folyamatban, nem tartozik a teljes életről alkotott világképhez. A mindennapi rítusokból éppenúgy kimaradt, mint a nagy életfordulók megélt tartalmából. A gyökerek a halál kérdésénél mélyebbre vezetnek: ahol nincs életkultusz, ott hiányzik a halál kultusza is. A halál pedig az egyik legfontosabb életkérdés, - hogy paradoxonnal kezdjek. Akinek „betelt az ideje”, egyedül kell szembenéznie az élet végső nagy fordulataival. Nem áll mögötte a társadalmi, közösségi támaszt adó kultúra.

Ebbe a magányos küzdelembe lép be a hospice szociális munkása. A halál körüli űrt a szociális munkás egyedül aligha tudja kitölteni, hiszen ez a hiány a társadalom egészének kulturális „hendikep”- jéből, csökevényesedéséből és a humánium eltorzulásaiból származik. Viszont képes lehet olyan ”fogódzkodókat” adni, amibe a beteg belekapaszkodhat.

Hogy miért tolja el a modern ember magától a halált? - sok válasz adható. Csak néhányat ezek közül. József Attila mondja, hogy az ember „az életet a halálra ráadásul kapja” - merthogy ő ezt tudta. Nálunk viszont többször idézik a görög bölcseseket, hogy „ahol én vagyok ott nincs halál, ahol a halál van, ott nem vagyok én”. Vagy a modernebbek Wittgensteint: hogy „a halál nem tartozik az élet tényei közé”.

A csökevényes viszony a halálhoz a sikerekből és a sikertelenségből ered, hogy győzelmet aratott a tudomány és a technika a halál felett- de győzni mégse tud.

Azt is gondolhatja a modern tudományra joggal hiú/büszke ember, hogy úton van a halál legyőzése felé. Hiszen száz év alatt megduplázta az életkort, ami a tudomány vívmányainak és az anyagi jólét emelkedésének együttes eredményeiből született. A harmincöt százalékos csecsemőhalált hat ezrelékre szorította le. Megszüntette a nagy járványokat. A klinikai halálból

technikai bravúrokkal újjá éleszti az embereket. A beteg szerveket az élőkbe eltávolítja. Halottak szerveit az élőkbe ülteti. Meghosszabbítja a haldokló útját, életben tartja a halálra érett embert. Visszatartja a halált.

A valódi sikerek és az igazi diadalok a halál idejéhez képest mégiscsak kis időt és kis teret nyerhetnek. Részleges eredmények. Az orvosi tudomány minden bravúrja sem győzheti le a halált, be kell érni azokkal a hatalmas eredményekkel, ha csökkenti a fájdalmat, ha növeli az élet terét, hosszát és idejét. Viszont a halál ellenség lesz ebben a küzdelemben, és ha bekövetkezik, az orvosi és tudományos kudarcnak minősül. Nem pedig a természet menete, az élet velejáró zárata. A modern ember általános gögjét táplálják a valódi sikerek, de a gög elfedi az erősödő félelmet, hogy mégsem sikerülhet mindig, minden.

Amikor az ember elhárítja a halál tudatát, kudarcnak éli meg ha az legyőzi, és elhallgatással megerősíti elkerülhetetlen jelenlétét, ezzel nevel, így szocializál: a halál tabu, amiről nem beszélünk. Az ember ma nincs felkészülve és felkészítve a halálra, se a magáéra, se a másokéra. Nincs halál kultusza, nincs hozzá érzelme, ereje és sokszor bátorsága sem. A halál tabu és kudarc, szinte szégyen.

A kudarcot szégyelli - mint más esetben is a minden áron sikerre szocializált kultúra - ezért el kell rejteni. A fejlett ipari országokban, - ahogy nálunk is, - nem otthon fejezik be életüket az emberek. 70-80 százalékuk kórházban hal meg. Nincs benne az életben a halál. Kirekesztik a mindennapi környezetből és a tudatból is a haldoklót és a halált. Átadják az egészségügyi intézményeknek, ott késleltetik és megoldják amit tudnak. Gépiesített „egyenhalál”, kirekesztés az élők közül, evakuálás, rejtkehely. Nincs recept, nincs minta a méltó meghalásra. Elhárítják, mintha nem is lenne. Nem a „mi ügyünk.” Szakügy. „Mi mindent megtettünk” - ha kórházba juttatták a haldoklót.

