

Belépés az egzisztenciális egyedüllétbe

Vettem egy kalácsot. Sima, fonott kalács volt. Ott vettem, ahol mindig is szoktam, és olyat, amelyet mindig is veszek. Persze tudom pontosan, hogy kiüresedett szokás ez, hiszen az már nincsen, akivel enni szoktam. Vagyis hát nem vagy többé.

A feldolgozatlan gyásznál történik, hogy az ember megveszi ugyanazt a kalácsot, mintha ugyanaz, akivel enni szokta, még élne. A különbség azonban az az esetben, hogy én pontosan tudom, hogy már nem vagy.

Azt is tudom, hogy egyedül eszem meg. Hogy egyedül fekszem le. Hogy egyedül kelek fel. Hogy felszelem a kalácsot, megvajazom, és amikor beviszem a szobába, te nem ébredsz fel. És nem is örülsz, hogy a kávé mellé kapod, mint kisgyerek, akit felnőttként végre kényeztetnek.

A valóságban vagyok. Tehát ez nem a gyász helyett van, hanem maga a gyász. Vagy talán inkább a gyászutó. Nem etetem meg valaki mással, és teszek úgy, mintha te volnál. Én eszem meg. Egyedül. És hagyom, hogy fájjon a hiány. Hagyom, hogy fájjon az elmúlás. Hagyom, hogy szabaddá tegyen ez a fájás. És aztán életté váljon bennem a szabadság. Vagyok. Egyedül. Én.

Eddig mindig hajtott valami, de most mintha nem hajtana semmi. Az emberek untatnak, a nők és a férfiak egyaránt, és egyáltalán nem tartok igényt arra, hogy kedveljenek, vagy bármiben is igazat adjanak nekem. Felerősödik bennem a kívülmaradás vágya. Nem valós, hogy valaki mindenkivel jóban van, az hazugság. És én nem óhajtok hazudni.

De nehéz most ebbe a semmibe beleöregedni. Találni valamit, ami még hajtani tud, az kéne. Az egyedüllét a valóságom, tehát ezen belül kellene találni valamit. A hit túlmutat a mindennapok befogható racionalitásán, mégis a hit az, ami átvezethet rajta. Híreket se fogyasztok jó ideje. Egyszerűen nem érdekel, összefolyik az erőszak az erőszakkal. A belső világomat szeretném egyensúlyba hozni ahhoz, hogy funkcionáljak.

Gyászolok, és úgy érzem, ez lesz az utolsó gyászom. És ez az utolsó gyász előhoz minden korábbi elgyászolt vagy el nem gyászolt gyászt bennem.

Furcsát álmodtam az éjjel. Váratlanul felhívtál. Azt mondtad, most már annyira szeretsz, hogy nem jössz többé haza. Nem teheted meg, hogy további fájdalmat okozz nekem, és letetted.

Ott álltam értetlenkedve az álmomban, kezemben a telefontal és egy bőrkabáttal. A hangod a telefonban végül eggyé vált korábbi férfiak hangjával, és hirtelen nem tudtam eldönteni, melyikőtök köszönt el ezekkel a szavakkal. Ránéztem a bőrkabátra, és azon gondolkodtam: a tied vagy valaki másé lehet, a volt férjemé, esetleg. A volt férjem úgy gyalogolt át az életemen, mintha nem is létezett volna valójában, csak a romokból – amiket hagyott maga után – tudom, hogy itt járt. Máskülönben ő egy üres lap a fejemben. Zavarodottságomban belenyúltam bizonyosságért a bőrkabát zsebébe, és találtam némi aprópénzt. Komolyan elgondolkodtam, vajon vissza kéne-e adnom ezt a pénzt, és ha igen, akkor kinek. Kinek adjam vissza, ha már mind meghaltak, vagy nem léteznek számomra?

