

Elvesztettem



Kapócs Anikó

kineziológus,

alternatív képességfejlesztő

tanácsadó

Ott térdeltem az ágya mellett, fogtam a kezét, imádkoztam és láttam, ahogy légzése egyre gyengül, majd teste eljárja végső táncát a halállal. Megszűnt a szíve dobogni. Kihunyt egy élet a földön.

Annyit tanultam, olvastam arról, hogy a halál csak itt, földi szinten elmúlás, az itt maradottaknak szenvedés, aki elmegy, az nem csak meghal a földi világban, de megszületik vagy visszatér egy másik világba, egy olyan térbe, mely számunkra teljes egészében felfoghatatlan. Azt gondoltam, talán e tudás birtokában nekem majd könnyebb lesz elengedni a hozzátartozóimat.

És akkor, az ágya mellől felállva szertefoszlott bennem minden magasztos gondolat a halálról. Csak azt éreztem, ha egyáltalán abban a pillanatban ezt teljesen fel tudtam fogni, hogy Anyám nincs többé. Éreztem, tudtam, hogy a lelke ott van körülöttem. Beszéltem hozzá, de nem válaszolt. A halállal szemben érzett tehetetlenségem erőtlenné, tompává tett.

Az anya gyermek kapcsolat a legmélyebb, leglényegesebb kapcsolat, mely életünk során megérint minket. Mint gyermek, 9 hónapon át részei voltunk az anyai testnek, majd benne éltünk anyánk lelki atmoszférájában. Ez a lelki kapcsolat, ahogy mi éltünk, soha nem szakadt meg. Nem volt teljes leválás, mivel a szomszédba költöztem férjhez menetelem után, napi kapcsolatban maradtunk, együtt főztünk, együtt kertészkedtünk, megosztottuk egymással minden örömeinket, bánatunkat.

Dr. Polcz Elaine pszichológus, tanatólógus írta egyik könyvében, hogy mindenki úgy hal meg, amilyen ember volt, van aki Istent káromolva, kiabálva, van aki nyugodtan és derűsen.



Édesanyám halála, ha lehet azt mondani, nagyon szép volt, csendesesen, békésen, beletörődve, szerettei körében ment el, ahogyan az életét is élte. Akkor este eljött hozzá a pap, hogy a beteg szentségét feladja neki, mivel erre előbb nem kerülhetett sor a kórházi kezelés miatt. A konyhában együtt voltunk, együtt imádkoztunk érte és reménykedtünk, hogy a további vizsgálatok, kezeléseik javulást hoznak. Akkor csak ő tudhatta, érezhette, hogy erre már nem lesz szüksége, és még így is együtt nevetett velünk. A szobájában, ugyan nem sok ereje volt, de még felült az ágyában, hogy imádkozzon, és keresztet vessen. Majd lefeküdt, és ettől a pillanattól kezdve ő már egy más világ felé tartott. Innentől már csak pár óra telt el, mire teste is feladta a végső küzdelmet a betegséggel szemben.

Ettől a perctől kezdve kérdések sokasága örvénylik fejemben naponta. Pergetem végig gondolatban édesanyám, szülei, felmenői, a generációs ősök életét. Keresem a kapcsolódó pontokat, a válaszo-



kat a miértekre. Fontos számomra, hogy magyarázatokat kapjak eseményekre, mert érzem, ezzel közelebb kerülök édesanyám és rajta keresztül saját életem megismeréséhez, megértéséhez. Hiszem, ha közelebb kerülök a válaszokhoz könnyebben el tudom fogadni a halálát.

Addig is, most, mi itt maradottak (Apukám, testvéreim és a többi családtag), együtt várjuk, hogy múljanak a napok, távolodjanak a fájdalmas emlékek, enyhüljön a hiányérzet, és csituljon a fájdalom.

Ő egész életében a szeretetet tanította nekünk, és tudom, érzem, tanítja, sugallja nekünk most is odaátrol. Sokat gondolkodtam azon, hogyan tudnám kifejezni mind azt, amit Édesanyámtól kaptam; és épp a napokban, találtam a szobájában egy képeslapot, melyet évekkor elelőtt Anyák napjára adtam neki, az alábbi idézettel.

„Köszönet:

Gyengéd irányításod segített mindenben, amit tettem, amit teszek, és amit valaha tenni fogok. Jóságod örökre rányomta pecsétjét mindenre, ami voltam, ami vagyok, és ami valaha leszek. Így részese vagy mindennek, amit valaha elértem, és amivé válok. Minden, amit teszek, a tőled tanultakat tükrözi vissza. Minden rossz, amit kijavított, minden szív, melyet felvidítok, teher, melyen könnyíték, irántad való tiszteletadás, a magam szerény módján. Mert te adtál nekem életet, és ami még fontosabb leckéket arra, hogyan kell élni. Te vagy minden jónak a forrása, amit elértem életem során.”

(az író ismeretlen)

