

---

# Ramutė

Kartą apkabinau moterį, palaidojusią savo sūnų, mirusį nuo vėžio. Pasakiau jai: „Mano sielvar-to sese...“ Ji atstūmė mane ir beveik rėkte išrėkė: „Mano sūnus norėjo gyventi, o tavo išėjo pats!“ Tai buvo labai neteisinga. Mano sūnus irgi labai norėjo gyventi. Ir jis kabinosi į gyvenimą iki paskutinės akimirkos. Bet depresijai įsismarkavus nebeatlaikė.

---

*Kad depresija yra tokia pat sunki liga, kaip ir kai kurios kitos, aš supratau tik tada, kai ją patyriau pati. Tai tarsi smegenų vėžys. Ir ja sergantis žmogus tikrai patetiškai nesvarsto: „Nebenoriu gyventi šiame sukništame pasaulyje. Apsisprendžiu išeiti“... Jis tiesiog nebegali nieko nutarti, ir tai yra labai baisu. Tai ligos, o ne apsisprendimo pasekmė, – tokie buvo pirmieji Ramutės, 61-erių mamos, prieš dvejus metus praradusios sūnų Kristupą, žodžiai. Šios istorijos faktai daugeliui veikiausiai žinomi – ji nepraslydo pro žiniasklaidos akis. Laimei, reakcijos būta gana diskretiškos. Gal tai viena iš priežasčių, kodėl Ramutė ryžosi praskleisti viešai nuskambėjusios tragedijos scenos uždangą ir taip sugriauti ne vieną visuomenės kuriamą mitą apie savižudžius ir jų artimuosius. Buvo laikas, kai labai norėjau, kad bent kas nors suprastų, kaip iš tiesų jaučiuosi. Svarsčiau, kaip galėčiau*

*kitiems tai parodyti. Mėtyti kėdes ir daužyti langus? Išėiti į lauką, atsistoti kieme ir kiek išgaliu šaukti? Man buvo būtina, kad kas nors mano nepakeliamą sielvartą suprastų...*

## Maniau, esu pasirengusi būti stipri

Ramutė visų pirma prakalbo apie patirtį, kuri, nors ir labai sunki, jai iš dalies padėjo atsakyti į vieną sunkiausių klausimų: „Kaip tai galėjo įvykti?“ *Mano gedulas virto depresija artėjant sūnaus gimtadieniui po jo savižudybės. Rodės, tikrai jam pasiruošiau. Tikrai žinojau, kad bijosiu šios ir kitų simbolių datų. Mudu su vyru buvome budrūs, vienas kitą stebėjome, palaikėme. Jis išvyko į komandiruotę, aš išvažiauvau prie jūros, į Juodkrantę. Su sūnumi ne kartą esame ten buvę. Aš apsilankiau ten anksčiau, žiemą. Pasirinkau laiką, kai nebuvo žmonių, apvaikščiojau, apraudojau visas vietas, kur būdavome kartu, atsisveikindama miške, prie jūros, kiekviename posūkyje, kiekviename pajūrio lopinėlyje. Kai nuvažiauvau vasarą, maniau, kad esu tam pasirengusi, tačiau mane užklupo juodžiausia neviltis. Iki tol bandžiau sielvartą išgyventi, neslopindama jo medikamentais, jų prireikdavo gal tik kartais, kai tapdavo visai nebeapakeliama. Tąkart teko griebtis vaistų. Bet ir jie nepadėjo.*

## Tenorėjau tik vieno – išnykti

*Pirmąkart patyriau, kad man užsidarė pasaulis. Viską ėmiau matyti tarsi pro stiklą, aprūkusį ir nutolusį nuo manęs maždaug 10–15 centimetrų. Visiškai negalėjau sufokusuoti žvilgsnio nei į jūrą, nei į paukščius, nei į laivus, nei į žmones. Prieinu prie marių, bet nematau kito kranto, nors rūko nėra. Sutriko*

*klausa. Manęs vos nepartrenkė automobilis, nes tiesiog jo negirdėjau. Jūra audringa, šėlsta, o aš bangų šniokštimo negirdžiu. Esu kurčia.*

## **Mane surakino kaltės jausmas; springau, vėmiau, negalėjau suvirškinti tokių didelių sielvarto dozių, bet aplinkiniai nieko nepastebėjo!**

