

Kõige tähtsam on puudutus

Teistega koos elades (nii kolleegide ja sõpradena, aga ka lähisuhetes) võib ette tulla olukordi, mis meid rivist välja löövad. © Üks ettearvamatumatest ja keerulisematest situatsioonidest on lähedase inimese raske haigus. Mida tunnevad ja vajavad raskelt või krooniliselt haige lähedased? Sellest räägibki järgnev lugu, mis on kirja pandud minu nõustamiskogemuste baasil.

Aeg...

Kõikjal õhkub kevadet, tänavatel jalutades tunnen iga ihukarvaga, kuidas uus on tärkamas. Ah kuidas aeg küll lendab! Üksinda olen teel, üksi oma mõtteid mõlgutamas. See on minu aeg. Kuid isegi siin ja praegu tiksub minuga kaasa ka teine aeg – ühe kalli inimese aeg, mis voolab hoopis teises tempos. Vahel on neid üsna raske omavahel ühitada, aga üks aeg anna arutust ja ma teen väikseid edusamme.

Sellest on nüüd mõni kuu möödas, kui mu abikaasa A. sai teada, et ta on raskelt haigestunud. Esialgu ei suutnud tema ega ka mina mõista, kuidas see sai juhtuda. Ei ole võimalik! Ta oli elanud ju nii tervislikult, miks siis just talle selline saatuselöök? Segadus, pahameel, nõrdimus ja hirm mässisid me päevad endasse.

Aeg sai sealtmaalt uue tähenduse. Aeg muutus “krooniliseks”, ajale tekkisid “staadiumid”. Pole kerge aidata tal koormat kanda haiguse ägenemise perioodidel. Kogu me kooselu on muutunud justkui merel triivimiseks. Kord saab A. paadi karide vahelt mööda juhtimisega päris hästi hakkama, kuid siis tuleb taas ajavahemik, mil ta jõud lainemõlluga võideldes raugneb. Siis pean aerud enda kätte haarama.

Mõnel päeval tunnen ma hirmu nende suurte lainete ees, mis ähvardavad me pea kohal kokku lüüa. Mind kohutab ka teadmine, et mõni lainevall võib A. endaga kaasa viia... jäädavalt. Kuid vood vaibuvad taas ja ma saan hinge tõmmata. Tuleb jälle aeg, mil me koos lihtsalt hulbime peegelsiledal veepinnal ja laseme päikesekiirtel end paitada. Ma armastan neid hetki! Nüüd ma juba oskan hinnata ka tormiseid aegu. Torm tugevdab. Sisemiselt. Ega A.-lgi ole kerge vaadata abituna kõrvalt, kuidas ma pean tegutsema mitmel rindel. Vahel vajan tõesti majakat, tunnen suurt puudust kellestki, kes oleks mu kõrval ja toetaks. Just nimelt minu kõrval. Sest A.-l olen ju mina...

Ruum...

Me elame A.-ga väikeses korteris. Jumal tänatud, et meil on oma ruum, mida saame jagada ja vastavalt vajadustele ümber kohandada. Eluruum ja eluga võitlemise ruum on omandanud meie mõlema silmis uue tähenduse.

Üsna sageli pean ma teda saatma eluga võitlemise ruumi. Sinna, kus teda piinatakse küll igasuguste uurimisaparatuuride all, küll karmide raviviisidega. Mina ei suuda sealsetes kõledates ruumides, kalgina mõjuval võitlustandril pikemat aega viibida. Kujutan ette, millist jõupingutust see nõuab nendelt, kes on sunnitud seal käima. Juba õhkkond mõjub mulle rusuvalt ja ma loodan südamest, et A.-l jäävad aina harvemaks need ajad, mil ta peab seda kohta külastama.

Me kõik vajame isiklikku ruumi, aega üksiolemiseks. Seda ma olen püüdnud talle kodus võimaldada. Ka ma ise vajan privaatsust. Kui ma seda ei saa, siis muutun äärmiselt kergesti ärrituvaks. Kord, jõudnud töölt koju ja asunud A.-ga tegelema, tundsin tõesti, et nüüd aitab, ma lihtsalt ei jaksa enam. Ehmatusega tabasin end mõttelt: *ah, jätta mind juba rahule!* Mõistsin, et see on äärmiselt õhuke jää, mis võib puruneda, ja ma olengi läbi põlenud. Hingasin sügavalt sisse ja välja ja tunnetasin pinda oma jalge all. Sain aru, et ma pole üliinimene ning ei suudagi teha teise heaks kõike täiuslikult. Siiski elame koos ja olen enda kanda võtnud aina enam igasuguseid kohustusi.

