

HIC MORITURI VIVOS DOCENT

A haldoklók kísérése személyiségformáló élmény

Thuránszky István

Evangelikus Hittudományi Egyetem
doktorandusz
E-mail: istvanthuranszky1@gmail.com

DOI: 10.56037/978-963-380-281-6.28

Ahol élet van, ott halál is van. Ha az életnek van értelme, akkor a szenvedésnek és a halálnak is van értelme. A haláltól és különösen a meghalástól mindnyájan félünk. Ez a félelem életünk legegységibb tapasztalata. Élet és halál határán azonban olyan lelki megtapasztalásokban lehet része az embernek, amelyek bátorítanak, és a keresztény reménységet erősítik. A haldoklók halálos ágyon átélt víziói, valamint a haldoklók ápolása, kísérése közben szerzett lelki élmények nemcsak a halált illetően csökkentik a félelmet, hanem az élet bátor vállalására is indítanak: ébresztik bennünk a létbátorságot. Ezzel Jézus szava is egybecseng: „*Bízzatok, én vagyok, ne féljete!*” (Mk 6,50) Meglehet, hogy a haldoklók létbátorságra tanítanak!

Kulcsszavak: létbátorság / lelki élmény / halál / haldoklás / keresztény reménység

HIC MORITURI VIVOS DOCENT

Accompanying the Dying is a Transformative Experience

Where there is life, there is death. If life has meaning, then so does suffering and death. We all fear death and particularly the process of dying. This fear is the most elementary experience of our lives. On the border between life and death, however, one can have spiritual experiences that encourage and strengthen Christian hope. The visions of the dying on their deathbed and the spiritual experiences of caring for and accompanying the dying not only reduce the fear of death, but also inspire us to courageously face the challenges of life: they awaken in us the courage to be. This echoes Jesus' words: „Be of good cheer: it is I; be not afraid.” (Mark 6:50 KJV) Even the inevitable confrontation with death may teach us the courage to be.

Keywords: the courage to be / spiritual experience / death / dying / Christian hope

In memoriam Alekszej Anatoljevics Navalnij,
aki leckét adott a gyáván jólébe menekülő világnak
létbátorságból¹

Témafelvetés

Az orvoslás fejlődésében óriási szerepet játszott és manapság is elengedhetetlen a boncolás. Ezt fejezi ki a latin mondás: *mortui vivos docent*. A boncolástól függetlenül is mélyértelmű tanításnak látom azt a gondolatot, hogy a meghaltak tanítják az élőket, hiszen az előttünk élt és már régen elporladt nemzedékek élettapasztalatából, átadott tudásából gazdagodik és fejlődik a mindenkori emberi közösségek életismerete, világlátása. Ezt az ismert mondást ferdítettem el a választott címben, és ezzel dolgozatom legfőbb mondanivalóját szeretném kifejezni: a haldoklók tanítják az élőket. Mit tanulhatunk a haldoklóktól?²

Expozíció

A hétköznapokban, amikor nagyobb ijedtségek és „balesetek” nélkül terveink szerint folyik az életünk, kevésbé merülnek fel bennünk létkérdések, és nagyon ritkán élünk meg olyan spirituális határelményeket, amelyekről ebben a tanulmányban szó lesz. De az életünkben szükségszerűen előbb vagy utóbb bekövetkezik olyan változás, amely az addigi bejáratott, szinte magától is haladó életünket kizökkenti a megszokott kerékvágásból. Ezek azok a változások – mindenki tudja, mire gondolok: betegség, haláleset, súlyos baleset, válás, kíméletlen megaláztatás stb. –, amelyeknek során kicsúszik a kezünkől életünk irányítása. Már történnek velünk az események, a nálunk hatalmasabb fatális erők kirántják lábunk alól az addig biztos támasz érzetét keltő talajt, és magukkal ragadnak bennünket, gyakran a lét határáig. Ez a dolgozat azokkal a spontán spirituális élményekkel foglalkozik, amelyek élet és halál határhelyzetében lépnek fel leggyakrabban. A két legismertebb és mindenkit érintő ilyen esemény a haldoklás és a gyász. A halálnak ez a két aspektusa még „er-

¹ TILLICH 2000, 13. o. „A létbátorság az az etikai aktus, mely által az ember igent mond önmaga létére, létezése mindazon elemének dacára, melyek konfliktusban állnak lényegi önigenlésével.”

