

► In jezera spustili dobrosrčni osnovnošolski in srednješolski učitelji ter njihovi učenci. Med letom učenci v akvarijih vzgajajo različne živali, pogosto so to raki, da se otroci poučijo o njihovem življenjskem ciklu, ob koncu šolskega leta, tik preden šole opustijo, pa zverinice – od zlatih ribic do rakov – najraje spustijo v naravo. Iz spuščanja živali iz učilnic na prostost na začetku poletja naredijo cel žur in jim je zraven še toplo pri srcu, da delajo nekaj humanega. Večina osvobojenih živalskih vrst ni invazivna, raki so pa bili – ampak učitelji tega niso vedeli, ker posebne trgovine, v katerih šole naročajo živali za učilnice, tega niso jasno označile in ker so bili učitelji premalo poučeni. Neki raziskovalec je izprašal okrog 2000 učiteljev v ZDA in Kanadi in izkazalo se je, da je vsak četrty izpuščal živali. A kaj storiti? Evtanazija ni beseda, ki jo v učilnicah radi slišijo. Pa so naredili anketo med šolarji, kaj storiti z živalmi ob koncu šolskega leta. Imeli so nekaj precej izvirnih idej, med drugim so nekateri predlagali, da bi jih pojedli. Hecno, natančno tako razmišljajo v Berlinu.

Pa dober tek. Da bi se rakov znebili tako, da jih servirajo na krožniku, so ljudje že večkrat predlagali – v domači Louisiani konec koncev raki niso problem, ker jih pojedjo, preden bi utegnili povzročiti težave –, a beseda je meso postala šele letos v Berlinu.

V nemški prestolnici so se zavedeli, da utegnejo imeti težave, lani poleti, ko so začeli ljudje v mestnem parku Tiergarten opažati »jastoge« in »orjaške škorpionje«, ki so bili v resnici močvirski škarjarji. Po eni od teorij naj bi jih v parku odvrnel nekdo, ki jih je gojil v akvariju in je šele po tem, ko so mu požrli vse rastlinje, z rahlim faznim zamikom spoznal, da tako ne bo šlo. Mestne oblasti so nad rake poslale prvostopne mrežarje – zakon o krivolovu prepoveduje, da bi ljudje to počeli na svojo roko –, malo so pa upali, da bodo preostale rake uničili lisice in rakuni, ki so se tudi namnožili v parku.

Iz tega ni bilo nič. Letos so škarjarji še vedno tam in prav fino se imajo. No ja, so si potem rekli berlinski velmožje, če ga ne moreš premagati, ga pojeb – in so dali nekemu lokalnemu ribiškem podjetju dovoljenje, da lovi rake in jih prodaja restavracijam. Dovoljenje velja do konca letošnjega leta. Menda so raki prav okusni, če jih očistite v slani vodi in nato žive skuhate v vreli vodi, začinjeni s kajenskim poprom, česnom, čebulo, limono, soljo in lovrovimi listi. Pustite jih vreti štiri minute, nato pokrite stati 5–20 minut, potem pa dober tek!

Spravite ta recept, morda vam bo že kmalu prišel zelo prav. ■

Diploma Anje Klančar ima naslov Kakovost življenja svojcev po samomoru, magisterij (na teološki fakulteti) pa Proces žalovanja pri naravni smrti in po samomoru, a Anja o zelo boleči izkušnji, ki doleti marsikaterega Slovenca, ni samo strokovno podkavana.

Ko je bila stara 21 let, je najprej naredila samomor njena mama, čez sedem let pa še oče. Bili so verna, urejena, med seboj povezana družina, brez nesoglasij in alkoholizma, kar dokazuje, da ni pravila, komu se lahko zgodi samomor. Anja, po poklicu zakonska in družinska terapevtka, je občutke, ki so jo preplavljali, strnila v knjigi *Ko izgubiš, zgodba o prebolevanju samomora v družini*, izdala jo je založba Družina, svoje pa so povedali tudi različni strokovnjaki. Čtivo ni samo za tiste, ki se jim je takšna tragedija zgodila, temveč tudi za vse, ki se lahko kdaj znajdejo v vlogi svetovalcev in tolažnikov.

