

*Elisabeth
Kubler-Rossová*

ŽIVOT A UMÍRÁNÍ

Kurs šťastného umírání



SIGNUM UNITATIS

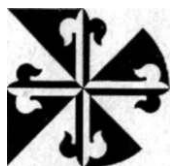
E. Kubler-Rossová: Život a umírání

Je to vlastně kurs šťastného umírání. Novodobá zkoumání lékařů a psychologů totiž potvrzují, že smrtí nic nekončí, ale teprve začíná. Všechny náznaky směřují k tomu, že to bude život nesmírně krásný a šťastný.

ŽIVOT A UMÍRÁNÍ

Kurs šťastného umírání

Elisabeth
Kubler-Rossová



SIGNUM UNITATIS

1991

Život a umírání

(Předneseno v prosinci 1982 ve Švýcarsku)

Řada lidí říká: „Ano, paní dr. Rossová viděla již příliš mnoho umírajících. Teď začíná být docela zajímavá...“ Mínění, které o vás mají druzí, je jejich problém. Je velmi důležité, abyste si to uvědomili. Lidé po vás budou plivat, i když máte čisté svědomí a svou práci vykonáváte s láskou. Budou vám všemožně ztěžovat život... A za deset let dostanete za tutéž práci osmnáct čestných doktorátů. Takový je můj život nyní.

Sedíte-li mnoho let u postelí umírajících dětí a starých lidí, nasloucháte jim a snažíte se jim porozumět, zjistíte, že si blížící smrt uvědomují. Najednou se s vámi loučí člověk, u něhož se nepředpokládalo, že by měl tak brzy umřít.

Zůstanete-li u něj sedět, řekne vám postupně všechno, co potřebuje sdělit. Když pak tento pacient zemře, máte dobrý pocit, že jste možná byla jedinou osobou, která jeho slova brala vážně.

Prostudovali jsme 25 000 případů lidí z celého světa, kteří prodělali klinickou smrt a vrátili se zpět do života. Někteří se probudili zcela přirozeně, jiní až po oživovacích pokusech.

Chtěla bych vám nyní vylíčit zkušenosti, kterými prochází při umírání každý člověk. Tyto zážitky jsou naprosto všeobecné. Nezáleží na tom, jste-li obyvatel Austrálie, hind, muslim, křesťan nebo nevěrec. Právě tak nerozhoduje váš věk nebo ekonomické zařazení. Jedná se zde totiž o všeobecnou lidskou zkušenost, stejně přirozenou a samozřejmou jako je narození. Smrt je skutečně obdobou zrození. Je to porod do jiné existence, což se dá velmi jednoduše dokázat. Dva tisíce let se museli lidé spokojit s „vírou“ v posmrtný život. Pro mne to již není věc víry, ale věc jistoty vědění. Ráda vám prozradím, jak k tomuto poznání dojdete. Ovšem za předpokladu, že vědět chcete. Jestliže ale vědět nechcete, také na tom příliš nezáleží. Až umřete, stejně se to dozvíte. Já tam pak budu sedět a budu se těšit speciálně na ty, kteří dnes říkají: „Chudák paní Rossová.“

Při umírání prochází člověk třemi stadii. Přijmete-li přirovnání, které používám pro docela malé děti, jež umírají, tak hovořím o tom, že tělesná smrt člověka je obdobou zrození motýla z kukly. Kukla představuje pomíjivé lidské tělo. To však není totožné s vámi, s vašim pravým já. Je to přechodný příbytek, jestli si to umíte představit. Smrt je jen přechod do hezčího domu, mohu-li užít tohoto symbolického přirovnání.

Jakmile je kukla porušena, uvolní motýla - vaši duši. Nezáleží na tom, byla-li příčinou poškození vražda, srdeční mrtvice nebo chronická choroba.