---

*Idomu tai, kad galėdavau trumpai susikaupti. Kai kas nors mane užkalbindavo, įstengdavau suimti save į rankas ir palaikyti pokalbį, atsakyti į žvilgsnį, šypsotis, net pajuokauti. Bet mintyse galvodavau: greičiau dink man iš akių! Išoriškai reaguodavau gana adekvačiai, tačiau mintyse nekenčiau to žmogaus. Kad ir kas jis būtų, kodėl priverstė išlįsti iš akių, į kurį vis labiau grimzdau? Mane surakino kaltės jausmas; springau, vėmiau, negalėjau suvirškinti tokių didelių sielvarto dozių, bet aplinkiniai nieko nepastebėjo! Tebebuvoau, tik nebegirdėjau, nebemačiau, nebeužuodžiau, nebemiegojau, nebegalėjau valgyti – vos tik paimdavau ką į burną, viskas atrodydavo pašvinke. Neįstengdavau pėsčiomis nueiti prie jūros, sutriko motorika, kojos buvo tarsi medinės. Nuvažiuodavau, nes mechaniniai vairavimo įgūdžiai buvo. Sken-dau sielvarto bedugnėje, atrodė – neišlipsiu, neišnirsiu. Vaikščiojau kaip šmėkla pajūriu ir tenorėjau tik vieno – išnykti, nes tai, ką jaučiau, buvo nebepakeliama.*

## Pažadino fizinis skausmas

*Supratau, kad nebepajėgiu gyventi. Nebeįstengčiau kentėti, kasdien, kiekvieną akimirką dirbti tą sunkų gedėjimo darbą. Nereikia jokių atsisveikinimo laišku, maniau, apsimesiu, kad išplaukiau į audringą jūrą ir nuskendau. Nusirengiau, įbridau, ėmiau plaukti, pasirengusi irtis tiek, kiek galėsiu. Jei pakaks jėgų grįžti, sugrįšiu. Jei ne – nebe. Tą minutę negalvojau net apie sūnų – kad greitai būsiu su juo... Ne, aš tiesiog norėjau kuo greičiau nutraukti savo sielvartą. Bet išplaukusią mane kažkas vis dėlto pašaukė atgal: padariusi vos porą yrių labai stipriai į kažkokią surūdijusią geležį susižeidžiau koją. Prasikirtau pėdą, atsivėrė gili žaizda. Tada prabudau. Mane pažadino fizinis skausmas, meste išmetė iš baisaus, juodo tunelio. Atsipeikėjusi su siaubu pagalvojau: „Ką aš darau?! Ką darau su savo vaiku, vyro, mamos, anūkų gyvenimu?“ Grįžau į kambarį, pragulėjau jame kelias dienas, į Vilnių grįžti vis dar neturėjau jėgų. Paskui, matyt, pradėjo veikti vaistai, šiaip ne taip pavvyko išsikapstyti iš kritinės būklės. Parvažiauvau.*

*Tada supratau savo sūnų. Ir jis šypsodavosi. Atsakydavo klausiamas. Žiūrėdavo į akis. O pats turbūt galvodavo – greičiau palikite mane ramybėje...*

## Niekada nekalbėdavo, kad jam dėl ko nors blogai

Apie Kristupą labai šviesiai ir šiltai kalba ne tik jo mama, bet ir kiti jį pažinoję žmonės, su kuriais dėl laimingų atsitiktinumų teko jam susidurti. Todėl tai, ką pasakė Ramutė, man nepasirodė nei naujiena, nei vien mamos ilgesiu nuspalvintas idealizuotas sūnaus paveikslas. *Mano sūnus buvo labai giedras, visada besišypsantis, geranoriškas žmogus. Visi jį mėgo. Jis*

*mokėjo bendrauti, suprasti, palaikyti kitus. Tikrai būtų galėjęs padaryti daug gera... Turėjo humoro jausmą, gebėjo pažvelgti į save iš šalies. Šeimai jis buvo tikra dovana. Baigęs Šiuolaikinės mokyklos centrą (prieš tai metus mokėsi Danijoje), išvažiavo studijuoti į Ameriką, parsivežė Vėberio tarptautinio universiteto bakalauro diplomą. Jam puikiai sekėsi ir dėstytojais tvirtino, kad taip stropiai mokosi tik merginos iš Azijos. Grįžęs iš studijų į Vilnių, kiekvieną dieną nuvažiuodavo pas močiutę, išsiurbdavo jai grindis, suplaudavo indus ir dar parsiveždavo užsirašęs keletą jos prisiminimų...*

