

## Valahonnan valahová

Nem tudom pontosan, mikor kezdtem el igazán érezni a súlyt a mellkasomban. Talán akkor, amikor anya először döntött úgy, hogy külföldre megy dolgozni és otthagyt apával évekre. Vagy amikor a háború végérvényesen is elvette tőlem azt, amit addig otthonomnak hívtam. Bár lehet, hogy ez már jóval korábban elkezdődött, csak én voltam túlságosan fiatal, hogy észrevegyem. Ez az esszé az én történetem, egy vallomás arról, hogy milyen érzés egy széteső családból indulni, otthont és biztonságot keresni a világban, és közben megérteni magamat és az engem körülvevő embereket. Hogy a fájdalomból, a nehézségekből lehet erőt kovácsolni, és talán a saját történetünk elmesélése nemcsak nekünk, de másoknak is segíthet.

Kárpátalján születtem és nőttem fel. Egy olyan kis faluban, ami a háború óta szinte teljesen kihalt. Csak pár öreg maradt, és azok, akiknek nem volt hová menni. Iskolába jártam, próbáltam beilleszkedni, megfelelni és gyerek lenni. A szüleim kapcsolata sosem volt békés, a házban a csend ritka volt, a kiabálás annál gyakoribb. Voltak veszekedések, ivászatok, feszültségek, de gyerekfejjel még nem értettem ezek súlyát. Nem vettem észre, mi minden zajlik körülöttem. Furcsamód, mégis azt mondanám, jó gyerekkorom volt. A nehézségeket akkor még nem értettem, nem tudtam mit jelent az, hogy „veszekednek” vagy hogy „anya, apa iszik”. Számomra csak annyi volt, hogy néha kiabálnak, néha csend van. De hát ez a gyerekkor szépsége, az ártatlanság még elfedi a töréseket.

Nem mondanám, hogy szegények voltunk, de sok mindenről le kellett mondanunk. Nem az anyagi hiány volt a legrosszabb, hanem az érzelmi. Nem sokszor volt melegség, ölelés, törődés. Anyám gyakran hátrította ránk a saját boldogtalanságát, hibáztatott minket, szidott és bántott. Testvéremmel úgy nőttünk fel, hogy nem csak a magunk terhét cipeltük, hanem a szüleinkét is. Amikor vita volt, mi voltunk a hibásak. Ha anya ivott, mi voltunk az ok. Apám ilyenkor csendben volt, jobbnak látta, ha nem szól bele.

11 éves voltam, amikor anyám úgy döntött elmegy Magyarországra dolgozni. Apával maradtunk ketten, és bár ő sem volt tökéletes, legalább nyugodtabb volt a légkör. Mégis ott volt a hiánya, épp abban az időszakban, amikor a legnagyobb szükségem lett volna egy anyára, ő nem volt ott. Nem igazán kaptam meg azt a fajta gondoskodást és szeretetet, amit egy lány ilyenkor remél. Nyomot hagytak bennem ezek az évek, nem töltötte be teljesen az anya szerepet az életemben. Sok fontos pillanatból kimaradt, mint a születésnapok, az iskolaváltásom, a zeneiskolai ballagásom. Ezekre az alkalmakra apa jött el, ő volt ott mindkettejük helyett.

A gimnázium számomra sosem volt különösen szép vagy izgalmas időszak, de nem is gyűlöltem. Szerettem barátságokra, melyek némelyike még a mai napig tart. Kárpátalján a középiskola 2 évig tart, így elég fiatalon, 16 évesen végeztem, de erről majd később. Maga a gimnázium egy bentlakásos egyházi intézmény volt, szigorú szabályok és elvárások jellemezték.

Tizedikes voltam, amikor kitört a háború. Épp otthon voltam anyával, apa dolgozott. Reggel anya keltett, ő közölte a hírt. Kezdetekben nehéz volt nem pánikba esni, nem igazán tudtuk mire számítsunk, mi fog történni vagy mennyi ideig fog tartani. A családdal Magyarországra jöttünk, testvéremnél laktunk egy ideig. Azt tudom mondani, szerencsénk volt, hogy az egész család eltudta hagyni az országot, mivel a háború kitörése utáni napokban már nem engedték át a határon a férfiakat. Próbáltunk nem elkeseredni, talpra állni és tenni valamit. Anya munkát vállalt egy ifjúságitáborban konyhakisegítőként, apa építkezésen talált munkát, Pesttől nem messze. Én továbbra is testvéremnél laktam, online folytattam tanulmányaimat.

