

PREZRTI ČAS

Bodimo ob
neozdravljivo bolnih,
umirajočih in žalujočih

IVAN PLATOVNJAK DJ

Ivan Platovnjak DJ

PREZRTI ČAS

Bodimo ob neozdravljivo bolnih, umirajočih in žalujočih

Izdaja: prva

Jezikovni pregled: Anica Horvat

Oblikovanje in grafična priprava: Marin Šantić

Izdala in založila: Založba Dravlje

Za založbo: Marjan Kokalj DJ

Imprimatur

Št. 10-19/25, 20. 8. 2025;

msgr. dr. Andrej Saje, novomeški škof in predsednik sšk

Tisk: Schwarz print d.o.o.

Naklada: 2000

Ljubljana 2025

Knjiga je nastala v okviru raziskovalnega programa »Religija, etika, edukacija in izzivi sodobne družbe (P6-0269)« in raziskovalnega projekta »Moč čustev in status ženskih likov v različnih literarnih žanrih Stare zaveze (J6-50212)«, ki ju sofinancira Javna agencija za znanstveno raziskovalno in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije (ARIS).

CIP - Kataložni zapis o publikaciji

Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

27-186

616-036.8

PLATOVNJAK, Ivan

Prezrti čas : bodimo ob neozdravljivo bolnih, umirajočih in žalujočih
/ Ivan Platovnjak. - 1. izd. - Ljubljana : Dravlje, 2025

ISBN 978-961-6748-72-8

COBISS.SI-ID 249366531

PREZRTI ČAS

Bodimo ob
neozdravljivo bolnih,
umirajočih in žalujočih

IVAN PLATOVNJAK DJ



Kazalo

Knjigi na pot — II
Spremna beseda — 13

PRVI DEL

Stiske in upanja neozdravljivo bolnih in umirajočih

Ko izvemo, da smo neozdravljivo bolni ali da umiramo — 23
Ostanemo brez besed — 24
Preplavijo nas občutja — 27
Misli švigajo v vse smeri — 29
Upajmo si izraziti svoja občutja in misli — 31

Po čem hrepenimo, ko se življenje nagiba h koncu — 34
Hrepenimo po bližini — 34
Hrepenimo po slišnosti — 37
Hrepenimo po odpuščanju in spravi — 41
Hrepenimo po smislu, miru, upanju in da bi se lahko poslovili — 44

Kaj naj uredimo, preden odidemo — 48
Uredimo odnose in podarimo duhovno oporoko — 48
Uredimo vse potrebno, tudi oporoko — 55
Razmislimo tudi o »vnaprej izraženi volji bolnika« — 58
Pogovorimo se o slovesu — 61

Zadnji trenutki in slovo — 63
Naše telo se pripravlja na odhod — 63
Umikamo se v notranji svet — 66

Dotik in bližina ostajata naša govorica — 68
Izrekamo zadnje besede, podarjamo zadnje poglede — 71

Ko zastane srce, nastopi svet trenutek — 74

Navzočnost ob smrti – milostni dar — 75
Vsako slovo je edinstveno — 76
Ko nismo ob njem, a ga ne zapustimo — 80
Ne prekinimo poti življenja — 82

DRUGI DEL

Biti v oporo neozdravljivo bolnim in umirajočim

Ko izvemo, da je naš bližnji neozdravljivo bolan ali da umira — 88

Prva novica: udarec, ki zareže v srce — 88
Občutja in misli, ki nas preplavijo — 92
Kaj storimo s čustvenimi in miselnimi viharji — 96

Bližina, ki preobraža — 103

Ko besede umolknejo, ostane bližina — 103
Ko bližina ni več beseda, ampak telo — 105
V vsakdanjem se zgodi svetost — 107
Posvečeni odnosi – bližina, ki prenovi — 109

Ko ne zmoremo več — 113

Bližina, ki jo potrebujemo — 113
Ko ne zmoremo sami: dragocenost strokovne pomoči na domu — 115
Ko sistem zataji: zakaj potrebujemo dostopno paliativno oskrbo — 118
Ko postane dom za ostarele prostor ljubezni in olajšanja — 119

Kako smo lahko v oporo kot sorodnik, prijatelj, sosed, sodelavec — 121

Ko ne vemo, kaj naj rečemo, pa vseeno ostanemo — 121

Drobne geste, ki pomenijo ogromno: podpora širšega kroga ljudi — 124
Kako konkretno pomagati — 126
Biti opora je dar in poklicanost — 128

Vloga župnije: občestvo kot opora — 131

Občestvo kot vidno znamenje Božje bližine — 131
Vloga župnijskega sveta, Karitas in drugih župnijskih skupin — 133
Ustanovitev skupine za spremljanje družin z bolniki — 136
Naša poklicanost: omogočiti Kristusovo navzočnost — 138

TRETJI DEL

Luč vere ob koncu življenja

Kje je Bog in kako zaupati v najtežjih trenutkih — 143

Ne odrešujeta trpljenje in smrt, temveč ljubezen — 144
Ko ne razumemo in nas boli: kako živeti z vprašanji
in s trpljenjem — 146
Luč vere v soočenju s smrtjo — 148
Upanje, ki vzdrži tudi v uri smrti — 150

Zakramenti kot znamenja dejavne Božje bližine — 153

Zakrament sprave: dar odpuščanja in osvoboditve — 155
Zakrament bolniškega maziljenja: dotik ozdravljajoče Božje jubezni - 159
Milostni dar svete maše in obhajila/popotnice — 167

Luč molitve v temi trpljenja in umiranja — 172

Molitev ob neozdravljivo bolnem in umirajočem — 172
Ko molitev utihne — 175
Ko molitev za ozdravljenje ni uslišana — 177
Sestavljene molitve: dar Cerkve v stiski — 180

Luč žive Božje besede in različnih molitev — 182

Luč Božje besede — 182

Kako nam je v pomoč Božja beseda — 183

Ritmične molitve: dihanje vere — 188

Molitve ob umirajočem: bližina v svetem trenutku — 192

Bližina v Duhu:

spremljanje neozdravljivo bolnih in umirajočih — 200

Kristjanova odgovornost: biti blizu v duhu in resnici — 200

Bistveni elementi spremljanja — 201

Kdo je duhovni spremljevalec — 208

ČETRTI DEL

Ko se življenje ustavi

Ko izgubimo bližnjo osebo — 213

Trenutek smrti nas vedno pretrese — 213

Vsako žalovanje je drugačno in sveto — 214

Priprava in pomen krščanskega pogreba — 217

Prvi koraki — 217

Izbira načina pogreba — 219

Potrebni dogovori — 224

Molitev pred pogrebom — 227

Pogreb – dejanje vere, upanja in skupnosti — 228

Žalovanje – sveta pot preobrazbe — 232

Začetek žalovanja: utrujenost, praznina in prve rane — 232

Valovi žalosti in iskanje opore v času brez podpore — 234

Pot preobrazbe bolečine in ljubezni — 237

Kako biti ob žalujočih – bližina, ki preobraža — 240

Ne bodimo reševalci — 241

Bodimo sopotniki — 242

Občestvo kot nosilec upanja — 244

Žalovanje otrok in mladostnikov — 246

Dojemanje smrti — 246

Vključevanje v slovo — 247

Žalovanje skozi vedenje — 248

Reference — 252

Slovarček — 255

Informacije — 261

O knjigi so povedali — 263

Knjigi na pot

O umiranju, spremljanju umirajočih in o žalovanju smo malo več začeli govoriti šele v zadnjem času, čeprav so ljudje vedno umirali in žalovali. Zdaj se o tem sicer malo več piše, v praksi pa je tega še vedno premalo. Tudi govorimo ne veliko o tem, kot da bi se te teme bali in jo najraje kar prezremo, čeprav je bistveni del našega življenja. Zato se mi zdi naslov knjige *Prezrti čas* kar ustrezen.

Prav vesela sem, da bo izšla. Takšnih knjig sem v življenju veliko prebrala, vsaka je bila po svoje zanimiva. Vsaka odkriva kaj dragocenega, česar druga morda ne v tolikšni meri. Tako mi je zanimiva in dragocena tudi ta knjiga. Govori pravzaprav o vsem, kar se dogaja ob umiranju in spremljanju umirajočih, malo manj o žalovanju. Poseben poudarek pa je v obsežnem poglavju o verovanju v času umiranja in žalovanja. To je tudi razumljivo, saj je avtor knjige duhovnik in govori o tem, kar je res bistveno za naše življenje.

Ob tem pa želim reči še nekaj drugega. Vse, kar piše v knjigah, je lahko zelo dragoceno in človeku veliko pomaga. Pa vendar v določenih primerih ne drži in se marsikaj razvija drugače. Vsak človek po svoje doživlja to pot. To moramo dopustiti in spoštovati in se tega tudi zavedati. Nikogar ne smemo siliti, da bi razmišljal in ravnal tako, kot smo v knjigi prebrali. Pa nič zato, prav je tako, kot vsak človek čuti. Spominjam se gospe pri šestdesetih letih, ki je pripovedovala, kako je že kot študentka prebrala precej knjig o umirajočih. Potem pa je kmalu po poroki njen mož hudo zbolel in ni bilo tako, kot je pisalo v knjigah. In zaključila je takole: »Kljub temu mi je branje teh knjig pomagalo, da sem lažje vzdržala,

čeprav je bilo drugače.« Zato je tako zelo pomembno, da te knjige beremo.

Nihče od nas ne more z gotovostjo govoriti o tem, kako se umira. Vsi, ki beremo in spremljamo, lahko samo sklepamo. Sam pa tega ni doživel nihče pred svojo smrtjo. Vse skupaj je povezano z veliko skrivnostjo.

Takšna knjiga je zelo dragocena za tistega, ki jo bere, pa tudi za tistega, ki jo piše. Lahko smo samo veseli, da je ta dragocena knjiga med nami.

Metka Klevišar

Spremna beseda

Kot kaplan sem vrsto let obiskoval starejše in bolnike ob prvih petkih. Mnogim sem tudi podelil bolniško maziljenje in sveto popotnico. A čeprav sem bil tam zanje, molil ob njih in jih spremljal z zakramenti, si nisem znal predstavljati, kaj vse v resnici doživljajo, ne oni sami ne njihovi svojci in spremljevalci. V skrivnostni svet njihovega trpljenja, tišine, notranjih bojev, upanja in poguma sem začel globlje vstopati šele, ko sem pred petnajstimi leti na pobudo Mire Dobravec začel poslušati žalujoče v Ignacijevem domu, kjer tudi delujem. Njihove zgodbe so mi odprle pot do globljega razumevanja umiranja in življenja.

Še bolj neposredno sem se z resničnostjo starosti, bolezní in slovesa začel srečevati ob svojih starših. Oče je dolga leta ljubeče skrbel za mamó, ki je počasi pešala. Ko pa se je tudi sam nenadoma zrušil pod težo let in bolezní, sem postal njegov negovalec. Še sedaj se živo spominjam tistega jutra, ko sem našel svojega očeta omotičnega in nemočnega. Preden so ga odpeljali na urgenco, sem ga prvič sam umil. Spominjam se, kako sem ga držal, ga pazljivo umival – in čutil, da se dotikam trpečega Kristusovega telesa. Tisti trenutek se je v meni nekaj premaknilo. Ne le kot sin, temveč kot duhovnik in človek sem vstopil v globoko občestvo sočutja in služenja.

Oba sta bila čez dober mesec sprejeta v Vincencijev dom Marijinih sester v Ljubljani. Od takrat ju grem zjutraj in zvečer uredit, enkrat na teden moja sestra z družino, za vse drugo pa poskrbijo Marijine sestre, za kar sem jim resnično zelo hvaležen. Ta izkušnja me je privedla do globokega spoštovanja in hvaležnosti do vseh, ki spremljajo in negujejo bolnike

doma, v domovih, v bolnišnicah. Pogosto ostajajo neopaženi, njihovo delo je prezrto. A gre za sveto delo, za utelešeno Božjo ljubezen, ki se uresničuje v tihih in skritih dejanjih vsakdana.

Zaznal sem klic, da dam besedo temu, kar tako pogosto ostaja neizgovorjeno in prezrto. Dojel sem, kako malo se v javnosti govori o tem, kaj doživljajo neozdravljivo bolni, umirajoči in žalujoči, njihovi svojci, spremljevalci in negovalci. Kot da bi šlo za tabu temo. A prav te izkušnje nosijo v sebi nekaj najplemenitejšega ter najbolj človeškega in Božjega. Želim, da to postane slišano. Da kulturo molka o trpljenju, umiranju in žalovanju postopno zamenja kultura spoštljive odprtosti do tega.

Če nismo ob neozdravljivo bolnih¹, umirajočih in žalujočih, prezremo prav tisti čas, ki v sebi nosi največ svetosti, lepote, dobrote, človeške in Božje globine. Prezremo dragocene trenutke znamenj ljubezni, hrepenenja, vere, trpljenja, sprave, preobrazbe in upanja – trenutke, ki jih pogosto nosijo tihi, zvesti spremljevalci. To je čas tihe, sočutne in spoštljive bližine, ki ne ozdravlja z zdravili, ampak z navzočnostjo. In prav ta prezrti čas lahko na poseben način preoblikuje tako tiste, ki odhajajo, kot tiste, ki ostajajo.

Naša družba pogosto hiti mimo takšnega časa. Potiska ga na rob – ga banalizira, prikriva, zamolči, kot da čas ranljivosti, bolečine, slovesa in žalovanja ne bi smel obstajati ali da nima vrednosti. Zato je toliko bolj dragocen vsakdo, ki se ustavi, ki si vzame čas za bližino. Ki ostane, ko je najtežje.

Če ostanemo blizu, z odprtim srcem, lahko v času bolezni, umiranja, slovesa in žalovanja zaslutimo, kako življenje in smrt tvorita skrivnostno celoto. Takrat nas resničnost smrti ne prestraši, ampak nas nauči o dostojanstvu, smislu, vrednosti in svetosti življenja – življenja, ki se s smrtjo ne uniči, temveč se spremeni.

¹ Kaj v tej knjigi pomeni »neozdravljivo bolni«, glej Slovarček, str. 256.

Zato nas ta knjiga vabi, da prepoznamo ta čas kot čas milosti – in da ostanemo ob bolnikih, umirajočih in žalujočih. Ko smo ob njih spoštljivo in sočutno navzoči, tudi sami začutijo, da ta čas ni prazen, temveč svet. In prav po takšni bližini postaja svet bolj človeški in bolj Božji.

K pisanju te knjige me je spodbudilo tudi magistrsko delo br. Dominika Papeža, ki ga je pod mojim mentorstvom leta 2021 napisal na Teološki fakulteti.² Njegovo raziskovanje mi je odprlo nova obzorja za lastna raziskovanja.³ Pomemben vir navdiha je bila s. Emanuela Žerdin, ki že vrsto let deluje v Ljubhospicu in s svojo izkušnjo duhovne oskrbe širi prostor razumevanja svetosti življenja, ki vključuje tudi smrt; pa tudi Metka Klevišar, pionirka hospic oskrbe⁴ v Sloveniji, in moj pokojni sobrat p. Marijan Šef DJ, ki je bil blizu bolnim in umirajočim. Škof msgr. dr. Franc Šuštar me je spodbudil, naj tudi sam kaj napišem na to temo. In seveda nešteti žalujoči, ki so z menoj delili svoje svete zgodbe spremljanja svojih hudo bolnih svojcev in slovesa.

