

īsumā par svarīgāko

IEVA JĀTNIECE

ANDRAS
LEVITES
DZĪVES
PATIESĪBAS

Ārste ar daudzu gadu darba pieredzi, divu jau pieaugušu bērnu mamma un Valsts prezidenta Egila Levita kundze. **ANDRAI LEVITEI** ir savs skatījums uz dažādām dzīves situācijām, kas balstītas viņas dzīves pieredzē.

1.

**MĒS NEIZBĒGAMI
DZIMSTAM AR MŪSU
SENČU VĒSTURI.**

Kad dzemdību zālē dzimst mazs cilvēks, šķiet, ka viņš ir kā balta lapa, uz kuras dzīve rakstīs savu stāstu. Bet uz mazā cilvēciņa lapas jau ir rakstīts, vai viņš ir dzimis gaidīts vai negaidīts, pārticis vai trūcīgs, vesels vai slims. Mēs neizbēgami dzimstam ar mūsu senču vēsturi, ar viņu dzīves vienreizīgo bagāžu.

PAR VISU MĒS MAKSĀJAM DĀRGI

FOTO ILMĀRS ZNOTIŅŠ, VALSTS PREZIDENTA KANCELEJA

2.

AUGT BĒGLU ĢIMENĒ IR ĪPATNĒJI. VECĀKI NEKAD NEIESAKŅOJAS, UN ZEMAPZIŅĀ VIENMĒR IR SAJŪTA – NEZ UZ CIK ILGU LAIKU ŠEIT BŪSIM?

Pēc Otrā pasaules kara latviešu bēgļiem bija jāpiedzīvo, kā dzīve mainās no vienas dienas uz otru, taču pārmaiņas viņiem notika nesagatavotiem un pret viņu gribu. Kad sākās bēgļu gaitas, viņi nezināja, kur un kad tās beigsies un vai vispār tās pārdzīvos. Bēgļu gaitās viņi piedzīvoja, kā mirst cilvēki, kā tiek šķirtas ģimenes, kā sievietes tiek izvarotas, kā mazi bērni cilvēku pūļos pazaudē mātes. Turpmākajā dzīvē bēgļi izvēlējās iet pa diviem atšķirīgiem ceļiem. Viena daļa aiz pateicības pret jauno mītnes zemi mēģināja asimilēties, ģimenē pārstāja runāt dzimtajā valodā, svinēja mītnes zemes svētkus un aizmirsā savējos, deva bērniem neuzkrītošus starptautiskus vārdus, piemēram, Pīters, Anna. Pieaugušo vecumā šo ģimeņu bērni, kuri bieži bija centīgi izglītojušies un strādāja labos darbos, saprata, ka atšķirībā no viņu mītnes zemes draugiem viņiem nav sakņu. Pretējais ceļš bija turēties pie savām latviskajām saknēm. Šo bēgļu ģimenēs runāja dzimtajā valodā, kopa savas tautas paražas, bērnus sūtīja svētdienas skolā. Taču ar šādu izturēšanos viņi redzami atšķīrās no kaimiņiem. Ja apkaime bija noskaņota labvēlīgi, tā uzskatīja, ka viņi bagātina vietējo kultūru, bet, ja apkaime bija naidīga, viņi bija svešinieki, nelūgti ienācēji.

Īpaši pusaudžu gados jaunieši sāpīgi pārdzīvoja šo stāvēšanu malā, jo gribēja justies kā grupas dalībnieks, nevis svešinieks. Šim grūtajam laikam izejot cauri, viņš sāka saprast, ka savas ģimenes vēsture ir ne tikai apgrūtināša bagāža, bet arī neaptverama bagātība. Runāt vairākās valodās, izzināt vairāku tautu vēsturi un kultūru, izprast savas ģimenes vēsturi, tās piedzīvot, prast gatavot dažādus tradicionālus ēdienus – tas katru cilvēku padara dziļāku, interesantāku un intelektuāli neatkarīgāku. Tomēr, kā teikusi dzejniece Ārija Elksne, – *par visu maksāju es dārgi un pat par to, kas bija lēts*. Nekas pasaulē nav par velti, un par šo bagātību bēgļu pēcnācēji parasti maksā ar nedrošību par savu mājas sajūtu.

3.

VALSTS NAV DABISKA PARĀDĪBA KĀ KALNS VAI EZERS. VALSTS IR CIVĒKA KONSTRUKCIJA. NAV IDEĀLAS VALSTS, JO NAV IDEĀLU CIVĒKU.

