



Albrecht úr, Ön lelkész, és egy bő éve a berlini Lazarus Hospice lelkigondozója. Különleges lelkigondozás ez, amelynek Ön sajátos irányultságot ad: Olyan emberekhez, akik tudják, hogy meg kell halniuk, Ön lelkigondozóként közel akar lenni. Hogyan sikerül ez Önnek?

Én elkísérem az embereket életük végén. Ez már valami különös dolog a lelkigondozásban. Nekünk itt az a fontos, hogy a végső jó életminőséget tegyünk lehetővé vendégeink számára. Eközben igencsak közel kerülünk egymáshoz. Gyakran még tisztáznunk kell fontos élettémákat vagy fel kell dolgoznunk bizonyos problémákat, hogy az illető el tudja engedni őket. Ebben próbálok segíteni, és egyszerűen jelen lenni számukra. Így idővel nagy bizalmasság alakul ki.

De hát a lelkigondozó és a búcsúzó ember először idegenként találkozik egymással. Ön hogyan hozza létre ezt a közelséget és bizalmasságot?

Fontos, hogy egyáltalán létrejöhön a kapcsolat. Bemegyek a terembe, ahol a vendégünk – mi a hospice-ban nem páciensekről beszélünk – élete utolsó szakaszában lakik, és akkor egyszerűen ott vagyok. Ebből a szempontból semmi szerepe sincs annak, hogy az illetőnek van-e valami köze az egyházhoz és a lelkigondozáshoz. Azt a kérdést, hogy szeretnének-e lelkészt látni, talán „nem”-mel válaszolnák meg. De ha emberként megyek be a terembe, és bemutatkozom, akkor hamar létrejön egy olyan kapcsolat, amely mögött háttérbe szorul a „hivatalom”. És ebből aztán fokról-fokra kinő a közelség és a bizalmasság is. Ez olykor egészen gyorsan lezajlik. A látogatásokkor azt is mondom: „Ön kidobhat engem, ha rosszkor jöttem.” A kölcsönös bizalomhoz hozzátartozik, hogy az ember el is utasíthat valakit, ha viszonylag biztos, hogy a látogató –

és így a lelkigondozó is – ezt nem veszi zokon.

A hospice egyes vendégei annyira súlyos betegek, hogy már nem lehet létrehozni a kommunikációt. Hogyan hozza létre ennek ellenére a közelséget és a bizalmas érintkezést?

Vannak olyan orvosok, akik azt mondják: Ezt a férfit vagy nőt már nem lehet megszólítani. Én azt mondom: Ezt a kifejezést tulajdonképpen teljesen törölni kellene az orvosi szóhasználatból. Utolsó lélegzetvételünkig megszólíthatók vagyunk! A hallás és a bőrkontaktus észlelése szűnik meg utoljára. Amikor valaki már nem képes a megszokott módon reagálni, akkor azt mondom a betegágyánál, hogy itt vagyok, és meg is érintem őt. Természetesen óvatosan, és ezt előre jelezve, nehogy megijedjen a beteg. A közelség létrehozásának nagyon egyszerű módja az is, hogy valakivel együtt lélegzünk. Azt mondom, hogy én most vele együtt lélegzem, tehát ugyanabban a ritmusban. Aztán megérintem a csuklóját, és enyhén nyomással átviszem a mindenkori lélegzési ritmust. Korábban egy intenzív osztályon dolgoztam, és megtapasztaltam, hogy gyakran körülbelül húsz perc múltán jön mozgásba valami – s olykor csak a monitoron láthatóan: leesik a vérnyomás vagy megváltozik a pulzus sűrűsége, és akkor tudom, hogy megérkeztem: az illető észreveszi, hogy törődnek vele, érzi, hogy elkísérik. A kómában lévő betegekkel végzett munkában ismerős dolog, hogy a betegek az effajta közelség alapján képesek tájékozódni és dönteni, olykor még vissza is térnek az életbe. Másoknak sikerül mindent elengedniük, és meghalnak.

A súlyos beteg páciensek hozzátartozói többnyire nagyon aggódnak, és szeretnék tudni, hogyan alakul haldokló hozzátartozójuk sorsa. Ön hogyan kezeli az ilyen helyzeteket?

Korábban inkább azt mondták: A súlyos beteget vagy haldoklót érintő beszélgetéseket nem az illető ágyánál kell lefolytatni, mert ez nagy megterhelés lehet számára. De vajon mit éreznek a haldoklók, amikor észreveszik, hogy mindenki elhagyja a termet, hogy aztán nyíltan beszélhessenek? Jobb lehet, ha bevonják a beszélgetésbe az érintettet, még akkor is, ha az már nem tud aktívan részt venni benne. Érezzék úgy: „rólam van szó, és én benne vagyok a dologban”.

