

2.

A betegek lelkipozításának fő szempontjai

Bevezetés – Miért szorulnak a betegek lelkipozításra?

Emlékeztetés a bibliai emberképről tanultakra: test és lélek összefüggése. Aki testileg beteg, gyakran lelkileg is legyengül.

„A beteg emberben többnyire rengeteg félelem, aggodalom, bizonytalanság, ijedség, fájdalom, kiszolgáltatottság, elkeseredés, feszültség, kérdés, szemrehányás van... Elveszíti megszokott helyzetét, körülményeit, tárgyi és emberi környezetét, képességei és lehetőségei egy részét, testi-lelki terhek nehezednek rá. Mindez igen megterhelő... Van, aki olyan lesz, mint egy kisgyerek, akit magára hagytak a szülei... Van aki magába süpped, van aki haragszik magára, környezetére, az orvosokra, a kórházi dolgozókra, a szobatársakra, a családra, Istenre.” (*A jó hír felüldíti a testet*, szerk. Gál Judit, Kálvin Kiadó, 2014, 19-20. o.)

Ha sikerül lelkileg kiemelni a beteget a negatív állapotból, akkor ez pozitívan hat fizikai állapotára is.

I. A beteg lelkipozításának fő szempontjai

1. Bízassuk arra, hogy ne hagyja el magát betegségében! Tegyen meg mindent a maga részéről, hogy – együttműködve orvossal, ápolóval, családtagjaival – mielőbb meggyógyuljon és visszanyerje erejét. Bizzék a gyógyulás lehetőségében! Hívő embert nyomatékosan lehet emlékeztetni ezekre az ígéretekre: „*Én vagyok az Úr, a te gyógyítód*” (2Móz 15,26); „*Életem ideje kezében van*” (Zsolt 31,16).

2. Próbáljuk lebeszélni az aggodalmaskodásról, ami úgymint hiábavaló. Főképpen a hívő betegeket emlékeztetni lehet Jézus ezzel kapcsolatos kijelentéseire: Mt 6,27.34. Továbbá Pál apostol biztatására: Fil 4,6.

3. Az aggodalmaskodás mellett, a vele összefüggő képzelgéstől is óvjuk. Az akut képzelt betegek egy külön kategória, de egyébként józanul gondolkodó betegek is beleeshetnek abba a csapdába, hogy képzelődnek arról, hogy mi történik a testükben, milyen ijesztő dolgok várnak még rájuk. Nem szabad megerősíteni a tévképzeteket, de ugyanakkor együttérzően és tapintattal próbáljuk eltéríteni ettől a betegeket.

„Nem lehet megmondani minden esetben a teljes igazságot azoknak, akiknek a gyengélkedése jórészt képzeletbeli. Sokan közülük nem elég józanok, és nem szokták meg az önuralmat. Sajátos elképzeléseik vannak, sok téves dolgot gondolnak magukról és másokról. Számukra ezek a dolgok valóságnak tűnnek. Gondozóiknak mindig kedvesen, fáradhatatlanul, türelmesen és tapintatosan kell bánniuk velük. Ha nyíltan megmondanák nekik az igazságot, egyesek megharagudnának...” (E.G. White: *Minsistry of Healing/A nagy orvos lábnyomán*; Advent Kiadó, Budapest, 2001, 170. o.)

4. Törekedjünk felvidítani a beteget pozitív gondolatokkal, jó hírekkel, vidító történetekkel, kedves humorral! Hatékony ez a bibliai „recept”: „*A vidám elme jó orvosságul szolgál*” (Péld 17,22).

„Együttérzésünk ne jelentse azt, hogy... vele együtt jajgatunk. Egy kis derű, humor, vidámság mindig legyen a tarsolyunkban! Ne csatlakozzunk önsajnálathoz, hanem némi vidámsággal tompítsuk a gondok kemény élet. Persze kitörő vidámságot se tanúsítsunk, mert ez tapintatlanság volna az adott helyzetben.” (*A jó hír felüldíti a testet* című kötetből, 34. o.)