Ha hiba és kudarc a halál, akkor védekező, elhárító habitust alakít ki a túlélő a haldokló ágyánál. Ez a magatartás a megoldatlan emberi viszonyokat súlyosbítja, a jóvátehető hibákat, bűnöket feldolgozhatatlanná tesz. Emiatt válik majd sokkal nehezebbé a gyász és gyakran gyógyíthatatlanná az önvád.

Most a fő áramlat néhány jellemző vonásáról volt szó, sok egyedi és többféle kulturális eltérés is adódhat: él még a természetközeli felfogás, erős hitek és hiedelmek is segítik az embert, ahogyan elindult a vissza-emberiesítése a nagy életfordulatoknak, - a születésnek és a halálnak is. Ahogy van teljes élet és emberi halál. Ahogyan a kórházakban is vannak technikán túli emberi felelősséget emberségesen teljesítő orvosok és ápolók, és amiért és ahogyan a hospice mozgalom létrejött.

Hogy volt-e másképp? Lehet-e másképp? - Rövid visszapillantás.

Eleink haláltapasztalata, következésképpen elviselő képessége más volt. A halál is az élet része volt, ahogyan az élet egésze a közösség szeme előtt játszódott. A családban - a nagy együtt élő rokonsági háztartásokban - mindig valahol valaki született, és valahol valaki meghalt. A halál elvitte az öregeket, de elvitte az újszülötteket is, még a múlt században is a csecsemők-gyermekek

egyharmadát, a fiatal asszonyok ötven százalékát a szülés és a gyermekágy, a fiatal férfiakat a háború. Nagy pusztító járványok, rabló háborúk tették állandóan jelenlévővé a halált. Nem került távol, nem különítették el az élőtől azt, aki útja végére ért. A haldoklás mindenki előtt történt, egymás szeme láttára. Nyilvánosan és mindenkitől búcsúzhattak. ha tudták, hogy eljött az ideje. Megszokott volt és rítusa volt mindennek. A haldokló nincs egyedül, sohase csak őt éri a halál, ott a közösség, amelyik tudja a dolgát és teszi - úgy ahogyan a korszak tradíciói diktálják.

Másik különbség: közelebb volt a természet. Jobban benne élt az ember. A természet „tudja” a születés, - elmúlás, - újra születés ciklusait, a halálra való születést, az igazi, örök körforgást. Ezt tanítja a természet, az élet egységének ilyen szemlélete a természettel való bensőséges együttéléséből fakadt.

A transzcendens hitek azt építették az emberbe, hogy nem egyetlen élet láncol egyszer és mindenkorra a földhöz, hanem az ember is a kozmikus egység, az univerzum része, akinek ha érdemei szerint élt, isteni öröklét is juthat. A transzcendens tudás számára, a halál küszöb, amin át kell lépni az örök élet felé. A keleti vallások mítoszaiban az élet és a halál teljes egységet alkot, kiegészítik egymást. Örök körforgás, amíg elérheti a végső teljességet. A halál örömnép is, egyesülés az ősökkel, az univerzummal, a fényvel. Ha kiérdemelte, beérkezés az örök boldogság birodalmába.

Amit elvesztett az ember. Ahogy kiszakadt az ember a természetből, nem érzékeli az örök körforgás vigaszát. Ahogy kiszakadt a közösségből, megtört a generációk egymásra épülő láncolata, nem építhet az elei tapasztalatára. Individualizálódott az élete, egy életet él, egy életet zár.

Kiszakadt az univerzumból, a földhöz, röghöz, saját zárt életéhez kötött. Kiszakad az idő nagy folyamatából, saját egyedi, időben zárt rövid élete adatott, s a szűk idő örömhajszát diktál.

