

Odkaz otcovi

Je isto náročné čeliť strate vlastného dieťaťa, no vidieť svoju manželku nešťastnú môže byť rovnako ťažké. Kladiš si otázku, ako ju môžeš utešiť v jej žiali, keď Ty sám pociťuješ bolesť zo straty.

Skúsenosť smrti vlastného dieťaťa je síce pre mnohé manželstvá zatŕžkavajúcou skúškou, no ak sa so svojou manželkou nebudete báť hovoriť o svojich najhlbších pocitoch, môžete si byť nakoniec navzájom ešte oveľa bližší. A taktiež pros Boha o silu čeliť bolesti, s ktorou sa stretávaš u svojej manželky a ktorá je zároveň obrazom tej Tvojej.

Ďalšou Tvojou bolesťou môže byť, že ľudia sa niekedy správajú, akoby to bola len matka dieťaťa, kto smúti. Možno sa práve Teba pýtajú: „Ako sa darí Tvojej manželke?“, ale zabúdajú sa opýtať, ako sa s tým vyrovnávaš Ty. Dieťa, ktoré zomrelo, však bolo rovnako aj Tvoje. Preto o tom nezabúdaj so svojimi blízkymi hovoriť.



Modlitba

Pane, prichádzame za Tebou s bolesťou zo straty nášho milovaného dieťaťa. Prosíme Ťa, pomôž nám vyrovnat' sa s naším smútkom. Daj nám silu, aby sme mohli prekonať toto ťažké obdobie nášho života.

Niektorí ľudia nás chcú utešiť, že to ešte ani nebolo dieťa. My však vieme, že sme stratili člena našej rodiny.

Daj nám, Pane, silu odpustiť tým, ktorí nás v našej bolesti nechápu, zabúdajú na nás či nepomohli nám vtedy, keď sme to najviac potrebovali.

Veríme, že dieťa, ktoré si spolu s nami stvoril, žije teraz s Tebou a jedného dňa sa spolu všetci stretieme. Pane, pomôž nám veriť, že Ti raz budeme navždy vďační za dar života, ktorý sme mohli dať. Pretože hoci naše dieťa zomrelo nám, narodilo sa v Tebe.

Ďakujeme Ti, Pane, že si nás navštívil svojím požehnaním, hoci len na krátku chvíľku. Nauč nás vo všetkom Ti dôverovať a tešiť sa na požehnanie nového života.

Ak emocionálne trpíš po spontánnom (prípadne aj dobrovoľnom) potrate a potrebuješ pomoc alebo sa chceš len porozprávať, ponúkame Ti túto možnosť cez Projekt Ráchel, službu psychologickú a pastoračnú starostlivosti po potrate.

Nájdeš nás v Diecéznom pastoračnom centre pre rodinu, Kapitulska 21, 97401 Banská Bystrica

Mobil: **0911 911 794**

Telefón: **048/4720 212**

(môžeš nechať odkaz a my Ti zavoláme späť)

Mail: **rachel@rodinabb.sk**

Web: **http://www.rodinabb.sk**



Od bolesti k nádeji

Cesta uzdravenia pre ženy so skúsenosťou spontánneho potratu

Milá mamička,

týchto pár slov je adresovaných Tebe, matke, ktorá prišla o svoje dieťa skôr, ako sa mohlo narodiť. Niektorí ľudia vravia, že je lepšie, že si svoje zomrelé dieťa nepoznala, lebo takto je to pre Teba ľahšie. Táto strata je však pre Teba pravdepodobne viac než len koniec tehotenstva, viac než zmena v Tvojich plánoch – je to smrť Tvojho milovaného dieťaťa. No nestratila si len svoje dieťa, stratila si časť seba samej. Tvoj smútok aj pocit straty sú rovnako opodstatnené ako v prípade akejkoľvek straty milovaného človeka. Je preto prirodzené, ak túto situáciu ťažko znášaš. Možno nemôžeš prestať myslieť na svoje dieťa. Aj zdanlivo nesúvisiace veci či situácie Ti ho pripomínajú. Možno máš preto aj potrebu vyhýbať sa ľuďom, ktorí s tehotenstvom nejako súviseli či vedeli o ňom, alebo sa zhoršila aj komunikácia s Tvojím manželom.