Nisem želel napisati knjige, ki bi zgolj povzela strokovna dognanja ali znanstvene raziskave, saj je teh dovolj na voljo. Želel sem ponuditi glas tistim, ki pogosto ostanejo neslišani. Zato je temelj te knjige poslušanje: poslušanje pričevanj tistih, ki so spremljali svoje drage v zadnjih trenutkih. Tako sem jim dal priložnost, da spregovorijo o tem, kar pogosto ostane prezrto. Njihove zgodbe in izpovedi, skupaj z mojo osebno izkušnjo spremljanja, sestavljajo jedro te knjige. Večina je napisana v prvi osebi množine, ker trpljenje in smrt ni izkušnja nekoga drugega, ampak nas vseh. Gre za globoko človeško in duhovno pot, ki nas uči gledati ne le od zunaj, ampak stopiti bližje, biti ob njih in z njimi.

² Glej Dominik Papež (2021). ³ Glej Ivan Platovnjak (2022).

⁴ Kaj v tej knjigi pomeni »hospic oskrba«, glej Slovarček, str. 256.

V knjigi so zbrane resnične zgodbe,⁵ razmišljanja, molitve in tiho prizadevanje, da bi se neizrekljivemu približali s spoštovanjem in sočutjem. Ne ponuja enostavnih odgovorov, ne moralizira in ne poskuša olepševati. Njeno osrednje sporočilo je: tu sem, s teboj. V molku. V krik. V veri in v dvomu. V ljubezni, ki ostaja do konca in onkraj.

Ker je spremljanje onemoglih in bolnih zelo obsežna tema, sem se osredotočil na obdobje, ko bolnik sam ali njegovi bližnji izvejo, da ni več možnosti ozdravitve, ko se začne pot paliativne oskrbe⁶. Vsaka knjiga ima svoje meje, saj je nemogoče vse zaobjeti. Upam, da bo mnogim v pomoč, da bodo v njej prepoznali svojo izkušnjo in ob njej lažje našli besede, moč in bližino.

Zahvaljujem se vsem, ki so me s svojo prisotnostjo, nasveti, spodbudami in molitvijo spremljali pri nastajanju tega dela. Posebej pa hvala Anici Horvat, ki je besedilo skrbno lektorirala in mu pomagala zadihati v še bolj jasni in sporočilni obliki. Iskrena zahvala tudi dobrotnikom, ki so omogočili izdajo knjige.

Knjiga je razdeljena na štiri dele, ki vsak na svoj način osvetljuje skrivnost spremljanja neozdravljivo bolnih in umirajočih:

V prvem delu (*Stiske in upanja neozdravljivo bolnih in umirajočih*) sem želel dati glas tistim, ki so izvedeli, da njihovo življenje ne vodi več proti ozdravitvi, ampak proti slovesu. Poglavja govorijo o tem, kaj se v nas prebudi, ko izvemo za neozdravljivo bolezen, kakšna hrepenenja vzniknejo ob koncu življenja, kaj si želimo še urediti, kako poteka proces umiranja in kaj pomeni trenutek smrti. Ne opisujejo le telesnega do-

⁵ V knjigo je vključenih trideset pričevalcev. Povsod so zapisana njihova prava imena z njihovim privoljenjem in globokim spoštovanjem do njihovega zaupanja. Vsem sem iskreno hvaležen za pogum, iskrenost in dar, da so z menoj – in zdaj z bralcem – delili svojo sveto izkušnjo.

⁶ Glede uporabe pojma »paliativna oskrba« glej Slovarček, str. 257.

gajanja, temveč predvsem notranjo resničnost: stisko, upanje, hrepenenje po spravi, hvaležnost, slovo. Z njimi želim bralca povabiti, da se približa izkušnji umirajočih in vstopi v njihovo notranjo pokrajino z odprtim srcem⁷.

Drugi del (*Biti v oporo neozdravljivo bolnim in umirajočim*) je namenjen vsem, ki jih spremljajo: svojcem, prijateljem, sosedom, sodelavcem in tudi članom župnijskih občestev. Ob poslušanju mnogih sem spoznal, kako ranljiva in hkrati močna je bližina, ki jo lahko damo človeku v stiski. Ta del prinaša vpogled v različne vidike spremljanja: od prvega odziva, ko izvemo, da je možna samo še paliativna oskrba, do naporov, ko spremljanje preseže naše moči. V njem spregovorim o pomenu telesne bližine, o načinih konkretne opore in o vlogi župnije kot občestva. Spodbujam k razmisleku, kako biti drug drugemu v oporo z dejanji ljubezni, v sočutni navzočnosti.

Tretji del (*Luč vere ob koncu življenja*) osvetljuje duhovno razsežnost spremljanja in umiranja. Sprašujemo se: Kje je Bog v vsem tem? Kako zaupati, ko ne razumemo? V tem delu se prepletajo razmisleki o vlogi Božje besede, zakramentov, molitve in duhovnega spremljanja. Osebna pričevanja razkrivajo, kako vera ni vedno gotovost, ampak pogosto hrepenenje in iskanje. Božja luč tudi v trenutkih teme ne ugasne. Prav nasprotno, pogosto zasveti prav tam, kjer je vse ranljivo, brez besed, a polno prisotnosti. Ta del ostaja zasidran v krščanski duhovnosti⁸, saj iz nje črpa svoj jezik, simboliko in upanje. Ne prinaša lahkih odgovorov, ampak želi odpreti prostor za iskanje smisla, vrednot in odgovorov na življenjska vprašanja, ki se prav v času neozdravljive bolezni in umiranja pojavijo z vso ostrino.

Zadnji del knjige (*Ko se življenje ustavi*) se dotika časa po

⁷ Kakšen je v tej knjigi globlji pomen besede »srce«, glej Slovarček, str. 259.

⁸ Glede uporabe pojma »duhovnost« glej Slovarček, str. 255.

smrti bližnje osebe. Poglavja govorijo o bolečini izgube, o pomenih in obredih krščanskega pogreba, o žalovanju kot procesu preobrazbe in o tem, kako smo lahko v oporo žalujočih. Želim spodbuditi razumevanje, da žalovanje ni šibkost, temveč sveta pot preobrazbe, v kateri skupnost, obredje in vera odpirajo prostor upanja.⁹

Ta knjiga ni znanstvena razprava ali klasičen priročnik. Je pričevanje. Je prostor poslušanja in soudeleženi. V njej govorijo neozdravljivo bolni, umirajoči in njihovi spremljevalci. V njej govorimo mi vsi, ki se ob skrivnosti življenja in smrti učimo biti bolj človeški, bolj navzoči, bolj Božji.

Morda knjiga ne bo dosegljiva tistim, ki so že skoraj na koncu poti, a v njej je veliko stavkov, ki lahko izrazijo njihovo doživljanje ali postanejo tiha molitev in tolažba. Zato je preventionen namenjena vsem, ki spremljajo neozdravljivo bolne in umirajoče: njihovim svojcem, prijateljem, župnijskim sodelavcem, prostovoljcem in vsem, ki se v srcu odzovejo na klic bližine in sočutja. Koristna utegne biti tudi pastoralnim delavcem, negovalnemu osebju in vsem, ki se želijo približati skrivnosti umiranja z več sočutja, spoštovanja in razumevanja. Vsem, ki želimo sredi zmede, bolečine in nemoči ohraniti srce odprto. V njej bomo našli izpovedi, ki nam pomagajo dojeti, kaj doživlja umirajoči. Kako trpi. Kako hrepeni. Kako je včasih tih, drugič uporniški, pogosto pa samo človeško ranljiv. In tudi, kaj vse preživlja tisti, ki ga spremlja v veri, ljubezni in nemoči.

Naj bo ta knjiga sopotnica v trenutkih, ko ne vemo več, kaj reči, a vemo, da moramo ostati. Naj pomaga sočutno in spoštljivo poslušati¹⁰ in najti besede za tisto, kar slutimo. Naj

⁹ Ta del knjige je krajši, saj je o tem več napisano v knjigi *Preobrazba bolečine: skupaj na poti žalovanja* (Platovnjak 2025).

¹⁰ Kaj v tej knjigi pomeni spoštljivo in sočutno poslušanje, glej Slovarček, str. 258.

bo tiha opora v molitvi, pogovoru in bližini. Naj nas nežno spremlja v naši ljubezni, bolečini in veri, da vemo: nikoli nismo sami.

PRVI DEL

**STISKE IN
UPANJA
NEOZDRAVLJIVO
BOLNIH IN
UMIRAJOČIH**

Ko izvemo, da smo neozdravljivo bolni ali da umiramo

Ko človek izve, da je neozdravljivo bolan¹¹, se nekaj v njem nenadoma spremeni. A resnica ne pride vedno skozi jasno besedo zdravnika. Včasih ostane neizrečena. Včasih zdravnik pove le nekaj namigov, brez dokončne potrditve. Drugič svojci v skrbi ali strahu ne povedo vsega. Pogosto tudi sam bolnik slutni, kaj se dogaja, a molči. Ne želi obremenjevati drugih. Ne želi povedati na glas tistega, česar se najbolj boji. In zato se začne s svojim slutnjami spopadati v tišini.

Ta trenutek, ko se nekaj prelomi v notranjosti, je začetek poti, ki je globoko človeška in hkrati skrivnostna. Zunaj se ne zgodi nič očitnega. V notranjosti pa vse zastane.

Besede, ki sledijo, niso razlaga, ampak prisluškovanje. Ne pripovedujejo, kako naj bi bilo, ampak poskušajo ujeti, kar se morda dogaja v srcih tistih, ki stopajo na pot slovesa. Zbrane so iz tišine, iz stavkov, iz pričevanj tistih, ki so bili zraven in včasih šele kasneje razumeli, kaj so njihovi dragi takrat doživljali.

V naslednjih zapisih bomo prisluhnili temu, kar pogosto ostaja neizrečeno – tišini, mislim in občutjem ljudi, ki so se znašli pred veliko skrivnostjo slovesa. Zapisane so v prvi osebi množine, ker je to izkušnja, ki se lahko dotakne vsakega

¹¹ Kaj v tej knjigi pomeni »neozdravljivo bolni«, glej Slovarček, str. 256.

izmed nas, kadar smo blizu umirajočim ali kadar v sebi slutimo, da se življenje nagiba h koncu.

OSTANEMO BREZ BESED

»Prištet sem med tiste, ki se pogrezajo v jamo, postal sem kakor mož, ki je vso moč izgubil.« (Ps 88,5) Besede starozaveznega molivca presunljivo povzamejo doživetje mnogih, ki se nenadoma znajdejo pred resnico, da so neozdravljivo bolni. Ni več poti nazaj, nobenega načrta zdravljenja, samo še hoja proti neznanemu. Ko zaslišimo besede, da ni več upanja na ozdravitev, da je paliativna oskrba vse, kar ostane, takrat vse v nas utihne. Kot da se notranjost pogrezne vase.

To ni trenutek, na katerega bi se lahko vnaprej pripravili ali ga razložili z razumom. To ni dogodek, ki se nam zgodi samo v glavi. To je pretres, ki zajame vse telo, zmede misli in zareže globoko v srce. Pred tem smo še živeli z upanjem, da bo bolje, potem pa nenadoma izgubimo tla pod nogami. Zazremo se v praznino, v tišino, ki ne sprašuje več, ampak le še poskuša doumeti, kaj se je zgodilo. Srce obmiruje. Ne da bi prenehalo čutiti – ravno nasprotno – preplavi ga občutek izgubljenosti, osamljenosti in bolečine.

Anica pripoveduje o možu, ki se je po grozoviti diagnozi povsem umaknil vase:

»Zadnjih nekaj mesecev je mož preživel z rakom. Že prvi ultrazvok je pokazal nanj. Šok. Zaprl se je kot školjka. Ni govoril, nič ni več risal, samo strmел je predse. Ko mu je onkolog prav vrget v obraz, da zanj ni nobenega izhoda več, je otrpnil in si želel samo še bližine, samo da sem zraven.«

Telo otrpne, srce pa poskuša zdržati težo besed, ki jih ni mogoče zares sprejeti. Govor izgine. Ne zato, ker ne bi imeli več česa povedati, ampak ker besede niso več dovolj. Ne zmoremo ubesediti strahu, izgube, zmedenosti. Gre za trenutke,

Po čem hrepenimo, ko se življenje nagiba h koncu

Ko se življenje začne umikati in čas postaja neizbežno omejen, se v nas prebujajo najgloblja hrepenjenja. Tista, ki niso več vezana na dosežke, besede, uspehe ali rešitve. Tista, ki nimajo več oprijemališča v zunanosti, ampak izvirajo iz srca. Ne gre več za to, kaj vse bi še lahko dosegli, temveč za to, kar je bistveno. Kar ostane, ko odpade vse, kar je minljivo.

HREPENIMO PO BLIŽINI

Kar najbolj potrebujemo, po čemer najbolj hrepenimo, je bližina. Da je nekdo z nami. Da nas ne zapusti. Da ne ode takrat, ko nas je najbolj strah in najbolj boli.

Ne moremo vedno povedati, kaj čutimo. Včasih smo preutrujeni. Včasih nas telo ne uboga več. Včasih niti sami ne vemo, kaj bi rekli. A vseeno čutimo. Hrepenimo po tem, da nekdo sedi ob naši postelji. Da vemo, da nismo sami. Vse drugo lahko odpade. Bližina pa ostane kot nekaj najbolj človeškega, najbolj tolažilnega, najsvetejšega.

Ko ne zmoremo več hoditi, nam pomeni vse, da je z nami nekdo, ki nas ljubi in spoštuje. Nekdo, ki mu nismo breme. Njegova navzočnost nam vrača občutek varnosti. Njegova hoja po prostoru, njegovo dihanje, njegov dotik nam govori, da še pripadamo. Pomirja nas, ko nas prime za roko. Ko je

z nami tudi ponoči. Njegova navzočnost je kot svetloba v temi. Kot tih spomin na dom, ki ga puščamo za seboj.

Jožica pravi, da je tako bližino doživljal njen mož, ko ni mogel več vstati s postelje:

»Ko ni mogel več hoditi, mu je veliko pomenilo, da sem bila z njim, da sem bila v istem prostoru, da je slišal mojo hojo, čutil mojo prisotnost. Zelo mu je pomagalo, da sem ga držala za roko, pomirilo ga je ... Tudi ponoči je pogosto želel, da sem ob njem.«

Bližina ni samo navzočnost telesa. Je odnos. Je povezanost. Je zbranost. Je pripravljenost, da ostajamo, tudi ko ne moremo ničesar več rešiti. Ko ob koncu ne potrebujemo več rešitev, potrebujemo spoštljivo sočutje. Pogled, ki ne beži. Roko, ki ostaja.

Tudi v zadnjih urah življenja, ko besede utihnejo, nas lahko pogledi, kretnje, obraz, mimika in molk še vedno povezujejo. Takrat majhne stvari govorijo največ: vlaženje čela, požirek vode, rahlo hlajenje prsnega koša, sedenje ob postelji.

Marjana pravi:

»Vedela sem, da si mož želi bližine, da ga je strah samote. Tako nama je bilo dano, da sem bila v zadnjih urah življenja ob njem ... z besedo, molitvijo, kretnjo, mimiko, z očmi mi je pokazal, kaj potrebuje.«

Včasih si niti ne upamo več izraziti hrepenenja po bližini. Bojimo se, da bomo bližnje obtežili. Da bomo komu v napoto. In vendar naše telo govori namesto nas. Oči iščejo pogled. Dlan išče dlan. Srce išče navzočnost.

Ana, ki je spremljala številne bolnike, pove:

»Mnogi pacienti so želeli samo bližino: 'Samo bodite tu, da ne bom sam.' Drugi so s pogledi izražali hrepenenje po dotiku, in ko se je zgodil, so se umirili. Recimo moja tašča – ko je slišala moj glas, se je čisto umirila.«

Bližina ima različne obraze. Včasih se ne izraža v globokih duhovnih pogovorih, ampak v preprostosti skupnega trenutka, v toplini znanih obrazov, v vsakdanjih besedah, ki pomirjajo.