A mítosz-vesztés, a transzcendencia hiányában kevesen tudják áthidalni az élet és a halál közti szakadékot. Nem segít a kultúra, nincs más út csak a jelen, nincs más valóság csak ami megfogható, amit megragadható és birtokolható. Az élet kultusza földhöz tapadt. Mához kötött. Egyéni életre szabott. Élvezetre épített, anyagelvű és racionális. Töredékes, fragmentált. Szakmára bontott, technicizált, - ha a vágy és az akarat ezek ellentétére törekednek is.

Nyugati kultúrkörökben mára már megszűnt az élet-halál természetes folyamata. Ellentét alakult ki az élet és a halál között. A halál legyőzetés, az élet maga a győzelem. Az életen kívül nincs más, ami fontos lenne és nincs bizalom abban, hogy valamiben folytatódhat, ami nem evilági lét és itt történik. Végtelenül fontossá válik az individuum önmaga számára.

A huszadik század uralkodó kultúrája mindent eltávolít magától, ami sikertelen, ami kudarcos, ami öreg, ami csúnya, ami szenvedést okoz, amin töprengeni kell. Csak a diktált szépség és az ifjúság, a siker, a tempó, a pénz, a hatalom, a gyorsaság, a fényben, hírben ragyogás a mérce. Ami öreg, beteg, ami szegényes, fájdalmat okoz, ami zavarja hedonizmusában, ami rosszra, kudarcra, fájdalomra, csúnyára emlékezteti, azt el kell háritani, el kell tüntetni, le kell tagadni.

Miközben annyira fontossá válik kinek-kinek önmaga, saját élete, szűk ideje, mégis különböző hatalmakat emel teste-lelke fölé. Másra testálja az élete feletti döntést, másnak adja át

testét kezelésre, lelkét vigaszra, más dönt a halála fölött. Intézmények növekednek az ember fölé, szakmává válik életének hossza, utolsó életszakaszának tartalma és tartama is. Az éppen adott véletlen adja „más” kezébe az élete és halála feletti hatalmat.

Magára marad a betegséggel, az intézményesített gyógyítással, a segítségül adott technikával a rációval, ami mögött ott a félelem, a kudarc érzés, amikor súlyossá válik betegsége és amikor el kell indulnia az végső útra.

Ha valaki minden szenvedést elutasít, a kudarcot nem viseli el, ha csupán a mához és a mai örömhöz, élvezetekhez kötődik, ha elveszti a világot tágassá tevő szellemi képességeit, ha csak racionalizál, szakmákba zár, technicizál, ha eltávolítja és elfelejti mítoszait, és félelmében óriási zajt csap, túlharsogja tudatalatti félelmeit, túlrohanja, elfojtja, letagadja - életét éppúgy elkorcsosítja, mint halálát.

A tudomány, civilizáció, tempó fantasztikus eredményei mellett ez az élet másról szól, mint a teljes életről. Ezzel a „kultusszal” nehéz eljutni a megbékéléssel nehezen kivívott halálig. A modern világ hozott-kapott nyereségeit viszont senki sem hajlandó feladni. Visszahozhatatlan a modern tudás előtti élet, a folyamatokat megállítani nem lehet. Viszont korrigálni, másképen hozzákezdeni - igen.

A hiányok már kifejezettek, tudatosak és tudottak. A bezárkózás oldódik, a góg mintha lanyhulna, a pluralitás itt is érvényesül. Nem lehetnek illúzióink. Lehet-e visszafelé lépve visszahódítani elveszett területeket? Keresheti-e a töredék az egészet? A nagy mítoszok hiánya pótolható? Lehet-e fragmentumokból teljességet hiteltelenül átvenni? Nem lehet, csak hazugságokkal és ámitással, de lehet újonnan megépíteni az utat, esetileg, egyedileg, ott helyben lehet segíteni a nagy hiányokon. Erről is szól ez a konferencia.

A halálhoz vezető út, ez szembesít valóban az élettel, a halál ma hiányzó kultusza szembesít az élet egészségének hiányzó kultuszával.

Az egyedi, eseti segítség tereimái. - Ahol közvetlenül lehet segíteni, tehermentesíteni.

A beteg ember, amikor tudatára jut bajának, élesebben szembesül az élet gondjaival, mert fogytán az ereje, fogytán az ideje, miközben erősödik az a tudat benne, hogy el kell mennie, pedig még sok a tennivalója.