Tekst: **SONJA GRIZILA**

Kpisanju sem se spravila pod neposrednim vtisom novic, ki so prihajale od mimoidočih – samomor je namreč naredil učenec osnovne šole, ki ga ni nihče poznal, so pa vsi slišali, da je pobegnil od doma. Ko so ga našli, so nenadoma vsi vedeli vse: da je bil otrok ločenih staršev, da se ni razumel z očimom (eni pravijo, da ga sploh ni imel), da so bila posredi gotovo mamila, zelo verjetno pa so starši preveč pritiskali nanj zaradi slabih ocen. Ker sva se malo pred tem pogovarjali z Anjo Klančar, mi je bilo bolj jasno,

Kako preboleti samomor bližnjega?

Nikar me ne objemajte

preveč boli

kaj lahko takšno obrekovanje, nepriemna vprašanja in drezanje povzročijo svojcem, ki niti sami ne razumejo, kaj se je sploh zgodilo.

Mama ni kuhala kosila. »Deževna nedelja. Odidem peš k sveti maši ob 10. in zrak mi dobro dene. Mami kuha kosilo in pravi, naj grem sama in da ne more iti še ona. Da je utrujena. Sem razumela in sem se odpravila. Bilo je lepo bogoslužje. Po sveti maši se vračam, kot po navadi peš. Toda neki nemir se je plazil po meni in kar hodila bi, kar hodila. Srečam sorodnike, ki me ustavijo, vsi so objokani.« Prišli so ji povedat, da mame ni več. Tako se začne Anjina pripoved.

Mama je bila ena redkih samomorilcev, ki za seboj pustijo poslovilno pismo. Je pojasnila, zakaj je to storila? »Pravzaprav ne,« pravi Anja, »hotela me je potolažiti, opravičila se je bližnjim in razložila, da ne more več, da ji telo gori, da se ne more več zbrati. Predpostavljali smo, da so bile težave povezane z menom, pa z razdajanjem za druge (pri tem zakolne in smeje pravi, da Bog tega ne zameri). Pride znanka in jo prosi, ali lahko speče kekse za poroko, ona reče ja, namesto da bi šla počivat. Ne moreš razumeti, da to naredi popolnoma odgovorna ženska, pridna, ne-

škodoželjna. Zakaj? Bili smo tipična družina na vasi. Z bratom sva že počasi odhajala od doma, finančne stiske ni bilo, nobenih kreditov, nobenega alkohola, zmerjanja ali grobsti. Oče niti kadil ni. Mami je zadnje tri tedne govorila, da ji gorijo roke, gotovo pa je bila zelo izžrpana.« Je šla k zdravniku? Je, pa ni bilo nobene jasne diagnoze. Po bolniški, ki jo je imela prvič v življenju, je šla neke sobote na sodišče, kjer je bila zaposlena, vratar ji je odprl vrata, ker je hotela nekaj preveriti. Sodnega spisa ni mogla niti odpreti, kaj šele prebrati, je ugotovila. V nedeljo se je ubila. Imela je 52 let.

Agonija. Tisto, kar je potem doživljala Anja, zelo natančno piše v knjigi in pametno je prebrati, kaj se dogaja s svojci samomorilcev, da vsaj kaj razumemo in ne počnemo neumnosti. Anja se eno leto ni mogla zjokati in ni prenesla, da jo kdo objame in tolaži s publicami v slogu »saj bo, nisi edina, pa kaj ji je prišlo na misel, saj je imela hišo pa dobrega moža, pa pokojnino bi tudi dobila«. Veljala je za hladno in nesramno, saj ni mogla s sosedi in znanci pretakati solz in secirati maminega dejanja, ki ga ni mogla niti sama razumeti. Bilo jo strah in sram ljudi ter njihovega namigovanja. Na vasi

je pač tako, vzdihne Anja, govoriče se raznesejo kot požar. Ni hotela srečevati znancev ter poslušati njihovih tolažb in namigovanja. Domači župnik ji je svetoval, naj hodi začasno k maši kam drugam, če ji je med znanci v cerkvi nelagodno. Se je odvrnila od vere, saj je težko doumeti, kako Bog kaj takega dopusti? Eni res tako reagirajo, drugi postanejo še bolj verni, pravi. Sama je v Bogu še naprej iskala tolažbo, čeprav po tej izkušnji marsikaj razume drugače. Diplomirala je na upravni fakulteti v Kranju, magistrirala pa na teološki, ker je hotela spoznati še duhovni del skrivnostne zgodbe, ki se ji pravi – samomor.