TRETJE POGLAVJE

Kaj naj uredimo, preden odidemo

Ko se zavemo, da smo stopili v zadnje poglavje svojega življenja, se v nas prebudi nekaj temeljnega: globoko hrepenenje, da bi uredili, kar je še neurejeno. Da bi se poslovili z mirnim srcem. Da bi pustili za seboj nekaj dobrega in jasnega. Da bi bili pomirjeni s sabo, z drugimi in z Bogom.

Takrat pride čas, ko si rečemo: želimo urediti odnose. Podeliti zahvalo in blagoslov. Poskrbeti za oporoko, za praktične zadeve, ki bodo olajšale pot tistim, ki bodo ostali. Spregovoriti o pogrebu in povedati, kaj si želimo. Zapisati tudi vnaprej izraženo voljo glede zdravstvene oskrbe (Vnaprej izražena volja bolnika), ki bo našim najbližnjim v pomoč, če se sami ne bomo več mogli odločati. Pogovoriti se o slovesu.

To niso hladne formalnosti. Vsaka od teh stvari je izraz ljubezni. Vsak korak, ki ga naredimo s ponižnostjo, pogumom in vero, razbremeni naše srce in srce naših bližnjih. Tudi če nimamo veliko moči, tudi če smo utrujeni, naredimo to, kar zmoremo. Pomembno pa je, da si dovolimo razmisliti, povedati, izročiti, zapisati, kar nosimo v sebi.

UREDIMO ODNOSE IN PODARIMO DUHOVNO OPOROKO

Ko začutimo, da se življenje nagiba k svojemu koncu, se v nas prebudi globoka potreba po notranjem miru. Tega pa

ni mogoče doseči brez odpuščanja in sprave z ljudmi, ki so zaznamovali naše življenje: z bližnjimi, s tistimi, ki smo jih morda prizadeli, ali ki so prizadeli nas. Vse drugo lahko pustimo za seboj, a odprti odnosi, besede, ki še čakajo, da bi bile izrečene, in rane, ki še bolijo, ne izginejo same od sebe. Pogosto začutimo, da moramo nekaj razjasniti, izreči, odpustiti ali prositi za odpuščanje.

Odpuščanje in sprava

V teh trenutkih ne gre več za dolgotrajna pogajanja ali izčrpane pogovore. Gre za resničnost srca. Za iskrenost, ki preseže ponos, in za resnico, ki ne obsoja, temveč išče mir ter ljubeč in spoštljiv odnos.

Marjana pravi:

»Pokazal, povedal nam je, kaj v življenju edino šteje, ostane, to so naši medsebojni odnosi. Drugo vse mine, le to ostane. Za Tomaža je bilo življenjsko delo tisti spraven dogodek na DiŽ-evem seminarju. Želel je tudi med sorodnike prinesiti ta trenutek odpuščanja morilcu starega očeta, ki je bil po naročilu ubit med drugo svetovno vojno. Ta umor je njegovo družino zelo zaznamoval.«

Globoko v sebi nosimo potrebo po odpuščanju in spravi, tudi če se o tem vse življenje nismo mogli ali zmogli pogovarjati. Včasih nas prav neozdravljiva bolezen ali slutnja smrti pripravi do tega, da se odpremo, priznamo, oprostimo, in se pustimo objeti milosti odpuščanja.

Lidija pove ganljivo izkušnjo s svojo mamo:

»Zadnji teden je videla, da ji ne moremo več pomagati, in je prosila, da jo odpeljemo v bolnico. V tem času se je spravila s svojo snaho, jo vzljubila in odvalil se ji je kamen s srca. Večkrat je tožila, da je nihče v življenju nima rad, na koncu pa je z zadovoljstvom rekla, da smo se imeli radi. Če smo se že kdaj skregali, smo znali to rešiti in iti naprej.«

Zadnji trenutki in slovo

Ko pride čas slovesa, se življenje začne umikati v drugačne razsežnosti. Dnevi in noči ob koncu niso nikoli povsem enaki. Telo se spreminja. Naše doživljanje sveta postane vse bolj notranje. Odnosi se poglobljajo v tišino.

Obenem nas spremlja nekaj skrivnostnega, svetega, nekaj, česar se ne da opisati, kar presega besede, a je globoko prisotno. In s tem tudi nekaj težkega, neizrekljivega: telesna bolečina, nemir, slutnje, neznanost. Vse to se prepleta v notranji krajini človeka, ki se počasi poslavlja.

Umiranje ni le mirno ugašanje – je tudi boj, napor, zbranost in popuščanje. In prav zato je tudi tako sveto. Ker se v tej krhkosti rojeva nekaj presežnega.

NAŠE TELO SE PRIPRAVLJA NA ODHOD

Ko pride čas, ko telo ne zmore več, ko bolezen razjeda naše zadnje moči, začnemo čutiti, da se življenjska pot zaključuje. Ne gre več le za to, da smo utrujeni. Ne gre za navaden dan, poln bolečin. Gre za nekaj globljega. Za slovo, ki se začinja že v celicah našega telesa.

Opazimo, da naše telo postopno ugaša. Moči v mišicah ni več – težko sedimo, dvignemo glavo, hrane in tekočine niti ne požiramo več. Sapa postaja počasna in glasnejša, izdih daljši, kot bi iz prsi počasi odtekal zrak. Svojem se lahko zazdi, da trpimo, a v resnici je to normalen del umiranja.

Slina in sluz se zaustavljata v grlu, zato dihanje spremlja hropenje, ki pa ga sami ne občutimo kot bolečino. Naši čuti eden za drugim ugašajo – dotika na koži skoraj ne čutimo več, pogled postaja meglen, najdlje pa ostaja sluh. Čeprav se telo vse bolj odmika, smo še vedno tu. V nas je tiha želja, da ostanemo povezani z življenjem in z ljudmi ob sebi, tudi ko vemo, da se poslavljamo.

Romana se spominja moževe poti:

»Moževega glasu nismo nikoli več slišali, dihal je lahko le skozi 'luknjico sredi vratu'. Tako je bilo hudo, toliko bolečine, a imel je voljo do življenja, imel je moč, da se bori naprej ali pa vsaj zdrži do svojega konca.«

V teh trenutkih vemo: naše telo še ne popušča povsem, a se že poslavlja. Z vsakim dnem bolj. Pridejo trenutki, ko izgubimo zavest, pa se zopet prebudimo. Ko postanemo šibki, tako zelo šibki, da niti pogled več ne zdrži, a srce še vedno hrepeni po bližini.

Petra govori o moževih zadnjih dnevih:

»Četrty dan novega leta je od izčrpanosti padel v nezavest. Sprejeli so ga v bolnico, kjer je bil na umetni hrani. Na bolniški postelji je še enkrat prejel bolniško maziljenje. Vsak dan je bil kdo od družine pri njem. Po nekaj dnevih je prišel za kratek čas domov. Vse noči je trpel, zelo bruhal, pa ni ne jedel in ne pil. Ko sem tudi sama od izmučenosti komaj vstajala, sem vmes molila rožni venec Božjega usmiljenja; in včasih se ga je Bog usmilil, in je zaspal in imel vsaj del noči miren.«

Bruhanje, omedlevanje, tišina, v kateri ni več glasu. Vse to postane del nas. Ne zmoremo več govoriti, ne zmoremo več jasno misliti. A še vedno smo. Takrat postane bližina neprecenljiva. Dotik, vlaženje ustnic, blago božanje, glas ljubljene osebe v ozadju ... To nas pomirja, celo bolj kot zdravila. Čeprav, roko na srce, včasih tudi zdravila ne pomagajo več. Pa vendar – za bolečino velja, da imamo na

Ko zastane srce, nastopi svet trenutek

Smrt je kakor skala sredi poti: ne moremo kar mimo nje. Lahko jo zaobidemo z besedami, z molkom, z molitvijo. Lahko se ji umaknemo, a prej ali slej pride trenutek, ko nas pogleda naravnost v oči.

V vsakdanjem življenju smrti pogosto ne imenujemo naravnost. Raje rečemo, da je nekdo odšel, da je preminil, da je zaspal. In vendar, v globini vsakega človeka obstaja slutnja, da smrt ni le konec. Da je nekaj več. Da ni praznina, ampak skrivnost. Da je resnični prehod.

To poglavje je posvečeno tistemu, kar se zgodi, ko srce zastane. Ne kot biološki dogodek, temveč kot sveti trenutek. Trenutek, ki ga doživljajo tisti, ki so tam ob postelji, ob izdihu, ob zadnjem stisku roke. Tisti, ki v solzah in molitvi spremljajo odhajajočega čez prag. Včasih v tišini, včasih z besedo, včasih le z navzočnostjo.

Ti trenutki so za nas, ki ostajamo, dar. So prostor Božje navzočnosti, v katerem se razodeva nekaj neizrekljivo svetega. Prav zato so spomini nanje v tolikih srcih živi še dolga leta, ne le kot rana ob izgubi ljubljene osebe, temveč kot znamenje ljubezni, kot dotik večnosti, dotik Boga.

Poglavje je stvano iz resničnih doživetij, iz pretresljivih in hkrati blagih pričevanj tistih, ki so bili tam, ko je njihov bližnji zapustil ta svet. Njihove besede so pripovedi srca.

Mnogi, ki so bili ob umirajočem, pripovedujejo o nepopisnem daru. O milosti, ki se jih je dotaknila v tistem trenutku prek oči, dlani, srca. Čeprav so se prej bali, čeprav niso vedeli, ali bodo zmogli. A potem, ko so ostali, v tisti enkratni uri, so čutili: bilo je prav, da sem ostal.

In mnogi, ki tega trenutka niso doživeli, nosijo v sebi nekaj, kar ne mine.

»Nisem smela biti ob njej, zaradi koronskih ukrepov. Prišla sem kakšno uro po smrti. Njen obraz je bil miren, nasmejan, spokojen. Ampak v sebi sem jokala – nisem ji mogla zatisniti oči. Nisem ji mogla reči: 'Zbogom, mami.'« (Mirjam)

Ta odsotnost pusti rano. Ne kot očitajočo krivdo, temveč kot neuresničen objem. Kot beseda, ki ni mogla biti izrečena. In čeprav v Božjem usmiljenju vse najde pot do ozdravljenja, ostane prošnja: da prihodnjič ne pobegnemo. Da ne odidemo. Da ostanemo ob njem do konca.

Ne bojmo se preproste prisotnosti ob umirajočem. Ne njegove tišine, ne njegovih vzdihov, ne telesa, ki se poslavlja. Ne bojmo se niti svojih solz. Biti ob umirajočem ni herojsko dejanje. Je dejanje ljubezni. In predvsem spoštovanje do človeka, do njegove zgodbe, do njegovega večnega življenja v Božji ljubezni, ki ga čaka.

»Še zdaj čutim roko, ki se je ob mojem objemu povsem sprostila, in hvaležen, ljubeč pogled, ki se je prelil kot smehljaj čez ves obraz in ostal prelep tudi še potem, ko je zaprl oči.« (Silva)

Tak trenutek ne izgine. Tak pogled, poln hvaležnosti, ostane v človeku bolj kot fotografija. Je kakor pečat na skupnem potnem listu življenja, preden nekdo prečka prag večnosti.

S. Emanuela, ki deluje v Ljubhospicu, pripoveduje:

»Nikoli ne bom pozabila, kako je neki bolnik pozvonil z zadnjimi močmi, da smo prišli v njegovo sobo. Ni hotel biti sam. Umrl je

DRUGI DEL

**BITI V OPORO
NEOZDRAVLJIVO
BOLNIM IN
UMIRAJOČIM**

Ko izvemo, da je naš bližnji neozdravljivo bolan ali da umira

Novica, da naš bližnji ne bo več ozdravel, da bo umrl, je vedno prelomnica. Čeprav smo morda že slutili, jo slišimo kot nekaj, kar prebode srce. Vse se spremeni. Ne samo zunanji svet, ampak predvsem naš notranji: čustva, misli, telesni odzivi, odnosi, molitev in pogled na Boga.

To, kar sledi, ni teoretični opis. Vse, kar boste brali, temelji na resničnih pričevanjih soprogov, hčera, sinov, mater in prijateljev, ki so se že srečali z realnostjo neozdravljive bolezni in umiranja svojih bližnjih. Besede, ki jih bomo slišali, so neposredne, boleče, ganljive in presunljive. Včasih tudi razrvane in neurejene, a zato še bolj resnične.

PRVA NOVICA: UDAREC, KI ZAREŽE V SRCE

Ko izvemo, da je naš bližnji neozdravljivo bolan ali da umira, se čas ustavi. Svet se zruši in hkrati nas preplavi strahovit občutek, kot da nas življenje potiska v svoje najgloblje globine. Ni več prostora za načrte, za razmišljanje, kaj vse bomo še skupaj doživeli. Ostane samo ena boleča resničnost: da zdravljenja ni več. Da se je vse prevesilo v paliativno oskrbo. Da bo naša ljubljena oseba umrla. Prej ali slej. In mi ostajamo, nemočni, prežeti z bolečino, izgubljeni v vrtincu občutij, strahu, žalosti in nešteti vprašanj.

Jure, mladi mož in oče, pove:

»Ko sem se vrnil iz bolnišnice, sem se odpeljal z avtom na samo. Nisem mogel dojeti: prejšnji teden smo se vrnili iz porodnišnice po srečnem porodu, sedaj pa se vračam iz bolnišnice v zavedanju, da bo žena najbrž kmalu umrla za rakom. Začel sem na ves glas kričati in spraševati Boga, kaj se dogaja, dokler nisem izgubil glasu.«

Darjine besede vzbudijo v nas spomin na tisto tišino, ki zareže globlje kot jok:

»Še danes se spominjam dneva, ko me je dosegel klic onkologinje, da bo moja mama odslej deležna le še paliativne oskrbe. Kakšno uro sem le strmela predse, brez misli, brez solz, samo bolelo je.«

Ta bolečina brez oblike in brez glasu, ki zareže globoko v srce, nas ohromi. Kot da ne vemo več, kdo smo, kaj bi morali narediti, kam se obrniti. Samo vemo, da ne bo več enako. Da ni več poti nazaj.

Ko slišimo besede »samo še paliativna oskrba«, se v nas prebudi tisoč vprašanj in še več strahov. Anica to izreče v besedah, ki ne skrivajo ničesar:

»Po neštetih pregledih vsak dan nova potrditev, da je možev tumor obsežen. Po biopsiji mehurja je zdravnik povedal dokončno diagnozo: rak je že tako razširjen, da obsevanje ne bo pomagalo, kemoterapije zaradi osnovne bolezni ne bo zdržal, operacije pa ne preživel. Torej ostaja samo paliativna oskrba. Tako kruto je bilo, da če ne bi imela sorodnice kirurginje, ki je tako neizprosno iskreno razložila, kaj to pomeni, bi mislila, da si domišljam, da ni tako hudo.«

Resnica je prehuda. Udarci prihajajo eden za drugim. Bolečina se pomeša z jezo, s strahom in nemočjo.

»Jočem, jočem od besa, ker ga niso pravočasno hospitalizirali, jočem od nemoči, jočem zaradi njega, ker bo moral še toliko trpeti. A ni bilo že 22 let invalidnosti dovolj?! A bom zmogla doma skrbeti zanj? Kako dolgo? Tavam. Nobenega dela se ne morem lotiti. Stanovanje je sedaj tako veliko in nobena stvar mi nič ne pomeni. Tudi moliti ne morem. Nihče ne pride. Nihče ne vpraša. Nihče ne kliče.

