

Drodzy Rodzice!

W listopadzie proponuję Wam artykuł o przemijaniu. Jest to miesiąc pamięci o zmarłych, tych którzy już od nas odeszli, a za którymi mimo upływu czasu tak bardzo tęsknimy. Są to zmarli z naszych rodzin, przyjaciele, rodzice, dziadkowie, czasem także osoby młode, a nawet małe dzieci. Wszyscy bardzo przeżywamy stratę bliskich, ale dotyczy to nie tylko nas- dorosłych. Dzieci także, na swój sposób tęsknią za zmarłymi. Nie warto oszukiwać ich, że ukochana babcia czy dziadek albo ulubiony chomik tylko gdzieś odeszli, wyjechali... One zrozumieją to już niedługo i może pozostać żal, że nie zachowaliśmy się szczerze. Może warto razem z dzieckiem zapalić znicz na grobie babci czy dziadka i zwyczajnie porozmawiać. Zachęcam do chwili zadumy.

Przemijanie naszych bliskich

Omówienie zagadnienia przemijania stanowi dla mnie poważne wyzwanie. Zastanowienie się nad jego istotą oraz próba usystematyzowania myśli są potrzebne, zwłaszcza w dzisiejszym, tak bardzo zabieganym świecie. Wymaga bowiem wyciszenia, dotarcia w głąb siebie, pomyślenia o sprawach egzystencjalnych. Przecież tak naprawdę tylko śmierć jest zjawiskiem nieuchronnie dotykającym każdego i to bez względu na stan społeczny, narodowość czy wyznanie. Umierają wszyscy, starzy i młodzi, wierzący i ateści, biedni i bogaci. Ta niesamowita „sprawiedliwość” natury wzbudza w człowieku jakiś lęk przed nieznanym i nieubłaganim losem, ale również szacunek wobec nieodgadnionego Wielkiego Majestatu- Boga. Już sam tytuł książki Davida Kesslera „Śmierć jest częścią życia. O prawo do godnego umierania” wskazuje na niezbywalne prawo każdego człowieka do śmierci w godnych dla niego warunkach, z poszanowaniem jego uczuć, indywidualności i potrzeb. Śmierć jest chyba najtrudniejszym „zadaniem”, jakie musi wykonać każdy człowiek. Stawić czoła śmierci musimy wszyscy, najpierw, gdy umierają nasi bliscy, a potem, gdy odchodzimy sami. Ważne jest, w jakich okolicznościach człowiek umiera- leżąc samotnie na sali szpitalnej, w swoim pustym domu bądź otoczony bliskimi czy też w hospicjum- „miejscu, do którego droga prowadzi tylko w jedną stronę”, jak wyraziła to J. Kwaśniewska w książce „Hospicja nadziei”(W. Falkowski, s.13). To krótkie zdanie dzięki swojej prostocie zapada w pamięć. Żyjemy jakby z dala od świadomości, że gdzieś tam, w hospicjach i szpitalach są ludzie, którzy umierają, gasną, znikają z tego świata. Nie zastanawiamy się nad tym zbyt często- chyba z powodu lęku, że nie udźwigniemy tego ciężaru bólu, trudu i ogromnego smutku. Boimy się starości i tego, co ze sobą niesie. Ktoś powiedział, że starość jest jedyną rzeczą, jaka nie udała się Panu Bogu i jest w tym trochę racji. Gdyby starym ludziom zawsze

towarzyszyło dobre zdrowie i rodzina może byłoby inaczej. Ale choroby, ból, brak poczucia bezpieczeństwa, a nader wszystko samotność sprawiają, iż śmierć w każdym chyba człowieku budzi lęk. Dochodzi tu też pytanie o życie po naszej śmierci(jak sobie inni poradzą bez nas?). Śmierć wywołuje w nas także żal, ogromny, niewypowiedziany żal za tym, co minęło, czego się nie zdążyło zrobić, zobaczyć, gdzie się nie zdążyło być; żal swoich złych uczynków, przykrości wyrządzonych bliskim, za które często nie zdążyło się przeprosić, żal za tym, że kogoś nie zdążyło się pożegnać. Anna Dodziuk podejmuje te trudne sprawy w swojej książce pod znamienym tytułem „Nie bać się śmierci”. Zmniejszy lęk pomoże „przygotowanie” się do niej, ale „Uciekamy od tego, bo boimy się śmierci, a boimy się z braku przygotowania, do którego się nie zabieramy, bo się boimy”(„Nie bać się śmierci”, s.38). To błędne koło lęku należy przerwać, bo przecież nie można przez całe życie bać się śmierci i wyczekiwać na nią z lękiem na każdym kroku. Ważne jest zatem osobiste przygotowanie, co ciekawie przedstawia „Śpiewnik pogrzebowy Kościoła Ewangelicko-Augsburskiego”: *Prędko czas upływa życia doczesnego. Śmierć do grobu wzywa ciebie tak pewnego, czuwaj przeto dnia każdego.* „Oznacza to przeżywanie każdego dnia tak, jakby był jedynym dniem, jaki otrzymaliśmy(...) Ażeby cenić życie na co dzień, nie tylko zbliżając się do spodziewanego końca, trzeba śmiało uznać niechybność własnej śmierci i pogodzić się z nią”. To przygotowanie nie oznacza, że lęk całkowicie zniknie. On będzie nadal, ale łagodniejszy. Lęk przed śmiercią dotyczy też często śmierci przedwczesnej, *niezapowiedzianej*, nagłej. Antonina Ostrowska w książce „Śmierć w doświadczeniu jednostki i społeczeństwa” przypomina, że katolicy modlą się o wybawienie od niespodziewanej śmierci, gdyż nie daje ona możliwości zakończenia swoich ziemskich spraw, pożegnania się z bliskimi, a także zaprzepaszcza szansę spowiedzi i Ostatniego Sakramentu, co jest wyjątkowo ważne dla ludzi wierzących, a także dla ich rodzin. Bliscy lepiej znoszą stratę, wiedząc, że zmarły przed śmiercią pojednał się z Bogiem. Kontynuując wymiar religijny śmierci, przytoczę jeszcze wypowiedź prof. Krystyny de Walden-Gałuszko: „Dla człowieka znajdującego się w sytuacji stanu terminalnego szczególnie ważna staje się potrzeba zrozumienia sensu życia. W tym mieszczą się pytania o sens choroby, cierpienia”(„Hospicja nadziei”, s.44). Odpowiedzi na te pytania pomagają znajdować psycholodzy, terapeuci oraz duszpasterze. Pięknie pisze o tym profesor: „Zdarza się, że ludzie w stanie terminalnym sami lub pod wpływem oddziaływań duszpasterskich zmieniają swoją dotychczasową hierarchię wartości. Zdrowie i życie- główny problem osób zagrożonych ich utratą- ustępuje na rzecz innych priorytetów: osobowego kontaktu z Bogiem, pogłębionych więzi z rodziną”.