*Niekada nekalbėdavo, kad jam dėl ko nors blogai. Net esant šalia buvo labai sunku suprasti, kad jam kažkas negerai. Kodėl mūsų sūnus susirgo? Ir kodėl mes tai supratome tik tada, kai jis pirmąkart pabandė nusižudyti? Dievas žino, dėl ko jį graužė toks sielvartas, kas jį taip kankino, edė iš vidaus ir neleido džiaugtis savo jaunyste, talentais, gyvenimu? Tai mums didžiulė paslaptis iki šiol. Apmaudu – kaip dažnai mes pernelyg prisirišame prie įvairiausių materialių pavidalių, bet nepažįstame savo artimojo, vaiko sielos...*

## Mes neapsakomai bijojome jį prarasti

Kartą grįžęs iš darbo anksčiau, nei planavo, Kristupo tėtis supratęs suskubęs laiku: sūnus kruopščiai buvo pasirengęs paskutinei savo kelionei. Tėtis rado paslėptą jo laišką, pasiruoštus daiktus, kurių jam prireiks išeinant. Artimuosius ištiko šokas. Pasikonsultavę su pažįstamais psichiatrais ir psichologais sužinojo, kad po nesėkmingo bandymo žudytis rizikingiausias būna pirmasis mėnuo – dažnai ir vėl pasiryžtama išeiti. *Mums pasakė, kad įvykus nesėkmingos savižudybės precedentui artimąjį galima paguldyti į ligoninę per parą. „Jei to nepadarysite, rizikuojate prarasti sūnų“, –*

*buvome įspėti specialistų ir, pasinaudoję galimybe, uždarėme jį prieš jo valią. Tą mėnesį išgyvenau tikrą košmarą. Skyrius, į kurį buvo paguldintas sūnus, buvo dar neatnaujintas. Jaunas, gražus, išdidus vyras atsidūrė palatoje, kurioje, be jo, gulėjo dar 10 ligonių. Kai kurie dieną naktį miegojo, kai kurie kliedėjo ar be paliovos vaikščiojo rėkdamai. Buvo ir dar drastiškiau besielgiančių. Sūnus negalėjo suprasti, kodėl taip baisiai su juo pasielgėme. Jau buvo suaugęs, tad priešinosi tokiai mūsų valiai. Reikalavo advokato, pyko ir gynėsi. Prašėme jį perkelti į mažesnę palatą, bet mums pasakė, kad toji, kurioje guli jis, visą parą yra stebima kameromis, taigi rizika pakelti prieš save ranką mažėja. Neapsakomai bijojome jį prarasti, negalėjome atsisakyti gydymo. Baiminomės, kad negydomas jis neištempis to nelemto mėnesio. Todėl sutikome jį ten palikti. Bet kaskart matyti gardą, atitvertą vielomis, o jame – tarp psichiškai neįgalių, nuo manijų kenčiančių pacientų pripumpuotą vaistų savo vaiką, kurio žmogiškas vyriškas orumas palaužtas... Vėliau mes su vyru ne kartą svarstėme: jei būtų reikėję vėl jį uždaryti ten pat, ar būtume tai pakartoję? Ar jis būtų mums atleides už šią prievartą ir pažeminimą? Ar nebūtų nuo mūsų nusisukęs, pasijutęs išduotas? Tai, ką jis patyrė, labai jį sužeidė. Bet tada mes padarėme visa, kas tomis aplinkybėmis buvo būtina.*

O jei ligoninėje būtų buvusios sąlygos, padedančios pacientui grąžinti, o ne prarasti orumą, ar sūnaus netekusiems tėvams būtų reikėję savęs to klausti? Ramutė gūžteli pečiais: nieko nenorinti kaltinti. Tačiau permainingos sveikatos paslaugų sistemoje būtinos.