Ebben a percben jeges rémület fogott el, hogy akkor most mi lesz, kinek adjam a pénzt, és hol találalak meg

titeket, egyáltalán a bőrkabát kié, és mit csináljak vele? Félttem egy ideig még, amikor felébredtem, majd fel-alá járkáltam a lakásban. Akkor megálltam egy pillanatra, és azt mondtam magamnak: nem számít már, kinek a bőrkabátja, végső soron nincs is bőrkabát, egyedül vagyok, és az egészet csak álmodtam. Elmentél, elég idő telt el, ideje megérkeznem.

Amikor felkeltem, kerestelek. Átcsúsztam kétségbeesett kislányba. Gyengének éreztem magam. Mintha azt akartam volna, hogy a többiektől te védj meg, hogy többé ne jöhessenek vissza. Összevissza járkáltam, eltűntek a koordinátáim, pedig ismersz, azok erősek, a világom, amit felépítettem magamból, a saját túlélésemből. Többé nem tudok és nem akarok beszélgetni senkivel, ezt érzem, ne érintsen és ne érjen hozzám senki! Ebben kell ülni, megmaradni, innen, az átíródott mindenségtől egészen az örökkévalóságig, és ez valami eszement fájdalom, a bőrödből, a húsodból és a csontodból való kivésődés fájdalma. Álmodom veled, aztán a takaró alatt kitapogatlak, beszélek hozzád, szidlak, kérdezlek, szerepet cserélek, magamat szidom, kérdezem, vonom kérdőre, értem meg, vonom vissza, kelek fel, fekszem le. Ismétlem a neved: ezerszer.

Elveszett kislánnyá válok, szeretném, hogy az apukám legyél, aki nem megbüntet, hanem megvigasztal és megért. Csak egy pillanatra gyere vissza, és cserébe leszek az apád, aki jelen van, ott és akkor, ahol és amikor nincs és nem volt jelen senki.

Az emlékedből visszahozom magam valahogy a jelenbe. A visszajövés lassú, nehézkes. Az egyedül alvás tűnik a legnagyobb próbatételnek, abszurd képsorokkal támad az éjjel. Vissza kell rendeződnöm a valóságba minden egyes

álomból, és helyetted önmagamba kapaszkodom ezúttal. Az egyedüllet eredendő bizonyosságunk, kiindulópont és megérkezés is. Nincs mitől tartanom. Magam vagyok, ébren, mondom, és lassan megnyugszom. Az utat már bejártam.

Kiábrándult vagyok, írtam hajnali három körül, amikor erre az érzésre ébredtem előző éjjel. Ennek az érzésnek íze van. Egészen konkrét íze. Nem savanyú, nem sós, nem édes, nem keserű. Még csak nem is fűszeres. Simán: üres. Ezt akkor érzed, ha voltál már telített. Ha sosem voltál telített, akkor talán nem érzed ennyire üresnek, csak átlagosnak. Sose álltam ennyire közel se a halálhoz, se az élethez, ami azt jelenti, hogy egyikben sem vagyok benne most.

Kibotorkáltam a konyhába. Egy ilyen érzést nem osztasz meg a barátaiddal hajnali háromkor, nyilvánvalóan. Sőt senki épeszű emberrel, akik ilyenkor mind alszanak, és a legkevésbé az érdekli őket, hogy te ki vagy-e ábrándulva. De hálával gondolsz a tényre, hogy egyáltalán vannak barátaid, és hálából hagyod őket aludni.

Miután elszámoltam ezen ténnyel magamban, onnan indulok, ami már egy megérkezés eleve, miszerint semmi várnivaló nincsen. Ez bizonyos szempontból megkönnyebbülés. Nem vagy már gyerek, hogy a karácsonyt várjad, vagy az iskolát, vagy a nyári szünetet. Felülről belátod az egész évet, és ha nem történik különösebb tragédia, nagyjából tudod is, hogy milyen lesz. Ez valami sztoikus nyugalommal tölthet el. A kiábrándultság nem is szomorúság már, túl van azon az érzésen.