Bližina, ki preobraža

Minejo dnevi, ko so besede še znale najti pot. Ko postane pretežko govoriti ali preveč boleče poslušati, takrat nastopi drugačna bližina: bližina, ki se ne izraža več z jezikom, ampak s telesom. S tem, da smo tam. S tem, da nesemo, primemo, podpremo, dvignemo. S telesom, ki ne govori, a govori vse.

KO BESEDE UMOLKNEJO, OSTANE BLIŽINA

V trenutkih, ko umira naš bližnji, pogosto odpovedo vse besede. Ostane le eno: biti z njim. Ne da bi razlagali, tolažili, popravljali, usmerjali. Samo biti. Človeško, ranljivo, preprosto. Navzočnost, ki ne ozdravi telesa, a nežno in vztrajno preobraža prostor umiranja v prostor ljubezni.

V urah, dneh ali tednih pred smrtjo pogosto ni več prostora za pogovore. Bolni morda ne zmorejo več govoriti, svojci ne najdejo več pravih besed. A molčanje ni prazno – če ga napolni navzočnost, zvestoba, tišina, ki zdrži.

Anica je to doživela ob bratovi postelji:

»Predzadnji dan sem bila še ob bratovi postelji. Ni mogel več govoriti, ne se premakniti, niti z očmi slediti. Čutila sem, kako je hvaležen za mojo bližino. Cel popoldan sem bila ob njem, ga tiho božala, molila ali bila v sveti tišini, miru, spokojnosti. Ne vem, koliko me je zaznaval, a bila sva povezana v notranjem čutenju med Bogom, njim in mano. Ko se zdaj spominjam tega zadnjega srečanja, sem hvaležna za tisti čas. Še vedno ob tem spominu čutim mir.«

Ta izkušnja ne zahteva razlage. Ne sprašuje, ali smo rekli vse, kar bi morali, ali smo se poslovlili »na pravi način«. Sprašuje le eno: Ali smo ostali?

Takšna bližina ni spektakularna. Ne bo je na fotografijah. Morda bo le v tem, da smo ure in ure sedeli, držali roko, prestavljali blazino, brali v tišini, bili tam telesno in s srcem.

Marjana se spominja:

»Od tistega avgusta pa do 14. januarja, ko je moj ljubi umrl, je šlo njegovo zdravstveno stanje samo navzdol. Pogovorov o tem je bilo med nama bolj malo, oba pa sva slutila, da se najina skupna zemeljska pot počasi bliža h koncu ... Kljub že tolikim preizkušnjam, se še vedno nisva bila pripravljena ločiti. Moje največje načelo teh mesecev je bilo biti ob možu, koliko mi bo dano moči, kolikor bom zmogla. Tudi v delo sem se umikala, ko je bilo pretežko v bližini.«

To ni bila bližina iz dolžnosti, temveč iz ljubezni, ki ne išče potrditve, ampak se razdaja. Takšna bližina ne zmaguje, a ne odneha. Ne zdravi telesa, a zdravi srce. Ne reši bolečine, a jo spremlja s sočutjem. Včasih pomeni le to, da noč za nočjo vstajamo, čeprav ne vemo, ali imamo še moči za naslednjo noč.

To je izkušnja mnogih: ni pomembno, koliko in kaj smo rekli, temveč ali smo ostali.

Tudi Jure je ob sklepu pogovora s paliativnim timom začutil to temeljno nalogo:

»Po zelo sočutnem in hkrati informativnem sestanku s paliativnim timom je v meni dozorelo spoznanje, da je potrebno biti čim več skupaj, da bom naredil vse, kar je možno, da bo žena prišla čimprej domov in bomo vsak dan živeli v preprosti bližini, kar bo tisti dan možno.«

Ta odločitev ni izhajala iz strategije ali dolžnosti, temveč iz spoznanja, da je preprosta navzočnost tisti temelj, na katerem sloni ljubezen v zadnjih dneh.

Ko ne zmoremo več

Ko ni več dovolj volja, vera, skrbnost ali ljubezen, ker telo odpove, srce ne zmore več nositi teže trpljenja, se razodene nekaj globoko človeškega in Božjega: bližina, ki ne zahteva popolnosti, ampak dovoljenje za pomoč. Odpiranje drugim. Srečanje s seboj in z Bogom.

BLIŽINA, KI JO POTREBUJEMO

Ko nastopi trenutek, ko ne zmoremo več, ko so izčrpanost, bolečina, notranji konflikti preveliki, potrebujemo oporo. Ne zato, ker bi bili šibki, temveč ker smo ljudje. Ustvarjeni smo za skupnost, za sočutje, za pogled drugega, kateremu smo dragoceni. Biti slišan, viden, objokan niso znamenja poraza, ampak zrelosti in poguma.

V takšnih trenutkih pomoč pogosto ne pride v velikih gestah, ampak v majhnih dejanjih, ki jih včasih niti ne opazimo: v telefonskem pogovoru, skodelici kave, prisotnosti nekoga, ki je tiho z nami, brez svetovanja, brez popravljanja.

Mojca se ob diagnozi svojega očeta znajde v hudi notranji stiski:

»Ko sem zvedela za diagnozo, je bil to zame velik šok... Pri meni so prišla na plan mešana čustva, kot so jeza, strah, sočutje, ljubezen. V začetku sem bila jezna na očeta, zakaj ni prej poiskal zdravniške pomoči in zakaj ni nič govoril o svojih težavah. Nekaj časa ga sploh nisem mogla obiskati, kar mi je tudi zameril. Šele po pogovoru z

duhovnikom, sem spet našla pot do sebe in do očeta.»

Pogovor z duhovnikom ji je pomagal, da se je ponovno približala ne le očetu, ampak tudi sami sebi. Tudi to je opora, prostor, kjer lahko izrečemo, kar nas boli, in ne bomo obsojani, temveč sprejeti. To, da si poiščemo pomoč – duhovno, terapevtsko, prijateljsko – ni izraz šibkosti, temveč zaupanja, da smo vredni, da ne zmoremo sami, ker nihče ni ustvarjen, da bi zmozel sam, iz svoje moči živeti svoje življenje in uresničiti svoje poslanstvo.

Izjemno izkušnjo opore opisuje tudi Romana, ki je dolge noči bedela ob svojem umirajočem možu:

»Zelo naporno je bilo noč za nočjo vstajati vsakih 5, 10 minut. Mož me je kar naprej potreboval in zvonil z malim zlatim zvončkom. Vstajala sem tudi več kot 20-krat na noč. Noč za nočjo, teden za tednom ... In ko eno noč nisem zmogla več, ko sem komaj še lahko vstala in že mislila možu povedati, da žal ne zmorem več ... sem na postelji pred sabo kar naenkrat zagledala – ne moža ampak ubogega bolnega Jezusa, polnega ran, kako leži nebogljen in je potreben moje nege. Tako zelo sem začutila Njegovo bližino, v svojem srcu pa mir, toplino in Ljubezen. Tega z besedami ne morem opisati. V možu sem videla in prepoznala trpečega Jezusa. Namesto besed jeze in nerganja, ki sem jih mislila izreči, sem se zmogla nasmejati, sem ga zmogla objeti in urediti, kar je bilo potrebno.«

Njeno pričevanje nas spomni, da smo deležni resnične moči, ko zmoremo vstopiti s pogledom vere na svoje bližnje. Ko doživimo resničnost Jezusovih besed: »Kar koli ste storili enemu od teh mojih najmanjših bratov, ste meni storili.« (Mt 25,40) Ko pridemo do roba moči, lahko vstopita Božja luč in moč. Tudi ranljivost je prostor srečanja z Bogom.

Henri Nouwen v knjigi *Wounded Healer* (2014) poudarja, da je ranjenost prostor, iz katerega lahko zdravimo druge, a le če sami dovolimo, da smo deležni sočutja. Ko priznam svojo potrebo po opori, postajam bolj človeški – in bolj spo-

Kako smo lahko v oporo kot sorodnik, prijatelj, sosed, sodelavec

Ko v naši bližini nekdo zboli in vemo, da se približuje konec, se znajdemo v zelo občutljivem notranjem prostoru. Smo ob strani, nismo neposredno odgovorni za nego, a vse v nas namiguje, da nismo poklicani k brezbriznosti. Radi bi pomagali, stopili bliže, pa ne vemo kako. Ne vemo, ali smemo. Bojimo se, da bi s svojo nerodnostjo koga ranili. Da bi rekli kaj napačnega. Da bi bili odveč.

Toda vse, kar je v nas človeškega, nas kliče, naj ostanemo odprti. Kajti prav takrat, ko nekdo živi na robu moči, časa in besed, smo povabljeni, da vstopimo kot opora. Ne kot rešitelji, temveč kot sočlovek. V tišini. V sočutju. V drobnih dejanjih, ki pomenijo ogromno.

KO NE VEMO, KAJ NAJ REČEMO, PA VSEENO OSTANEMO

Ko se nekdo v naši okolici sooča z neozdravljivo boleznijo bližnjega, pogosto ne vemo, kako pristopiti. Smo prijatelji, sodelavci, sosedje, širša družina. Nismo neposredno vključeni v njegovo skrb, a ne moremo ostati ravnodušni. Srce nas žene, naj stopimo bliže, toda zadržuje nas strah, da bomo zmotili, da nismo »dovolj blizu«, da ne bomo znali. Ravno ta zadrega mnoge zadrži, da sploh ne stopijo v stik.

A pogosto je prav tiha, spoštljiva, sočutna in preprosta

navzočnost tista, ki družini v stiski pomeni največ. Bližnji, ki nosijo glavno breme nege in slovesa, potrebujejo ljudi, ki jih opazijo, poslušajo, ki ne izginejo. Ne potrebujejo rešiteljev, potrebujejo bližino.

Tako pričuje Anica, ki je spremljala svojo znanko:

»Znanki je zbolel mož za rakom. Doma ni smela jokati, ker so ji vsi prigovarjali, da bo vse v redu in da mu z jokom samo škodi. Hodili sva na samotne kraje, da je lahko povedala vse, kar jo teži – svoje strahove, obup in upanje – in da je lahko nemoteno jokala. Bila sem uho, drugače ji nisem znala pomagati. Čutila je, da jo s srcem poslušam, dojemam njeno bolečino. Skupaj sva molili in še veliko let pozneje se je tega s hvaležnostjo spominjala. Tudi po njegovi smrti sva si zato ostali blizu. Objem je tisti, ki odpre tok bolečine, in čas, ki ga posvetimo osebi, je največ, kar lahko v tistem času zanj naredimo. Moramo pa biti previdni, da nismo vsiljivi.«

Njena zvestoba ni bila v velikih dejanjih, temveč v navzočnosti, poslušanju, sprejemanju in molitvi. Tudi ko ji je bilo težko. Tudi ko ni vedela, kako pomagati.

A s tem pričevanjem nas Anica hkrati nežno opomni, da bližina ni nekaj, kar si lahko vzamemo, ampak nekaj, kar nam je lahko podarjeno. Njeno svarilo je jasno: *»Moramo pa biti previdni, da nismo vsiljivi.«*

V želji po tem, da bi pomagali, lahko nehote prestopimo mejo, ki ni določena z besedami, ampak z občutkom. Zato se bližina vedno rojeva iz poslušanja, ne iz pobude. Ne vsiljujemo se, ampak se nežno ponudimo. In če nas povabijo bliže, stopimo. Če ne, ostanemo v pripravljenosti, zvesti, tihi, a prisotni.

Gotovo je lažje, če nas sami pokličejo – kot to večkrat doživi Ana:

»Velikokrat me kdo pokliče, ko gre življenje h koncu. Dovolj je, da sem tam, da prinesem mir, da sedem k umirajočemu, da najdem kako preprosto gesto za kapljico vode, da domače objamem in sem

Vloga župnije: občestvo kot opora

Ko se nekdo v naši župniji sooča z boleznijo, umiranjem ali izgubo bližnjega, je to preizkušnja ne le zanj in za njegovo družino, temveč tudi za vse nas, za naše občestvo. Evangelij nas vabi k veri, ki se uresničuje v skupnosti, v občestvu bratov in sester, ki si delijo življenje, skrb, molitev in vsakdanje boje.

OBČESTVO KOT VIDNO ZNAMENJE BOŽJE BLIŽINE

Kristjan ne živi vere zasebno, ampak kot član Kristusovega telesa – Cerkve, kjer se Božja bližina uresničuje skozi konkretna dejanja ljubezni, usmiljenja in solidarnosti. Župnija je prav tak »kraj«, kjer občestvo postaja vidno znamenje Božje navzočnosti, še posebej v trenutkih bolezni, trpljenja in umiranja. Toda vera ne sme ostati le notranje prepričanje ali molitev; preizkušena in potrjena je šele v dejanjih. Zato nas sv. Ignacij spodbuja: »Ljubezen se mora uveljaviti bolj v dejanjih kot pa v besedah.« (*Duhovne vaje* 230)

To pomeni, da naj se župnijsko občestvo vedno znova vpraša: Kje je trpeči brat ali sestra med nami? Kdo v naši soseski doživlja stisko? Kako lahko konkretno pomagamo? Ob tem ne gre za enkratne dobrodelne akcije, temveč za postopno zorenje občestva, ki naj postaja dom za tiste, ki najbolj trpijo. Ne zgolj z usmiljenjem na ustnicah, temveč s konkretno bližino in podporo.

Takšno razumevanje občestva je še posebej močno pou-

darjeno v poslanicah papeža Frančiška ob svetovnem dnevu bolnikov. V njih nas neprestano spodbuja k bližini, sočutju in občutljivosti, ki ne ostajajo v zasebni zavesti posameznika, ampak postajajo skupna naloga celotne Cerkve.

V poslanici za 33. svetovni dan bolnikov (2025) je papež poudaril, da »smo vsi skupaj drug za drugega 'angeli' upanja, Božji glasniki: bolniki, zdravniki, medicinske sestre, družinski člani, prijatelji, duhovniki, redovniki in redovnice. In sicer tam, kjer smo: v družinah, v ambulantah, v domovih za nego, v bolnišnicah in na klinikah.«

To, kar velja za vsa življenjska okolja, velja še posebej za župnijo. Župnija je kraj, kjer verniki delijo življenje in skupaj iščejo poti, kako postati Božji glasniki prav tam, kjer je stiska največja: v tišini sob bolnikov, v osamljenosti njihovih skrbnikov, v neizrečenih bolečinah družin, ki spremljajo trpljenje svojih bližnjih.

Če želimo, da bi župnijsko občestvo postalo resnično »skupnost usmiljenja«, moramo razširiti svoje razumevanje župnije. Župnija ni le občestvo, ki se zbira k skupnemu obhajanju zakramentov in molitvi, temveč tudi mreža živih odnosov bratov in sester v Kristusu, kjer vsaka skupina in vsak posameznik išče načine, kako konkretno stopiti k trpečim in biti priča Kristusove ljubezni do njih. Ljubezen, ki se ne utelesi v bližini in skrbi, ni dovolj. Župnijsko občestvo mora postati prostor, kjer se vsakdo – ne glede na svojo vlogo – čuti poklican, da soustvarja skupnost usmiljenja, sprejetosti, opore in nežne bližine. Nihče ne sme ostati sam.

V poslanici za 30. svetovni dan bolnikov (2022) je papež to še dodatno potrdil: »Služba tolažbe je naloga vsakega krščenega, ki se spominja Jezusovih besed: 'Bolan sem bil in ste me obiskali.' (Mt 25,36)« Vsak član župnije je torej poklican k dejavni ljubezni – posebej do tistih, ki jih svet pogosto prezre: bolnih, umirajočih in njihovih najbližjih.

