

ARVOKASTA ELÄMÄÄ LOPPUUN SAAKKA; RINNALLAKULKIJANA KUOLEVAN VIERELLÄ

Saattohoitohuone on kauniisti sisustettu. Aurinko paistaa ikkunoista sisään ja valaisee tilan, jossa on kodinomainen kalustus. Verhot ovat kauniit, nurkassa on nojatuoli. Seinältä silmiini osuu oksalla istuvat linnut, jotka kuvataiteen opiskelijat ovat tehneet. Tuntuu kuin olisin pyhässä paikassa. Kiire on jäänyt taakse. On vain tämä hetki. Istun saattohoitopotilaan vuoteen vieressä ja hän tarttuu käteeni. Katson häntä lempeästi ja kysyn: pelottaako sinua jokin?

Vuosien saatossa olen saanut kysymykseeni erilaisia vastauksia. Joku sanoo pelkäävänsä sietämätöntä kipua jota ei saada lääkkeillä hallintaan, toinen kantaa huolta läheistensä selviämisestä, kolmas on hädissään siitä, minne joutuu kuoleman jälkeen. Neljäs pelkää itse kuolemanhetkeä kuten mahdollista tukehtumista.

Elämän päättyessä ihminen pohtii usein eksistentiaalisia eli ns. perimmäisiä kysymyksiä. Miksi elämäni loppuu nyt? Mikä oli elämäni tarkoitus? Onko sairaus rangaistus synneistäni? Minne joudun kuoleman jälkeen? Tutkimuksissa on todettu hengellisen vakaumuksen vähentävän kuolevan pelkoja. Sielunhoitaja voi olla kuuntelija ja lohdun tuoja vaikeissa kysymyksissä. Rinnalla kulkijalla ei tarvitse olla vastauksia kipeisiin kysymyksiin. Kuunteleminen ja läsnäolo riittää. Joskus hengelliset kysymykset aktivoituvat ihmiselle ensimmäistä kertaa elämässä vasta kuoleman lähestyessä. Silloin on tärkeää, että saa keskustella vaikkapa sairaalapapin tai kirkon työntekijän kanssa. Kuolevan vakaumuksen kunnioittaminen ja huomioiminen on tärkeä periaate saattohoidossa.

Jokainen suhtautuu kuolemaansa omalla ainutlaatuisella tavallaan riippuen persoonallisuudesta, eletystä elämästä sekä sen hetkisestä elämäntilanteesta. Joku torjuu ajatuksen kuolemasta viimeiseen saakka ja pyytää rukoilemaan parantumista. Joku toinen puhuu avoimesti sairaudestaan, eletystä elämästään, taivaskaipuustaan tai hautajaisistaan. Jotta ihminen voi kuolla levollisesti, hänen täytyy saada surra elämän loppumista, tehdä tilinpäätöstä elämästään, hoitaa keskeneräiset asiat ja hyvästellä läheiset. Kuolevalle on myös tärkeää kokea, että hän voi jättää elämällään jonkunlaisen jäljen maailmaan.

Ihmisen tarpeet ovat elämän alussa ja lopussa hyvin samantapaiset: sylin ja kosketuksen tuoma turva ja lohtu, rakkaiden läheisyys, perustarpeista huolehtiminen, hyväksytyksi tuleminen. Kuolevan on tärkeää tietää ja kokea, että häntä hoidetaan arvokkaasti ja parhaalla mahdollisella tavalla loppuun asti. Pientenkin toiveiden kuuleminen ja toteuttaminen tuovat toivoa ja antavat lohtua.

Elämästä luopuminen ei ole aina helppoa ja on tärkeää saada myös kapinoida ja surra. Vaikeinta elämästä luopuminen on niille, jotka kokevat elämäntehtävänsä jääneen kesken. Pienten lasten äidin tuska jälkeläisten selviämisestä tai omaishoitajan huoli läheisestä voivat aiheuttaa suurta ahdistusta, josta on tärkeää saada puhua jonkun kanssa.

Olen usein nähnyt, kuinka ihminen on löytänyt uskon Jumalaan kuolinvuoteellaan. Silloin pelon sijaan on tullut rauha sekä odotus rakkaiden näkemisestä taivaan kodissa. Toisaalta vahvakin usko voi viime metreillä horjua ja tarvitaan vahvistusta ja rohkaisua siitä, että armo riittää. Sen vakuuttaminen, että kuoleva voi turvallisesti heittäytyä Korkeimpiin käsiin jotka kantavat, antaa kuolevalle levollisen olon. Pelko muuttuu toivoksi: pian tuskat ja kivut ovat poissa ja saan astua uuteen elämään.

”Ei minua pelota enää”, saattohoitopotilas vastaa. ”Näin viime yönä unta, jossa edesmennyt isäni tuli huoneeseen ja sanoi: Rakas tyttäreni, pian me tapaamme. Älä pelkää. Sinulle on taivaassa paikka valmistettu.”