² Két könyv címében (és természetesen tartalmában) is megjelenik ez a gondolat: POLCZ Alaine: *A halál iskolája* (1989); PENNY SARTORI: *Úton a Fény felé – A halálközeli és életvégi élmények bölcsességei a teljesebb életért* (2015).

ről az oldalról” tekint a halálra. A lelkész egyik legsajátosabb feladata a haldoklók és gyászolók bátorítása, vigasztalása azzal a jó hírrel, amelyik túlmutat a földi életen: az evangéliummal. Ennek a sajátos lelkészi feladatnak nagy szakirodalma van,³ ám a haldoklásnak ebben a dolgozatban bemutatott, módszeresen vizsgált lelki élményeit annak ellenére sem említi az általam ismert szakirodalom, hogy bizonyítottan nagy vigasztaló hatásuk van. Erről lesz szó a következőkben.

A halál helye az életről kialakított képben

A meghalás és haldoklás az élet része.

„Épp azért, mert a halált az életben haljuk, a folytonos elengedésben és búcsúzásban [...], míg végül az élet végén, a halál torkába jutunk úgyis, ezért az egész életünk haldoklás, és az, amit halálnak nevezünk, tulajdonképpen csak a halál vége – és csak tőlünk függ, hogy az egész életen át tartó meghalásnak a halála a második halál lesz-e, vagy pedig a halál megöklése és az élet diadala.”⁴

Ahogy belépünk ebbe az életbe, és a belépés (születés) után még „keressük a helyünket” ebben a világban, éveken át szokunk bele az anyag börtönébe, a tér és idő foglyaiként lehúzó penzumba, úgy az életből való távozás, a meghalásra felkészítő betegségek és különösen a haldoklás hosszabb-rövidebb időszak a távozás-szabadulás előkészítése. És ahogyan a gyerekkor az intenzív tanulás időszaka, úgy a terminális szakaszba lépett betegség is a személyiségfejlődés, célfelismerés különleges lehetősége.⁵ Hitünk szerint nem a semmiből jöttünk és a semmibe tűnünk. Jézus Krisztus úgy távozott az anyag börtönéből, hogy biztatott bennünket: helyet készít nekünk, hogy ott legyünk, ahol ő van. A rá feltekintő latrot pedig így vizsgálta: „...*még ma velem leszel a Paradicsomban.*” Ezek a jézusi kijelentések hitünknek, világ- és emberképünknek *conditio sine qua non*jai: ha ezeket nem vesszük komolyan, nem vesszük igaznak, és nem ebben az igazságban keressük az életerőt, akkor Krisztust nem vesszük komolyan, és nem az ő megfellebbezhetetlen tanításán tájékozódunk.

Az a társadalmi környezet, amelyben már nagyapáink és apáink is felnőttek, a csak anyagot és energiát ismerő kauzalitás és a minden lelki folyamatot puszt-

³ A sok közül csak egyet említve: WINTER 1976.

⁴ RAHNER 1958, 76. o.

⁵ „Lebensfrische” in Todesnähe – Matthias Girke im Gespräch. *Thanatos TV*, <https://youtu.be/ScJmh-7Fvu0>. (Megtekintés: 2024. március 18.)

ta anyag- és energiaáramlásra visszavezetni akarás bővületében él. Az általános iskolától az egyetemi oktatásig, különösképpen pedig a természettudományban materialista-redukcionista, naturalista-evolucionalista nézet uralkodik. Így válik a tudat az agyműködés termékévé és a lelki jelenségek és morális döntések biokémiai folyamatok eredményévé. Egész iskolázottságunk ezen alapul, és még a felvilágosult hívó ember sem vonja kétségbe a materialista tudományosság állításait. Így válnak a tudományos állítások dogmákká, a „materialista tudomány” pszeudovallássá. Úgy látom, hogy ennek következtében gyakran mindaz a lelki-szellemi emberi tapasztalat, amely nem magyarázható a materialista tudomány alapján, ámtításnak, önbecsapásnak, tudománytalannak és így komolytalannak minősül. Ilyen obskúrus dolgokkal foglalkozni, azokat komolyan venni és elfogadni babonaságnak számít még egyházi berkekben is. A materialista tudományosság világában felnőve és ebbe beilleszkedve szívünk mélyén Hamlettel együtt mi is így érzünk: „Ó, meghalok, Horatio [...], a többi néma csend.”⁶

A halál már nem tabu

A társasági életben a halálról beszélni nem szokás. Nem jó az ördögöt a falra festeni – talán ez a hiedelem is közrejátszik ebben. Az elmúlt évtizedekben azonban a tudományos kutatás a halál felé fordult. Elisabeth Kübler-Ross óta,⁷ aki először folytatott tudományos igénnyel beszélgetéseket haldoklókkal, egyre nagyobb figyelmet szentelnek a haldoklás folyamatának, a haldokló élményeinek és érzéseinek. A hospice-intézmények számának növekedésével és a palliatív ellátás lehetőségének terjedésével az élet utolsó szakaszának fontossága egyre nyilvánvalóbbá válik. Kübler-Ross szerint nem értelmetlen szenvedést jelent egy halálos betegség terminális szakasza, hanem a lelki növekedés különleges alkalma.⁸

