

Zofia Kępińska-Walczak

"Rozmowy o śmierci i umieraniu", Elisabeth Kübler-Ross, Poznań 1998 : [recenzja]

Warszawskie Studia Pastoralne 19, 339-344

2013

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych oraz w kolekcji mazowieckich czasopism regionalnych mazowsze.hist.pl.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Recenzja książki *Rozmowy o śmierci i umieraniu* autorstwa Elisabeth Kübler-Ross. Poznań 1998, wyd. Media Rodzina.

Elisabeth Kübler-Ross urodziła się w 1926 roku w Szwajcarii. W Zurychu ukończyła studia medyczne. W 1958 roku przyjechała do USA. Jako lekarz psychiatra przez ponad 2 lata w szpitalu w Chicago rozmawiała z umierającymi o ich cierpieniach, obawach i nadziejach. Rozmowy te odbywały się na seminariach, w obecności studentów medycyny, pielęgniarek, pracowników socjalnych. Pacjenci stali się ich nauczycielami. Wreszcie przełamano milczenie wokół osób umierających, wreszcie zaczęto z empatią i wrażliwością, które cechowały samą Elisabeth Kübler-Ross, słuchać, co mają do powiedzenia pacjenci terminalnie chorzy, co czują i czego potrzebują ze strony lekarzy, rodziny, przyjaciół. Wszystko to opisuje wydana w 1969 roku w USA książka *Rozmowy o śmierci i umieraniu* – książka, która – jak pisze prof. dr Jacek Łuczak – „zapoczątkowała wielki przełom w dotychczasowych sposobach kontaktowania się ze zbliżającymi się do kresu życia chorymi i wyznaczyła podstawy współczesnej psychotanatologii i psychoonkologii, można również sądzić, że wywarła znaczny wpływ na obserwowany w latach siedemdziesiątych w Stanach Zjednoczonych rozwój opieki hospicyjnej”¹.

¹ Elisabeth Kübler-Ross, *Rozmowy o śmierci i umieraniu*, Media Rodzina, Poznań 1998.

We wstępie swej książki Elisabeth Kübler-Ross zaznacza, że książka ta nie jest podręcznikiem tego, jak postępować z umierającym człowiekiem. Jest to zapis procesu przełamywania milczenia, „relacja o pasjonującej próbie innego spojrzenia na pacjenta”², od którego tak wiele można się nauczyć. Czytając *Rozmowy o śmierci i umieraniu* rzeczywiście stałam się uczniem tych, spodziewających się rychłego kresu, ludzi. Dzięki ich słowom ujrzałam rzeczywistość śmierci w nowym świetle. Weryfikując niektóre moje wcześniejsze wyobrażenia dotyczące osób terminalnie chorych, czy odchodzenia człowieka w ogóle, przyjrzałam się swoim własnym niepokojom i lękom. Lękom, których chyba każdy nieraz doświadcza w zderzeniu z przemijaniem – niezależnie od tego, jak silna jest jego wiara w Boga, jak niezłomny ma charakter, lub jak pogodne ma usposobienie. I o takim właśnie lęku – lęku przed śmiercią – pisze Kübler-Ross w pierwszym rozdziale swej książki. Mówi o stosunku człowieka do umierania, o tym, jakimi schematami posługuje się ludzki umysł, gdy dotyka tematu śmierci, której człowiek w odniesieniu do własnego życia podświadomie nie jest w stanie sobie wyobrazić. Śmierć to coś, czego nie dopuszczamy z reguły do myśli, coś odstręczającego, kojarzącego się z jakimś gwałtownym i przerażającym zdarzeniem. Kübler-Ross stwierdza też, że ludzka podświadomość nie rozróżnia pomiędzy pragnieniem a czynem. Stąd u dziecka częste jest poczucie winy, gdy umiera ktoś bliski, komu wcześniej w gniewie źle życzyło. Jednak poczucie winy towarzyszy także osobom dorosłym, wyrzucającym sobie, że klócili się z bliską osobą, której teraz już nie ma, że poświęcali jej za mało uwagi, lub że nie naciskali na nią wystarczająco, żeby zrobiła badania, gdy pojawiły się pierwsze niepokojące

² Tamże, s. 17.

sygnały, a potem było już za późno. Oprócz poczucia winy jest też strach, żal, gniew – wszystkie te emocje rzutują ogromnie na nasz stosunek do śmierci bliskiej osoby i utrudniają spokojne pogodzenie się z nią. Autorka stara się też dociec, czym dziś powodowany jest lęk przed śmiercią i pyta o nasze poczyny wobec ludzi umierających, o naszą postawę wobec kresu ludzkiego życia.

Właśnie o postawach wobec śmierci i umierania traktuje drugi rozdział książki. Jest w nim mowa o negacji śmierci, a gdy ta staje się już niemożliwa – o próbie podporządkowania sobie śmierci. W tym rozdziale Kübler-Ross stawia też pytanie o rolę, jaką odgrywa religia i zauważa, że dziś trudniej jest ludziom dostrzec sens cierpienia. Z niepokojem kreśli wizję przyszłości, w której człowiek będzie za wszelką cenę podejmował – przy użyciu daleko posuniętej techniki – próby przechytrzenia śmierci. W dalszej części rozdziału autorka opisuje początek międzywydziałowego seminarium na temat śmierci i umierania, „które zaczęło się jako eksperyment, a zakończyło jako wielkie przeżycie dla wielu osób”³.