Mindenkit megviselt ez a helyzet, de talán apám volt az, aki a legnehezebben viselte. Nem tetszett neki a munka, mindig lelt valamit, ami miatt panaszkodni tudott. Haza akart menni, egyre mélyebbre csúszott, néha csak meredt maga elé és nem beszélt velünk, mintha csak ő vesztett volna el valamit. Mintha nem látná, hogy mi is próbálunk talpon maradni. Pedig mindannyian veszítettünk. Az otthonunkat, a biztonságot, a megszokott hétköznapiakat. Nehéz volt ezt látni, mindig is úgy gondoltam, hogy apa erős lesz, ha baj történik, de nem így történt.

Bár a mi családunk már Magyarországon volt, így a kezdeti történések többsége csak hírként ért el hozzánk. Az otthon maradt családtagoktól, barátoktól és ismerősöktől tudtuk meg az ott zajló eseményeket. A férfiakat keresték, bujkálniuk kellett, még a saját otthonukban sem voltak teljesen biztonságban. Az utakon állították meg őket, onnan vitték őket a frontra, nem érdekelte őket, hogy fiatalok, akiknek még tapasztalatot kellett volna gyűjtenie az életről, vagy családapák, akiket otthon várt a gyermekük. Akiknek volt egy kis lehetőségük és pénzük, próbáltak menekülni, csendben és titokban. Sokan a Tisza túlsó partját célozták meg, de a folyó sem mindig engedett át mindenkit. Voltak akik nem értek át a túlpartra és voltak akiket utolértek a katonák. Ezekről ritkán beszélünk és próbálunk nem belegondolni, talán mert kimondhatatlan, talán mert ezen történetek hallatán mindannyiunkban megváltozik valami.

A Magyarországon töltött hónapok alatt hol testvéremnél, hol anyámnál, az ifjúsági táborban laktam. Jobban szerettem testvéremnél lenni, ott kicsit otthonosabban éreztem magam, azon idő alatt sokat beszélgettünk, sok mindenben támogattuk egymást, időt töltöttünk

egymással, talán ekkor kerültünk egymáshoz közelebb. Furcsa volt, hogy bár egy országon belül voltunk mindannyian, mégis külön élt mindenki. Egyedül én voltam az, aki mindig csatlakozott valakihez. Néha azon tűnődtem, vajon másképp alakultak volna a dolgok, ha apa akkor férfiként viselkedik, ha nem roskad annyira magába. Vagy talán ha anya akkor kicsit kitartóbb és jobban erősködik, hogy maradjon együtt a család. De azóta már rájöttem, hogy nekik így volt könnyebb. Nem tudtak megélni egymás mellett, nem tudták elviselni egymást huzamosabb ideig. Bár nem volt könnyű a távolság, de csendet hozott magával, talán ebben a csendben ők is találtak maguknak egy kis nyugalmat.

A gimnázium utolsó évét szerettem volna otthon befejezni, ezért anyával hazaköltöztünk. Nálunk ugyan nem volt bombázás, de sokszor volt áramszünet, megesett hogy naponta csak két-három órára kapcsolták vissza. Az elején nehéz volt beleszokni ebbe az új rendszerbe, de idővel már hozzászoktunk. Sok minden tönkrement a házban, a csövek elavultak, a vezetékek elromlottak. Nehéz volt ezeket újra rendbe hozni, bár még mindig van, amit már nem tudtunk megjavítani. Télen a szobák hidegek voltak, nem tudtuk az egész házat fűteni, az egyik szobába szereltünk be egy kis kandallót, az adott meleget. Talán a fürdés volt a legnehezebb számomra, rettentő hideg volt a fürdőben, néha még a saját leheletünk is látszott, külön kis harc volt minden alkalom.

Az iskolában nem volt annyira rossz a helyzet, mint otthon. Próbálták valamennyire fenntartani a rendet, áramot biztosítani generátor segítségével. Előfordult, hogy nem mindenkinek jutott meleg víz fürdéskor, de hát ez volt a legkisebb problémánk. Voltak olyan esték, amikor gyertyafény mellett vacsoráztunk, különös hangulata volt ezeknek a pillanatoknak. Néha még szép is tudott lenni, annak ellenére, hogy miért is történt így. Próbálták távol tartani és nem közénk engedni a háború híreit. Sokat számított, hogy nem pánik és az elkeseredettség volt középpontban, hanem a tanulás és az együtt töltött idő.