Sokan az életvégi, testileg és lelkileg is megsemmisítő és megalázó élményt inkább el akarják kerülni. El kell ismernünk, hogy nagy bátorság, létbátorság kell ahhoz, hogy az ember a biztos szenvedés és e világi elmúlás felé békeességgel és bizalommal tekintsen. Ezt a hősiességnek mondható bátorságot vélem felismerni Alekszej Navalnij hazatérésében – ez előtt tisztelgek írásom mottójában. Ugyanakkor vannak olyanok, akik öngyilkosságba menekülnek a szenvedés és a megalázó kiszolgáltatottság elől; mások Svájcba menekülnek, hogy az erre a célra kialakított intézményben az

⁶ Shakespeare: *Hamlet*, 5. felvonás 2. szín.

⁷ Pl. KÜBLER-ROSS 1975; 1988; 2010.

⁸ KÜBLER-ROSS 1975.

ott engedélyezett törvényes keretek között asszisztált, aktív eutanáziával fejezzék be az életüket. Az utóbbi években egyre több szó esik az evésről és ivásról önként lemondó, a meghalás folyamatát gyorsító lehetőségről, ami nem számít eutanáziának. A halálba segítés különböző módjairól szakmai körökben és népszerű közéleti rendezvényeken is folyik a vita. Az azonban egyhangúan képviselt véleménye az általam megismert, palliatív gondozással foglalkozó orvosoknak, hogy a haldoklás bátor megélése mind a haldokló, mind a kísérő családtagok számára felelő, az életet transzcendáló élménnyé válhat. Mindaz, amit az alábbiakban leírok, a szakirodalom részleges megismerése során szerzett tudásanyag. Személyes élményeim ezen a téren nincsenek, de látom és magamon is tapasztalom, hogy mások egzisztenciális élményeinek megismerése megerősítő, bátorító hatással van az én életemre is. A halálközeli élmény megannyi formáját átélők erről a bennük végbement nagy belső változásról tanúskodnak. Ateista emberek úgy érzik, hogy halálközeli élményük a túlvilág létéről győzi meg őket (például úgy fogalmazzák, hogy „Istennel találkoztam”⁹), és így „istentudó” emberekké válnak. Gyakori jelenség, hogy azok, akik egy keresztény felekezet keretein belül hívőként, a vallásos előírásokat követve éltek, a hitrendszer, az egyházi tanítások és dogmák kereteit szétfeszítő lelki élményük hatására kevésbé felekezethű, de mélyebb lelki életet élő, krisztusi erényekben megerősödött emberekké válnak. Ezeknek az élet és halál határán születő (határ)élményeknek nyilvánvalóan személyiségformáló hatásuk van. A szubjektív élmény mindig ellenőrizhetetlen marad, ám a személyiségnek azt követő megváltozása hitelesíti az elbeszélte élmény realitását. Csak utalok a feltámadott Jézussal találkozó tanítványok személyiségének megváltozására: az addig önmagukat féltő és a keresztre induló Jézust elhagyó (sőt megtagadó) tanítványok a későbbiekben mindnyájan vállalták a mártíriumot.

Halálközeli élménynek sokféle élmény minősül. A legismertebb ilyen tapasztalat a szívmegeállás vagy baleset következtében átélt élmény, de hasonló az is átélt már, akit csak fenyegetett az életveszély (zuhanás, autóbaleset), de az nem következett be. Néhányan beszámolnak arról, hogy gyermekkorukban erőszak áldozataiként¹⁰ a halálközeli élményhez hasonló testen kívüli élményt éltek át. Ide tartoznak a misztikusok élményei, meditációban megélt élmények is. Úgy tűnik, a hosszas haldoklásban átélt spontán élményekben a halálközeli élmények egyes részleteivel

⁹ FROSSARD 1991.

¹⁰ Die Gewalt, die mir angetan wurde, war mir plötzlich nicht mehr wichtig. Nina Herzberg im Gespräch. *Thanatos TV*, <https://youtu.be/bziCtocAV4M> (a 3. perctől); Nahtoderfahrungen eines Arztes. Dr Werner Ch. Nawrocki. *Insights into the Afterlife*, <https://youtu.be/AuSLrwwGSBo>. (Megtekintés: 2024. március 18.)

is találkozunk.¹¹ Ezen élmények túlnyomó többsége felemelő, bátorító, bizalom-erősítő hatással van az azokat átélőre, ezért az isteni szeretet megtapasztalásának¹² is nevezhetjük őket.