Kako lahko zdrsnesh v brezno. Anja zelo dobro ve in razume, kako lahko zdrsnesh v brezno – prav ta izkušnja marsikateremu terapevtu manjka, saj (hvala bogu, pravi) v življenju pač niso naleteli na hude težave. Obiski na pokopališču, vča-

Lahko poslovilno pismo olajša bolečino? Ja in ne, odgovarja Anja. Mama ga je napisala najbrž tudi zato, ker je šlo v njen koncept skrbnosti in urejenosti, najbrž je svoje prispevalo tudi to, da je bila v službi na sodišču. »Hotela me je potolažiti.« Oče poslovilnega pisma zaradi slepote niti napisati ni mogel, a je razumela, da je izgubil ves smisel in vso radost življenja, bil je le še breme – sebi in drugim.

sih je celo legla med rože na mamin grob, niso prinesli potrebne katarze, zato je bolečino dušila s prenajedanjem (pogoltnila je osupljive količine živil) in alkoholom, naokrog je divjala z maminim avtom, in ko ni nič več »prijelo«, se je rezala z britvico. Skeleto je, od bolečin je jokala, ampak olajšanje je trajalo le deset minut. Se sploh zavedamo, koliko srednješolcev poleti ne nosi kratkih rokavov, ker imajo porezane roke?

Kako sta mamino izgubo prenašala oče in brat, ki sta morala poslušati še bolj robate pripombe moških sokrajanov kot ona? Pravi, da ne ve. »Delala sta se močna, še pohecati sta se znala, da sta prekinila bedasto nakladanje v slogu 'kua pa je blo, saj ji ni nič manjkalo',« pravi Anja. Sta ji pomagala? Sta, kolikor sta zmogla in znala. Z njo sta hodila na družinske terapije, kar dvanaajstkrat. Poiskala je vso mogočo pomoč, ki je brezplačna, in jo dobila. Je koristila? Anja se samo nasmehne. Že to je bilo veliko, da jo je kdo poslušal. Najhujše bolečine so neme.

Potem pa še oče. Očetu so pri petdesetih zamenjali zaklopko. Iz rane mu je deset let teklo, hodil je v Klinični center, pa so ga zmeraj odslovili, češ da to ni nič takega. Ko so ga končno znova odprli, so ugotovili, da so pri prejšnji operaciji pozabili v bližini srca kos vate, zarasel se je v tkivo in povzročal stalna vnetja. Nesnago so dali v kozarec in mu jo pokazali, glejte, gospod Klančar, tole je bil vzrok. »Nič nismo reagirali, nimamo denarja in živcev, da bi se pravdali z zdravniki, smo si rekli in pogoltnili zdravniško napako. Samo da je oče v redu.«

Pa ni bil. Čez čas je na operiranem mestu udarila bakterija, ko so jo zdravili, so mu poškodovali center za ravnotežje in uničili vid. Še nekaj zdravniških napak. Ko so ga poslali domov, je bil popolnoma nemočen, zaletaval se je, ker ni videl in ni imel ravnotežja. Spoznanje, da je odvisen od drugih in da se stanje ne izboljšuje, je bilo zanj strašno. Bil je namreč poklicni gasilec, v prostem času pa konjenik, polnokrven moški, pravi »džek«, pravi Anja. Vse pri hiši je bilo v znamenju konj, še ura in skodelice. Nikoli ni bil resno bolan, mamino smrt je možato prenesel, prosti čas je preživljal družabno in smiselno. Potem pa popolna nemoč. Vzel je avtomobilske ključke in skušal ugotoviti, ali še lahko vozi, in ugotovil je, da ne. Anja mu je dopovedala, da ne ogroža samo sebe, ampak tudi druge. Zadnje tri mesece je skrbel za zanj, še nikoli prej se nista toliko pogovarjala, saj oče prej ni imel časa. Ko je nekega dne šla v zdravstveni dom po nove recepte, je izkoristil prilikost in se ubil. Anja ne razume, kje je našel fizično moč za kaj takega. »Ko se odločiš, najbrž dobiš to moč,« sklepa.