Nem tudnám megmondani pontosan, hogy mikor kezdődött, egyszer csak már a mindennapok része lett. Anyának régen is voltak már problémái az alkohollal, de ebben az évben valahogy csak rosszabb lett a helyzet. Egyre többször esett meg, hogy részeg volt, hogy nem lehetett vele kapcsolatot felvenni. Egy idő után kialakult nála egyfajta rendszer. Vasárnaponként, amikor visszavitt a gimnáziumba, hazafele alkoholt vásárolt. Ezután napokig nem volt elérhető, nem válaszolt a hívásokra és nem reagált az üzenetekre. Az elején még aggódtunk érte, de az idő múlásával már elfogadtuk, és tudtuk milyen állapotban van ilyenkor. Eleinte még megpróbált vigyázni arra, hogy előttem ne igyon, de nem sokáig tartott, már nem érdekelte, hogy látom.

Vannak pillanatok, amelyek valamilyen oknál fogva jobban megmaradnak. Az egyik alkalommal nagybátyám hazavitt a gimnáziumból, mert anya nem tudott leállni az ivással. Még mindig tisztán emlékszem, ahogyan fekszik az ágyban, részegen, az egész szobában érezni lehetett az alkohol szagát. Az arca ilyenkor megváltozott, vörös lett, puffadt, a szavai pedig összefolytak. Próbáltam beszélni hozzá, de mintha süket fülekre találtak volna szavaim. Kiabáltam, sírtam, remélve, hogy ha elég hangos vagyok, talán észhez tér. Reménykedtem benne, hogyha látja mennyire megvisel őt így látni, talán megáll. De legtöbbször figyelemre sem méltatott vagy rosszabb esetben kinevetett. Valamikor november elején történhetett ez, kint már hideg volt a levegő, a ház szobái lehültek, csak abban a szobában volt meleg, ahol anya épp részegen feküdt. Kikapcsolták az áramot, sötétség és csend volt az egész házban. A konyhában voltam egy gyertya mellett, próbáltam lekötni magam, terelni a figyelmemet. Feltűnt, hogy nem józanodik kifelé, sőt, még inkább csak egyre részegebb. Tudtam, hogy szereti elrejtteni az italt, mintha így sokkal érdekesebb lenne neki, mintha ez egy játék lenne, hogy meddig tudja rejtegetni előlem. De sosem gondoltam volna, hogy abban a helyzetben, amíg én a konyhában, sötétben és hidegben próbáltam nem sírni, és nem kétségbe esni, addig ő a meleg szobában, a sunyin eldugott italát issza.

Néha előfordult, hogy nem jött értem, nem elfelejtett, egyszerűen csak jobb elfoglaltságnak találta, hogy kiüsse magát. Egy alkalom különösen megmaradt bennem. Nagybátyámmal mentem haza, mivel anya nem vette fel a telefont. Amikor megérkeztünk, nem akart ajtót nyitni. Nem tudom, hogy egyszerűen csak próbált tudomást sem venni rólunk, remélve, hogy ha nem reagál, akkor talán feladjuk, vagy annyira kiütötte magát, hogy nem hallotta a kopogásunk. Végül ajtót nyitott, rá sem lehetett ismerni, a ruhái gyűrötten és néhol hányásfoltosan lógtak rajta. Alig állt a lábán.

A szobámban töltöttem a napot, nem akartam a közelében lenni, nem akartam látni és hallani felőle. Nem akartam látni azt a koszt amit hagyott maga után, hogy az ételek már rohadtan, büdösen álltak a konyhaszekrény tetején. Próbáltam minél ritkábban elhagyni a szobám nyugodt és biztonságos környezetét. De hallottam, ahogyan a konyhában matat. Kimentem. A konyhaszekrény mögé bújva itta bögréből a konyakot, mintha nem is tömény alkoholt, hanem egyszerű üdítőt inna. Kikaptam a kezéből, kiakartam önteni, nem is tudtam, hogy van még ital a házban, ezelőtt mikor kerestem, nem leltem egyet sem. Képes volt a bögrét az üveg alá tartani, miközben öntöttem kifelé. Képes volt még kérlelni, hogy ne öntsem ki az egészet, hanem legalább pár kortyot hadd kapjon még. Nevetett, mint mindig, ő nem értette mennyire rosszul esik ez nekem, mennyire rossz így látni. Nevetett amikor veszekedtem,