## Visi atrodėme laimingi „sėkmės žmonės“

Kalbėdama apie ligoninės patirtį, Ramutė pradengia dar vieną užsklandą. Šiapus jos – normalus ir sėkmingas gyvenimas,

anapus – mažai kam žinomos gyvenimo dramos. *Toje ligoninėje sutikau daug žinomų ir garsių žmonių, mūsų pažįstamų, lankančių savo vaikus... Visi labai sutrikome, vieni kitus ten pamatę. Nieko vieni apie kitus nežinojome, visi atrodėme laimingi „sėkmės žmonės“ ir nė nenutuokėme, kad mūsų vaikai turi tokių rimtų bėdų, o mes, tėvai, išgyvename didelį sielvartą. Slėpėme tą sunkią tiesą vieni nuo kitų, matyt, jausdami atsakomybę, kad visa tai vyksta mūsų šeimose... Su tokia realybe susitaikyti nebuvo paprasta: juk, kaip ir daugelis, ko gero, laikėmės nuostatos, jog taip atsitikti gali, bet tik jau ne mūsų vaikams...*

## Atrodė, pavojus traukiasi

Šiaip ne taip gydymo mėnuo buvo iškęstas. Išėjęs iš ligoninės Kristupas vartojo vaistus, gyveno kartu su tėvais. Mamai prireikė nemenkos nuovokos, stengiantis ir nepalikti sūnaus vieno, ir neįkyrėti jam dėmesiu. *Kartais pakviesdavau jį kur nors kartu išvažiuoti, kartais kur nors išeidavome, bet supratau, kad jis neturi jaustis nuolat stebimas ir kontroliuojamas. Laviravome tarp rodomo dėmesio ir jam suteikiamos laisvės, kaip tik išmanėme. Netrukus jis pareiškė norintis grįžti į Ameriką baigti mokslų. Ir vėl mus sustingdė baimė. Tačiau išlydėjome, ir jis mokslus baigė. Labai sėkmingai. Diplomas buvo gautas, grįžęs aukščiausios kvalifikacijos specialistas ėmė ieškoti darbo, kurti savo gyvenimą. Paskui šeima sužinojo, kad sūnus apsisprendė vykti į Vokietiją magistrantūros studijoms. Atrodė, pavojus traukiasi.*

## Jutau artėjant nelaimę

*Paskutiniaisiais mėnesiais mane jau buvo apėmusi nuojauta, kad jam vėl negerai. Jutau artėjant nelaimę. Jo elgesio pokyčiai,*



*įvairios detalės man kėlė nerimą, pavyzdžiui, mačiau, kad jis nebepajėgia susikaupti skaitydamas, būdamas šalia yra tarsi kažkur kitur, giliai paniręs į savo mintis. Pastebimai mažėjo jo fizinis aktyvumas, noras ką nors veikti... Kristupas tarsi nutilo, apmirė atsiribodamas nuo šio pasaulio, it būtų nenu-maldomai traukiamas juodo akivaro. Nebyliai, be jokių žodinių nuorodų. Jo sielvartas išoriškai atrodė panašus į tinginystę, o iš tiesų tai buvo ženklas, kad jau lenkė jį prie žemės, artinosi paskutinioji. Tuo laikotarpiu jis lankydavosi pas psichiatrę, tad paskambinau jai ir paklausiau, ar galime būti ramūs. Ji pasakė, kad būgštauti nėra pagrindo: Kristupas jaučiasi gana gerai, turi planų. Suprantu, jog tikrai buvo labai sunku nuspėti, kas vyksta to žmogaus galvoje ir širdyje. O destrukcijos mašina, susinaikini-mo programa vėl veiks. Gal ji nė nebuvo išsijungusi, tik pa-mažinusi greitį? Nors patikinimo, kad Kristupui viskas gerai, o mano baimės suprantamos, nepakako, bet pasidarė ramiau.*

Praėjus beveik dvejiems metams po pirmosios nelaimės, Ramutės sūnus nusizudė.