Különösen terhelheti a fizikai leromlás, a fájdalommal való küzdelem, és azok az energiák amelyeket erre a feladatra kell fordítani, más feladatokkal szemben. A fizikummal való küzdelem lelki feladattá válik, de a kézben tartani remélt lélek és test kicsúszik a kontroll alól.

Nem tudja mennyi ideje van és van-e még egyáltalán ideje? Az élet teendői kötik. A feladatai, az itt maradottak iránti érzés, a teljesíthetetlen kötelezettségek vagy előtte lévő / hátralevő elrendeznivalók sora. Ránéheznek azok a terhek, amelyeket nem tud teljesíteni. A befejezetlen és befejezhetetlen feladatok. Az elvarratlan életszálak. Eluralkodik a tehetetlenség érzése, hogy nem tudja felvenni a harcot sem azzal, amivel korábban megbirkózott, sem azzal, ami új helyzetében fizikai és lelki romlásával még aránytalanabb feladatot ró rá, - ezért van, aki arra sem fordít energiát, arra sem, amire tudna.

Gyenge életkötöttségű embereknél, vagy ahol a személyiség veszi tartását, erejét, amikor az ember fölé kerekedik a betegség és a betegség felemészti a beteg személyiségét és az élet központjává válik, akkor abban segíthet a segítő, hogy megtarthassa a lelki épséghez szükséges arányt, hogy „kilásson” abból, ami elborítja teljesen a horizontját

A pszichikai tehertétel növekszik, akkor, ha tudja, hogy meg kell halni, miközben nem tud, vagy nem hagyják hogy ezzel szembenézzon.

Különösen, ha nyomaszthatják a rossz lépések, élete tévedései. Nagy erővel kerekednek a mindennapok fölé azok a tenni vagy megoldani való dolgok, amelyeket még egészséges életében összehozott, amelyeket akkor sem tudott megoldani, de mindig volt remény, hogy majd idővel megoldja. Ameddig élet van, addig remény is van, amikor az életből se sok marad, a reményből is egyre kevesebb. Mihez kezdhet betegen, elmenőben, magára maradva ?

Előtérbe léphetnek vélt vagy valós bűnök, a büntudat, a vélt vagy valós bűnök miatti vádak. A beteget magát és környezetét is gyötörheti valamilyen büntudat. Az élet-halál határán különösen erősen kerülnek előtérbe a saját vétkek, bűnök, de mások vétkei, hibáztatása. A kívülről jött szakember ebben is jobb áttekintéssel rendelkezhet és segíthet helyre tenni a sokszor másról szóló szövevényes viszonyokat.

A környezet. A viszonyok, kapcsolatok, kommunikációk megváltozásában, azok feldolgozásában adhat segítséget a szociális munkás. A környezettel kialakult kapcsolataiban, sőt emberi viszonyainak átgondolásában és kezelésében is. Egy betegség esetében menthetetlenül megváltoznak a kapcsolatok. Új konfliktusok születhetnek, régi konfliktusok óriásivá dagadhatnak, vagy éppen eljelentéktelenedhetnek.

A végső úton lévő beteggel nem mindig tud a környezete megfelelően „viselkedni”. Sok hazugságot és különféle menekülési stratégiákat kell megélnie. A társadalmi halál sokszor megelőzi a fizikai halált. A beteget elhagyja a környezete, - nem a fizikai értelemben, - bár az is megtörténik, - hanem magára hagyják a halállal, eltagadják a veszélyt, kivonulnak küzdelmeiből. Nem tudnak a beteggel *együtt* szembenézni azzal, ami bekövetkezik. A hozzátartozók, barátok sokszor menekülnek hazugságba, távolságba, közömbösségbe, a félelem elfojtásába, elhallgatják aggodalmaikat, érzéseiket. Itt hiányzik az a kultúra, amelyik hazugság nélkül tud a halálos beteg mellé állni, tartalmat adni az együttlétnek és még jövőt is a maradék életnek.