amikor sírtam, amikor kérleltem. Nevetett, amikor fejéhez vágtam mennyire undorodom tőle, mennyire csalódtam benne. Nevetett amikor elmondtam neki, hogy nem anyaként viselkedik, hogy számomra ő nem több, csak egy nő aki életet adott nekem, de nem anya, aki felnevelt. A legrosszabb talán mégis az, hogy sosem bánta, nem szégyellte magát, sőt, még ő volt megsértődve, amiért csúnyán beszéltem vele. Őt bántották a szavaim. De engem nem bánthattak a tettei?

Tőlem miért nem kért bocsánatot sosem? Miért minden csak körülötte forgott? Az én érzéseimmel ki foglalkozott? Senki nem látta, hogy min megyek keresztül nap, mint nap. Hogy nem tudok a saját anyámra ránézni, mert egyszerűen undorodom tőle. Hogy egy olyan házban élek, ahol inkább én vigyáztam a fejére, mint ő az enyéme. És tudod, anya nem először csinálta ezt, de azelőtt nem egyedül kellett elbírom vele. Most nekem kellett elviselni, végignézni és túlélni. Ez az időszak teljesen kikészített. Nem értettem, hogyan lehet valaki ilyen önző, hogyan teheti meg valaki ezt a saját gyermekével. Nem ezeket kellett volna látnom, hallanom és tapasztalnom tizenöt évesen, pont abban a korban, amikor még hülyeségeket kéne csinálni, nevetni, hibázni és szerelmesnek lenni. De nekem anyámmal kellett foglalkoznom, és azzal, hogy túléljem az ő visszataszító szokásait. Egy részem sosem fogja megbocsájtani neki, hogy ezt tette velem. Az átsírt éjszakákat, a veszekedéseket, azt a tömérdék csalódást. Mindig lesz egy kicsi részem, ami haragudni fog rá, amiért ilyen hamar kellett felnőöm.

Ebben az időszakban kellett eldönteni, hogy hogyan tovább. Mit szeretnék tanulni a jövőben, mivel szeretnék foglalkozni. Már régen is vonzott az egészségügy, talán apa miatt, aki régen háziorvos volt a falunkban. Tetszett az orvosok nyugalma, a fehér köpenyük, a segítő jelenlétük. Így jelentkeztem orvosi kutatólaboratóriumi analitikára, szerencsére fel is vettek. Egyszerre töltött el izgalommal és félelemmel az egyetem gondolata. Kíváncsian vártam milyen próbák elé állít majd, milyen feladatokkal kellesz megbirkóznom. Egy részem titokban várta, hogy szabadulni tudjon abból a házból, amit már csak megszokásként neveztem otthonnak.

Tizenhat évesen egyetemre kerülni egyszerre volt megtiszteltetés és teher. Sokan úgy tekintettek rám, mint valakire, aki előrébb jár, mint mások, mintha valami kiemelkedő tudással rendelkeznék. Egy ideig jól estek a megdöbbent tekintetek, amikor kiderült a fiatal korom. Élveztem a figyelmet és a dicséreteket. De belül tudtam, hogy nem vagyok több a többiekénél, sőt, egyes esetekben még kevesebb is voltam. Hamar rájöttem, hogy a fiatalságom nem előny, hanem teher. Úgy éreztem mintha nekem mindig egy kicsivel többet kellett volna nyújtanom, egy kicsit jobban teljesíteni, csak hogy bebizonyítsam, itt a helyem.

Ezen idő alatt, rájöttem, hogy amit eddig tudtam a világról, az csak egy általam képzelt mesevilág volt. Mindig volt mellettem valaki, aki fogta a kezem, kezdetekben a szülők, gimnáziumban a tanáraink. De az egyetemi világba belépve, már nem volt mellettem senki, nem mondta meg senki mit csináljak vagy hogy hogyan csináljam. Először tapasztaltam meg, mit is jelent felelősséget vállalni a tetteimért. Ez az időszak nem csak a tanulásról szólt, hanem arról is, hogy fokozatosan elhagytam az addigi, világról hitt elképzeléseim. Rá kellett jönnöm, hogy a fejlődés az nem mindig látványos, és hogy a belső küzdelmek éppolyan fontosak, mint az elért eredmények. Nem mondom, hogy könnyű volt, mert nem volt az, de legalább valódinak és a sajátoménak tudhattam.