TRETJI DEL

**LUČ VERE
OB KONCU
ŽIVLJENJA**

Kje je Bog in kako zaupati v najtežjih trenutkih

Ko izvemo, da smo neozdravljivo bolni ali da se življenje bliža h koncu, se v nas razgrne temeljna resnica: nismo gospodarji svojega življenja. Ne vemo, koliko dni nam je še danih (Mt 6,27; Jak 4,13-15). To spoznanje nas najprej pretrese, a hkrati odpira tudi prostor za bistveno, za vprašanja, ki jih prej nismo zmogli ali si jih nismo drznili postaviti.

V takih trenutkih se v nas pogosto zgodi vprašanje: »Bog, zakaj se mi to dogaja?« A to se sčasoma umakne bolj bolečemu in hkrati bolj hrepenečemu vprašanju: »Kje si, Bog, zdaj ko trpim?« Sveto pismo nas pri tem ne pusti samih. Psalmi so prepojeni z obupanimi kriki: »Do kdaj, Gospod, me boš do kraja pozabljal? Doklej boš skrival svoje obličje pred mano?« (Ps 13,2) Hkrati pa tudi z izpovedmi zaupanja: »Tudi če bi hodil po globeli smrtne sence, se ne bojim hudega, ker si ti ob meni.« (Ps 23,4) Te besede postanejo včasih edino, kar lahko molimo, ko se nas dotika trpljenje.

Bog, ki ga je Jezus imenoval Oče, se nam ni razodel kot oddaljeni opazovalec, temveč kot Emanuel – Bog z nami (Mt 1,23). In to ne v lahkih trenutkih življenja, ampak prav tam, kjer nas najbolj boli, kjer se čutimo najbolj sami. Na križu je tudi Jezus izrekel krik zapuščenosti: »Moj Bog, moj Bog, zakaj si me zapustil?« (Mr 15,34) A nato je dodal: »Oče, v tvoje roke izročam svojega duha.« (Lk 23,46) Med tema

dvema stavkoma – med bolečino in zaupanjem – je vsa skrivnost naše vere. Bog ne obljubi, da bomo obšli trpljenje, obljubi pa, da ne bomo v njem nikoli sami, da bo vedno z nami.

Ko se trudimo razumeti smisel svoje neozdravljive bolezni ali bližine smrti, vemo, da ne bomo dobili odgovorov, ki bi povsem umirili razum. A vera odpira drugačen prostor: prostor zaupanja. Tudi našega križa ni prezrl. Tudi skozi to smrt je on že šel.

Nemški teolog Jürgen Moltmann (1993) poudarja, da je v svetu trpljenja verodostojen le trpeči Bog. Prav takega Boga smo srečali v Jezusu Kristusu, Boga, ki je hodil z nami, jokal z nami, umrl z nami. Da bi nihče ne umiral več sam.

NE ODREŠUJETA TRPLJENJE IN SMRT, TEMVEČ LJUBEZEN

Ko se znajdemo pred trpljenjem in smrtjo – bodisi v svoji postelji ali ob postelji bližnjega –, se v nas odprejo globoka vprašanja. Zakaj je to potrebno? Ali je Bog hotel to bolečino? Ga to veseli? Nas preizkuša? Takrat nas lahko preplavi občutek, da je trpljenje nekaj, kar Bog zahteva, kot da bi potreboval našo bolečino in žrtvovanje, da bi lahko odpustil nam ali drugim.

A v srcu vemo, da takšna podoba Boga ni prava. Ni v skladu s tem, kar je govoril o Bogu Jezus Kristus in z izkušnjo ljubezni, o kateri govori evangelij. Kristjani verujemo, da je Kristus s svojim trpljenjem, smrtjo in vstajenjem odrešil svet (Rim 5; KKC 571). Toda to ne pomeni, da je trpljenje samo po sebi nekaj odrešilnega. Boga ne zadovolji naša bolečina. Ne potrebuje naše smrti. Odrešuje nas ljubezen, ki ostane tudi takrat, ko pride bolečina.

Bog Oče ni zahteval trpljenja. Sprejel ga je. V Kristusu se ni spustil do dna človeške bolečine zato, da bi ga to pomirilo, temveč zato, da bi bil z nami tudi v brezizhodni temi. Ni Oče, ki bi zahteval smrt svojega Sina. Je Oče, ki nas v Sinu spremlja

Zakramenti kot znamenja dejavne Božje bližine

Ko življenje ugaša, postaja vse bolj dragoceno tisto, kar je tiho, preprosto, bistveno. Besede izgubljajo moč razlage, a ne moč bližine. Gibi postajajo počasni, a niso več naključni. Pogledi sporočajo več kot dolge razlage. Tedaj se znotraj utrujenega telesa, ranjene notranjosti in razbolelega srca prebudi globoka potreba po tem, da bi bili objeti. Po dotiku, ki ni le človeški. Po navzočnosti, ki ni le simbolična. Po Božji bližini, ki ne govori le v mislih, ampak seže do kože, do srca, do najgloblje notranjosti. V tej svetlobi zakramenti niso zgolj obredi. Postanejo otipljiva in dejavna ljubezen.

Zakramenti Cerkve v tem kontekstu so znamenja tiste resničnosti, ki je večja od vsega, kar prestajamo. Po njih Bog vstopa v vse, kar doživljamo, s svojo močjo, s svojo milostjo, s svojo ljubeznijo. Postanejo kraj srečanja z živim Bogom.

Zakramenti so »učinkovita znamenja milosti, ki jih je postavil Kristus ter jih izročil Cerkvi, in se nam po njih podeljuje Božje življenje. Vidni obredi, s katerimi obhajamo zakramente, označujejo in podeljujejo milosti, kakršne so lastne vsakemu od zakramentov.« (KKC 1131) Z drugimi besedami: niso le spomin na Jezusa. So dejavno Jezusovo delovanje danes, tukaj in sedaj, tudi v tej bolniški sobi, na tej postelji, v tej bolečini.

Zakramenti so utelešena Božja obljuba, da nas ne bo za-

pustil. In prav zato so zlasti v času bolezni, starosti in umiranja tako dragoceni. Ne zato, ker bi zagotavljali čudežno ozdravljenje. Ampak zato, ker zagotavljajo tisto najgloblje: da smo – ne glede na izid – v Božjih rokah. Da nam je Božja bližina podarjena na otipljiv način. Da smo očiščeni, maziljeni in okrepljeni, ne zgolj simbolno, temveč resnično.

Tudi naše telo potrebuje znamenje, da je ljubljeno. Naše ranjeno srce potrebuje dotik, ki ne rani. Naš duh potrebuje kraj, kjer se izroči. Vse to je mogoče po zakramentih. Vera ni le stvar uma, niti le čustev. Je celostno izročanje Bogu in življenje z njim in v njem. In zakramenti prav to omogočajo.

V evangelijih beremo, kako je Jezus, pravi Bog in pravi človek, hodil po Palestini. Polagal je roke, ozdravljaj, tolažil z dotikom, blagoslavljal z besedo, blagoslavljal kruh in vino. In še danes to počne. Po Cerkvi, po zakramentih. Po duhovnikovi roki, ki se v njegovem imenu dotakne bolnika in ga mazili. Pri spovedi, ko odvezuje grehe. Po kruhu in vinu, ki sta njegovo Telo in Kri, dani kot popotnica v večno življenje z njim.

Marija je to doživela ob svojem očetu. Njene besede pričujejo več kot razlaga:

»Ata je obležal. Zadnjo nedeljo, ki smo jo še preživeli skupaj, je opravil spoved, g. župnik mu je podelil bolniško maziljenje in ga obhajal. Mislim, da ga je ta sveta popotnica nekje v globini pomirila, mu dala posebno moč za zadnje dni.«

V tem preprostem dejanju, polnem vere in ljubezni, je njen oče prejel več kot obred: prejel je mir, ki ga svet ne more dati. Prejel je to, kar človek najbolj potrebuje: da je pripravljen, obdan z ljubeznijo in pomirjen z Bogom.

Zato zakramenti v času umiranja niso »dodatek«, niso zadnja formalnost. So najgloblja priprava na odrešujoče srečanje z Gospodom. So dar, ki ga ne prejmemo le mi, temveč tudi tisti, ki so ob nas. Ko umirajoči prejme zakramente, je to znamenje za vse: da je Bog blizu, da je vstali Kristus med

Luč molitve v temi trpljenja in umiranja

Ko vstopamo v skrivnost neozdravljive bolezni in bližine smrti, se znajdemo na svetem in hkrati ranljivem prostoru. Tu besede pogosto odpovejo. Telo omaga. Razum se utruji. A prav takrat – v tišini, v nemoči, v hrepenenju – se na poseben način odpre srce, ki moli.

V teh dneh in nočeh molitev ni več le dejanje pobožnosti. Postane dihanje. Drža. Pogled. Izročitev. Postane most med človeško bolečino in Božjo bližino. In četudi bolnik ne zmore več moliti sam, vera skupnosti, bližnjih in Cerkve še vedno moli zanj in z njim.

MOLITEV OB NEOZDRAVLJIVO BOLNEM IN UMIRAJOČEM

Ko hodimo skozi dolino bolezni, telesne nemoči, osamljenosti in notranjih stisk, se pogosto zdi, da nas zapuščajo tudi notranje moči. Besede, ki so prej gladko tekale, postanejo težke. Molitev, ki je bila nekoč domača in samoumevna, zdaj zahteva napor ali postane celo nemogoča. V nas se prikraadejo dvomi, zmedenost, bolečine, vprašanja. Vse to je razumljivo, saj trpljenje razgali srce, ga obrne navznoter, kjer ni več prostora za iluzije. In prav v tej notranji razgaljenosti postane molitev še bolj resnična, preprosta, gola, a živa.

Molitev ni najprej nekaj, kar mi dajemo Bogu. Je prostor

odnosa, prostor srečanja. V njej smo lahko taki, kot smo: ranjeni, zlomljeni, utrujeni, tiho proseči. Ni nujno, da uporabljamo dolge obrazce. V uri trpljenja postane molitev molk, pogled, vzdih, dotik. Bog vidi solze. Bog sliši srce. Prisluhne, ko ne zmoremo več govoriti.

Molitev v tem času ni več dolžnost, ampak prostor, v katerem se lahko umirimo in izročimo. Postane klic srca k Očetu: »Iz globočine, o Gospod, kličem k tebi; Gospod, usliši moj klice!« (Ps 130,1-2). V tistem trenutku postane ta – čeprav brez besed – kraj največje vere: zaupna navzočnost pred Bogom, ki nas nikoli ne zapusti. Silva pričuje:

»Bila sem z njim, še posebno močno takrat, ko je spoznal, da se zaključuje njegovo življenje. Bila sem ob njem. Molila sem in ga držala za roke. To ga je držalo pokonci in ga pomirjalo. Obenem pa mu je odpiralo nova obzorja, skrivnostne iskrice neskončnosti, presežne večnosti.«

Takšna molitev pogosto ne potrebuje več besed. Je bližina, drža, navzočnost. Tudi tistim, ki so ob bolniku, ni treba več razlagati, tolažiti, prepričevati. Dovolj je, da so. Da molčijo z njim. Da ga držijo za roko in ga izročajo Bogu. Lidija se spominja:

»Mama je redno molila k sv. Jožefu za srečno zadnjo uro (in jo je tudi imela) in tudi sicer je veliko molila za nas. Ko je bila vedno bolj slabotna, se je spraševala, zakaj mora toliko trpeti. Hitro si je našla tolažbo v tem, da je to za njenega brata in za sestre.«

Molitev presega spomin. Ostane tudi, ko drugi koščki zavesti zbledijo. Tako ganljivo izkušnjo opiše Tanja, ki je spremljala svojo mamo z alzheimerjevo demenco:

»Nekega dne mi je njena sostanovalka zaupala, da mama ob obiskih duhovnika tiho šepeta molitve. Ganilo me je. Vse je pozabila – a molitev, vtisnjena v srce še iz časa otroštva, je ostala.«

Včasih se molitev rodi iz stiske kot vzklik: »Oče!« Ali: »Jezus, vate zaupam!« Vse drugo odpove, ostane le to. In

Luč žive Božje besede in različnih molitev

Ko se približa ura smrti, marsikaj utihne. Besede postajajo prelahke, misli pretihe, bolečina pregloboka. Tudi vera, ki je bila nekoč gotova, se lahko zazdi nemočna. A prav tedaj se lahko Božja beseda, preprosta molitev ali tiha navzočnost dotakne srca globlje kot kadar koli prej.

To poglavje ponuja duhovno oporo v zadnjih dneh, urah in trenutkih življenja: svetopisemske besede, ki prinašajo tolažbo, upanje in zaupanje; molitve, ki jih lahko molimo sami ali ob postelji umirajočega; ritmične molitve, ki se zlijejo z dihom in postanejo utrip srca; in navsezadnje tišina – sveta, globoka, polna Božje navzočnosti.

LUČ BOŽJE BESEDE

Ko se znajdemo v neozdravljivi bolezni ali spremljamo nekoga, ki umira, se pogosto zdi, da so vse besede prelahke. Vse besede tolažbe, upanja in razlage lahko zvenijo kot oddaljen odmev, ki se odbija od bolečine, ne da bi jo dosegel. Vse, kar je bilo nekoč samoumevno, zdaj stoji na preizkušnji. In medtem ko telo slabi, se sprašujemo: Ali je Božja beseda v takšni uri res lahko luč?

Včasih se zdi, da ne. Prebrani odlomek ne ogreje srca. Izgovorjena obljuba ne odstrani strahu. Svetopisemski od-

lomki, ki smo jih nekoč radi poslušali, ne govorijo več jasno. Lahko celo zabolijo. Takrat Božja beseda ni svetloba, ki bi razgnala vso temo, a more biti svetilka, ki prižge iskro sredi nje (Ps 119,105). Ne razkrije celotne poti, a pokaže naslednji korak. Ne spremeni situacije, a nas ne zapusti v njej.

»Živa je namreč Božja beseda in učinkovita.« (Heb 4,12) Ne vedno kot odgovor, pogosto le kot navzočnost. Kot droben plamen, ki noče ugasniti. Kot spomin, ki zažari, ko kdo ob bolniški postelji nežno prebere odlomek, ki ga umirajoči še zmore poslušati. Kot obljuba, ki postane resnična v tistem edinem stavku, ki se zareže v srce: »Ne boj se, saj sem jaz s teboj.« (Iz 41,10)

Božja beseda postane prostor srečanja. V njej je Očetovo obličje, ki nas išče po Kristusu in se po njem sklanja k nam (Jn 1,14). V njej je glas, ki se ne umakne, ko vsi drugi utihnejo. Takrat in pogosto šele takrat začnemo slutiti, kaj pomeni, da Jezusove besede »nikakor ne bodo prešle« (Lk 21,33). Ker ostanejo tam, kjer vse drugo odpade.

Za bolnika, ki ne more več moliti, je Božja beseda včasih edina molitev. Za spremljevalca, ki več ne ve, kaj naj reče, je Božja beseda edini glas upanja. Za srce, ki dvomi, je pogosto zadnja nit, ki drži človeka v odnosu z Bogom, ne zaradi močne vere, temveč zaradi Božje zvestobe.

Zato na tej poti, ki vodi proti skrivnosti smrti, Božja beseda deluje z bližino Očeta po Kristusu. Po njej stopa z nami. Ne rešuje nas iz bolečine, a ostane v njej. Ne razloži smrti, a jo posveti. In ko je vse drugo že minilo, ostane ta Beseda kot luč, ki vodi v novo življenje.

KAKO NAM JE V POMOČ BOŽJA BESEDA

Ko bolezen napreduje ali se približuje smrt, pogosto nimamo več moči za razmišljanje, molitveno premissljevanje (*lectio*

Molitev ob neizbežnem slovesu ljubljene osebe

PRVA MOLITEV

(Za umirajočo molitev prilagodite v žensko obliko.)