W następnych rozdziałach omówionych jest pięć kolejnych etapów umierania, które Kübler-Ross wyodrębniła na podstawie rozmów z pacjentami. Są to: zaprzeczenie i izolacja, gniew, targowanie się, depresja i ostatecznie – pogodzenie się. Według tego schematu przebiega proces odchodzenia większości nieuleczalnie chorych. Każdy z tych etapów autorka zilustrowała zapisem rozmowy z pacjentem, który właśnie dany etap przechodził. Dzięki temu łatwiej zrozumieć stan psychiczny i duchowy chorego, który zupełnie inaczej odnosi się do swej choroby na etapie np. gniewu niż w końcowej fazie, gdy następuje pogodzenie się z własną sytuacją i perspektywą

³ Tamże, s. 41.

zbliżającej się śmierci. Czytając osobiste wyznania ludzi u kresu życia, często bardzo młodych, mających jeszcze wiele do zrobienia tu na ziemi, ludzi, którym choroba z dnia na dzień zakwestionowała możliwość realizacji wielu planów, pozbawiła roli społecznej, do której dotąd przywykli i całkowicie uzależniła od innych – zaczynamy myśleć o własnej kruchości i o tym, że przecież i nas może kiedyś spotkać taka sytuacja. Ci śmiertelnie chorzy też wiedli kiedyś unormowane życie i właśnie w taką mniej lub bardziej przewidywalną codzienność wdarła się nagle nieuleczalna choroba. Ogromnie ważnym jest – co Elisabeth Kübler-Ross podkreśla wiele razy – zachowanie się rodziny chorego, ich reakcje, a także postawa personelu szpitalnego. Zbyt dobitne i chłodne oznajmienie pacjentowi przez lekarza, że jest śmiertelnie chory, że nie ma żadnej nadziei i zakomunikowanie, że zostało mu np. 4 miesiące życia jest okrutne i może spowodować zupełne załamanie chorego. Z drugiej strony, ukrywanie prawdy przed chorym może wzbudzić jego nieufność i poczucie wykluczenia go z ważnych, dotyczących wszak jego samego, rozmów. Autorka książki podkreśla, że pacjent ma prawo wiedzieć, jaki jest jego stan, a pytanie, jakie powinniśmy sobie zadać, to nie: „czy powiedzieć”, ale: „jak powiedzieć”. Należy słuchać pacjenta, pytać o jego potrzeby i starać się wczuć w niego, chociażby po to, by nie dochodziło do takich sytuacji, jak opisany w rozdziale siódmym przypadek chorej na raka pani W., która pogodziła się już z tym, że wkrótce umrze. Problem stanowiła tu postawa jej męża, który przerażony, że utraci ukochaną żonę, błagał lekarzy, by zrobili wszystko, żeby przedłużyć jej życie. Pani W. „powiedziała, że tylko dlatego jeszcze żyje, iż mąż nie jest w stanie pogodzić się z faktem jej śmierci. Była zła na niego, że nie potrafi spojrzeć prawdzie w oczy i że tak rozpaczliwie obstaje przy czymś, z czego o na chciała zrezygnować i na

co była już przygotowana”⁴. Pomogła dopiero rozmowa pani Kübler-Ross z mężem pani W. Zapytany, czy zna potrzeby żony, przyznał, że dotąd nigdy się nad tym nie zastanawiał i myślał, że jej pragnienia są identyczne, jak jego własne. Dzięki tej rozmowie mąż pani W. zaczął rozumieć pewne sprawy, zachowanie żony przestał interpretować jako odtrącenie go. Zrozumiał też, że dla jego żony najważniejsze było, żeby do końca życia zachować godność. Zaczął powoli godzić się z jej odchodzeniem. Dopiero wówczas pani W. mogła spokojnie umrzeć. Rozdział dziewiąty, zatytułowany *Rodzina pacjenta* traktuje właśnie o reakcjach i poczynaniach najbliższych osoby terminalnie chorej, o ich problemach i lękach i o tym, jak czasem swoim zachowaniem przeszkadzają choremu w tym trudnym procesie godzenia się z własną śmiercią.

Do tych, którzy muszą stawić czoła umieraniu ukochanej osoby, skierowana jest książka Elisabeth Kübler-Ross. Ale powinni ją przeczytać właściwie wszyscy, nie tylko lekarze, pracownicy szpitali i hospicjów czy bliscy nieuleczalnie chorych. Napisane przystępnym językiem, pełnym wrażliwego spojrzenia na umieranie człowieka, nazywające rzeczy po imieniu, ale z delikatnością i pokorą wobec tej subtelnej materii, *Rozmowy o śmierci i umieraniu* są zarazem apelem ludzi umierających do nas wszystkich. Apelem, byśmy do końca traktowali ich jako pełnowartościowych, niepowtarzalnych, godnych i czujących. Byśmy nie bali się towarzyszyć im w ich ostatniej drodze, nie wzbraniali się wziąć ich za rękę i nie unikali spojrzenia w oczy i rozmowy, a czasem po prostu – milczącej obecności. Bowiem „ci, którzy mają dość siły i miłości, by trwać przy umierającym „w milczeniu, które przekracza sło-

⁴ Tamże, s. 126.

wa”, wiedzą, że nie jest to moment ani straszny, ani bolesny, ale spokojne ustanie funkcji życiowych”⁵.

Tak, jak obowiązkowe winno być ukończenie kursu pierwszej pomocy, by umieć ratować życie drugiego człowieka, tak obowiązkowa powinna być lektura książki *Rozmowy o śmierci i umieraniu*- by tam, gdzie życia nie da się już uratować, umieć pomóc umierającemu godnie i spokojnie odejść.

Zofia Kępińska-Walczak

⁵ Tamże, ss. 274-275.