Na tomto druhém stupni, jakmile - řečeno symbolicky - váš motýl

opustil pozemské tělo, zažije důležité zkušenosti. Musíte o nich vědět, abyste již nikdy neměli ze smrti strach. Na druhém stupni budete vybaveni psychickou energií, na stupni prvním jste vybaveni energií fyzickou. V této fázi ještě potřebujete mozek, který je v činnosti. Jste při plném vědomí a můžete komunikovat s okolím. Jakmile je mozek (či kukla) velmi poškozen, nejste samozřejmě už při plném vědomí. Zastavuje se dýchání a činnost srdce a mozkové vlny jsou neměřitelné. V této době již je motýl mimo svou kuklu. Neznamená to ještě, že jste mrtvi, to pouze kukla přestala fungovat.

Největší dar, který Bůh dal lidem, je svobodná vůle. Ze všech tvorů ji má pouze člověk. A vy máte možnost volby. Můžete použít tuto energii k dobru nebo ke zlu. Znamená to, že váš život v dočasném (tle může být negativní nebo pozitivní).

Jakmile vaše duše opustila tělo a vy jste volným motýlem, nejdříve ze všeho si uvědomíte, že vnímáte všechno, co se děje na místě vaší smrti: v nemocničním pokoji, na místě nehody nebo tam, kde jste právě zanechali své tělo. Tyto události již nezachycujete svým pozemským vědomím, ale jiným druhem vnímání. V této době je již váš krevní tlak a srdeční tep neměřitelný, nedýcháte a v některých případech nejsou měřitelné ani mozkové vlny. Vy však víte přesně, co kdo říká, jak se chová a co si myslí. Tak například budete moci zcela přesně říci, že při autonehodě bylo vaše tělo vyproštěno pomocí tří fréz. Někteří lidé nám dokonce mohli sdělit poznávací číslo auta, které je porazilo a pak z místa činu ujelo. Vědecky se ovšem nedá vysvětlit, že člověk, který již nemá měřitelné mozkové vlny, dokáže ještě přečíst poznávací číslo auta. Od nás vědců se bude vyžadovat pokora.

Musíme pokorně připustit, že je mnoho miliónů věcí, které nedokážeme pochopit. Ale to, že my nechápeme, ještě neznamená, že tyto věci neexistují.

Zapískám-li na psí píšťalku, vy mě neuslyšíte. Ale uslyší mě každý pes. Příčina je v tom, že lidské ucho není uzpůsobeno ke vnímání tak vysokých frekvencí. Právě tak průměrný člověk nemůže vnímat duši, která opustila tělo. Avšak duše ještě pozemské vlnové délky zachycovat může. Proto může zachycovat - sledovat všechno, co se dělo v nemocnici nebo jinde.

Mnoho lidí opustí své tělo v průběhu chirurgického zákroku a přihlížejí své vlastní operaci. Tuto skutečnost by si měli uvědomit všichni lékaři, sestry i ostatní zdravotničtí pracovníci. Znamená to, že i před pacientem v bezvědomí bychom měli hovořit jen takovým způsobem, jako kdyby nás mohl slyšet.

Je trapné, co všechno se v přítomnosti bezvědomých osob říká, aniž bychom si uvědomovali, že to mohou slyšet.

Také musíte vědět, že sedíte-li na posteli své umírající matky nebo otce, i když jsou již v hlubokém bezvědomí, přesto slyší všechno, co říkáte. A proto není nikdy pozdě říci: „Je mi líto“ „Mám tě ráda nebo cokoli jiného, co cítíte, že je třeba říci. Ani po smrti ne, protože mrtví stále ještě slyší, co říkáte. Proto i pak ještě můžete vyrovnat „nevyřízené účty“, a to

i v tom případě, že od smrti uplynulo deset či více let. Tím vymažete svou vinu, abyste vy sami mohli žít bez výčitek.