Doživel je sinov doktorat na farmaciji, medtem ko so hčeri podeljevali magisterij, pa je bil na intenzivni negi. Seveda takrat še ni slutila, da bo morala spoznanja iz svojega strokovnega dela kmalu uporabiti – na sebi.

Ne obsojajmo. Seveda jo večkrat sprašujejo, ali se ne boji, da bo v krizi tudi sama sledila družinskeemu vzorcu in si vzela življenje. »Ne obsojajmo. Nihče ne more dati roke v ogenj, da sam tega ne bo naredil,« pravi. »Imela sem lepo otroštvo. Vesela sem, da se to ni zgodilo, ko sem imela deset let. Enaindvajset let sem imela skrbno in ljubečo mamo ter sedemindvajset let vzornega očeta v složni družini brez pretresov. Mnogi tega nimajo. Tudi z bratom sva se mirno pogovorila o dediščini, tako sva pač vzgojena,« pravi. Kar ni odžalovala pri mami, je pri očetu in prišla je tako daleč, da lahko o tem govori. »Bolj ko se stvar

oddaljuje, bolj spoštujem starša. Veste, da ne povečujem samomora, a sprejemam, da se lahko zgodi vsakemu. Vemo za samomore, ki so jih naredili duhovniki in nune, pa se o tem ne govori. V Svetem pismu je samomor omenjen v Novi zavezi osemkrat. 'Šel je in se je obesil.' Brez komentarjev, brez obsojanja in povelečevanja,« pravi. »Ljudi so strašili, da gredo samomorilci v peklo. Jaz te teze ne morem sprejeti,

Evtanazija. Seveda jo večkrat sprašujejo, ali podpira zamisli o evtanaziji. »Težko odgovorim na to filozofsko, etično in moralno vprašanje. Ker nisem kompetentna in tudi ne vem, kdo je. Se pa čisto človeško sprašujem, ali bi svojci potem mirno spali. Pa zdravniki. Kdo nam bo na to odgovoril?«

ker Bog je ljubezen.« Seveda se tudi njej lahko zgodi, da bi pomislila na samomor, a zdaj ve, kdaj se ustaviti, kako ukrepati in na kakšna vrata potrskati, kadar je hudo.

Je v žalovanju razlika? Anja je magistrirala iz razlik pri žalovanju za ljubljenimi, ki so storili samomor ali pa so umrli naravne smrti, in pravi, da statističnih razlik v bistvu ni. Nikoli nismo dovolj pripravljeni na smrt bližnjega, imamo podobna čustva in se žremo, zakaj nismo več naredili, ko bi še lahko. Razlika je, da pri naravni smrti ni sramu in krivde, ki pri samomoru je, pravi Anja. Si predstavljate starše enajstletnice, ki pred koncem šole skoči pod vlak?

Kako naj ravnamo z žalujočimi, ki prenašajo breme tragedije, sama namreč zelo dobro ve, pred čem je bežala? »Tisti, ki pride k žalujočemu, je zelo pogumen,« pravi. Ne veš, kako bo reagiral, lahko te nadre, lahko pa se odpre. Ne drezajmo v žalujoče, povejmo jim, da smo tu, da jim bomo pomagali, če to želijo, in jih poslušajmo, če želijo govoriti. Samo nobenih radovednih vprašanj in bedastega filozofiranja! Naj nam bo jasno, da ljudje, ki so bližnje zanemarjali in zlorabljali, ne čutijo kakšne posebne krivde in sramu, drugi pa ob samomoru bližnjega oboje občutijo na potenco, razloži Anja, ki je pri tridesetih napisala knjigo, ki jo je vredno prebrati. Zakonska in družinska terapevtka si seveda želi zaposlitve, kjer bo vse svoje znanje lahko uporabila, predvsem se hoče ukvarjati z žalujočimi, tudi tistimi, ki prebolevalo samomor bližnjega. Žal ji v Sloveniji ne bi smelo zmanjkati dela, saj se giblje število uspešnih samomorov od 350 do 400 na leto, poskusov pa je vsaj 25-krat več. ■