Jezus Kristus, srce nam teži slovo, ki prihaja. Ljubimo ga in prav zato je tako težko. A v tej bolečini želimo ostati z njim, ne bežati.

Prosimo, bodi z nami, ko mu stojimo ob strani, ko ga držimo za roko, ko zadržujemo solze.

Podari nam milost, da ga bomo znali pospremiti z mirom.

Daj, da mu bomo znali povedati vse, kar je še treba: zahvalo, prošnjo za odpuščanje, ljubezen, ki ne bo nikoli umrla.

Naj tvoj Duh tolaži nas in njega. Naj tvoja ljubezen, močnejša od smrti, prežari to uro. Naj vemo, da nas boš povezal onstran tega življenja.

Po Kristusu, našem Gospodu.

Amen.

DRUGA MOLITEV

Oče, slovo od ljubljene osebe je globoka rana v srcu. A v njej tiho raste tudi zaupanje. Vemo, da se življenje ne konča, temveč le spremeni. In zato te prosimo: pomagaj nam sprejeti, da je čas za slovo.

Daj, da ga ne bomo zadrževali s strahom, ampak pospremili z ljubeznijo. Daj, da bomo zmogli biti z njim, brez prisile, brez velikih besed, samo navzoči. Naj tvoja beseda nežno odmeva v naši notranjosti: »Ne boj se, jaz sem s teboj.« Primi nas za roko in vodi v ta sveti trenutek. Naj njegova pot k tebi poteka v miru, v tvojem objemu. Mi pa naj ostanemo povezani z njim v tvoji ljubezni.

Amen.

Bližina v Duhu: spremljanje neozdravljivo bolnih in umirajočih

Umiranje je izkušnja, ki vsakega človeka postavi pred vprašanja smisla, vere, odnosa, zaupanja in upanja. V trenutkih, ko se življenje nagiba k svojemu zaključku, postane še bolj jasno, da je človek ne le biološko, ampak tudi globoko duhovno bitje. Neozdravljivo bolni in umirajoči ne potrebujejo le lajšanja telesnih bolečin, ampak tudi nežnost duhovne bližine – biti slišan, sprejet in ljubljen (Frančišek 2014, 169). Zato duhovna oskrba ni v prvi vrsti obred, temveč spoštljiva navzočnost. V molku, dotiku, molitvi ali le z očesnim stikom lahko sporočimo: nisi sam, Bog je s teboj. Ljubeča navzočnost v zadnjih trenutkih življenja postane znamenje Božje bližine.

KRISTJANOVA ODGOVORNOST:

BITI BLIZU V DUHU IN RESNICI

Sveto pismo nas vodi h globljemu razumevanju umiranja kot časa, ko se človek še posebej srečuje z Bogom. Psalmist izpove: »Tudi če bi hodil po globeli smrtne sence, se ne bojim hudega, ker si ti z menoj.« (Ps 23,4) To »biti z« je temelj vsakega pristnega duhovnega spremljanja: ni toliko v dajanju odgovorov kot v navzočnosti. Evangelij nam razodeva Kristusa,

ki ni ostal na varni razdalji, ampak je vstopil v našo človeško bolečino. V tej sočutni in darujoči ljubezni je vztrajal do konca življenja, čeprav je moral zaradi tega trpeti in umreti na križu (Flp 2,6-8).

Sveti Janez Pavel II. (1984) je v *Okrožnici o odrešenjskem trpljenju* (30) zapisal, da je trpljenje prostor, v katerem se razodeva odrešujoča moč ljubezni. Papež Frančišek (2014) pa nas v apostolski spodbudi *Veselje evangelija* (24. 46) vabi, naj se ne zapiramo v pastoralno sterilnost, ampak naj gremo k ranjenim, ker je Kristus tam navzoč.

Duhovno spremljanje ni le pomoč, je posvečen prostor odnosa, kjer se skrivnost življenja in smrti dotika konkretnega človeškega srca. Največ, kar jim moremo dati, je iskrena, spoštljiva, potrpežljiva, celostna navzočnost. Ne gre za dajanje nasvetov ali iskanje tolažbe, ampak za biti z njimi. Navzočnost je sposobnost zdržati z njimi v tišini in brez odgovora.

V tem duhu postane spremljanje sveti prostor, varen kraj, kjer zmorejo izgovoriti resnico o sebi, sprejeti svojo zgodbo in se počasi izročati v ljubeče roke Očeta po Jezusu Kristusu. Spremljevalec ni terapevt, ampak sopotnik v najgloblji skrivnosti življenja, ki hodi ob drugem in veruje, da je Bog v tej skrivnosti navzoč.

BISTVENI ELEMENTI SPREMLJANJA

Duhovno spremljanje neozdravljivo bolnih in umirajočih ima več razsežnosti.

Sveti prostor navzočnosti in poslušanja

Biti ob neozdravljivo bolnem in/ali umirajočem človeku pomeni vstopiti na »sveto zemljo« človeškega obstoja – v skrivnost, kjer se otipljivo dotikata čas in večnost, ranljivost in upanje,

ČETRTI DEL

**KO SE
ŽIVLJENJE
USTAVI**

Ko izgubimo bližnjo osebo

Ko vemo, da se smrt približuje, ker je oseba neozdravljivo bolna ali ker že umira, v nas vse bolj raste slutnja slovesa. A ne glede na to, kako dolgo smo to vedeli, kako dolgo smo jo spremljali in kako globoko smo se trudili pripraviti na trenutek smrti, nas ta vedno znova preseneti, pretrese in rani.

TRENUTEK SMRTI NAS VEDNO PRETRESE

Smrt bližnje osebe je ena najglobljih in pretresljivih izkušenj človeškega življenja. Ko nam smrt vzame nekoga, ki ga imamo radi, se zdi, kot da se čas ustavi. Svet, kakršnega smo poznali, se povsem spremeni. Ne počasi, postopoma, ampak v eni sami sekundi. Kot bi nas zadela nevidna eksplozija, ki razbije vse, kar je bilo prej normalno, predvidljivo, varno. Čas se ustavi. Telo otrpne. Misli zastanejo ali pa podivjajo.

In v tej pretresenosti, ko nam nekdo odide, se v nas – ne da bi to iskali – začinja življenjska šola: šola umiranja. Edino iz te izkušnje se zares učimo tudi sami umirati.

Čeprav je morda smrt prišla v pričakovanem okviru neozdravljive bolezni, ne pomeni, da nas prizadene kaj manj. Vsak od nas se na smrt bližnje osebe odzove drugače. Način, kako doživljamo ta trenutek, je odvisen od mnogih dejavnikov: notranjih in zunanjih, vidnih in nevidnih.

Doživljanje izgube je tesno povezano z globino odnosa, ki smo ga imeli s pokojno osebo. Če smo jo globoko ljubili,

Priprava in pomen krščanskega pogreba

Ko smrt vstopi v naše življenje, se svet ustavi. Srce boli. Čas izgubi ritem. A kljub temu, da smo notranje pretreseni, nas konkretna resničnost smrti pokliče, da ukrepamo. Ko bližnja oseba umre, nastopi trenutek, ko se mora ljubezen do nje izraziti v dejanju: v načinu, kako bomo poskrbeli za njeno zemeljsko slovo.

PRVI KORAKI

Ko se smrt zgodi, moramo hitro in premišljeno sprejeti nekaj pomembnih odločitev.²⁸ Ti prvi koraki so pogosto naporni in čustveno zahtevni, hkrati pa nam ponujajo priložnost, da se od ljubljene osebe poslovimo z ljubeznijo, spoštovanjem in vero.

Ko bližnja oseba umre doma, moramo najprej poklicati zdravnika, da uradno potrdi smrt in izda poročilo o vzroku smrti.²⁹ Če je umrla v bolnišnici ali drugem zavodu, to urejajo tamkajšnji zdravstveni delavci. Če ni umrla doma, pro-

²⁸ Na spletni strani <https://e-uprava.gov.si/si/podrocja/sociala-zdravje-smrt/smrt.html?lang=si> najdemo vse, kar je treba urediti ob smrti bližnjih oseb v Republiki Sloveniji.

²⁹ Če je vzrok smrti nepoznan oziroma nejasen, mora zdravnik zaprositi za obdukcijo umrlega.

simo zdravstvene delavce, da nam dajo možnost poslovitve od nje. Prinesemo jim tudi obleko, v katero naj jo oblečejo.

Ob izgubi moža se Jožica spominja:

»V ponedeljek zjutraj sem prejela klic zdravnice iz bolnice. Mislila sem, da me kličejo glede njegove premestitve. Še vedno mi odmeva njen glas: 'Gospa, sporočam vam, da je vaš mož pred nekaj minutami umrl.' Čeprav sem vedela, da je njegovo stanje slabo, sem doživela šok, saj tega nisem pričakovala tisti hip, saj je dan prej izgledal kar dobro. Pričela sem jokati, zdravnici sem dejala, zakaj me niso poklicali. Povedala mi je, da je šlo zelo hitro, da ni trpel. Ko sva prekinili pogovor, so se v meni odvijali dogodki vseh let skupnega življenja, ob tem sem jokala ter iskala po hiši oblačila, da se grem od njega poslovit. Istočasno sem se zavedala, da moram do bolnice varno pripeljati, da se moram zbrati. Poklicala sem tudi nekaj sorodnikov in jim povedala žalostno novico. Nato sem se šla v bolnico poslovit od moža, vso pot sem v mislih molila za njegovo dušo. Ob dotiku sem začutila tisti hlad, občutek sem imela, da držim ohlajen kamen. Pokrižala sem ga ter odšla ...«

Če je pokojni umrl doma, imamo po potrjeni smrti več ur časa, da pokličemo pogrebno podjetje. To poskrbi za prevoz pokojnika. Če ga nismo že prej oblekli, moramo zraven dati oblačila, v katera naj ga oblečejo pred polaganjem v krsto ali upepelitvijo.

Čas pred odhodom pokojnika od doma ali pa iz doma ostarelih ali bolnice je priložnost za globoko, spoštljivo in molitveno slovo. Irena pripoveduje:

»Na velikonočno jutro nas je mama po maši pričakala v črnini. Besede niso bile potrebne. Oče nas je otroke in vnuke tako 'zbral' skupaj. Prišel je tudi g. župnik in z nami molil. Bili smo v miru z njim, združeni v molitvi zanj, obujanju spominov, pogovorih, poslavljanju do poznega popoldneva, ko so ga odpeljali iz domače hiše.«

Žalovanje – sveta pot preobrazbe

Ko zadnji pogrebni spev utihne, ko je za nami sedmina in vsi odidejo, ostanemo žalujoči sami z neizmerno bolečino. Čeprav je smrt prišla po dolgotrajni neozdravljivi bolezni ali je bilo že dolgo jasno, da se bliža konec, je nikoli ne sprejmemo zares. Žalovanje, ki sledi, je sveto – globoko osebno, nepredvidljivo in pogosto samotno.

ZAČETEK ŽALOVANJA:

UTRUJENOST, PRAZNINA IN PRVE RANE

Prvi dnevi: utrujenost, molk in svet brez barv

Po pogrebu žalujoči pogosto doživljamo popolno izčrpanost. Na dan pride tudi utrujenost, ki smo jo dolgo potiskali: skrb za umirajočega, neprespane noči, stalen adrenalin in napetost. Takrat smo delovali skoraj avtomatsko. Nismo imeli časa, da bi čutili.

Tudi dnevi pred pogrebom so bili zapolnjeni z opravki, dogovori, obredi, ljudmi. Ko vse to mine, nastopi tišina. A v tej tišini ni miru, temveč praznina in odsotnost smisla življenja.

Telo postane težko. Spanec je nemiren ali ga sploh ni. Appetit izgine. Nekateri se tresemo, drugi čutimo glavobole, pritiske v prsih, dušenje, tesnobo v trebuhu ali pekočo bolečino v srcu.

Misli skačejo: »Ali je res umrla?«, »Zakaj ravno on?«, »Kaj bo zdaj z mano? Z nami?« V notranjosti divja čustveni kaos. Vse, kar je bilo domače, je zdaj tuje. Svet izgubi barve. Žalovanje se dotakne vsake celice telesa.

Teden dni kasneje, ko začnemo zares dojemati

Zunanji svet gre naprej. Ljudje, ki so bili ob nas pred pogrebom in na pogrebu, se vračajo v svojo rutino. Žalovalec pa šele zdaj zares vstopa v proces dojemanja izgube.

Za mnoge se prav v tem času začne notranji pretres: valovi nenadnega joka, občutki žalosti in krivde, napadi tesnobe, včasih celo misli o smrti. Mnogi se sprašujemo: Je normalno, da še vedno jokam? Sem slab kristjan, ker ne morem najti tolažbe v veri?

Od bližnjih pogosto slišimo tudi izjave, izrečene z namenom tolažbe, kot na primer: »Bodi vesel, zdaj je srečen pri Bogu.« »Ne joči, da ne bo žalosten.« »Pusti ga že pri miru, zdaj je na drugi strani.« Vendar nas te besede lahko, čeprav dobronamerne, pahnejo v še večjo osamljenost, občutek sramu in občutek, da naša bolečina ni dovoljena.

A vera ne izključuje žalosti. Kristjani nismo poklicani k potlačitvi čustev, temveč k iskrenemu doživljanju: »Pred njim odprite svoja srca.« (Ps 62,9); »Utrujen sem od vzdihovanja, vsako noč jokam v svoji postelji.« (Ps 6,7)

Okoli sedmega dne po pogrebu se pogosto obhaja sveta maša za pokojnega. Če zmoremo, povabimo koga, naj nam pomaga organizirati srečanje po njej. Skupna molitev, delitev spominov in preprosta bližina so lahko vir globoke tolažbe. Ni potrebno veliko ljudi, dovolj je, da smo z nekom, ki nas sliši in sprejema.

Prav je, da se tudi zahvalimo vsem, ki so nas spremljali tako z besedo kot z dejanjem. Nekatere lahko objamemo, dru-

Kako biti ob žalujočih – bližina, ki preobraža

Vsako žalovanje je edinstveno. Ne moremo ga posplošiti, urejati ali primerjati. Vstopanje v svet žalujočega je kot hoja po svetih tleh (2 Mz 3,5).

Tako kot je Bog Mojzesu naročil, naj se sezuje, ko je stopil h gorečemu grmu, smo tudi mi poklicani, da »sezujemo« svoje predstave, nasvete in pričakovanja ter pristopimo s spoštovanjem in sočutjem k svetosti bolečine žalujočega.

V ta prostor vstopimo s ponižnostjo, brez želje, da bi bolečino uredili, omilili ali razložili.

Spoštovati pomeni dopustiti žalujočim, da imajo svoj čas in svoj glas – tudi kadar jih spremljajo viharji čustev, zmedenost, tišina ali solze. Brez presojanja sprejmemo vse, kar doživljajo in delijo z nami. Sočutje pa ne pomeni, da prevzamemo njihovo bolečino nase, temveč da z odprtim srcem ob njej vztrajamo – da smo z žalujočimi in zanje. Hkrati pa to zahteva tudi zdravo skrb zase. Da nas bolečina drugega ne zlomi, moramo poskrbeti za svoje meje: redno prazniti svojo notranjost v molitvi, pogovoru ali pisanju, se vračati k virom svoje moči ter si dovoliti veselje do življenja.

Kristus sam, ki je jokal ob Lazarjevem grobu (Jn 11,35) in bil sočuten z vsemi v stiski (Lk 7,13), se je vedno znova umikal v samoto, kjer je bil z Očetom (Lk 5,16; 6,12; Mt 14,23). Sočutje torej ni izguba samega sebe, temveč drži ljubezni, ki ve, komu

pripada in od kod črpa. Spremljati žalujoče pomeni ostajati ob njih – ne da bi pozabili nase. To je izraz duhovne zrelosti, kot jo opiše apostol Pavel: »Veselite se s tistimi, ki se veselijo, in jokajte s tistimi, ki jočejo« (Rim 12,15), a hkrati tudi: »Bodite goreči v duhu, služite Gospodu« (Rim 12,11). Žalovanje ni bolezen, ni nekaj nenormalnega, temveč sveti prostor preobrazbe. Kdor žaluje, je normalen človek – in po tej izkušnji postaja še bolj človeški in Božji.