Żałoba wiąże się z zaprzeczaniem i szokiem, towarzyszy jej ból, samotność i tęsknota, na końcu zaś (nie zawsze) dochodzi do akceptacji utraty. Ważny w pogodzeniu się z nią jest rytuał pożegnania, zamknięcia pewnego etapu życia, bowiem „każda strata wymaga odżałowania”. Naturalnymi sposobami są tu zachowania religijne- pogrzeb, kondolencje, Msza Św., oplakiwanie zmarłego. A więc trzeba pozwolić mu odejść w spokoju, co przecież nie oznacza, że odejdzie z naszego serca- ale to symboliczne pogodzenie się ze stratą ma działanie oczyszczające dla nas. Pozwala nam dalej normalnie żyć. Myślę, że chyba najtrudniejsza w umieraniu jest samotność, odchodzenie z dala od domu i rodziny, np. w hospicjum. Warto jednak pamiętać, iż hospicjum to też jest życie, a nie jakaś forma wegetacji, i dla tych ludzi ogromnie ważne jest, jak mogą przeżyć te ostatnie lata, miesiące czy też dni swego życia. Najlepiej oddadzą tę myśl słowa Cicely Saunders („Hospicja nadziei”): „Zrobimy wszystko, co można, nie tylko by pomóc ci umrzeć w pokoju, ale także, abyś mógł żyć aż do chwili śmierci”(s.23). Zdanie to można potraktować jako ideę pracy hospicyjnej. Hospicja ważne są także dlatego, że niosą wykwalifikowaną pomoc osobom pogrążonym w żałobie po odejściu bliskich. Etap żałoby jest najtrudniejszy w całym życiu człowieka i dobrze jest, gdy nie pozostawia się go samemu sobie, lecz wspiera w tak ciężkich momentach, ale trzeba pamiętać, że „osieroconemu należy towarzyszyć, a nie *leczyć* go” oraz nie przyspieszać procesu żałoby, gdyż każdy człowiek reaguje całkiem inaczej i czas pogodzenia się ze stratą jest bardzo zróżnicowany. Myślę, że nieraz żałoba nie kończy się wcale, bo boimy się przyznać, że tej osoby pośród nas już nie ma. Śmierć jest częścią naszego życia, jest ostatnim jego elementem. Jest najnaturalniejszym, ale też i najsmutniejszym procesem na świecie. Każdy ma prawo, aby umrzeć godnie, bo to ostatni przystanek na tej drodze. W śmierci człowiek odnajduje swoją dojrzałość chrześcijańską, człowieczeństwo i zbawienie. Wzoru godnego umierania- *ars moriendi*- dostarczył nam Jan Paweł II. Ksiądz Marian Machinek ujął to tak: „Ta niezwykła ostatnia papieska katecheza streszcza się w zaproszeniu do doceniania wagi tego ostatniego aktu życia, jakim jest ludzkie umieranie”(w „Śmierć w doświadczeniu...”, s.111). Chociaż jest to bardzo trudne, uczmy się tej akceptacji *ostatniego aktu* w teatrze naszego życia, pamiętając, że w tej ostatniej drodze nie jesteśmy sami- towarzyszy nam Św. Krzysztof, który przeniósł przez potok Jezusa, obecnie czczony jako patron podróżnych (jeden z obrazów Mariana Bohusza-Szyszko, męża C. Saunders przedstawia właśnie ten moment „Św. Krzysztof przenoszący Chrystusa”- zamieszczony wraz z całym Cyklem Chrystologicznym w książce „Hospicja nadziei”). Pomyślmy zatem, że jest to podróż na tamtą stronę, a nasi bliscy już tam na nas czekają.

Opracowała Marta Bogusz