Ebben az írásban csak a hosszasan elhúzódó haldoklásban átélt élményekről írok. Ezeket a lelkészeknek akkor is ismerniük kell, ha maguk valamilyen okból fenntartással viseltetnek ezen élmények iránt. Van olyan orvosi vélemény, amely szerint ezek a kábító és fájdalomcsillapító gyógyszerek hatására jelentkező ködös tudatállapot víziói.¹³ Noha valóban léteznek ilyen víziók is, a lelki élmények ezektől abban különböznek, hogy mindig van biztató, személyiségformáló, féleleműző hatásuk. A lelkész gyakran kerül olyan helyzetbe, hogy ezekről az élményekről hall, vagy esetleg hatásukat másokon tapasztalja. Ismernie kell ezt a jelenséget, tudnia kell az ezzel kapcsolatban feltett kérdésekre válaszolni, és ismernie kell ezek jelentőségét a haldoklás folyamatában. Ezek a haldoklásban megjelenő spirituális élményekről szóló ismeretek Németországban már hozzátartoznak a palliatív orvosok képzéséhez¹⁴ – meggyőződésem szerint a lelkészképzés során is el kell hangozniuk.

A haldokló ápolása és a búcsúzás felemelő és személyiségformáló élménnyé válhat az ittmaradó számára is. Erre idézek két tanúságot. Sziebig Tímea az utolsó óráig ápolta édesanyját. Erről így ír:

„...nekem lehetőségem volt megtapasztalni, hogy a halál lehet – az eltávozót utolsó percéig kísérő számára – egyáltalán nem félelmetes esemény, hanem csodálatos kiteljesedés-élmény, gyönyörűbb bárminél, amit eddig itt a földi életben átéltem. [...] Azóta semmitől sem félek. [...] Bátorság volt veled végigmenni az utolsó pillanatig, és bátorság volt merni elengedni a kezedet, majd itt maradni egyedül. [...] Akkor, abban a pillanatban lettem elég bátor az élethez, amikor te átléptél oda, ahova mindannyian átlépünk egyszer, és engem ez a pillanat megszabadított az ezerarcú félelemtől. [...] Utolsó lehelete szárnyain lelke elhagyta drága testét, és ezzel a pillanattal engem az egészségélménybe emelt. Egyszerre voltam én, ő, az Isten és a Minden. Katartikus teljeségsélmény, gyönyörű és emelkedett, egyáltalán nem félelmetes. Szabad. Egy pillanatra leszállt a Földre a túlvilág...”¹⁵

¹¹ Was beim Sterben wirklich passiert. Peter Fenwick im Gespräch. *Thanatos TV*, <https://youtu.be/bqM92biu4ro> (16:40-től). (Megtekintés: 2024. március 18.)

¹² POPKES 2018.

¹³ Das Rätsel der Sterbebettvisionen. Dr Wilfried Kuhn in „Sterbeforschung aktuell“. *Thanatos TV*, <https://youtu.be/Lx6MF2vL4PU>. (Megtekintés: 2024. március 18.)

¹⁴ Nachtodkontakte – wenn Verstorbene sich melden. *InsideMind*, <https://youtu.be/=z1qA1EOJw-do&t=1479s> (24:39-től). (Megtekintés: 2024. március 18.)

¹⁵ SZIEBIG 2011, 12. o.

Harald Lesch asztrofizikus, természetfilozófus így beszél egyik legnagyobb lelki élményéről:

„Az elmúlt időszakban volt egy pillanat, azt gondoltam, hogy megbolondultam. Ez akkor történt, amikor a húgom meghalt. Két napig nem éreztem gyászt – teljesen euforikus hangulatban voltam. Olyan nagyszerű volt őt a haldoklásban kísérni, és látni, hogy a családtagokra milyen hatással volt, és látni azt, hogy milyen méltósággal lépett ki ebből a világból. Lenyűgöző volt. És csak ez után a 48 órás eufória után tudtam sírni. Ez valami misztikus élmény volt, szinte bántott, hogy össze kéne omoljak a gyász súlya alatt, mert épp most halt meg a kishúgom, és mégsem érzek gyászt. Csak valami nagy örömet éreztem, hogy átélhettem mellette a haldoklását. Mily csodálatos, Istenem, hogy ezzel a borzasztó betegséggel így tudott elmenni! És az a fura, hogy csak két nappal később törtem össze és tudtam sírni. A mai napig nem tudom, hogy mi volt velem azon a két napon, hogy milyen állapotban voltam. Csodálkoztam magamon, figyeltem magamat: Mit vettem be? A misztikusok, ha egy ilyen élményről akarnak beszélni, nem találnak rá szavakat. És akkor éreztem: most az élet lényegéhez egészen közel kerültél. A nálam három évvel fiatalabb húgom halála nagy csapás volt. És mégis így volt jó. Nem tudom másképp kifejezni: bármilyen bután is hangozzék, jó volt.”¹⁶

A továbbiakban hospice-orvosok tapasztalatai alapján ismertetem a halálos ágyon, illetve a haldoklók ápolásakor tapasztalható lelki vagy lelki üzenetként értelmezhető jelenségeket.