Na tomto stupni zemřelý zjišťuje, že je opět celý, fyzicky kompletní. Slepí mohou vidět, hluchí opět slyší a němí mluví. Moji pacienti postižení sklerózou multiplex, kteří se pohybují pouze na vozíčkách a mají potíže s mluvením, mi po svém návratu z mimotělního zážitku jako první věc radostně sdělují: „Paní doktoro, opět jsem mohla tančit...“ A takových případů jsou tisíce. Po návratu jsou samozřejmě opět připoutáni na lůžko ke svému starému, nemocnému tělu.

Chápete tedy, že tato mimotělní zkušenost je příjemná a radostná? Malá děvčátka, která v souvislosti s léčbou rakoviny ztratila své vlasy, mi po svém zážitku jako první sdělují: „Měla jsem opět své krásné dlouhé vlasy...“ Ženy, kterým byl amputován prs, jsou opět zdravé a perfektní, jako před zákrokem.

Mnoho mých skeptických kolegyně říká: „Jedná se o projekci snových přání...“

51 % mých případů byla úmrtí náhlá. A nevěřím, že člověk, který jde do práce a přechází ulici, sní o tom, že i nadále bude mít dvě nohy. A přece náhle, po těžkém úrazu, vidí ležet na ulici své tělo s oddělenou nohou. Ale on má přesto obě nohy.

Je samozřejmě, že toto nemohou být pro skeptika žádné důkazy. Abychom trochu uspokojili skeptiky, provedli jsme výzkum s nevidomými. Do šetření jsme zahrnuli jen ty jedince, kteří nezachytili záblesk světla alespoň 10 let. Po návratu z mimotělní zkušenosti tito slepci dokáží popsat, jaké barvy a šperky jste měli na sobě (- pokud jste byli přítomni - dokáží vám říci, jaký vzor měl váš svetr nebo kravata). Jistě chápete, že tyto věci se nedají vymýšlet. Jejich věrohodnost se dá naprosto spolehlivě kontrolovat, pokud ovšem nemáte z odpovědi strach. V tom případě přijďte za mnou. Mnozí skeptici namítají, že tyto zážitky vznikají jako důsledek nedostatku kyslíku. Kdyby se jednalo o nedostatek kyslíku, předepíšu všem nevidomým pacientům nedostatek kyslíku ... Rozumíte? Když někdo nechce vidět skutečnost, přichází s tisíci protiargumenty. Ale to je jeho problém. Nemusíte se snažit obracet ostatní lidi na víru. I oni se dovedí pravdu, až zemrou.

Na tomto druhém stupni také zjistíte, že nikdo nemůže zůstat v okamžiku smrti opuštěn. Když člověk vystoupí z těla, nachází se ve sféře, kde není čas, ve sféře, která je prostě nadčasová. Právě tak se nedá hovořit o prostoru a vzdálenosti v našem slova smyslu, protože to jsou pozemské fenomény. Zemře-li např. mladý Američan ve Vietnamu a myslí přitom na svou matku ve Washingtonu, překoná silou své myšlenky ty tisíce kilometrů a v okamžiku se u ní octne. Na onom druhém stupni neexistuje prostorová vzdálenost. Tuto zkušenost prožilo již velmi mnoho lidí. Naprosto neočekávaně se jim zjevila blízká osoba, o níž věděli, že se právě nachází na velmi vzdáleném místě. Další den dostanou telefonickou nebo telegrafickou zprávu, že tato osoba zemřela - vzdálena sta či tisíce kilometrů. Pochopi-

tělně, že jsou tito lidé velmi intuitivní, protože podobné návštěvy obvykle nevnímáme.

Člověk nikdy není ve smrti opuštěn. Není to jen proto, že je schopen překonat prostorovou vzdálenost a navštívit libovolně kteréhokoliv člověka. Na každého umírajícího čekají vždy ti, kteří ho milovali, ale přešli jej ve smrti. Protože zde neexistuje čas, může ten, kdo ztratil ve 20 letech své dítě a umírá jako stařec v 99 letech, potkat své dítě jako dítě. Pro duše na „onom světě“ může např. 1 minuta obsáhnout sto našich událostí.