5. Észre kell venni azt is, ha a beteget büntudat, vagy valamilyen családi baj nyomasztja belülről a fizikai betegség mellett. Ez ugyanis gátolja gyógyulását, illetve súlyosbítja betegségét. Igyekezzünk őt felszabadítani e lelki teher alól. Amennyiben befogadó az illető, bátoríthatjuk ilyen bibliai igékkel: „*Ha megvalljuk bűneinket, Ő hű és igaz, hogy megbocsássa bűneinket és megtisztítson minden hamisságtól... Ha valaki vétkezik, van Szószólónk az Atyánál, az igaz Jézus Krisztus*” (1Jn 1,9; 2,1); „*Megbocsájtja minden bűnödöt, meggyógyítja minden betegségedet*” (Zsolt 103,3); „*Minden gondotokat Őrá vessétek, mert néki gondja van rátok*” (1Pt 5,8); „*Mikor megsokasodtak bennem az én aggodásaim, a te vigasztalásaid megvidámították lelkemet*” (Zsolt 94,19)

6. Ha a beteg képes akárcsak keveset is mozogni, tevékenykedni – még ha csupán az ágyban ülve is – biztassuk erre, és biztosítsunk ehhez lehetőséget. Amennyire csak lehet sétáltassuk, masszírozzuk. Ez lelki és testi felépülésének egyaránt használ. Igyekezzünk kiemelni az önmaga körül forgásból, bátorítsuk, hogy ami keveset tud, azt tegye meg másokért még beteg állapotában is. Jótékony a zenehallgatás, derűs olvasmány kézbe adása vagy felolvasása neki, hanganyag hallgattatása, videó nézetése. Szép természetfotókat tartalmazó könyvet is nézegettetünk vele, ami az üdítő természetbe viszi, legalábbis képzeletben.

„A beteg gyógyulásának egyik legfőbb akadálya az én-központúság. Sok megrokkant ember tart igényt mások sajnálkozására és segítségére, pedig az segítené igazán, ha nem önmagával, hanem másokkal törődne.” (E.G. White: i.m. 178. o.)

II. A családtagok vagy fogadott gondozók tanácsolása, lelkigondozása

1. Minden betegnek az a legjobb, ha a saját otthonában gyógyulhat. Fontos azonban, hogy a családtagok vagy gondozók úgy ápolják, hogy ezzel elősegítsék gyógyulását. Sokszor már kimerültek, túlterheltek, ezért ők is rászorulnak a tanácsra, lelkigondozásra, bátorításra. Ha a beteg állapota olyan, hogy mindenképpen kórházi kezelésre van szükség, akkor is töltsenek vele a kórházban a családtagjai minél több időt, annyit amennyire csak képesek.

2. Hívjuk fel a családtagok vagy gondozók figyelmét a külső körülmények biztosításának a fontosságára:

- Minél magasabb fokú tisztaság a beteg környezetében, gyakori ágyneműcsere.
- Jó levegő, gyakori szellőztetés, napfény, ha szükséges szobacsere annak érdekében, hogy ez biztosított legyen.
- Minél több mozgás, mozgatás, masszírozás.
- Kímélő, de tápláló, továbbá ízletes, és ízlésesen, étvágygerjesztően tálalt ételek.
- Gondoskodás arról, hogy bőségesen igyon tiszta vizet.

- Megfelelő szobahőmérséklet, nem túl meleg, nem túl hideg.

- Nyugalom és csend a beteg környezetében, főként súlyos betegek esetében. Az utóbbiaknál kívánatos a látogatók számának mérséklése vagy teljes mellőzése. A barátokat, ismerősöket, akik látogatni szeretnék, inkább bíztassuk arra, hogy képeslapot, üzenetet, ajándékot küldjenek maguk helyett.

- A családtag-ápoló vagy fogadott ápoló részéről igen fontos az együttérzés, a derű, a kedvesség.

Ezeknek a látszólag kis dolgoknak nagyobb a jelentőségük, mint általában gondoljuk.