De belakható ez is. Ha ténynek vesszük: a kiábrándultság egy ház. Egy tér, egy keret tehát. Ha elfogadod, hogy otthonod lett ez a ház, már nem töröd magad, hogy

miért ott laksz éppen. Hanem ezt adott ténynek véve, a berendezésre fókuszálsz. Milyen függőyei legyenek a kiábrándultságnak, milyen szőnyeget veszel vagy rendelsz hozzá, lesz-e váza, kell-e bele virág.

Nos, egy ilyen üzenetet, miszerint végképp kiábrándultál, egyetlenegy valakinek küldesz. Ilyenkor csak a filozófusok vannak ébren, vagy a filozófus hajlamú egyének. Filozófus hajlamút nem ismeresz, de filozófust igen. Neki írod meg: „Kiábrándultam”.

Úgy tűnik, ő valóban ébren van, szeme sem rebben a kijelentésre, azonnal visszaír: „Miért, mit csináltál eddig? Miben hittél?”

„A józan ész illúziójában talán”, feleltem.

„Látod, ez a filozófus apokalipsziselőnye. Én dolgozom, és talán sose érek a végére”, írta, én meg felnevettem.

„Van ennek még értelme?”, kérdeztem.

„Nem mondom fel neked Kántot, csak úgy önmagában semminek sincsen. De neked van, és nekem van, és bizonyos emberi aspektusoknak, így a töprengésnek is van értelme. Hát te is töprengj nyugodtan.”

Milyen egyszerű és csodás válasz, gondoltam. És hajnali négy órára már mosolyogtam.

Itt a kiábrándultság házában – lehet, hogy keresnem kéne erre egy jobb szót, hogy ha már elfogadtuk ezt, mégse a negatív szótartományban mozogjunk, hanem a neutrálisban, tehát egyszerűen azt fogom csak írni, hogy a házban – már túl vagyunk a vehemenciákon. Túl vagyunk a kötelező párkapcsolati keretrendszeren, nem hagyjuk magunkat bántani, és mi sem bántunk senkit sem. Következésképpen túl vagyunk a nagy meglepődéseken, hogy ez a szerelem is kivérett, elbukott, elhagyott, elment, vagy

ami még rosszabb: úgy ért véget, hogy közben itt maradt a nyakunkon, kiüresítve jelentéstartalmakat. És ami a legnehezebb: itt volt, és meghalt, egyszer csak. Minden bánat itt van velem, társul szegődve.

Bárhogy is: mostanra a házban mi saját önmagunk vagyunk, pucéran. Én pedig nélküled vagyok, és eszembe jut Virginia Woolf, akinek az életéről készült filmben a következő szavakat adják a szájába, noha ő azokat nem mondta: „Nem lelhetsz békére, ha elhagyod az életed”. Az életeden belül kell tehát békére lelned. Úgy tűnik, ez neki nem sikerült mégsem. Vagyis a házon belül kell meglegned a békédet, ez az egyetlen esélyed. Egyedül, kiábrándulva, és mégis. A házon kívül béke nincs.

A jelen uralkodó világtébolyult, abszurd körülmények közt képtelenség bármiféle makroszintű békére való ráhatásban bizakodni, ezért ott kell megfognunk a békét, ahol meg tudjuk: a saját házunkban. A saját mikrovilágunk egyensúlyára van direkt ráhatásunk, és ezen keresztül tudunk bármiféle hatással lenni a világra.

Visszarendeződünk tehát a saját testünk középpontjába, megtanuljuk megnyugtatni magunkat, nem várjuk ezt valaki mástól, mert az függőséget képez, és visszatol a gyermeki kiszolgáltatottság létállapotába. Talán ez a legsúlyosabb kihívásunk. Mert ha nem sikerül, akkor arra vágyhatunk, mint Virginia tette végül, hogy elhagyjuk a házunkat. És itt most a ház alatt az életünk szimbólumát értem.