Lelkigondozóként Ön kapcsolatban áll az orvosokkal is. Ők tulajdonképpen mit várnak a lelkigondozástól?

Itteni, a hospice-ban végzett munkám előtt egy kórházban dolgoztam, és akkor gyakran hallottam azt az elvárást, hogy a lelkigondozóknak mindenekelőtt vigaszt kellene nyújtaniuk. Lehetséges ez? Az én koncepcióm inkább az, hogy „melléállni”, valaki mellett állni, egyszerűen ott lenni. Közel lenni hozzá, és azt keresni, amire a másíknak éppen szüksége van. Lelkigondozás nem csupán ott történik, ahol együtt imádkoznak. Természetesen olykor az is hozzátartozik, hogy imádkozom a beteggel, fölolvassok egy zsoltárt, eléneklek egy ismerős éneket. De a lelkigondozásnak az a dolga, hogy segítsen a betegnek tisztába jönni a helyzetével, és ebben egy lépést előrelépni, vagy olykor az is, hogy együtt bírjuk ki a reménytelenséget. Én bízom abban, hogy jelenlétem által a Nagyobb, az Isteni is jelen van.

A közelség akkor is fontos volt Önnek a lelkigondozásban, amikor még gyülekezeti lelkész volt Brandenburgban, húsz évig. Olykor befogadott hajléktalanokat.

A hajléktalanok mindig éjszakaihadtak nálunk. Minden szempontból nyitott volt a parókiánk. Mindenki eljöhett, és beszélhetett a gondjairól, problémáiról. Nehézséget jelent, hogy a tudományosan

* A hospice [hoszpisz] szó jelentése: súlyos betegeknek ellátást és gyógykezelést is nyújtó idősotthon. Ld. még a Wikipédia megfelelő szócikkét: <https://hu.wikipedia.org/wiki/Hospice>.

meghatározott teológiai tanulmányokban nincs sok hely a kommunikációs képességek és a kapcsolat-teremtő képességek kialakítására. Ezért azt gondolom, hogy minden kollégának, minden kollégának lelkipozíciójában is részélnie kellene, mert ott sok mindent meg lehet tanulni, ami fontos az emberekkel való találkozás szempontjából. De ahhoz, hogy ebbe belemenjen valaki, szükség van egy kis bátorságra is. A lelkipozíció-képzésnek ugyanis sok köze van az önmagunkkal való találkozáshoz és az önmagunkról szerzett tapasztalatokhoz. Tehát azt is meg kell kérdezni: Milyen az önképem, milyenek élnek meg engem a többiek, milyen lényegi eltérések vannak, hogyan lehetek nyitott az emberekre és az ő teljesen egyéni, más útjaikra? Ha egyházként valóban el akarjuk érni és el akarjuk kísérni az embereket, akkor fontos, hogy a lelkipozíció különös hangsúlyt kapjon. Valaki egyszer azt mondta, hogy a lelkipozíció az egyház anyanyelve. Az én tapasztalatom szerint minden embernek – itt a hospice-ban is – van sejtelve arról, ami nagyobb nálunk, és e tapasztalatokhoz kapcsolódni gyógyító erejű. Számomra fontos, hogy ennek érdekében lelkipozícióként megtaláljam a nyelvet vagy megnyissam a szükséges tereket. Ez még a közös hallgatással is lehetséges.

Ön lelkipozícióként pszichiátrián is dolgozott néhány évet. Ott olyan emberekkel találkozott, akik mindenekelőtt lelkiileg voltak betegek. Hozzájuk is közel akart lenni. Ott hogyan tudta létrehozni a bizalmasságot?

Emlékszem egy asszonyra, aki hosszú ideig a zárt osztályon volt, a lehető legmélyebb depresszióval, és

nagyon félt attól, hogy teljesen elszegényedik, és a híd alatt fog kikötni. Hosszasan beszéltem vele az életéről. Amikor aztán egyszer megint nagyon kétségbeesett volt, elmeséltem neki, ki ő még most is, túl a pillanatnyi tapasztalatán. Ez jót tett neki, és valamikor később így szólt hozzám: „Amikor én már nem tudtam hinni magamban, Ön hitt bennem.” És azt mondta, hogy ez fontos segítség volt számára abban, hogy ismét egészségesse váljék. Ez is lelkipozíció. Az asszonyt kiengehdették, és megnőtt az a képesség, hogy bánni tudjon betegségével. Akkoriban szerveztem egy utat Taizébe, ő is részt vett rajta, utána pedig gyökeret vert az egyik gyülekezetben.