A haldoklást kísérő lelki jelenségek

Nem foglalkozom a haldoklást kísérő fizikai, élettani történésekkel. Olyan kutatások eredményeit ismertetem, amelyeket tudományos módszerekkel orvosok végeztek. Christopher Kerr neurobiológus vezető orvosa egy hospice-intézményhálózatnak a New York állambeli Buffalóban, ahol napi ezer beteget gondoznak. Tapasztalatairól a Thanatos TV-nek adott interjújában számol be.¹⁷ Kerr tíz éven át folytatott dokumentált (filmfelvételre rögzített) kutatást a haldoklók élményeiről. Közvetlenül őket kérdezte álmaikról, vízióikról, az utolsó napok tapasztalatairól. Ez alapján fogalmazta meg állításait, felismeréseit, amelyeket nyolc tanulmányban tett közzé. Csak olyanok élményei után kérdeztek, akik nem voltak demensek, akiknek kognitív

¹⁶ Harald Lesch über Glauben, Wissenschaft und sein Christ-Sein. *PromisGlauben*, https://youtu.be/Hy6fgoZ-f1A?si=c_aolxnFyVMH7PSs&t=2110 (35:10-tól). (Megtekintés: 2024. március 18.)

¹⁷ Die Träume der Sterbenden. Christoph Kerr im Gespräch. *Thanatos TV*, <https://youtu.be/hF1Ffy-HpQlc&t=3298s> (1:02:56-tól). (Megtekintés: 2024. március 18.)

képességei rendben voltak. A betegség terminális szakaszában változik a mentális státusz, gyakran vannak delíriumban, de egy-egy beteget hónapokig kísérttek és kérdeztek. Általában elmondható, hogy ezek az élmények nagyon valóságosak. Az átélők számára ezek igazi események, amelyeknek mélyre ható hatásuk van, nem mennek feledésbe. Leginkább az álomhoz viszonyíthatók, de az álomnál sokkal reálisabbak, és úgy álomban, mint éber állapotban jelentkezhetnek.

Az átélők 90%-a megnyugtatónak és jelentősnek érzi az élményt, és mélyre ható felüdülést jelent a számára. Olyan emberekkel találkoznak „álmaikban”, akiket szerettek, akikkel szorosan összekapcsolódott az életük, és akik már meghaltak. Ezeknek a találkozásoknak a témája a megbocsátás, a kiengesztelődés, a megbékélés. Egy tanulmányban azt vizsgálták, hogy a haldoklásban lehet-e poszttraumatikus gyógyító folyamatot látni, vannak-e ezeknek a találkozásoknak pozitív pszichés hatásai. Kerr úgy találta, hogy az átélők belátóbbak lesznek, és mélyebb értelmet ismernek fel életük eseményei mögött. Ez azt jelenti, hogy a haldoklással járó testi leépülés mellett spirituális gazdagodás történik. A lelki élmények megváltoztatják a haldokló felfogását és érzéseit, és határozottan csökkentik a halálfélelmet, új meggyőződésekre juttatnak. Kerr véleménye szerint a legfontosabb érzés azonban az egységbe való visszatérés érzése. Az idő elveszti szerepét, rég elhalt szülők jelenlétét és szeretetét lehet megtapasztalni, megújul az összetartozás. Így a haldoklónak megváltozik az „életlátása”: a halált is másképp látja. Megváltozik az észlelés, az érzékelés is – a kísérőknek tisztelettel és alázattal kell ehhez viszonyulniuk, hogy az egyébként is elszigetelődő haldokló ne érezze magát „kitaszítottnak”. A meghalás ugyanis nem is elsősorban fizikai történés, hanem alapvető áttörés: a szubjektív tapasztalás szintjén valami egészen mélyre ható változás történik – és ezt tudomásul kell venni. Kerr meggyőződése, hogy nem tanácsos a haldoklási folyamatot kábító gyógyszerekkel befolyásolni és ezzel akadályozni a meghalási folyamat átélését. Meg kell erősíteni a haldoklót, hogy egészen természetes, hogy ezt éli át, másokkal is ez történik. És alkalmat kell adni arra, hogy beszélhessen a haldokló az átéltekről.