Mielőtt a végső kiábrándulás házába megérkeztem, ami már nyugvópontot jelent, bennem is ide-oda cikázott az élet, és külső megnyugvást követelt, és amikor az nem jött el, felmerült, hogy elhagyja a teret. Az is egy hasonló hajnali három órás felkelés volt, akkor végül írtam is egy

orvos barátomnak, azt kérve tőle, hogy keverjen ki nekem olyan szert, ami véget vet az életemnek, biztonságosan, sőt azt is felajánlottam, hogy együtt csináljuk, mivel tudtam, hogy benne is rendre fel-felmerül ez a gondolat egy-egy kudarcos műtétet követően, kialvatlanul.

Ő akkor azt felelte erre: „Jó ötlet. De most kövér vagyok hozzá, szarul néznék ki a koporsóban. Várj egy kicsit kérlek, míg lefogyasztom magamat, és jelentkezem, ha csinálhatjuk.”

Akkor is mosolyogtam, mikor négyet ütött az óra.

Ma már nem írok barátoknak hajnalban. Magamnak írok. Pontosabban: neked.

A barátokhoz való kapcsolódás csoda. A magunkhoz való kapcsolódás kézzelfogható és örök érvényű barátság, béke.

A kiábrándultságot tehát alapállapotként értelmezem most. Ebből kell kikelni minden egyes reggel, és nekivágni az életben maradásnak.

És nem úgy, mintha ez nem volna. Mert az úgy hazugság lenne. Hanem ezzel együtt. A valóságban.

Szomorúnak lenni, ez a realitás.

Nem várom, hogy visszagyere, tudom, hogy lehetetlen. Elsirattalak, eltemettelek, kezdek békét kötni vele, a maga ellentmondásaival. De a gondolataimban jelen vagy, s mint látod, néha hozzád beszélek, neked írom, mondom. Ettől nem érzem magam magányosnak. A legjobb barátom maradtál, maradsz. Egy szobád van a fejemben, ahová ha belépek, nyugalom vesz körbe, és áramlat.

Öregedő nő vagyok, ki, miután megharcolta az életét, és végre megtalálta a szerelmét, elveszítette azt, és magára maradt. Ember vagyok, aki már nem számít nagy fordulatokra,

de a belső béke megtalálását fontosnak tartja, különösen egy békétlen világban. Ez hát a felelősség, ez a feladat.

„Tudod, hogy mikor lettem beléd szerelmes?”, kérdezted egyszer. „Amikor mondtad, hogy téged mennyire érdekel az idő. Amikor mondtad, hogy nem a keret adja az időt, hanem a tartalom. Hogy tartalom nélkül, a keret csupán üres idő. Hogy önmagában nincs jelentése az időnek, csak tartalommal. Hogy az idő tartalma az, ami jelentést ad az időnek. És mi mégis a keretre helyezük a hangsúlyt, a számra. Hány éves vagy?, mennyi ideig voltatok együtt? – miközben ezek semmilyen jelentést nem hordoznak. Mivel töltötted meg az éveidet, és mit csináltatok az együtt töltött időben, az sokkal közelebb visz a válaszhoz.”

És most itt vagyok, itt maradtam: az idővel, a számjeggyel, önmagammal. Hagyom-e vajon, hogy ne legyen semmilyen jelentősége, vagy képes leszek jelentést találni a magamra maradó időmnek: ez a kérdés.

A kilátástalanságból nem találok más kiutat, mint a tudományos ismereteim olyan rendszerezése, ami elvezet egy lehetséges túlélés-szabadság-megbékélés modellhez. Barkácsolok magamnak egy kijáratot először a megértés, majd a megélés által. És miközben barkácsolom, minden felmerülő érzést megengedek magamnak. Mert telítődtem a külvilág zajával, a bántalmazástengerrel, ami árad, és nagyon fontosnak tartom, hogy mindezt meg tudjuk haladni, hogy eljuthassunk végre önmagunkhoz. Eddig sokszor féltem, hogy egyedül leszek, de letisztult a létezés egyedül. Most valahogy sokkal jobban érdekel mindaz, mi belül zajlik, mint ami a világban, kívül.