Lelkipozícióként Ön olykor szokatlan utakon járt, egy ideig az utcán is élt, osztozott a hajléktalanok életvalóságában, és pontosan úgy, mint azok, koldult. Idővel itt is kialakult a közelség, a bizalmasság, a szolidaritás?

Igen, természetesen. Két hónapig úton voltam Németországban és Franciaországban. Fedél nélkül, pénztárca nélkül, hitelkártya nélkül. Szájharmonikán játszottam, és koldulással biztosítottam a megélhetésemet. Sok meglepő találkozásom volt ebben az időszakban, nagy bizalmat tapasztaltam olyan emberek részéről, akik nem tudták, ki vagyok különben. Igen, létrejött bizonyos közelség. Az otthontalanok némelyike rám bízta személyes élettörténetét. Ez az utcán töltött idő vezetett oda, hogy még ma is más szemmel nézem a hajléktalanokat. Ha lehetséges, kapcsolatba lépek velük, még ha csak annyira is, hogy köszönök nekik. Már nem fordítom el a tekintetemet. Valamiképpen még mindig a „kollégáim”.

A közelség révén az emberekhez kötődőnek érzi magát, függetlenül attól, hogy azok honnan jönnek?

Igen. Úgy gondolom, hogy a közelség a lelki gyengédség egyik fajtája. Gyengédség mindig akkor lehetséges, ha valakit jól ismerek, ha bizalmat ébreszték. Ennek nem kell mindig közvetlen érintkezést jelentenie. Egy idős asszonyra gondolok, aki itt, a hospice-ban halt meg; tanügyi tanácsos volt, nem ment férjhez, nevelt fia érdekében egész életében lemondott a férfikapcsolatról. Egyik látogatásomkor – egy ideje már ismertük egymást – az

arcába néztem, megérintett ennek az idős arcnak a szépsége, és így szól- tam hozzá: „Ön igen szép asszony.” Könnyek szöktek a szemébe, és azt mondta: „Ezt még soha senki nem mondta nekem.” Azt hiszem, csodálatos tapasztalat volt számára, hogy egyszer az életben valaki ezt mondta neki. Ha azután ismét felkerestem szobájában ezt az asszonyt, mindig jelen volt a térben a gyengédség. Gyakran megélem az ápolók körében is, hogy átugrik egy szikra. Ráadásul az ápolás sok közvetlen érintkezést is jelent. Ez nagy óvatosságot kíván meg, és egyúttal tiszteletet. Úgy vélem, ilyenkor a közelség és a távolság egyensúlyába olykor még olyan szeretet is vegyül, amelyet valaki addig még soha nem élt meg. És időnkint mindenkinek vannak olyan vendégei, akikhez különösen vonzódik. Ilyenkor nagyon sok gyengédség alakul ki.

De Ön azt is mondja, hogy az érintések nem mindig célszerűek.

Az érintés nagyon fontos lehet, de nem mindig helyénvaló. Vannak olyan emberek, akik sok túlkapást tapasztaltak életükben. Vagy a betegség azt eredményezi, hogy az illető fájdalmasan éli meg a könnyű érintést is. Természetesen ügyelek a reakciókra. Ha megérintem egy súlyos beteg kezét vagy vállát, és ő enyhén visszahököl, ez jelentheti azt, hogy nem akarja a közelségnek ezt a formáját, vagy legalábbis most nem. Eszembe jut egy másik asszony, aki tulajdonképpen igen tartózkodó volt, de akinek aztán egyszer megsimogattam és masszíroztam a lábát. Csodálatosnak találta. Itt ilyen indítékból keletkezett a közelség. Problémái voltak a lábával, és a masszázs ténylegesen ellazította.

Ön a lelkipozíciói munkáján kívül is gyengéd ember?

Úgy hiszem. Biztosan gyengéd férfi vagyok. Ez a lényegemhez tartozik. Talán van érzékem az iránt, vajon szüksége van-e valakinek közelségre és bizalmasságra, és akarja-e. Ahhoz, hogy az ember képes legyen gyengéd lenni, jó kapcsolatban kell lennie önmagával, és hitelesnek kell lennie. Akkor szabad hibáznia is, miközben másokhoz közeledik. Megbocsátják neki, ha a kapcsolat különben rendben van – s ez a lelkipozíciói munkában éppen úgy van, mint a személyes életben.

Monika Herrmann

Forrás: Publik-Forum Extra, 2019. január