Kerr megfigyelései szerint ezek az élmények a halál előtt körülbelül két héttel jönnek, de már előtte néhány hónappal változik a látásmód, az emberi kapcsolatok válnak a beszélgetések témáivá. Az érintettek több mint harmada utazásról álmodik, készül valamire, ami beteljesülést hoz. Gyakran érzik egy lelki vezető jelenlétét, aki megnyugtatóan, vigasztalóan hat. A haldoklók 70%-a találkozik olyan már elhunyt ismerőssel, akihez szoros szeretetkötelék fűzte – sosem olyannal, aki kárt okozott neki, vagy csak feltételesen szerette. Még olyan háziállatok is megjelenhetnek, amelyekhez a múltban szorosan kötődött az érintett. Minél közelebb kerül a halál pillanata, annál gyakoribbak ezek az álmok, és ezek nagy vigasztaló erővel bírnak. Érdekes, hogy vallásos témák nagyon ritkán jelentkeznek, pedig a szeretet és a megbocsátás ezekben fontos szerepet játszik.

Azt is meg kell említeni, hogy nem minden lelki élmény kellemes, az élmények 13%-a nyugtalanító volt. Az a mód, ahogyan az ember élt, menthetetlenül visszaköszön a halálában is. Végső soron mindig emberi kapcsolatokról és traumák feldolgozásáról van szó. Ezek a negatív élmények okozzák a legmélyrehatóbb változást, végső soron ezek a legjelentősebbek. Ezek sem büntetést jelentenek, hanem az emberi méltóság érzését megadva segítenek feldolgozni a traumát.

Kerr érdekes megfigyelése, hogy a halálos ágyon átélt élmények a haldoklók számára nem szorulnak magyarázatra. Nem kérdezik, vajon mit jelenthet ez a hasonlat vagy élmény. Egy szokásos álom után felébredve az a kérdésünk: mit jelenthet ez az álom? A haldoklók intuitíven tudják, miről van szó. Nem kérdésekkel, hanem válaszokkal, új belátással jönnek vissza az élményből. Nem reflektálnak az élményre, nem kell feldolgozniuk, nem kell elgondolkozniuk az átéltek üzenetén. Még senki nem mondta: de különös élményben volt részem, vajon mit jelenthet? A haldoklók tudják, miről van szó – arról, hogy szeretik őket, nincsenek egyedül, és jó dolguk lesz.

Kerr két kutatást is folytatott hétszázötven kísérő, később gyászoló bevonásával. Úgy találta, hogy ami a haldoklónak jó, az a gyászolónak is jelentős – a haldokló álmai és víziói a gyászolónak is vigasztalóak. Az, hogy hogyan hal meg valaki, befolyásolja a gyászoló gyászát és a veszteség feldolgozását.

Kerr beszámol arról, hogy a kutatást nem volt könnyű engedélyeztetni, mert az az uralkodó vélemény, hogy a haldoklókat elzárt, „steril” környezetben kell tartani, hogy ne zavarják őket. A kutatás során mindenki tudta, hogy utolsó napjait éli, de senki nem zárkózott el a beszélgetésektől, őszintén beszéltek életük csúnya eseményeiről is, és senki nem akart más név alatt szerepelni. (Legfeljebb a frizuráját igazította meg az interjú előtt.) A haldoklók örülnek az őszinteségnek, kapcsolatban akarnak maradni: a legtöbb haldokló szívesebben néz egy másik ember szemébe, mint az ágya elé akasztott fehér lepedőre.

A továbbiakban Peter Fenwick neuropszichiáter eredményeit mutatom be,¹⁸ aki 2003-ban kezdett foglalkozni a halálközeli élmény és a haldoklás élményeinek hasonlóságával. Abban az időben nem kapott engedélyt arra, hogy a haldoklókat „zaklassa” kérdéseivel, ezért három angliai és három holland hospice-intézmény ápolószemélyzetét kérdezte. Meglepő volt, hogy az orvosok szinte semmit nem tudtak a haldoklók lelki élményeiről, míg a nővérek számára ezek ismert jelenségek voltak. Azt találta, hogy a halálközeli élmény egyes részletei a meghalás folyamatában is megjelennek. Kutatásának eredményeként összeállított egy katalógust az élményekről, amit Christopher Kerr tapasztalatai is igazolnak.

¹⁸ Was beim Sterben wirklich passiert. Peter Fenwick im Gespräch. *Thanatos TV*, <https://youtu.be/bqM92biu4ro>. (Megtekintés: 2024. március 18.)