Nem voltam soha igazán stabil, de nem gondoltam volna, hogy egy apró kis löket elég lesz ahhoz, hogy belezuhanjak egy gödörbe, és csak nehéz küzdelmek árán jussak ki belőle. Ez a kis löket, egy szerelmi csalódás volt, és bár akkor nem láttam, hogy ez az egész egyáltalán nem a fiú miatt volt, hanem az évek alatt felgyülemlett sérelmek miatt. Nem vágytam tőle semmire, csak ragaszkodni akartam valakihez a világban. Magam mellett akartam tudni valakit, aki támogat, biztat, kiáll értem és szeret. Viszonylatlan érzéseim miatt, megtört bennem valami. A pohár már addig is tele volt, éppen csak egy csepp kellett hozzá, hogy túlcserdüljön. Az évek alatt gyűjtögetett, elnyomott sérelmek felszínre törtek. Úgy éreztem nem vagyok elég ahhoz, hogy az emberek engemet válasszanak, hogy értéktelen és láthatatlan vagyok. Úgy gondoltam, hogyha elég hangos és vicces vagyok, akkor talán észrevesznek. Elkezdtem eltávolodni önmagamtól, megváltoztam, képes voltam hülyét csinálni magamból, könyörögni vagy akár szegyenbe hozni magam, csak azért, hogy észre vegyenek, hogy legalább egy kis ideig figyeljenek rám. Egy idő után elfogadtam, hogy sérült, törött és eldobható vagyok. A gondolataim egyre jobban elkezdtek megváltozni, ijesztővé válni számomra. Azt hittem, ha bánatánám magam, talán észre vennék, min is megyek keresztül. Egyre többször éreztem azt is, hogy ha eltűnnék, talán könnyebb lenne mindenkinek. Elhittem saját magammal, hogy az emberek örülnének, ha nem léteznék többet. Láttam magam előtt a megkönnyebbült arcokat és a gúnyos nevetéseket. Ezekkel a gondolatokkal keltem reggelente és feküdtem éjszakánként. Soha nem hagytak magamra, beleszövődtek a mindennapjaimba. Mindig ott járkáltak a fejemben, még akkor is, amikor jól éreztem magam. Mintha, valaki mindig a fülemben suttozta volna, hogy nem érek semmit, hogy a barátaim nem kedvelnek, hogy sosem leszek elég nekik, hogy nem fogok elérni semmit az életben. Úgy éreztem, belebolondulok ezekben a gondolatokba, hogy soha nem fognak elcsendesedni. Folyamatosan zaj, zivaj és káosz volt a fejemben.

A család sem adott kapaszkodót. Apa a saját világában élt, jobbnak láttam nem megosztani velem az érzéseim. Anya néha meghallgatott, a saját maga módján próbált segíteni, mindig mondta, hogy ő mellettem áll, de valahogy a tettei nem ezt mutatták. Egy-egy beszélgetés után eltűnt napokra, majd részegen hívogatott, mennyire sajnálja, hogy ilyen helyzetben vagyok, de hát neki sem könnyű, neki is vannak problémái.

Az alkohol ideig-óráig segített felejteni és menekülni. De egy idő után már kevésnek éreztem, többet akartam. Olyan szerekhez nyúltam, amiket addig elítéltem és nem néztem jó szemmel. Megnyugtattak és lecsendesítették az állandóan kavargó gondolataim, kitisztították a fejem. Úgy éreztem, ha nem ütöm ki magam, megölnek a gondolataim. Nem gondoltam a múlt sérelmeire vagy a jövő kérdéseire. Úgy éreztem, végre szabad vagyok. Alig vártam, hogy újra elmerülhessek ebben az érzésben, hogy elmenekülhessek a világ elől. De amit én akkor menekülésnek hittem, valójában csak jobban lehúzott. Rövid ideig segített, de hosszú távon csak rontott rajtam. Nem tartott sokáig ez az időszak, pár hónap volt csupán. Mégis elég volt ahhoz, hogy megtanuljam, mit kell elkerülnöm. Rájöttem arra, hogy az egyetlen, aki segíthet rajtam, az én magam vagyok. Elkezdtem visszarázódni, nem egyik napról a másikra, de lépésről lépésre. Azóta sok minden változott. De ez az időszak örökre bennem marad. Megmutatta, hogy milyen mélyre is tud süllyedni az ember, de azt is megmutatta, hogy onnan is van visszaút, még akkor is, ha nem hiszed el.