Man šķiet, ka pirms vairāk nekā divtūkstoš gadiem cilvēks, kuram vajadzētu būt šīs ideālas valsts veidotājam, Bībelē jau ir ļoti pareizi raksturots: «Gars ir labprātīgs, bet miesa ir vāja.» (Mt. 26:41) Lielākoties cilvēki cenšas un arī ir labi, taču ikdienas skrējienā misējas. Tās, ka neeksistē ideāla valsts, tomēr nenozīmē, ka pēc tās nebūtu jātiecas. Kāpēc bērni 12 gadu mācās skolā, kāpēc sieviešu žurnāli visā pasaulē ieteic sejas krēmus pret grumbām, un kāpēc treneri palīdz

vīriešiem trenēt vēdera muskuļus? Tas viss notiek, lai sasniegtu stāvokli, kas tuvotos ideālam. Ieguldīsim to pašu enerģiju un laiku savas valsts uzlabošanai, lai mēs tuvotos šim ideālam!

4.

BEZ LĪDZCIVĒKIEM CIVĒKS NOVĪST.

Pandēmijas laikā ievērojot noteikto pašizolāciju, darbs un ģimenes kontakti ir attālināti. Pastāv prognozes, ka tāda varētu būt mūsu digitālā nākotne. Tomēr arvien biežāk jūtam, ka cilvēki ir noilgojušies pēc ģimenes un draugu klātbūtnes, pat skolēni gaida, kad atkal drīkstēs iet uz skolu.

SAJŪTA, KA VAKARĀ, NO DARBA PĀRNĀKOT MĀJĀS, KĀDS TEVI SAGAIDA, IEPRIECINA DVĒSELI.

Cilvēks ir sociāla būtne. Bez līdzcivēka viņš *novīst*. Sajūta, ka vakarā, no darba pārnākot mājās, kāds tevi sagaida, iepriecina dvēseli.

5.

CILVĒKĀ VISSVARĪGĀKAIS IR IEKŠĒJAIS KOMPASS.

Augsti vērtēju cilvēkus ar iekšēju morālo kompasu, kuri iet savu ceļu un kuri, par spīti dažādiem pārdzīvojumiem, dzīves beigās nav sarūgtināti.

6.

NAV UNIVERSĀLA IETEIKUMA, KĀ PĀRVARĒT KRĪZES. TOMĒR BĒDAS, KAS NOFORMULĒTAS UZ PAPIRA, IR BĒDAS, KAS IR NOST NO SIRD.

Strādājot ar onkoloģiskajām pacientēm, mēs, ārsti, viņām ieteicām terapijas laikā rakstīt dienasgrāmatu. Atcerēties labos, gaišos brīžus, bet arī atbrīvoties no vilšanās un bēdām. Bēdas, kas noformulētas uz papīra, ir bēdas, kas ir nost no sirds. Kā latvieši dzied – *liku bēdu zem akmeņa, pāri gāju dziedādama...* Slimība neskatās uz vecumu, dzimumu vai materiālo stāvokli. Saslimst arī jaunas sievietes, mātes ar maziem bērniem. Kad viņas saprot, ka slimības dēļ nepiedzīvos bērna pieaugšanu, viņām sāp, ka bērns neatcerēsies savu māti un īso kopējo dzīvi. Dažās Rietumeiropas valstīs paliatīvās onkoloģijas nodaļās jau pāris gadu strādā darbinieki, kuri pieraksta slimnieces dzīvesstāstu un sagatavo biogrāfisku video vai

grāmatu topošajiem bērņiem. Šāda mantojuma sagatavošana saviem bērņiem dod mātei mieru.

7.

SAJŪTA, KA GRŪTĪBĀS VARI PAĻAUTIES UZ SAVIEM SPĒKIEM UN NEATKARĪGI NO CITIEM TĀS PĀRVARĒT, IR ATBRĪVOJOŠA UN STIPRINA PAŠAPZIŅU.

Katrai jaunai meitenei ir atļauts sapņot savu dzīves sapni un cerēt, ka tas piepildīsies. Taču kādā mirklī viņai vajadzētu mierīgi apsēsties un reāli pārdomāt savu nākotni. Rados un draugos ir redzēti gan šķirti pāri, gan vientuļās māmiņas, kuras vienas rūpējas par bērņiem un strīdas ar bijušajiem draugiem, vīriem par alimentiem, gan draudzenes, kuras neapmierinātas strādā gadījuma darbus. Retie ir piedzimuši bagātnieku ģimenē, tāpēc jāsaprot, ka dzīves iztika būs jānopelna. Kvalificētam, adekvāti atalgotam darbam ir nepieciešama izglītība. Tāpēc, jaunā meitene, mācies, mācies un mācies! Nauda nepadara cilvēku laimīgu, bet tā noteikti palīdz samaksāt rēķinus, segt ikdienas izdevumus. Samērā droši pienāks laiks, kad būs jānes atbildība ne tikai par savu dzīvi, bet arī tiešām vēl nevarīgu, jaunu dzīvību. Turklāt sajūta, ka grūtībās vari paļauties uz saviem spēkiem un neatkarīgi no citiem tās pārvarēt ir atbrīvojoša un stiprina pašapziņu.