Nem mindenkinél, de néhány esetben a halál előérzete hetekkel, néha hónapokkal előbb megjelenik. A halál előtt két héttel „látogatók” érkeznek a haldoklóhoz. Erről a jelenségről tudtak az ápolónők. Száztíz ilyen „látogatásnak” egynegyedében az egyik szülő jelent meg, ennél kevesebb esetben a haldokló számára ismeretlen spirituális lény (angyal), 17%-ban pedig már elhunyt testvér. Csak két esetben fordult elő, hogy állatot (kutyát) észlelt a haldokló. A „látogató” közli a haldoklóval, hogy elközelgett a halál órája, de nem kell aggódnia, mert mellette lesz, nem lesz egyedül, kísérni, segíteni fogja. A továbbiakban a haldoklók egy része (tehát nem mindenki) különleges realitást él meg, telve szeretettel és fénnel, ide vezet a kísérője. Ebből a különleges állapotból még vissza-visszatér e földi valóságba, de már ennek a spirituális valóságnak a vigasztaló, megnyugtató hatása alatt. Másoknál megfigyelték azt a jelenséget, amit terminális luciditásnak (tudati feltisztulás az utolsó percekben) neveznek. A talán már évek óta demens (Alzheimer-kóros) vagy öntudatlan haldokló a halál előtti pillanatokban egyszerre tiszta tudattal megismeri az ágya körül levőket, elbúcsúzik – majd meghal. Ebben az állapotban megszűnhet a bénaság, agyvérzés következtében megbénult ember felülhet az ágyban. Ezekre az esetekre nincsen orvosi magyarázat.

Fenwick említi azt a megmagyarázhatatlan és ritka jelenséget, amikor a halál pillanataiban a haldokló megjelenik valakinél, akit a halála fájdalmasan érint. Ezeknek a megjelenéseknek vigasztaló, búcsúzó szándéka van. Haldoklási egybeesésnek lehetne nevezni (Sterbebett-Koinzidenz) ezt az élményt, amit tehát nem a haldokló (ő már épp meghalt), hanem hozzá szorosan kötődő szerette él át.

A két orvoskutató vizsgálati eredményein kívül mások elgondolkodtató perimortális tapasztalatairól is gyakran hallunk. A halál pillanataiban a legmeglepőbb jelenségek történhetnek: órák megállnak, fény árad a haldokló testéből. C. G. Jung írja, miután a klinikai halál állapotából visszahozták: „Később az ápolónő azt mondta: »Valamilyen világos fény övezte!« Ez olyan jelenség, amelyet ő a haldoklóknál figyelt meg néha.”¹⁹ Vagy a halottas szoba kivilágosodik, házi kedvencek, kutyák, macskák nyugtalanok lesznek, lámpák kihunynak, elektromos berendezések kikapcsolnak, megszólalnak... Ebben az összefüggésben eszünkbe juthat, hogy Jézus halálakor kettészakadt a templom kárpitja. Én magam is számos ilyen beszámolót hallottam személyes beszélgetések során, amelyeket azonban anekdotaszerű és tudományosan nem ellenőrizhető jellegük miatt dolgozatomban csak érintőleg említék meg. Megemlíteni azonban érdemesnek tartom, mert véleményem szerint ezekről a sejtelmes jelenségekről beszélni nem ördögtől való.

¹⁹ JUNG 1987, 369. o.

Mit tanulhatunk tehát a haldoklóktól? Összefoglalás

„A spirituális tapasztalatoknak tudatosulniuk és szavakban kifejezésre jutniuk kell. Lehetségesnek kell tartani ezeket az élményeket, és reflektálni kell rájuk ahhoz, hogy egyáltalán felismerje bennük az ember a Szent közelségét. Csak akkor válnak igazzá, ha valóságként elismerik azokat. Csak akkor van hatásuk és erejük, ha felvállalják őket. Csak abban az esetben nem szikkadnak el, mint víz a homokban, ha kifejezik őket – többnyire szavakkal. Minden spirituális tapasztalathoz kapcsolódóan felmerül egy fontos kérdés: Hiszek abban, amit átéltem? Alakíthatja-e ez azt a képet, amit az emberről és Istenről alkottam? Hagyom-e, hogy ez az élmény meghasson, felrázzon, formáljon?”²⁰

A halálközeli élmények és a haldoklók „álmai”, a haldoklás körüli megmagyarázhatatlan jelenségek a halálfélelmet oldják, a teljesség megéléséhez, lelki növekedéshez segítenek. Matthias Girke palliatív orvos szerint a palliatív ápolás ideje a haldoklási folyamattal együtt a lelki tanulási-növekedési folyamatnak, személyiségfejlődésnek különleges, sűrített alkalma. Ekkor már olyan fénybe tekint az átélő, amelynek morális tulajdonságai vannak: jóság, elfogadás, szeretet.²¹