NE BODIMO REŠEVALCI

Prevečkrat smo ob žalujočih v skušnjavi, da bi jih »potaložili«, čim prej spravili v »normalno« življenje, da ne bi predolgo žalovali, da bi jih razvedrili. Toda žalujoči ne potrebuje nasvetov, pač pa ljudi, ki so pripravljene molčati in celostno poslušati. Pripravljene moramo biti sedeti z njim na »tleh«, kot so Jobovi prijatelji (Job 2,13), in ne bežati pred njihovo bolečino. Sočutje je umetnost biti z drugo osebo v njeni ranljivosti, ne da bi jo poskušali spremeniti.

Ko nekdo izgubi bližnjo osebo, vstopi v prostor ranljivosti, zmedenosti in bolečine. Takrat je vsaka beseda delujoča – bodisi kot balzam bodisi kot sol na rano. Kljub dobrim namenom lahko hitro izrečemo kaj, kar prizadene ali pusti občutek nerazumljenosti. Zato je ključno, da se ob žalujočih ne osredotočamo na to, kar bi morali reči, temveč kako jim biti blizu spoštljivo, sočutno, poslušajoče.

Tudi če smo sami doživeli izgubo, ne moremo vedeti, kako je drugemu. Žalovanje je edinstveno. Zato ni dobro reči: »Vem, kako se počutiš.« Bolje je reči: »Ne znam si predstavljati, kako hudo ti je, a sem tukaj zate.«

Čas ne celi sam po sebi. Celi le tisto, kar je bilo slišano, sprejeto in spremljano. Žalovanje ne »mine«, ampak se preoblikuje. Zato se izogibljimo besed: »Čas celi rane.« »Bolečina bo minila.«

Žalovanje otrok in mladostnikov

Otroci in mladostniki so pogosto »nevidni žalujoči«. Ko odrasli doživimo izgubo, se osredotočimo na lastno bolečino in organizacijo pogreba, pri tem pa lahko nehote spregledamo, da tudi otroci – četudi mali in živahni – globoko trpijo in potrebujejo svojo pot žalovanja (Goldman 2013).

DOJEMANJE SMRTI

Dojemanje smrti je povezano z otrokovo starostjo in razvojnim obdobjem:

0–5 let: otroci še ne razumejo trajnosti smrti. Pogosto mislijo, da se bo umrli vrnil, ali da je smrt podobna spanju (Worden 1996). V tem obdobju lahko izrazijo regresijo v vedenju (tj. da se začasno vrnejo k prejšnjim vedenjskim vzorcem, kot so na primer ponovno močenje postelje, sesanje palca ali strah pred spanjem), s strahom pred ločitvijo ali nepojasnjenimi telesnimi simptomi.

6–9 let: otroci začnejo razumeti, da je smrt trajna, a še vedno lahko verjamejo, da se je zgodila zaradi nečesa, kar so naredili ali mislili (kriva prepričanja). Pomembna je razbremenitev krivde.

10 let in več: razumejo biološki pomen smrti. Pri mladostnikih se žalovanje lahko izrazi z uporništvom, umikom, dvomom v Boga ali nevero, ali z izrazitim iskanjem smisla (Goldman 2013).

VKLJUČEVANJE V SLOVO

Otrokom je treba povedati resnico o smrti – nežno, jasno in starosti primerno. Olepševanje ali izmikanje lahko v njih sproži zmedo ali nezaupanje, medtem ko iskrena razlaga pomaga graditi zaupanje in varnost tudi v času izgube.

Izrazi, kot so »zaspal je« ali »odšel« lahko povzročijo zmedo ali celo strah pred spanjem ali pred odhodom bližnjih v službo ali kam drugam. Pomembno je, da damo prostor njihovim vprašanjem in odgovorimo čim bolj iskreno.

Jezus je postavljajl otroke v središče (Mr 10,13-16), ni jih odrival, ampak blagoslavljal. Tudi ob izgubi so otroci poklicani biti navzoči – ne kot opazovalci, ampak kot člani družine, ki jih družijo tudi skupna žalost in skupna vera.

Otroci naj sodelujejo v procesu slovesa: lahko narišejo risbo, napišejo pismo, pripravijo simbolni predmet za pogreb ali prisostvujejo molitvi ob pokojniku. Raziskave kažejo, da vključevanje otrok v pogrebni proces zmanjša dolgoročno stisko in omogoča bolj zdravo žalovanje (Worden 1996).

Te globoke resnice se potrjujejo tudi v vsakdanji izkušnji. S. Emanuela pripoveduje:

»Prišel je dan smrti mlade mame. In takšne smrti pustijo svoj pečat tudi na osebnosti hiše Hospic ... Oče nas je prosil, naj bomo z njim, ko bo prišel s sinčkom iz vrtca in mu poskušal povedati, da je pač mamica odšla, da je zdaj med angeli in ne več med ljudmi. Sedeli smo z njim, ko je to povedal svojemu otroku in skrivali solze, saj se je sinček krčevito oklenil očetovega vratu ... kot bi se bal, da bo še njega izgubil ... Počasi se je umiril in ko ga je naša socialna delavka povabila, da se je igral z malim rdečim tovornjačkom, je vzel eno rožico in jo položil nanj. Sodelavka ga je vprašala, ali bi jo peljal svoji mami, in je prikimal. Šli smo kot v procesiji, oče za sinčkom, ki je skozi hodnik peljal svoji mami zadnjo rožico na svojem rdečem tovornjačku ... Ko smo se ustavili ob umrli mami,

Slovarček

DUHOVNOST. V sodobnem času obstaja veliko različnih opredelitev duhovnosti, pri čemer številne raziskave ločujejo med duhovnostjo in religijo. Tako se duhovnost pogosto razume kot nekaj univerzalnega in navidezno nevtralnega. Vendar v resnici ni »nevtralne« duhovnosti: vsaka se uresničuje v določenem kontekstu – znotraj religije, zunaj nje ali v okviru ezoterike. Zato je smiselno govoriti o treh osnovnih oblikah duhovnosti: religijski, svetni in ezoterični (Platovnjak in Svetelj 2024).

V tej knjigi govorimo predvsem o krščanski (katoliški) duhovnosti. Ta je osebno in skupnostno živeta vera, ki temelji na daru Svetega Duha ter na njegovi dejavni navzočnosti in vodenju (Jn 14–16; Rim 8; 1 Kor 2; Gal 5). Verniku omogoča najti vrednote, vsebino in smisel življenja ter odgovore na življenjska vprašanja. Vodi ga po poti spreobrnjenja in preobrazbe v luči velikonočne skrivnosti.

Krščanska duhovnost se udejanja po Božji milosti, po Božji besedi in zakramentih, predvsem po evharistiji in spravi, ter v različnih oblikah molitve: osebni, skupni, adoraciji, meditaciji in kontemplaciji. Neločljivo je povezana s Cerkvijo, ki je Mati, Učiteljica in Varuhinja. Izraža se v osebni, skupnostni in reflektivni razsežnosti – v odnosu do Boga, sebe, drugih, stvarstva, materialnih dobrin, trpljenja in občestva Cerkve.

Njen cilj je poglobljen odnos z Bogom Očetom po Kristusu v Svetem Duhu, celostno zorenje ter prizadevanje za bratstvo, pravičnost, skrb za trpeče in za stvarstvo. Raziskave medicine, psihologije in paliativne oskrbe potrjujejo, da duhovnost blagodejno vpliva na bolnike in spremljevalce: krepi upanje,

zmanjšuje osamljenost ter pomaga pri soočenju z boleznijo in smrtjo. Zato je dragocen vir opore v času neozdravljive bolezni, umiranja in žalovanja (Platovnjak 2022).

HOSPIC OSKRBA. Hospic je posebna oblika paliativne oskrbe, namenjena predvsem zadnjemu obdobju življenja – tednom ali mesecem, ko je jasno, da je smrt blizu in ozdravitev ni več mogoča. Njegov temeljni poudarek je bolniku ustvariti čim bolj mirno, dostojanstveno in kakovostno življenje do naravne smrti ter ob tem nuditi podporo tudi svojcem – tako v času bolezni kot po smrti, v obdobju žalovanja.

Če paliativna oskrba spremlja bolnika že ob ugotovitvi napredujoče neozdravljive bolezni in lahko traja mesece ali leta, je hospic oskrba ožji del tega procesa, ki se začne, ko se življenje dejansko izteka. Paliativna oskrba lajša simptome in podpira bolnika ter njegove bližnje v daljšem obdobju, hospic oskrba pa se osredotoča na zadnje korake poti in vključuje tudi spremljanje svojcev po smrti.

Hospic oskrba vključuje zdravstveno nego, lajšanje bolečin in drugih simptomov, psihološko, socialno in duhovno pomoč, posebno vlogo pa imajo prostovoljci, ki s svojo bližino in človeško toplino prinašajo občutek domačnosti in sprejetosti. Hospic ni kraj smrti, ampak prostor življenja – do zadnjega diha.

Za kristjane hospic oskrba izraža temeljno prepričanje, da življenje ohranja dostojanstvo do konca in da v bližini umirajočega z ljubeznijo odseva Božja navzočnost. V njem se zrcali vera, da smrt ni konec, temveč prehod v polnost življenja v Bogu.

NEOZDRAVLJIVO BOLNI. V tej knjigi ta izraz ne pomeni zgolj medicinske diagnoze, temveč celostno izkušnjo, ki zaznamuje bolnika in njegove bližnje na telesni, čustveni, duševni, so-

cialni in duhovni ravni. Nanaša se predvsem na bolnike s hudo ali napredovalo neozdravljivo boleznijo, ki je ni več mogoče pozdraviti niti zadovoljivo zazdraviti – kot na primer v poznejših fazah rakavih, nevrodegenerativnih ali kroničnih napredujočih bolezni. Neozdravljiva bolezen v tem smislu pomeni prelomnico: zdravniška stroka ugotovi, da ni več možnosti za ozdravitev, zato se oskrba usmeri v lajšanje simptomov, bolečine in trpljenja – torej v paliativno oskrbo.

A neozdravljiva bolezen ni le konec zdravljenja, temveč začetek nove poti: poti sprejemanja, soočanja z minljivostjo, iskanja smisla, urejanja odnosov in doživljanja globoke ranljivosti. To stanje odpira prostor za resnična vprašanja: o življenju, o odnosih, o duhovnosti in o tem, kaj ostane, ko izgubljammo zunanjo moč.

V tej knjigi ločujemo neozdravljivo bolne in umirajoče, saj vsaka huda ali napredovalna neozdravljiva bolezen še ne pomeni, da je smrt že tik pred vrati. Mnogi ljudje s takšno diagnozo živijo še mesece ali celo leta – včasih z upanjem, včasih z velikimi napori. Umirajoči pa so tisti, ki se jim življenje dejansko že izteka in za katere je bližina smrti očitna. Ta razloček nam omogoča bolj občutljivo, spoštljivo in resnično prilagojeno spremljanje vsakega človeka na njegovem edinstvenem odseku poti.

PALIATIVNA OSKRBA. To je celostna oblika zdravstvene in človeške podpore, namenjena ljudem s hudo ali napredovalo neozdravljivo boleznijo ali v zadnjem obdobju življenja. Njen glavni cilj ni več zdravljenje bolezni, temveč lajšanje telesnih bolečin in drugih simptomov, hkrati pa podpora čustvenim, psihosocialnim, duhovnim in odnosnim potrebam bolnika in njegovih bližnjih. Spoštuje dostojanstvo človeka, mu pomaga ohraniti čim boljšo kakovost življenja in ga spremlja v procesu sprejemanja, poslavljanja in iskanja smisla.

Pomembno je, da se s paliativno oskrbo začne pravočasno – ne šele v zadnjih dneh, temveč že ob ugotovitvi, da je napredujoča bolezen neozdravljiva. Takrat se lahko paliativna oskrba sočasno prepleta z različnimi medicinskimi postopki, ki zadržujejo napredovanje bolezni. Vključuje zdravnike, medicinske sestre, duhovnike, psihologe in druge spremljevalce, ki skupaj z bolnikom in družino soustvarjajo prostor skrbi, spoštovanja in bližine (Ebert Moltara et al. 2020).

V tej knjigi je v ospredju predvsem duhovna dimenzija paliativne oskrbe, ki pomeni predvsem sočutno, spoštljivo, ljubečo in telesno-duhovno navzočnost ob človeku, ki se srečuje z minljivostjo.

Za kristjane ta navzočnost odseva Božjo zvestobo in ljubezen, ki nikoli ne mine – ljubezen, v kateri se življenje ne konča, temveč se spremeni v večno življenje v Bogu Očetu in Sinu in Svetemu Duhu, v občestvu ljubezni, v katerem so že poveljčani vsi, ki so živeli ljubezen (Mt 25,34-40; 1 Jn 4,7-21).

SPOŠTLJIVO IN SOČUTNO POSLUŠANJE. V tej knjigi s tem izrazom opisujemo notranjo držo in odnos, ki presega zgolj zunanje poslušanje besed. Pomeni, da drugega sprejemamo z vsem, kar je – z njegovo bolečino, tišino, vprašanji, jezo in upanjem – brez presojanja, popravljanja ali vsiljevanja odgovorov. Spoštljivo poslušanje pomeni, da človeku priznamo njegovo dostojanstvo in svobodo, da doživlja in izraža stvari na svoj način. Sočutno poslušanje pa pomeni, da smo mu ob tem tudi čustveno in duhovno blizu: da skušamo zaznati njegovo notranjo resničnost in ostati navzoči tudi, ko zmanjka besed.

Takšno poslušanje ustvarja varen prostor, v katerem se človek lahko sprosti, ubesedi in preobrazi. Ob neozdravljivo bolnem in umirajočem pomeni biti tam ne kot svetovalec, temveč kot tihi sopotnik, ki z odprtim srcem posluša tudi to, česar ni mogoče izreči. Gre za način ljubezni in spoštovanja,

ki se udejanja v bližini, tišini, molku, navzočnosti in celoviti pozornosti.

Vendar pa spoštljivo in sočutno poslušanje ne pomeni, da se z drugo osebo popolnoma poistovetimo ali prevzamemo nase njeno bolečino. Če to storimo, lahko hitro postanemo notranje preobremenjeni, izgubimo mir ali celo sposobnost jasnega zaznavanja. Zavedati se moramo, da nismo mi rešitelji. Naša naloga je biti ob drugem, ne pa reševati njegove notranje drame – to zmore le Bog.

Takšno poslušanje je zato tudi dejanje ponižnosti: ostajamo ob drugem, ne da bi ga hoteli spreminjati, temveč mu dajemo prostor, da sam globlje začuti sebe in se odpre ljubeči, spoštljivi in usmiljeni navzočnosti Boga Očeta po Kristusu v Svetem Duhu.

SRCE. V tej knjigi se izraz srce pogosto uporablja zato, ker najgloblje izraža človekovo notranje, duhovno središče. V svetopisemskem pomenu srce ni zgolj sedež čustev, temveč celovito središče človekove osebnosti. V njem prebivajo tudi razum (Mt 9,4; Lk 2,19; Rim 1,21), volja in svoboda (2 Kor 9,7; Lk 15,18), vest (1 Jn 3,19-21), spomin (5 Mz 4,39; Mr 8,17-18), hrepenenje in vera (Ps 84,3; Apd 8,37) ter zmožnost osebnega odnosa z Bogom (5 Mz 6,5; Mt 22,37; Ef 3,17).