A hoci to, že Tvoje dieťa zomrelo, si nezavinila sama, stále ešte rozmyšľaš, kde si urobila chybu, či si nemohla niečo urobiť lepšie, že si snád' mala lepšie chrániť život, ktorý bol v Tebe... Možno Ťa trápia výčitky, že si nebola schopná vynosiť ho. Napriek tomu s láskou objím svoje dieťa a v dôvere ho odovzdaj Bohu, do jeho náručia.



Ako môže nastat' uzdravenie

Na to, aby si sa z tohto zranenia uzdravila, je potrebný najmä čas a tiež ľudia v Tvojom okolí, ktorí Ťa podporujú. Aby si sa cez stratu ľahšie preniesla, potrebuješ o nej hovoriť. Je dobré, ak máš vo svojom okolí niekoho, kto s Tebou o nej hovorí. Určite hovor o svojich pocitoch aj so svojim manželom. V prípade, že nemáš s kým o svojom smútku hovoriť, môže pomôcť aj napísať vlastné pocity na papier, napríklad ako list Bohu či priamo zosnulému dieťaťu. Je dôležité vyjadriť svoje pocity, pretože len tak môže začať proces uzdravenia.

Potrebuješ tiež smútiť za svojim dieťaťom, či už sama alebo so svojimi blízkymi, sláv naň spomienku. Je plnohodnotným členom rodiny, preto si zaslúži napríklad zažatú sviečku na sviatok Pamiatky zosnulých. Umožni sama sebe vytvoriť predstavu svojho dieťaťa. Odporúča sa tiež dať dieťaťu meno, zvlášť ak presne vieš, akého pohlavia bolo. Môžeš mať doma fotorámik s obrázkom anjelika, zasadiť strom či kvety na jeho pamiatku alebo čokoľvek iné, čo Ti ako matke srdce a fantázia napovedia, a tiež dať odslúžiť sv. omšu.

Každý človek si v priebehu života vypracúva rôzne spôsoby zvládnutia a riešenia problémov. Tie sa u konkrétnych ľudí veľmi líšia. Nech Ťa teda neznepokojuje, že niekto iný v Tvojom okolí sa s podobnou stratou vysporiada ľahšie a rýchlejšie ako Ty. Povzbudením pre Teba môže byť fakt, že mnohé ženy zažili práve takúto stratu a neskôr dosiahli úplné uzdravenie. A hoci ľudia Ti v tom môžu pomôcť, je to Boh, kto uzdravuje. Popros niekoho o modlitbu za uzdravenie tejto rany v Tebe i na celej Tvojej rodine. A ak môžeš, modli sa za to spolu s manželom.

*Ak Tvoje problémy pretrvávajú, alebo o nich nemáš s kým hovoriť, ponúkame Ti túto možnosť cez **Projekt Ráchel** – službu Diecézneho pastoračného Centra pre rodinu Banskobystrickej diecézy. Projekt Ráchel je zameraný na pomoc ženám, ktoré emocionálne trpia v dôsledku umelého alebo spontánneho potratu a zahŕňa siet' odborníkov z rôznych oblastí (duchovní, poradcovia, psychológovia, lekári), ktorí sú pripravení pomôcť Ti odpustiť si a nájsť znovu pokoj, alebo sa s Tebou len porozprávať o Tvojich pocitoch.*

Čo je teraz s Tvojím dieťaťom?

Pravdepodobne si kladieš otázku, čo je s Tvojím zomrelým dieťaťom, keďže nestihlo byť pokrstené. Cirkev nepozná s istotou iný prostriedok ako krst, aby malým deťom zaručila nadprirodzenú večnú blaženosť. Boh sám však svojimi sviatosťami viazaný nie je a to, že iný prostriedok pre spásu nám nie je známy, neznamena, že nemôže existovať. Bolo by totiž ťažké dať do súladu s Božou vôľou spasiť všetkých ľudí, keby čo i len jedno dieťa, bez možnosti osobne sa rozhodnúť pre Krista alebo proti Nemu, navždy stratilo nádej na spásu, na stretnutie s Bohom.

Osud nenarodených detí, ktoré zomreli bez krstu, tvorí časť nepreniknuteľného tajomstva spasiteľnej Božej lásky. Cirkev ich s veľkou láskou a dôverou odporúča Božiemu milosrdenstvu, ako to vidno aj v pohrebných obradoch pre nepokrstené deti. Ján Pavol II. to v encyklike *Evangelium vitae* vyjadril jednoznačne, keď nás o každom dieťati, zomrelom skôr, ako sa stihlo narodiť a mohlo byť pokrstené, uisťuje: „Ono teraz žije v Bohu” (*Evangelium Vitae* 99).