A meghalás valóságán zátonyra futnak a megtanult hittételek, a vallásos hit-igazságok és a racionális okfejtések. A fellépő spirituális élmények adnak vigaszt, biztatnak a szenvedésben és félelemben való kitartásra, segítenek abban, hogy személyiségünk növekedése-fejlődése legyen a meghalási folyamat eredménye. Ezért a meghalás átélésére felkészülni, a lelki erők ébresztésében segíteni, a félelmet csökkenteni, a „halál fullánkját kihúzni” – ez a lelkész különleges feladata, és ehhez adnak erőt és tanítást az ismertetett lelki élmények. A bemutatott kutatások azt bizonyítják, hogy nem sporadikusan előforduló élményekről van szó, hanem a haldoklók többsége átél valamiféle, a materialista tudomány számára érthetetlen és megmagyarázhatatlan élményt. Sőt a gyászolók közül is néhányan felemelő lelki élményben részesülnek – ennek feltétele a szoros szeretetkapcsolat. Mondhatjuk Pál apostollal szólván, hogy nem valami zugban történt dolgok ezek. Hogyan viszonyul tehát ehhez a jelenséghez a keresztény tanítás? Vagy ellentmondanak kialakult keresztény vallásos nézeteinknek („Ezenfelül még közöttünk és közöttetek nagy szakadék is tátong, hogy akik innen át akarnak menni hozzátok, ne mehessenek, se onnan ide át ne jöhessen senki” – Lk 16,26), és ezért nem foglalkozunk velük, lemondva arról a

²⁰ RENZ 2010, 233. o.

²¹ „Lebensfrische” in Todesnähe – Matthias Girke im Gespräch. *Thanatos TV*, <https://youtu.be/ScJmh-7Fvuo> (a 25. perctől). (Megtekintés: 2024. március 18.)

vigasztaló potenciálról, amelyet jelentenek? Még ennél is élesebb azonban a kérdés: ami módszeres kutatás alapján valóságos történésnek, valódi jelenségnek bizonyul, azt komolyan vesszük-e, és gazdagodásunkra hitelesen beépítjük-e lelkipozíciói gyakorlatunkba, vagy ignoráljuk, esetleg vaskalaposan tagadjuk, mert ez nem illik hitünk keretei közé? Véleményem szerint ezeknek az élményeknek a „tanulságai” az örök életet illető keresztény reménység megbízhatóságának irányába mutatnak, és Jézus biztató szavát hitelesítik: „Nektek, barátainknak mondom: Ne féljete azoktól, akik megölik a testet, de azután többé nem árthatnak.” (Lk 12,4)

Felhasznált irodalom

- FROSSARD, André: *Van Isten, találkoztam vele*. Ford. Puskely Mária. Szent István Társulat, Budapest, 1991.
- JUNG, Carl Gustav: *Emlékek, álmok, gondolatok*. Ford. Kovács Vera. Európa Könyvkiadó, Budapest, 1987.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth: *Death. The Final Stage of Growth*. Prentice-Hall, Englewood Cliffs, 1975.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth: *A halál és a hozzá vezető út*. Ford. Blasszauer Béla. Gondolat Kiadó, Budapest, 1988.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth: *Was der Tod uns lehren kann*. Knaur MensSana, München, 2010.
- POLCZ Alaine: *A halál iskolája*. Magvető, Budapest, 1989.
- POPKES, Enno Edzard: *Erfahrungen göttlicher Liebe*. 1. köt. *Nahtoderfahrungen als Zugänge zum Platonismus und zum frühen Christentum*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 2018.
- RAHNER, Karl: *Zur Theologie des Todes*. Herder, Freiburg i. Br., 1958. (Quaestiones Disputatae 2.)
- RENZ, Monika: *Vallomások a halálos ágyon*. Ford. Pálics Márta. Agapé, Szeged, 2003.
- RENZ, Monika: *Grenzerfahrung Gott. Spirituelle Erfahrungen in Leid und Krankheit*. Kreuz Verlag, Freiburg i. Br., 2010.
- RENZ, Monika: *Hinübergehen. Was beim Sterben geschieht*. 2. kiad. Herder, Freiburg i. Br., 2016.
- SARTORI, Penny: *Úton a Fény felé. A halálközeli és életvégi élmények bölcsességei a teljesebb életért*. Kossuth Kiadó, Budapest, 2015.
- SZIEBIG Tímea: *A halál Édes illata*. Magánkiadás, Budapest, 2011.
- TILlich, Paul: *Létbátorság*. Ford. Szabó István. Teológiai Irodalmi Egyesület, Budapest, 2010.
- WINTER, Friedrich: *Seelsorge an Sterbenden und Trauernden*. Evangelische Verlagsanstalt, Berlin, 1976.