A második évem az egyetemen nehezebb volt, mint azt valaha gondoltam volna. A nyáron munkát vállaltam egy hotelben reggeliztetőként. Minden nap dolgoztam, még akkor is, amikor az egyetem elkezdődött. A napjaimat munkával kezdtem, majd egyetemi órákkal fejeztem. A hétvégék sem jelentettek szünetet számomra. Míg a többiek szórakoztak, összeültek beszélgetni, nevetni, addig én inkább dolgoztam. Nagyon szerettem ezt a munkát. Elfoglalt, lekötött és büszkeséggel töltött el. Büszkének éreztem magam, hogy saját magam keresem meg a pénzem, hogy eltudom tartani magam. A munka lassan az én mentsvárom lett. Nem tudtam, és talán nem is akartam leállni vele. Sok konfliktusom volt emiatt a családommal. Nem támogatták, hogy ilyen intenzíven dolgozzam, ugyanakkor anyagilag nem támogattak. Hónapokba telt, mire újra segítséget kaptam tőlük. Addig mindent egyedül oldottam meg. A munka volt az én páncélom, sem időm, sem erőm nem volt szomorúnak lenni vagy szórakozni.

Aztán decemberben lelassult minden, kevesebb lett a munka, beindult a vizsgaidőszak, nem voltak óráim, és az úr, amit addig a rohanás és a pörgés töltött ki, most üres maradt. A csend, a magány és a gondolataim újra rám zuhantak. Január elején kezdett minden megint megváltozni, nem tudnám megmondani pontosan miért, nem volt kiváltó ok, talán a magány,

és a semmittevés együttesen kergettek vissza abba a nemrég elfeledett gödörbe. Egyszerűen nem tudtam felkelni az ágyból, sem kedvem, sem erőm nem volt. Nem volt erőm zuhanyozni, sem enni, sem megmosni a fogamat. Még a legegyszerűbb dolgok is olyan lehetetlennek tűntek. Éjszakákat töltöttem ébren, reggelente aludtam pár órát. Próbáltam készülni a vizsgáimra, de már nem volt sem erőm, sem kedvem. Nem tudtam koncentrálni. Visszajöttek az önkárosító gondolataim, késztetést éreztem arra, hogy fájdalmat okozzak magamnak. Ijesztő érzés, amikor ezek a gondolatok átveszik az uralmat a fejed felett, és nem tudsz tőlük szabadulni. Hogy órák hosszat gondolkodsz, hogyan tudnád kivitelezni, hogyan tudnád megvalósítani. Azt hittem, hogy már túl vagyok a legrosszabbon, hogy már megtapasztaltam milyen érzés a mélypont, de tévedtem.

Szenvedésként éltem meg ezt az időszakot, minden nap egy kihívás volt. Már korábban, az év szeptemberében elkezdtem járni pszichológushoz. Ő akkor sokat segített, meghallgatott és próbált irányt mutatni. Januárban, amikor már nem csak a gondolatok, de a pánikrohamok is próbálták átvenni felettem az uralmat, úgy döntöttünk, hogy ideje pszichiáterhez fordulni. Borzasztóan félttem ettől a lépéstől. Attól tartottam, hogy megbolondultam, hogy majd bezárnak valahova. Ehelyett azonban szavakat kaptam arra, amit éreztem. Anélkül, hogy skatulyába tett volna, világossá tette számomra, hogy amit megélek, az nem szégyen. Ez egy belső vihar, amit lehet érdemes kezelni. Gyógyszereket írt fel, antidepresszánsokat. Lassan, fokozatosan kezdtek el hatni. Mintha újra megnyílt volna előttem egy ajtó, amiről azt hittem már végleg bezárult. Nem volt hirtelen, látványos változás, de ez volt benne a szép, hogy akkor, azokban a napokban nem vettem észre a változást, csak később, amikor vissza néztem a megtett utamra és láttam mennyit haladtam.