## Laidoti savo vaiką – tai būti savo laidotuvėse

*Jis iššoko pro mūsų namų langą. Kai sužinojusi parlėkiau namo, pasiemiau kibirą, daug popierinių šluosčių ir nuėjusi pirmiausia sugėriau nuo žemės sūnaus kraują. Popierius sudeginome židinyje – kaip kitaip gali pasielgti su savo vaiko krauju? Esu labai dėkinga vyrui už jo tvirtą apsisprendimą nekremuoti velionio, pašarvoti kūną tradiciškai. Nežinau, ar pati tuo metu būčiau susivokusi. Turėjau laiko apsiprasti ir atsisveikinti. Tas kūno iš-laidėjimo paprotys labai prasmingas, labai stiprus.*

*Kas yra netektis, jau žinojau. Buvau palaidojusi tėvelį, kuris mane mylėjo besąlygiškai. Bet prarasti sūnų... Kai pamačiau savo vaiką morge, pajutau, kad su juo mirė mano esybės dalis. Ir tai ne patetika. Abu su vyru išgyvenome, kad laidoti savo vaiką – būti savo laidotuviuose. Visa tai nesuvokiama protu. Nepakeliama. Man reikėjo mokytis priimti pasaulį be Kristupo, o toks jis neegzistavo. Iš karto pasiilgau ir tebesiilgiu šilto sūnaus artumo, gerumo, atlaidumo, vyriško žavesio. Pasaulis be jo neteko prasmės.*

*Mes esame tikintys, katalikai, sūnus irgi tikėjo į Dievą. Kai grįžus jam iš ligoninės gyvenome kartu, visi trys susiėmę už rankų vakarais meldavomės. Kristupas buvo išreiškęs norą skaityti Šventąjį Raštą angliškai – norėjo pajusti jo skambesį negimtajai kalba. Kai Šventraštį gavome, Kristupo jau nebebuvo... Įdėjome jį į karstą.*

## **Jaučiuosi labai kalta, kad pavargau**

*Kai prieš Kristupo mirtį buvo labai sunku, kai jau buvo apnikusi nuojauta ir ženklai, supratau, jog nebepajėgiu viso to atlaikyti. Galėjau atiduoti inkstą, pasidalinti kepenimis, kaulų čiulpais, pabūti pelikane, atiduoti savo gyvybinius syvus... Tačiau ant manęs tarsi riedėjo sunkus, daugkart už mane didesnis volas, o aš įsirežusi, visomis paskutinėmis jėgomis bandžiau jį sustabdyti. Tai reikėjo atlaikyti kiekvieną dieną, valandą, minutę, kartu dirbti, gyventi, bendrauti su artimaisiais... Ir vieną akimirką supratau, kad nebegaliu, mano vidiniai ištekliai išseko. Suvokiau, kad priešintis visiškai nebeturiu jėgų. Ėmiau su savimi ginčytis: nieko aš čia nelaikau, tikrai ne nuo manęs viskas priklauso, yra Dievo valia, buvau mokyta jai atsiduoti... Ir tada pasakiau sau: tebūnie tai, kas neišvengiama.*

*Vieną trumpą akimirką... Ir tai įvyko. Mano nuovargio sekundės dalelytė buvo išnaudota... Už tą dalelę negaliu sau atleisti. Jačiuosi labai kalta, kad pavargau. Kad nebegalėjau laikyti to volo įsirežusi, pati nepuoliau po juo, kad tai neatsitiktų. Kodėl daugiau nebemaištavau?!*

## Kiekvienas sūnaus prisilietimas įgavo prasmę

*Įvykis sukretė ir artimuosius, ir kaimynus. Visi stengėsi papasakoti, kokiomis aplinkybėmis matė mūsų sūnų paskutinįkart, ką su juo kalbėjo, dalijosi prisiminimais. Vienas kaimynas pasakė, kad išvakarėse jį matė laistantį po mūsų langu pasodintą qžuoliuką. Šiaip aš labai pykau, kai tas medelis ten atsirado – kodėl sodintojai nepagalvojo, kad mažas qžuoliukas kada nors virs dideliu qžuolu? Be to, dar pasodino virš šiluminės trasos, visiškai netinkamoje vietoje... Bet po šių kaimyno žodžių kaipmat viskas pasikeitė. Kiekvienas sūnaus prisilietimas įgavo prasmę. Ir medelis tapo ypatingas. Bandžiau jį gelbėti, prižiūrėti, bijojau, kad nežūtų... Bet qžuoliukas vis dėlto neatlaikė. Ir tai buvo simboliška...*