„Súlyos betegség esetén egy kis hanyagság, vagy akár a legkisebb figyelmetlenség a beteg szükségleteit illetően..., avagy az aggodalmaskodás jelei, a felindultság, az ingerültség, sőt még az együttérzés hiánya is nyomhat a latban az élet és halál mezsgyéjén. Sírba vihet olyan beteget, aki különben meggyógyulhatott volna... Az ápolók és mindazok, akik bejárnak a betegszobába, legyenek derűsek és nyugodtak. Kerülni kell minden kapkodást, idegességet és zűrzavart.” (E.G. White: i.m. 151-153. o.)

III. Függelék

Részletek a Bibliaalapú lelkigondozás szakirányú továbbképzés egyik hallgatójának a dolgozatából, amelyben beszámolt saját tapasztalatáról:

„Édesanyám 2015 májusában egy aneurizma elpattanása következtében agyvérzést kapott, és öt hónapon át volt kórházban, eleinte élet-halál között. Még kórházba vitele napján meg kellett műteni, mert sok agyvíz termelődött, és ez veszélyeztette az életét. Ezután még több agyműtéten ment át, többször volt mélyaltatásban. A zárt, intenzív osztályokon csak egyetlen órát lehettünk vele, és csak ketten a húgommal.

Amikor kómában volt, akkor is beszélünk hozzá. Naponta figyeltük, hogy mikor eszmél, hogy beindul-e végre a levegővétele. Az agyműtétet követően ugyanis gépek tartották életben, levegőt is csak lélegeztetőgéppel tudott venni. Három héten át nem akart a tüdeje dolgozni, így végül gégemetszést kellett végrehajtani, mivel a gépen már tovább nem lehetett. A torkában fekélyek alakultak, és közben MRSA húsevő baktériumot kapott, amire semmilyen antibiotikum nincs. Teljesen elfertőződött mindene, lila foltok jelentek meg a testén. Újabb műtét sem hozott eredményt. Néhány nap múlva azonban a tüdő mégis működni kezdett, kezdett önállóan levegőt venni.

Amíg bejártunk hozzá a kórházba, próbáltunk úgy viszonyulni hozzá, mintha nem lenne olyan óriási a probléma. Könnyeinket a szobán kívül hagytuk, és vidáman, derűsen mentünk be hozzá. Mivel ő nem tudott beszélni, mi meséltünk neki a gyerekeinkről, de mindig csak szép és jó dolgokat, amelyekről úgy gondoltuk, hogy nem fogja megterhelni a lelkét...

Minden nap csináltunk valami számára kellemeset. Az egyik nap megmasszíroztuk, másnap megkentük őt testápolóval, harmadik nap felültettük és mozgattuk a testrészeit. Magatehetetlen volt. Mi azt hittük érti, amit mondunk, és érti mi történik körülötte, de mára kiderült, hogy abból az öt hónapból ő szinte semmire nem emlékszik, de mégis maradtak benyomásai...

Az ápolás így folytatódott napról-napra: Kinyitottuk az ablakot, és az ágyát odatoltuk a napfényes levegő felé. Néha, ha megengedték, levittük az udvarra egy tolószékben.

Imádkoztunk mellette... Sokszor magába fordult, nem akart senkivel kommunikálni, ha bementünk, befordult a fal felé. De mi akkor is megcsináltuk, ami aznapra „elő volt írva”.

Eljött aztán a nap, mikor az orvosok kérték, hogy ne tegyük már ezeket, engedjük el őt. Nem tud meghalni, mert mi életben tartjuk. Akkor megfogtuk a kezét, és keserves könnyhullatás közepette megköszöntük neki, hogy felnevelt minket és olyan jó édesanyánk volt. Én hangosan imádkoztam mellette, kérve Istent, hogy bocsásson meg neki, és ha mennie kell, akkor szép, csendes halált adjon neki. Megnyugodtunk és hazamentünk.

Másnap mégiscsak újrakezdtünk mindent. Mosdatás, etetés, masszírozás, stb. Harmadnapra megismert minket, és elkezdett magától enni. Elvittük egy másik kórházba rehabilitációra, és egy hét múlva már az ajtóig ment egyedül a járókerettel... Ma már aránylag jól van, Istenbe vetett bizodalommal.”