Néha még mindig azt érzem, nem látnak igazán. Nem látják meg, mi van a mosoly mögött, hogy mennyi terhet cipelek magamban. Talán mert nem is szoktam megmutatni mindenkinek. De mégis, néha vágyom arra, hogy valaki meglássa azt az utat, amit bejártam, és ne csak a felszínt nézze, hanem azt is, ami mögötte van. Sokszor érzem úgy, hogy túl sok felelősséget hordozok. Olyan terheket, amik nem mindig az enyéme, és nem is biztos, hogy egy ilyen fiatal vállat kellene nyomniuk. Néha csak kislány szeretnék lenni, egyszerűen csak egy gyerek. A bennem élő kisgyerek vágyik arra, hogy öleljék, megsimogassák a haját, és azt mondják neki „ügyes vagy, jól csinálod”. Sokszor nem is a nagy dolgok hiányoznak, hanem azok a kis apró gesztusok. Egy ölelés, egy pillanat, amikor valaki tényleg ottvan, nem csak testben, hanem lélekben is. Úgy hiszem, ez is ugyanúgy része annak az útnak, amit most járok, hogy megtanuljam megadni magamnak mindezeket, ha mások nem tudják.

Ez az időszak emlékeztetett rá, hogy milyen törékeny is az ember. És arra is, hogy nincs olyan mélység, ahonnan ne lehetne újra elindulni felfele. Ahogyan elkezdtem szedni a gyógyszereket, mintha valami szépen lassan elkezdett volna lecsendesedni bennem. Már nem kattog az agyam éjjel-nappal, nem feszít az állandó szorongás, és egyre gyakrabban érzem azt, hogy végre magamra találok. Egy olyan úton kezdtem el járni, ami bár még bizonytalan és olykor ijesztő, de végre az enyém. Régebben, amikor nem volt mellettem valaki, egy barát, egy társaság, rosszul éreztem magamat. Mintha a saját jelenlétem nem lett volna elég. De ma már más. Most már szeretek egyedül lenni, sőt, szükségem van rá. Szeretek magammal időt tölteni, figyelni magamra, hallgatni, hogy mit mond a belső hangom. Elkezdtem megbecsülni magam. Rájöttem, mennyit érek. Hogy az, amin keresztülmentem, ilyen fiatalon, az nem elgyengített, hanem megtanított talpon maradni. Megmutatta, hogy képes vagyok nemcsak túlélni, de élni is.

Régebben nem tudtam, hogy mit akarok. Célokról nem nagyon gondolkodtam. Ma viszont egyre többet foglalkoztat, hogy ki vagyok, mit szeretnék, hogyan látom a világot. Igaz, lassan, de biztosan körvonalazódik bennem valami. Szeretnék jogosítványt szerezeni, új nyelveket tanulni, fejlődni. Szeretnék valamit letenni az asztalra. Valamit, amiben benne van a nevem, erőm és az utam. Nem a hírnév miatt. Hanem azért, hogy magamnak is megmutassam, több vagyok annál, mint amit elhitettek velem. Több vagyok annál, hogy csendben maradjak.

Most még úgy érzem, talán nem a jó pályán vagyok. Nem érzem magaménak ezt a szakmát. De ez nem fog elkeseríteni, inkább csak izgalommal tölt el, mert annyi más minden érdekel. Lehetnék óvónő, tanár vagy ápoló, annyi lehetőség van, és én már nem félek keresni őket. Nem akarom elfogadni a szürke, monoton napokat. Nem akarok bekövélni egy olyan életbe, amit nem szeretek. Élni akarok. Utazni, világot látni. De talán a legfontosabb, hogy szeretném megteremteni azt az otthont, amit eddig nem kaptam. Egy boldog családról álmodom. Gyerekekről, akiket szerethetek, és akik biztonságban érezhetik magukat mellettem. Egy társról, akit tisztelni tudok, aki támogat, aki mellett kislány lehetek. Egy olyan otthonról, amit közösen építünk, ahol nem kell menekülnünk magunk elől. Ahol melegség van, törődés. Egy olyan otthonról álmodom, ahol azok lehetünk, akik valójában is vagyunk, nem pedig azok, akiknek lennünk kellene a társadalom szerint.