## Miegodama aš visą naktį verkdavau

*Po netekties patyriau, ką reiškia kūno ir sielos dualumas. Išoriškai pavykdamo kažkaip susitramdyti, kontroliuoti savo jausmus, įstengdavau net šiaip taip užmigti. Bet rytais atsiburdavau ant šlapios pagalvės. Per vidurį ji būdavo taip įmirkusi, nors grėžk. Susivokiau, kad ir dieną, nors, regis, būdavau visiškai rami, kuo šviesiau nusiteikusi, man skruostais imdavo žliaugti ašaros. Srautu tekėdavo akių kampučiais. Tada man tapo aišku, kad net miegodama pernakt verkiu.*

*O po pirmojo sūnaus bandymo nusižudyti visiškai netekau plaukų. Aš ėmiau plikti, nes buvo taip netikėta, taip skausminga, kad mano sūnus panoro pats išeiti. Ne iškart tai pastebėjau, nes mano plaukai buvo vešlūs. Paskui pamačiau, kad pakaušyje jie krinta kuokštais. Ėmiau ieškoti priežasties. Maniau, tiesiog sušlubavo sveikata. Gydytojai buvo labai rūpestingi ir atidūs. Diagnozavo man daug ligų, bet nuo ko nuplikau, nerado. Organizmas, matyt, taip reagavo į šoką. Kelis mėnesius man ant galvos nebuvo nė plaukelio. Ėmę po truputį augti, buvo kaip albinoso, visai kitos spalvos ir struktūros. Taip aš virstau blondine.*

*Patyriau, kokie neatsargūs ir nejautrūs esame vieni kitiems. Netekus plaukų teko ieškoti išeities, taigi dėvėjau kepuraitę. Kadangi esu menotyrininkė, dėstau Vilniaus dailės akademijoje, neišvengiamai turėjau rodytis viešumoje – skaityti paskaitas, dalyvauti parodų atidarymuose... Dėl tos kepuraitės esu sulaukusi ne vienos žeidžiančios pastabos: „Kodėl vaikštai su kepure, gal tingi išsiplauti galvą?“ arba: „Su kepure vaikščioti nemandagu“... Jei šitiek metų netingėjau, veikiausiai buvo dėl ko elgtis taip, kaip man nebūdinga?*

## Keliaujame per sielvartą kaip du neregiai

Ramutė, kalbėdama apie savo gedėjimą, sakys, kad nors iš šalies ir atrodo rami, susitvardžiusi, deja, nuolat tebejaučia „radiacinį sielvarto foną“, kuris kiekvieną akimirką gali sustiprėti, išaugti ir tapti nebepakeliamas. Skausmo spinduliuojamą „radiaciją“ būtų daug sunkiau atlaikyti, jei jos gyvenime nebūtų ją lydincio artimo žmogaus. *Laimė, po netekties mudu su vyru nesusipriešiname, nepradėjome vienas kito kaltinti, laikėmės kartu. Keliaujame per savo sielvartą kaip du neregiai: tas,*

*kuris būna stipresnis, eina į priekį, padeda pamatyti situaciją sveikesniu žvilgsniu, neleidamas pasidavėliui panirti į visišką neviltį. Kai mane ima graužti kaltė, kad kažko dėl sūnaus nepadariau, kad per retai sakiau jam svarbius žodžius ar kad jį myliu, vyras mane guodžia: „Jei būtumei žinojusi, kad jis gyvens tik tiek, būtumei viską atidavusi per tą trumpą laiką. Bet mes gyvenome normalų gyvenimą, tikėjome, kad visa tai įveiksime, taigi negalėjome atiduoti visko, kas buvo skirta visam gyvenimui.“*

**Laimė, po netekties mudu  
su vyru nesusipriešinome,  
nepradėjome vienas kito  
kaltinti, laikėmės kartu.  
Keliaujame per savo sielvartą  
kaip du neregiai: tas, kuris būna  
stipresnis, eina į priekį, padeda  
pamatyti situaciją sveikesniu  
žvilgsniu, neleidamas pasidavėliui  
panirti į visišką neviltį.**

---

*Tokie žodžiai labai padeda. Išties – juk jei kas nors man būtų pasakęs, kad turiu už sūnų atiduoti gyvybę... Nedvejodama būčiau ją atidavusi. Bet manęs niekas nepaprašė.*

*Mes kiekvienas kažko nepadarėme. Kita vertus, padarėme tiek, kiek tuo metu galėjome, mokėjome, pajėgėme ir supratome.*