8.

MŪSU ŠODIENAS KĻŪDAS IR MŪSU NĀKOTNES ATMIŅAS.

Kad ieklausās vecvecāku paaudzes atmiņās, viņi stāsta par saviem piedzīvojumiem, veiksmi un arī par savām kļūdām, nevis citu cilvēku labajiem padomiem. Mūsu šodienas kļūdas ir mūsu nākotnes atmiņas. Turklāt lielākā daļa nepieļauj tādas dzīves kļūdas, kuras laika gaitā nevarētu izlabot.

VĒRTĪGI IR IEKLAUSĪTIES MIRSTOŠO CILVĒKU ATZIŅĀS. DAUDZI NOŽĒLO, KA LAIKS AR BĒRŅIEM PAVADĪTS PĀRĀK NEVĪŽĪGI.

9.

NĀVE MAN ŠKIET CILVĒCES LIELĀKĀ MISTĒRIJA.

Esmu piedzīvojusi, ka, sperot savas dzīves pēdējo soli, cilvēks mirst ar mierpilnu sejas izteiksmi, un esmu piedzīvojusi, ka cilvēks līdz pēdējām mirklīm cīnās ar nāvi.

Tāpat kā piedzimšana, arī miršana ir process. Tas nenotiek ātri, izņemot nelaimes gadījumus. Vērtīgi ir ieklausīties mirstošo cilvēku atziņās. Reti kāds sūdzas, ka viņa mašīna bija vecāka un mazāka nekā kaimiņa mašīna, bet daudzi nožēlo, ka laiks ar bērņiem, mazbērņiem pavadīts pārāk nevīžīgi. Sievietes, kuras bija manas pacientes, bieži garīgi atgriezās bērnībā un skolas gados. Šīs atmiņas ir tik dziļi mūsu smadzenēs, ka izzūd pēdējās.

Ar mirstošām sievietēm piedzīvoju arī to, ka viņas savu beidzamo elpas vilcienu izdarīja, kad piederīgie bija izgājuši no istabas. Pat nāves mirklī viņas atviegloja un remdēja piederīgo sāpes.

10.

KAD SĀKU STRĀDĀT MEDICĪNĀ, MUMS BIJA RĪTA UN PĒCPUSDIENAS APSPIEDES PAR TO, KĀDU TERAPIJU VAJAG PACIENTAM. PĒDĒJOS GADOS ŠO JAUTĀJUMU AIZVIETOJA AR CITU – CIK ŠĪ TERAPIJA MAKSĀS? TĀ IR EKONOMIKAS PRIORITĀTE, KAS IENĀK MEDICĪNĀ.

Galējības nav pareizas. Ja ekonomiskā puse pilnībā tiek ignorēta, notiek resursu izšķērdēšana. Taču, ja ekonomiskie apsvērumi medicīnā dominē, var nonākt pie situācijas, ka inovatīvām, bet dārgām terapijām daži pacienti pēkšņi izrādās pārāk veci, bet citiem ir nepietiekama veselības apdrošināšana.

Uzskatu, ka pacients nedrīkst nonākt kādā datoru algoritmā, kas izlemj par labu vai par sliktu kādai terapijai. Diagnozei un terapijai jāpaliek kompetenta ārsta rokās, kurš vispirms ievēro pacienta vajadzības, bet blakus tam neignorē arī ekonomiskos apsvērumus.

11.

JA LIEKAS, KA TAS, KO DARA TUVS CILVĒKS, IR GARLAICĪGI, TAD NEVAR KOPĀ NODZĪVOT DZĪVI.

Ja tuvs cilvēks strādā citā profesijā, diezgan pašsaprotami paveras ieskats citā pasaulē. Profesija parasti ietekmē cilvēka domāšanas veidu. Mākslinieks domā citādi nekā mācītājs, jurists domā citādi nekā zemnieks. Cenšos izmantot iespējas, ka tik nepiespiestā gaisotnē drīkstu ieskatīties citā pasaulē, mācīties un paplašināt apvārsni. Nevajag dzīvot savā burbulī.

12.

SAVĀ PROFESIJĀ IZBAUDĪJU TO, KA NEVARĒJU DARBU ŅEMT LĪDZI UZ MĀJĀM.

Dažos gadījumos pacienta bēdas turpināja nodarbināt domas, taču operācijas palika operācijas zālē un dzemdības – dzemdību zālē. Kad biju mājās, biju laimīga ar ģimeni un, kad strādāju slimnīcā, jutos laimīga un novērtēta darbā. ■