A szociális munkásnak, sokszor kell családgondozással kiegészíteni a hospiceban végzett munkáját. A környezet viselkedésében két véglet lehet: az egyik, hogy a beteget nem „engedik el”, a másik, hogy korábban feladják, mint ahogy elmenne. Hogy mikor kell/lehet tartóztatni is és mikor kell/lehet el is engedni. Tartóztatni amíg az ad erőt és elengedni, amikor az itt-tartás már csak kín és keserv a betegnek.

A szociális munkás segíthet **az élet áttekintésében**. A viszonyok elrendezésében. A gondok elrendezésében. Hogy mi az amit még meg lehet tenni, meg lehet oldani, amivel még szembesülni lehet, és mi az amit már nem szabad, mert nem lehet csökkenő apadó energiából arra erőt fordítani

„Életzáró mérleg” Visszatekintés az életre, ismert terápiás segítő módszer a „life review therapy”, úgy tekint vissza, hogy közben előre néz arra, ami bekövetkezik.

Segítség az, ha a szociális munkás beteget önmagával és az életével megkísérli megbékíteni. A haldokló az életéhez már sokat hozzátenni, vagy azon változtatni nem tud, de arra módja van, hogy áttekintse és elfogadja. Hogy el tudja helyezni magát az élet folyamatában. Megtalálja, ami a múltból idáig vezette, megtalálja az egységet a világgal, a többiekkel, a követőkkel, az utódokkal. Segíteni kell az elmenőnek elrendezni az evilági terheket. Ahol tudja megteheti, hogy a megoldást felmutatja, vagy azt, aki, ami megoldja, azt megmutatja .

Megnyithatja az én zártságát, vagy a kóros bezárkózást a világ felé, de nyithat a természet és a szellemi világ felé. Segítheti úgy a búcsúhoz, hogy a lezárás ne legyen görcsös, nagyon fájdalmas. Oldani a halálra-hagyottság menthetetlen magányát. Tudni, hogy nincs egyedül, de ahová tart oda sokan megérkeztek.

Nehéz csatába száll be a szociális munkás. A legnagyobb emberi küzdelem támogatásába. A kettős teher, - amelyről a bevezetőben beszéltem, - a betegség, az elhagyottság, a létfeltételek szűkössége, gondjai. Ezen közben könnyíteni próbál szociális helyzetén, enyhíteni a végzetes betegségében. Mindezt olyan társadalmi életkörben teszi, ami a halállal nem tud mit kezdeni, azt se megérteni, se elviselni nem tudja. De a kettősség az ellentmondások együttesében is ott van. Sok életkérdést meg kell oldani, bármennyire abszurdan hangzik, ehhez kell a remény is. Amíg él, addig az életről van szó, amihez erőt kell adni, élni kell segíteni. Mivel a halálra kell készülni, amit megint csak az életben lehet megtenni, ezért vissza kell térni az élethez, amiben a saját étellel megbékélni, a többiekkel, másokkal a viszonyokat elrendezni, ez vezethet a méltó elmenetelhez. A remény és reménytelenség együttesében, egyben kettősségében a megbékéléshez is a küzdelem vezet.

Lehet túlságosan egy oldalról, a megoldható teendők sürgetéséből adtam elő gondolataimat. Inkább a sok helyen tapasztalt hiány, mint a kevés helyen megismert kiegyensúlyozottság oldaláról. Pedig, sokan tudnak elbúcsúzni az élettől, sokan veszik az utolsó fordulatot természetesen, bölcsen, szépségesen emberi módon

„Megérett a halálra” - mondták falusi rokonaim a hanyatló öregapára. Van, ahol a hit válaszol, másutt a teljesen élt élet. Felelős élet viheti az embert a kiegyensúlyozott felelős búcsúhoz.

Ilyen volt a nagyszerű ember, író, szociográfus Csalogh Zsolt, aki 1997. július 18-án tüdőrákban halt meg. Megküzdött az életéért és a haláláért. Gyászjelentését ő maga fogalmazta meg:

„Halálom esetén azt szeretném, ha az értesítő szövegében benne lenne (esetleg utalva arra, hogy kívánságomra):

életével elégedetten, a túlvilági lét káprázata nélkül,

békében, derűs lélekkel halt meg,

Még volt ereje, hogy szeretteire, barátaira, kedves ismerőseire egyenként is szeretettel gondoljon”.