

**A barátom az egyik hétvégén Ausztriába ment snowboardozni, nem először hódolt ennek a szenvedélyének, a 37 éves fiatalember, ha nem is olyan gyakran de már két évtizede űzi ezt a sportot. Most már jobban van, levelet kaptam tőle – értem már, hogy miért nem vette fel eddig a telefonját.**

„Most szerencsére nem tudnék olyan sokkoló képet közölni magamról, mint 2012. decemberében, de már akkor se tenném, ha módom lenne rá. Inkább írásban számolok be a történekről és cseppet sem rózsás állapotomról – ami most már egyértelműen bizakodásra ad okot.

Január 13-án súlyos balesetet szenvedtem freeride snowboardozás közben. Rossz helyre tévedtem, és nagyjából öt métert zuhantam. Eltört a bal combcsontom, a jobb csuklóm, a bal könyököm és az orrom.

Az elmúlt napokban a testi fájdalmak olyan fokát tapasztaltam meg, mint még soha. Nagyon nehéz volt átélni, ahogy elhagy minden erőm, és teljesen kiszolgáltatottá válok. Napokig képtelen voltam még a legegyszerűbb cselekvésekre is. Alig tudtam befolyásolni a testem és a tudatom folyamatait, ezért az idő nagy részében úgy éreztem, elvesztettem önmagamat. Nem értettem, mi történik bennem és körülöttem, és teljesen kizökentem az általam megszokott világból. Volt, amikor tudtam kapcsolódni a környezetemhez, de sokkal jellemzőbb állapotom volt elveszve lenni valahol egy belső világban. Szétroncsolódott izmaim égtek és feszültek, mindenhol sugárzott agyamba a fájdalom, gyakran kitöltötte a tudatom egészét. A túlélés kötötte le minden erőmet, testem lázasan küzdött, hogy újrászervezze, meggyógyítsa önmagát. Elvesztettem csaknem minden hatalmam az életem irányítása felett. Az orvosok és ápolók kezében volt a sorsom, rajtuk múlt, lesz-e még tovább nekem.

Óriási szerencsém, hogy Ausztriában történt a baleset és a lehető legjobb és leggyorsabb ellátást kaptam. Az is szerencse, hogy hallgattam az utazás előtti rossz előérzetemre, és kivételesen felvettem a fejtűt, amit csak városi biciklizéshez használok, de ahhoz mindig következetesen. Egy korábbi, szintén elég súlyos balesetből okulva ez szokásommá vált. Könnyen lehet hogy ezen múlt az életben maradásom.

Kellett hozzá vakmerőség, hogy snowboardozni menjünk egy olyan vidékre, ahol az elképesztő mértékű havazás katasztrófaközeli helyzetet okozott. Nagyobb szerencsével megúszhattuk volna persze baleset nélkül is, de ugyanolyan simán végződhetett volna még rosszabbul a történet. Ki tudja, miért pont ez a változat következett be? Mindenesetre most már ezen az úton kell tovább mennem.

Elsődleges tanulságként máris itt van számomra, hogy a jövőben óvatosabb legyek. Úgy gondolom, rossz döntést hoztam azzal, hogy az adott körülmények közt útnak indultam, és ott a helyszínen nem voltam óvatosabb a csúszásnál, miközben nem éreztem magam biztonságban.

A lábadozás első időszakának legmeghatározóbb érzései ahhoz a válságos, kontroll-vesztett állapothoz kötődnek, amelyről az elején írtam. Végig nagy hálával gondoltam az orvostudományra és mindazokra, akik épp a megmentésemre ügyködtek. Megható volt családtagjaim és barátaim szerető gondoskodása is, amellyel folyamatosan körülvettek. Nagyon dühös voltam magamra a felelőtlenségem miatt, és rémesen el voltam keseredve a magamra és a hozzám közel állókra rótt, súlyos és visszavonhatatlan terhek, a még előttem álló rengeteg szenvedés és a kárba vesztett idő miatt. A mozgásképtelenség feszültté tett: borzasztó érzés ágyhoz kötve lenni egész nap. Nagy hiánnyal tölt el és egyben az élettől is elidegenít, pedig nem gondolom, hogy a közepesnél nagyobb mozgásigényem lenne. A mostani helyzetemet igazi szabadságvesztésnek élem meg.

Pontosan kilenc napja történt a baleset, de még csak két napja érzem azt, hogy határozottan kezdek jobban lenni. Már csak napi egy-két fájdalomcsillapítót kapok, és egyre több az erőm, sőt étvágyam is van már. Kezdem megtanulni a megváltozott képességű testemet használni és lassan haladok előre a fejlesztésével. Nagy örömet adnak az egészséges élet olyan, apróbb mozzanatai, mint például zuhanyozás, amiben pont ma volt először részem. És nagyon várom már az első sétát mankóval vagy más segédeszközzel.”

Barátom most azon aggódik, hogy milyenek lesznek a hazai kórházi viszonyok az ausztriai után, amelyről csak a legjobbakat tudja mondani. Még hosszú rehabilitálásra számíthat, persze most még nem lehet annak időtartalmát előre megjósolni. Arra a kérdésemre, hogy akkor a snowboardozásnak részéről örökre vége? Röviden csak annyit mondott – Dehogyan is!

Egy ilyen baleset, még ha szépen gyógyul is az elszennvedője, hosszú felépülést, és az életbe való újbóli beilleszkedést vonja maga után, nem beszélve az egzisztenciális dolgokról. Most ugyan ez a kényszerszünet viszonylag hosszúra nyúlik, de a sok tanulság, a sok szeretet, amit eddig is kapott, beépülhet az életézésébe. Már csalogat a barátom, hogyha itthon lesz kórházban – mutat egy fotót, de emailban azt nem küldi el. Gyanítom a köztünk történt telefonbeszélgetésből, hogy az nem egy irtózatot keltő kép lesz, hanem valami egészen más – talán az a nagyon csinos gyógytornásznő, aki odakint foglalkozott vele...

Közreadta: Kertész Z István