Srce je prostor, kjer se človek srečuje s seboj, z drugimi in z Bogom. Je kraj, kjer dozorevajo misli, odločitve in odnosi, kjer potekajo naši najgloblji notranji boji in kjer prebiva Bog – Oče po Kristusu v Svetem Duhu (Ef 3,17).

V tej luči srce ni le čustveni del človeka, temveč njegov najgloblji, svobodni in odgovorni jaz, iz katerega se odloča za ljubezen, resnico, spoštovanje in življenje. Ko rečemo, da ima človek »srce in razum«, s tem ne mislimo na nasprotje med čustvi in mišljenjem, temveč na dve razsežnosti ene in iste osebnosti. Srce vključuje tudi razumsko zaznavanje,

moralno presojanje, voljo in duhovno odprtost.

V kontekstu spremljanja umirajočih zato govorimo o srcu kot o kraju srečanja, sočutja, molitve, notranje navzočnosti in duhovne zrelosti. Ne gre za poenostavljeno čustvenost, temveč za tisto človekovo globino, kjer se najbolj uresničuje ljubezen. Srce pa ni le prostor vere in zaupanja – je tudi kraj, kjer človek doživlja svojo najglobljo stisko, bolečino, ranjenost in nemoč.

Prav zato je srce v tej knjigi prostor resničnega srečanja z umirajočimi: tam, kjer je človek najbolj ranljiv, je tudi najbolj resničen.

Informacije

POMOČ PALIATIVNE IN HOSPIC OSKRBE

LJUBHOSPIC

059 337 300 | 051 337 336 | info@ljubhospic.si
<https://www.ljubhospic.si/o-ljubhospicu/>

SLOVENSKO DRUŠTVO HOSPIC

01 24 44 493 | <https://hospic.si/>

SLOVENSKO ZDRUŽENJE PALIATIVNE IN HOSPIC OSKRBE

<https://paliativnaoskrba.si/>

OPORA ZA ŽALUJOČE

Trimesečni program za žalujoče

za vse žalujoče; za starše po samomoru otroka;
za žalujoče po samomoru bližnje osebe
(šest srečanj po dve uri na štirinajst dni)

IGNACIJEV DOM DUHOVNOSTI

Informacije in prijave:

051 613 374 | info@ignacijevdom.si
<https://ignacijevdom.si>

Program poteka v okviru Ignacijevega doma tudi v drugih krajih po Sloveniji, trenutno v Mariboru in Radencih.

Za pogovor in prijavo stopite v stik z voditelji programa v krajih izvajanja:

p. Ivan Platovnjak

Ljubljana | ivan.platovnjak@rkc.si | 051 613 373

Ana Durič (Maribor) | Lidija Kociper (Radenci)

<https://ignacijevdom.si/program-za-zalujoce>

<https://zalovanje.si>

<https://duhovnosti.si>

ŽALOVANJE ODRASLIH

SLOVENSKO DRUŠTVO HOSPIC

<https://hospic.si/zalujoci-odrasli>

ŽALOVANJE OTROK IN MLADOSTNIKOV

SLOVENSKO DRUŠTVO HOSPIC

<https://hospic.si/zalujoci-otroci-in-mladostniki>

PODPORA ŽALUJOČIM

LJUBHOSPIC

051 487 978 (ob sredah med 12. in 14. uro.)

<https://www.ljubhospic.si>

SKUPINA ZA ŽALUJOČE

TERAPEVTSKI CENTER ISKRENI

<https://terapije.net/skupina-za-zalujoce>

O knjigi so povedali

Knjiga nagovarja človeka s tenkočutno pozornostjo, še posebej bolnega in umirajočega. Ob bolezni in umiranju ni pomemben le tisti, ki odhaja, temveč tudi njegovi bližnji in vsi, ki ga obkrožajo. To je sveti čas, ki globoko zaznamuje in preoblikuje človeka. Prav v takih trenutkih se na poseben način pokaže občestvo vernih, skupnost Cerkve.

Besedilo je hkrati strokovno in pričevanjsko. Avtor v njem odstira lastno pot spremljanja ter glasove mnogih, ki so stali ob strani svojim bližnjim v bolezni in umiranju. Knjiga bo v oporo vsem, ki se znajdejo v takšni situaciji, saj ponuja preizkušene poti odgovora na različne potrebe bolnika in njegove okolice. Dotika se vseh razsežnosti prisotnosti, posebej tistih, ki izvirajo iz vere in skrivnosti Jezusovega odrešenja.

Veliko vrednost prinašajo tudi konkretne molitve in predlogi za premišljevanje ob Svetem pismu. Kot priročnik povezuje praktična navodila in duhovno globino od trenutkov bolezni in umiranja do pogreba in žalovanja. Vesel sem, da je knjiga izšla, saj je tudi znamenje živega odgovora vernikov na izzive, ki jih odpira vprašanje evtanazije.

Franc Šuštar, ljubljanski pomožni škof

Živimo v času, ko se nekdam same po sebi razumljive vrednote človeškega dostojanstva in življenja spreminjajo iz dneva v dan. In prav v tem času p. Ivan Platovnjak prihaja med nas z razmišljanjem o prezrtem času našega življenja, ko nekdo od naših dragih umira ali se znajde v situaciji neoz-

dravljive diagnoze. To je čas razburkanih čustev, zavedanja minljivosti; čas, ko obupno želimo živeti in preživeti! Saj za življenje smo rojeni, ne za smrt! P. Ivan knjige ni napisal kot znani profesor duhovnosti, ampak je preprosto zbral izkustva ljudi, ki so šli pred nami po poti slovesa, smrti in žalovanja. Njihova pričevanja dajejo knjigi posebno vrednost, saj so besede ter zgodbe umirajočih in njihovih bližnjih kot zvezde v temni noči, ki nam kažejo znake upanja, tudi ko tega ni več! Zelo dragocene so praktične informacije, kaj narediti, kako se obnašati, kaj je naša krščanska tradicija, ki je polna simbolike in tolažbe. Verjamem, da med vsemi knjigami o smrti, posmrtnem življenju, žalovanju in slovesu, prav ta knjiga prinaša odgovore na mnoga vprašanja v najtežjem času človekove življenjske poti.

S. Emanuela Žerdin FBS, spremljevalka umirajočih in njihovih svojcev, pogodbena sodelavka hiše Ljubhospic

Ob prebiranju knjige sem odkrival, kot da bi sam pisal o svojih spoznanjih ob spremljanju neozdravljivo bolnih, umirajočih in njihovih bližnjih. Začutil sem, da ima p. Ivan, čeprav ni bolnišnični duhovnik, neverjeten posluš za stisko ljudi. Vidi se, da že vrsto let spremlja v bolezni in starosti svoje starše in druge bližnje. Uspelo mu je povabiti številne osebe, ki so se osebno srečale z boleznijo, so spremljale ali se poslavljale od svojih dragih. Res se te ponavljajo, vseh pričevanj pa je približno 165. Avtor knjige in omenjeni pričevalci vabijo sorodnike, prijatelje, sosede, sodelavce, župnijska občestva k spoštljivi in sočutni poslušnosti. Iz osebnih izkušenj vem, kako je v bolezni, poslavljanju, umiranju in žalovanju pomembna vera in zaupanje v Boga. To more bralec odkriti na vseh straneh knjige, za katero lahko rečem, da je dragocen

učbenik za sočutno bližino bolnim. In za vse, da bi bili veseli in vztrajni klicarji pri urejanju medsebojnih odnosov, odpuščanja, pa tudi pri dostojni poslovitvi. Dragocene so konkretne molitve, ki vlivajo upanje in nas delajo boljše spremljevalce. Hvala p. Ivanu! Prepričan sem, da bo po prebiranju knjige več sočutne navzočnosti med vsemi. Priporočam jo vsem, ne glede na zdravstvena počutja ali starost.

Miro Šlibar, bolnišnični duhovnik

V še ne davni preteklosti je večina bolnikov umrla doma, umiranje in spremljanje umirajočih pa sta bila bolj običajen del življenja kot danes, ko imajo bolnišnice in domovi starejših večjo vlogo in govorimo o t. i. institucionalizaciji umiranja. A vendar ostaja ta čas izjemno intimen, osebni proces, v katerem mora vsak bolnik prehoditi edinstveno pot in ima svojevrstne potrebe. Ob soočanju z bližajočo smrtjo se bolniki in njihovi svojci pogosto počutijo izgubljene in nemočne. Pričujoča knjiga pa slovenskemu bralcu ponuja dragocene vsebine o pripravah bolnikov nanjo ter o spremljanju umirajočih. Avtor na podlagi osebnih izkušenj in strokovnega znanja na tankočuten način združuje duhovne vidike s povsem praktičnimi usmeritvami za podporo v tem težkem, a tudi izpolnjujočem obdobju življenja. Gre za dragocen vodnik, ki nas opominja na neprecenljiv pomen zadnjega obdobja življenja – tako za umirajočega kot za njegove bližnje.

Meta Krajnc, dr. med., mag. bioetike

Pred nami je knjiga, za katero sem prepričana, da bo bogat doprinos in dragocena pomoč na področju skrbi za težko

bolne, umirajoče in žalujoče. Zajema celostno obravnavo tako teoretično, strokovno in tudi pričevanjsko, kar je še posebno bogastvo te knjige. Teorija in pričevanja se v knjigi prepletajo, tako da je branje tekoče in prijetno. Vseskozi sem lahko vzporejala tudi lastne izkušnje, saj sem se znašla že v vseh situacijah (bolnik, svojec in spremljevalec). Na nekaterih mestih sem bila globoko ganjena, tudi do solz. Pomembno se mi je zdelo, da sem lahko za svoje izkušnje dobila teoretično razlago. Knjigo lahko uporabimo kot priročnik, saj je v njej ogromno nasvetov in priporočil, kako in kdaj kakšno stvar praktično izvesti ali urediti. Skratka, vse na enem mestu. Pomembno se mi zdi, da kljub zahtevni in težki vsebini ohranja svežino in optimizem, zaupanje in tiho prisotnost. Vsak bo lahko v njej našel svojo pot. Mogoče bo lahko tudi spodbuda za tiste družine, kjer odnosi niso urejeni, saj vemo, kako taka situacija otežuje procese umiranja in žalovanja. Naj knjiga dobi pot v vsak dom.

s. Metka Tušar HKL, dipl. m. s., spremljevalka bolnih, umirajočih in njihovih svojcev

Ni polnega življenja brez izkušnje smrti bližnjega. To je neponovljiva priložnost za nudenje svoje prisotnosti, obenem pa se nam ponudi tudi spravljenost z lastno minljivostjo - naše energije, osebnosti in telesa. In ker ne poznamo tega procesa, so zgodbe umiranja in žalovanja prepogosto zgodbe trpljenja, velike negotovosti in obžalovanja. S pričujočo knjigo avtor tenkočutno prispeva prav k temu: odstira temačne tance strahu pred smrtjo, ko nas v izpovedih bolnikovih svojcev, prijateljev in negovalcev vodi skozi njihove intimne izkušnje, občutja in dragocena spoznanja, kakšne obraze imata lahko čas umiranja in čas žalovanja. Spoznavamo, kakšne so možne

podpore in pomoči, kako naj se takrat pogovarjamo in ne-
gujemo ljubečo prisotnost. Nikomur ne bo prihranjen tisti
čas, ko bodo našemu telesu jenjale moči in nas preplavljala
občutja izgube sposobnosti običajnega življenja. Bolj kot se
lahko pri branju knjige scela potopimo v ta čas, bolj bomo
pripravljeni na spremljanje bližnjih in svoj čas umiranja.
Predvsem pa smo s tem vedenjem opremljeni za še bolj po-
globljeno življenje, ki je v prvi vrsti vključujoče, sočutno in
ljubeče, saj ob koncu življenja naših bližnjih lahko skupaj
doživimo intenzivno izkušnjo o tem, kar je res pomembno.

*Urška Lunder, dr. med., avtorica knjige Odprto srce – Izkušnje
in spoznanja ob umiranju in smrti*

Knjiga ni zgolj zbirka zapisov ali pričevanj, temveč je pred-
vsem prostor poslušanja, navzočnosti in soudeleženi. V
njej spregovorijo tisti, ki so v družbi pogosto preslišani ali
potisnjeni ob rob: neozdravljivo bolni, umirajoči in njihovi
spremljevalci. V njej govorimo mi vsi, ker nas ti glasovi vodijo
k soočenju s skrivnostjo življenja in smrti, ki se dotika sle-
hernega človeka. Branje teh pričevanj me je opomnilo, da
nas smrt ne definira le kot konec, temveč kot prostor, kjer
se lahko učimo biti bolj človeški, bolj navzoči in – če verujemo
– tudi bolj Božji.

To ni knjiga, ki bi ponujala recepte ali odgovore. Prej je
sopotnica na poti, na kateri pogosto zmanjka besed. V tren-
utkih, ko se znajdemo ob postelji nekoga, ki umira, ali ob
prijatelju, ki se sooča z neozdravljivo boleznijo, pogosto ne
vemo kaj reči. Ta nemoč ni pomanjkljivost, ampak povabilo,
da ostanemo – tiho, a prisotno. Tisto, kar potrebujemo v takšnih
trenutkih, je sočutna bližina, ki ne rešuje, ampak spremlja.

Knjiga je sopotnica – ne lahka, a dragocena. Pomaga nam

odkriti, da dostojanstvo človeka ne izgine s telesno nemočjo, da ljubezen ni izključena iz trpljenja, ampak da lahko prav tam zasije najmočnejše. Uči nas poslušati, biti tiho, biti navzoči. In morda je prav to največ, kar lahko drug drugemu damo.

Erika Zelko, zdravnica, profesorica, raziskovalka paliativne oskrbe in sopotnica ranljivih

Knjiga pred vami je izjemno dragocena. Sporočila, ki jih nosi, na najbolj tenkočuten in odkrit način naslavlja izredno pomembne, a hkrati tako težke vsebine življenja in dileme, o katerih danes v naši družbi zelo neradi govorimo. Z neprecenljivimi izkušnjami in sporočili ljudi, ki so spremljali težko bolne, umirajoče in žalujoče, avtor knjige na preprost, odkritosrčen in zelo življenjski način prikaže vprašanja in pomisleke, ki se porajajo v takih situacijah. Bralci tako na nežen in nevsiljiv način odstiramo tančico za tančico, v katero je ujeta to poglavje življenja in ga spoznavamo tudi skozi oči drugih in skozi drugačno prizmo doživljanja oseb z različnimi zgodbami. Branje knjige je zato izredno poučno in bogato za vsakega bralca, bolnike, njihove bližnje in spremljevalce v različnih okoljih, zdravstvene delavce in sodelavce oziroma za vsakogar, ki jo dobi v roke, saj se dotika teme, ki se nas, hočemo ali nočemo, dotika prav vseh. V besedilu vsakdo lahko najde stavek ali misel, ki ga pretrese ali celo prestraši, a hkrati knjiga ponuja tudi ogromno sporočil in spoznanj, ki dajejo energijo in voljo do življenja in tako vlivajo upanje.

Maja Ebert Moltara, dr. med., spec. intern. onkolog., dr. znan., vodja paliativne oskrbe na Onkološkem inštitutu, predsednica Slovenskega združenja paliativne in hospic oskrbe

PATER IVAN PLATOVNJAK je jezuit Slovenske province Družbe Jezusove. Je profesor duhovnosti na Teološki fakulteti Univerze v Ljubljani in član ekipe Ignacijevega doma duhovnosti, kjer nudi tudi trimesečni program za žalujoče.



10 EUR