Idő kellett, mire rájöttem, hogy nem a múlt határoz meg. Nem kell örökké benne maradnom. Ami történt, megtörtént, de ez nem egy bélyeg. Ez csak egy fejezet volt, nem az egész könyv. A jövőért én magam vagyok a felelős és ezt életemben először tényleg elhittem. Bár még rengeteg olyan apró kis repedés van, amit be kell gyógyítanom, rengeteg olyan pillanatot

van, amit sosem fogok tudni kitörölni az emlékeim közül. De nem bánom, ezekkel az apró hibákkal és emlékekkel vagyok az, aki. Nem volt egy leányálom gyerekkorom és talán nem nekem van a legtökéletesebb családom, de akkor is az enyéme. Sosem fogom tudni már ezeket megváltoztatni, de nem is akarom. Példát mutattak nekem, hogy milyen ember és milyen szülő nem szeretnék lenni a jövőben. Megmutatták nekem, milyen az, amikor a szülőknek fontosabb az anyagi jólét, mint a saját gyermekük érzései. Megmutatták, hogy a függőség nem válogat, bármelyik embert, családot képes tönkre tenni. Már nem haragszom rájuk, nincs bennem neheztelés, talán még az is tudom mondani, hogy megbocsájtottam nekik. De az a kislány, akitől évekként elvették a gyerekkorát, akinek végig kellett néznie, az alkoholista anyja vergődését, aki éjszakákat sírt át miattuk, az a kislány, akinek annyi sérelmet okoztak, hogy évekként később küzd a szorongásával és próbálja túlélni a depresszióját, ő sosem fog megbocsájtani.

Hogy ne csak a rosszról beszéljek, szeretném megosztani, anya legyőzte a függőségét. Már lassan egy éve, hogy kizárta az életéből az alkoholt. Ez alatt az egy év alatt sokat javult a kapcsolatunk. Mindketten dolgozunk azon, hogy amit akkor elvesztettünk vagy nem kaptunk meg teljesen, azt most közösen pótoljuk és hozzuk rendbe. Már biztosan állíthatom, hogy van egy anyukám, aki mellettem van, ha szükségem van rá és segít, ha elakadok az utamon. És anyának van egy lánya, aki büszkén támogatja őt, amiért legyőzte a függőségeit. Hosszú út áll még előttünk, hogy teljesen helyrehozzuk a kapcsolatunkat, de ez már nem számít, mert sosincs késő. Sosem késő változni. Sosem késő változtatni.

Bár említettem, hogy van egy nővérem, de nem meséltem róla sokat, ebből kifolyólag gondolhatod, hogy nincs jó kapcsolat közöttünk, de ez nem így van. Azért nem beszéltem még róla, mert úgy gondolom, többet ér annál, hogy egy-egy mondatban megemlítsen. Kisebbségi eltérésekkel, de ugyan azt a gyerekkort éltük mind a ketten. De szerintem nekem könnyebb volt, mivel nekem ott volt ő, de neki ki volt ott? Így utólag, csak mostanság tisztázódott bennem pontosan, hogy ő mindig mellettem volt, még ha nem is tudta teljes mértékben kimutatni. Sosem hagyott magamra. Annyi mindenben segítségemre volt. Néha úgy érzem, mintha anya helyett anya próbálna lenni. Amit az elején igazság szerint idegesítőnek találtam, de rájöttem, hogy ezzel a próbálkozásával, olyan dolgokat adott nekem, amit a szülő anyánk sosem. A testvérem nevelt, rendezett, tanított, támogatott. Az egyetemnél ő volt az, aki segített jelentkezni, aki mellettem volt, amikor az első hónapokban még nem voltak barátaim. Ő volt az, aki tudta mikor van vizsgám, emlékezett minden időpontra, előtte mindig "sok sikert" kívánt. Bár akkor úgy éreztem, nem áll mellettem senki, hogy egyedül vagyok a világ ellen, de

sosem voltam egyedül. Sosem hagyott magamra, mindig mellettem volt, bár nem mindig vettem észre, de ő ott volt. Az egyetlen ember, aki mindennap megkérdezi tőlem, hogy érzem magam. Az egyetlen ember, aki mindig őszintén mondja nekem, hogy milyen ügyes vagyok. Lehet, hogy sokszor összekapunk butaságokon, lehet, hogy nem fogunk beszélni napokig-hetekig, de akkor is ő lesz az egyetlen olyan ember a világon, akinek örök életemben hálás leszek. Tudom, hogy olvasni fogja az esszémet, ezért szeretném itt is megköszönni Neked, hogy mindig mellettem voltál, hogy mindig támogattál, hogy anya helyett anya voltál, hogy segítettél nekem túlélni. Köszönöm, hogy amikor úgy éreztem, nincs értelme élnem, te akkor is tartottad bennem a lelket. Köszönöm, hogy fogtad a kezem, amikor senki más nem fogta. Köszönöm, hogy akkor szerettél a legjobban, amikor senki más nem szeretett.