

Spřátelení se se smrtí?

...krátké listopadové zamyšlení nad životem a smrtí....

Nedávno jsem se zeptala jednoho svého známého, co by ho zajímalo si přečíst na téma smrt. Odzbrojil mě tím, že mi řekl, že naprosto nic, že se tomuto tématu snaží vyhýbat a myslet na něj co nejméně. Vlastně se mu ani nedivím, přijde mi, že téma smrti je pro nás všechny hodně smutné, vážné až šokující. Pokud se jím nemusíme zabývat v našich životech, tak se mu opravdu snažíme vyhnout. Každého z nás potkalo nějaké setkání se smrtí v podobě ztráty blízkého člověka a víme, jak to bylo pro nás těžké. S některými ztrátami se nám v průběhu života podařilo vyrovnat a některé nás stále bolí.

Všichni se společně snažíme, abychom byli v životě šťastní a spokojení a tyto situace se snažíme nejen vytvořit, ale také si je udržet. A na druhé straně se často chceme vyhnout všemu bolavému a smutnému. Ale život sám o sobě zahrnuje narození i smrt, něco začíná a něco končí, jedno bez druhého není možné... Z podstaty naší existence se tomu vlastně vůbec vyhnout nemůžeme. Takže je opravdu zvláštní, že často děláme, že smrt vlastně pro nás ani neexistuje, že se nás netýká. A myslíme si, pokud se nás někdy týkat bude, tak ale určitě ne v blízké budoucnosti. K životu samotnému často přistupujeme s velikou samozřejmostí a někdy až ve smyslu určité samozřejmé danosti.

Když si povídám s lidmi, kteří jsou vážně nemocní a jistota jejich života je ohrožena nebo s lidmi, kteří ztrácí nebo už ztratili blízkého člověka, tak si v setkávání s nimi uvědomuji, že to, co je považované za obyčejné a samozřejmé získává v jejich situaci na vzácnosti a jedinečnosti. Jde vlastně jen o změnu úhlu pohledu. Už je to pár let nazpátek, co jsem si jednou náhodně povídala se starší ženou z místa, kde jsem se narodila a ještě teď ji slyším, jak mi s takovou touhou v hlase říká, jak moc by si přála, dožít se ještě jednoho jara a léta. ... Něco, co běžně považujeme za úplnou samozřejmost, že prostě nastane.

Velmi na mě zapůsobil film Akira Kurosawi *Sny*, kde je scéna pohřbu, který je oslavou života. Průvod prochází vesnicí a lidé se radují. Starý vesničan říká cizinci, jak místo truchlení nad ztrátou oslavují prožitý život zemřelého....Nechci nic zlehčovat, protože téma smrti není nic lehkého. Ale zároveň širší pohled na smrt v sobě obsahuje hodně živého. Když něco končí, tak něco jiného začíná, život je vlastně neustálá změna, nic nezůstává stejné. Někdy se to děje velmi nenápadně a jindy velmi viditelně. Nechci moc filozofovat, ale trochu to přeci jen svádí....Myslím, že všichni se snažíme udržet to dobré, co máme a chceme odstrčit to, co není příjemné....To samotné v sobě předpokládá hodně boje a vynaloženého úsilí. Je obtížné přijímat životní situace s tím jaké jsou a co přinášejí a nechtít je změnit, když to není možné.

Jeden člověk mi před pár dny řekl, že smrt mu pomáhá žít. Nejdříve jsem úplně nerozuměla tomu, co tím myslí. Ale objasnil mi to tím, že ztráty v jeho životě ho dovedly k tomu, aby se těšil z toho co má a co mu život přináší a přestal si tolik všímat toho, co mu chybí a nemá. Často v rozhovorech a setkáních s lidmi, kteří si v životě prošli různými ztrátami a bolestmi, vnímám jejich velikou otevřenost, laskavost, ocenění života a hluboké spojení s ním. A setkání s lidmi, kteří prožívají strach ze ztráty svého života nebo svých blízkých, často probíhá ve veliké otevřenosti a pravdivosti, tam už není místo na předstírání.

Do názvu mého článku jsem dala „spřátelení se se smrtí“, tedy přesněji mám na mysli spřátelní se se strachem ze smrti. Když máme odvahu dívat se na sebe, navázat dobrý vztah sami se sebou a nezavírat

oči před tím, co se v našem životě a životě druhých děje, tak to, co prožíváme a čeho se bojíme, můžeme poznat a prozkoumat naplno. Dozvíme se toho hodně sami o sobě a ono nás to přirozeně promění.

V listopadových dnech často víc než kdy jindy vzpomínáme na své blízké, kteří už nejsou s námi, myslíváme na ně, jak jsme je znali a co jsme s nimi prožili. Často nám taky chybí a jsme smutní, že jsme je ztratili. Nebo vzpomínáme na to, co nám chybělo a čeho se nám nedostávalo. Vzpomínky mohou být různé. A buď jsme s tím, co se stalo, smířeni, nebo prožíváme ztrátu a bolest. Ztráta druhých nám ale také připomíná naši vlastní smrtelnost a strach z naší vlastní smrti. Můžeme k tomu přistupovat různě: se strachem, ignorací nebo humorem, pokud jsme toho schopni. Ale jedno je jisté, že ani nám se bohužel smrt nevyhne.

Woody Allen někde řekl, že se nebojí smrti, jen u toho ale nechce být, až se to stane....Nemám žádný konkrétní návod, jak se smrtí zacházet. Je to na každém z nás, na naší životní zkušenosti, na našem přístupu k životu a ke smrti. V jednoduchých a obyčejných věcech je často veliká síla a naše životní zkušenost nám napoví.... Mít odvalu se potkat sami se sebou, se svými strachy a odvalu přijít blíže k těm, kteří někoho ztratili a být tu pro ně. Říct si o to, co sami potřebujeme a nabídnout zájem, podporu a citlivost k tomu, co potřebují druzí. Prostě dát obyčejnou a velmi cennou lidskou blízkost. A když tedy žijeme, pojďme žít a užít si to...

Pavína Vedralová