A. ei ole eriti õnnelik, et peab oma senistest harjumustest ja kohustustest üksteise järel loobuma. Pikapeale olen aru saanud, kui tähtis on, et ka tema teeb meie ühises ruumis iseseisvalt midagi, midagi mõlema heaks – nii palju, kui jaksab. Mõistan, et abitus ongi vast kõige raskem koorem, millega tal tuleb haiguse juures leppida.

Sõnad...

Kui kõik algas, olin ma sõnatu. Sõnatu oli ka A. Ma tundsin, et peaksin talle midagi ütleva; ma tahtsin öelda, aga ei osanud. Hulpisin teadmatuses. Mitmesuguseid nõuandeid, kuidas olla ja mida teha, sadas meile küll igalt poolt, kõigil oli tarkuseteri varrukast võtta. Tegelikult ajas see meid veelgi suuremasse segadusse.

Õigupoolest aitavad vaid südamest tulevad ja ehedad sõnad. Ehk oligi vahel aus vaikimine parem kui kiirustades ebaausate, üldlevinud ja mittemidagiütlevate väljenditega lohutamine?

Praegu ma olen selles juba kindel. Ka ma-olen-siin-sinu-jaoks-olemas-sõnad on sedavõrd väärtuslikud, et neid ei tohiks ülepeakaela laiali pilduda.

Olen mõistnud, et inimeste valuläved on erinevad. Vahel ma tunnen, et kõik minus kisendab selle pärast, mis valu ta peab kannatama. Mu süda tõmbub kokku ja mul pole kellegagi oma hingepiinadest rääkida. Tunnen end nii üksi. Ja mul on hirm, et kaotan A. Teisel päeval jällegi tunnen ülimat tänulikkust, tänu A.-le olen paljusid tähtsaid nii-öelda pisiasju hakanud teistmoodi nägema. See on tõeliselt rikastav kogemus!

Puudutus...

Sõnade taga on alati midagi veel. Peale sõnade on veel midagi olulist. See on tunne. Ma nägin, kuidas A. alguses häbenes, et oli selle diagnoosi saanud, justkui oleks otsaette löödud tempel: *ebakõlbulik*. Nägin, kuidas ta vajus oma negatiivsete tunnete all kõssi, tõmbus kõigest eemale, sulgus endasse. Pikapeale sain aru, et ta tegelikult ei tõrju mind eemale, vaid vajab teadmist, et hoolin temast kõigele vaatamata.

Seal, kus inimese valus kohtuvad aeg, ruum ja sõnatus, jääb igatsus, *et keegi puudutaks tema hinge*. Puudutaks ka päriselt. Puudutuses on põimunud lootus, usaldus ja lähedus. See kõik on kokku hoolivus.

Haiguse kaudu hakkad sa killukeste taga nägema elu mosaiikpilti. Kord helendab üks killuke eredamalt, kord kaotab teine oma värvi ja sära või tuhmub sootuks. Kord tundub, et näed vaid poolikut pilti ja januned vaadata seda imelisust kogu täiuses... Ja mingil hetkel sa kaedki tervikpilti. Puudutuse abil kaob mosaiigilt õhkõrn "tolmukiht" ning nähtavale tuleb meistriteose tervik. Puudutus võib korda saata imesid. Puudutades võid sa panna teise inimese särama, teda avada. Kogu oma nõrkuses, hirmus, valus, rõõmus ja julguses on ta ikkagi täisväärtuslik inimene.

Tänu koos kogetud raskustele oleme A.-ga saanud palju lähedasemaks. Üks väike pai võib ravida kõik mu muremõtted ja valu lähedase pärast. Puudutus loeb. Pai on parim. Nendest tulev vägi annab tuge kõigis mu inimeseks olemise kurbades ja rõõmsates kildudes. Ma olen tänulik sellele, kes teeb A.-le pai, ma olen tänulik sellele, kes tegi mulle pai... Ma tean, ükskõik mis ka poleks, kõige tähtsam on puudutus. Ja ma tunnen, kuidas ka minu hinge on jõudnud kevad.

©Tekst: Moonika King (ilmus ajakirjas „Eesti Naine“, 4/2009)