Meg kell tanulnunk megállni olykor, és hátrálépní mindabból, ami felénk zúdul. Megengedhetjük magunk-

nak a létszükséges csendet is néha, a kilépést a zajból. Mert az rögzül, amit gyakorlunk. Nagyon fontos meglátni, ki-mondani, kihordani a fájdalomunkat, és ugyanennyire fontos képessé válni a fájdalomunkból való emelkedésre: a *belső szabadságra*. Megtalálni, megismerni, átölelni önmagunkat.

Amikor írok, ezt a belső szabadidőt töltöm, ami nálam az alkotás csöndje, és szeretném, hogy lásd, hova, merre jutottam a kutatásokkal, amiken akkor dolgoztam, amikor még együtt feküdtünk a fűben a margitszigeti réten, és meséltem neked róluk, miközben babráltál a hajammal. Azt mondtad, már megint jegyzetelni kéne, de nem hoztunk papírt, tollat magunkkal. Vagy az éveink, amikor a konyhában ülve, egymással szemben, s lábunkat a másik székén pihentetve oly sok estét és reggelt végigbeszélgettünk. Konyházásnak neveztük, ez a mi lüktető gondolati terünk volt, egy lassú, nyugodt, állandó, szellemileg mégis folyamatosan vibráló együttlétezés. Te voltál az egyetlen férfi az életemben, aki hagyott a gondolataimban kinyílni, s ezt nem érezte rá nézve fenyegetőnek, ezért hálás voltam neked. És vagyok a mai napig, hogy szerethettelek, és megélhettem veled a szabad és kiegyenlített párkapcsolati együttlétet. Szeretném, ha látnád, hogy küzdök, hogy nem adom fel, hogy próbálok válaszokat találni az emberi élet értelmére, az egyedüllétre, az életünk közepétől az öregség felé vezető úton.

Ennek a nagy munkának most nekilátni, a nihil közepén. Óriási koncentrációt, elszántságot, fegyelmet igényel. Rám tör a pánik olykor, a magány vacogó félelme, a fájdalma a veszteségnek, és olyankor magamat ölelem át az emlékeddel, ami betakar, és tudom, hogy most kell valamiképpen visszarendeződni a békébe. Bízom benne, hogy sikerül felvázolnom az életútnak az idő múlásával,

a magánnyal, az öregedéssel, a társadalom kényszerítő elvárásaival összefüggő kérdéseit, azok megküzdését és magasabb, szabadabb, önazonosabb szintre emelését, s ezáltal értelmet, célt és tartalmat adok a saját időmnek. Megtanítom megküzdenni vele saját magamat.

Azt hiszem, a pusztán tudományos ambíció már nem hajtana önmagában. El szeretném mondani *neked*, azt szeretném, hogy lásd, hogy halld elmélkedéseim. Ez az érzés jelen időben segít, hat. A levelezésünket is rendezgetem közben, nem csak az öregedést vizsgáló kutatásaimat: nekem ez a kettő maradt. Az idő és a szerelem. Emlékszel? Egyszer ezt írtad: „Minden közeledben, veled töltött idő élet nekem. Szeretlek nézni, és belülről is érzem minden részed. Mikor ébredesz reggel, és mikor hamar elalszol este. Mikor kimegyünk együtt pisilni hajnalban, mikor kávét csinál egyikünk a másiknak. Mikor tükörben egymást nézzük. Mikor napközben arcod van előttem, és képeid nézem a telefonomon. Mikor könyveket olvasok, és hozzád beszélek róluk. Mikor szövegeid sűrűségét olvasom, és megértelek. És megértem magam. Mikor konyházáskor felhúzott lábaidat mozgatva, egyszer csak elmosolyodsz. Mikor megérintem derekadat, és mikor először áthúztad kezem a vállad fölött.”