Malým dětem církev vypráví, že každé dítě má svého „andělíčka strážného“. Je tomu skutečně tak. Je dokázáno, že každý člověk má po celý život - od narození až do smrti - svého průvodce. Ať tomu věří nebo ne. Ať je to žid, katolík nebo běžvřec, to vůbec není rozhodující. Ona láska nečiní rozdíl. Proto každý člověk dostane darem svého průvodce. Moji malí pacienti je vidí a nazývají je „spoluhráči při hrách“. Zcela malé děti s nimi hovoří a plně je vnímají. Jakmile však přijdou do první třídy, rodiče jim řeknou: „Jsi nyní už velký chlapec, jdeš do školy. Tyto dětské hry už pro tebe nejsou vhodné.“ A tak se stane, že dítě později na svého „spoluhráče“ zapomene. A setkáváme se s nimi až na smrtelné posteli. A tu mi náhle řekne stará umírající žena: „Je opět zde...“ A protože vím, o čem hovoří, poprosím ji, aby mi to blíže objasnila. A ona říká: „Když jsem byla úplně malá, byl vždycky vedle mne. Ale pak jsem na něj docela zapoměla.“ Následující den tato žena umírá. Šťastná, že na ni čeká někdo, kdo ji měl nevysovně rád.

Obecně platí, že budete vždycky očekáváni od toho, koho jste měli rádi, koho jste měli nejraději. Tuto osobu potkáváte jako první. U zcela malých dětí, 2-3letých, jejich rodiče, prarodiče i ostatní příbuzní ještě žijí, je to většinou jejich osobní anděl strážný, který je přijme. Také mohou být přijaty Ježíšem nebo jinou božskou postavou. Ještě jsem se nesečkala s tím, aby protestantské dítě vidělo v okamžiku své smrti Marii. Naopak katolické děti ji vnímaly velmi často. To není diskriminace. Každé dítě bude „na druhé straně“ očekáváno tou bytostí, která má pro ně největší význam.

Když jsme si na tomto druhém stupni uvědomili své nové tělo a bylo nám dovoleno setkat se znovu se svými milými, uvědomíme si, že smrt je pouze přechod do jiné formy života.

Pozemské tělo odložíme, protože je již nepotřebujeme. Dříve, než je však odložíte a přijmete tvar, který máte na věčnosti, procházíte přechodnou fázi, která je zcela závislá na pozemských kulturních faktorech. Může se jednat o průchod tunelem nebo bránou, nebo o přechod přes most. Já jako Švýcarka jsem měla přejít přes alpský průsmyk, posetý alpskými květinami. Každý dostane takové nebe, které odpovídá jeho představám. Pro mě je nebem Švýcarsko, kde jsou samozřejmě hory a květiny. Ano, směla jsem tento přechod prožít v nesmírně krásném horském průsmyku. Jeho louky byly pokryty pestrými alpinkami, takže připomínaly horský koberec.

Jakmile jste prošli průchodem, zazáří vám na konci vstříc Světlo. Toto

Světlo je nepopsatelné. Bělejší než bílé a zcela jasné. Jak se k němu přibližujete, postupně vás zcela prostoupí a naplní nepopsatelnou a naprosto bezvýhradnou Láskou, kterou si vůbec neumíte představit. Neexistují pro to vhodná slova.

Lidé, kteří prožili zkušenost klinické smrti, se s tímto Světlem potkali také, alespoň na krátký okamžik. Pak se opět museli vrátit do fyzického těla. Jestliže zemřete - mám na mysli definitivní smrt - přetne se spojení mezi kuklou a motýlem, které můžete přirovnat k pupeční šňůře. Potom již návrat do těla není možný. Ale vy už stejně nechcete zpět. Kdokoliv jednou spatřil toto Světlo, nechce se vrátit zpět na zem. V jeho přítomnosti si také poprvé uvědomíte, čím by člověk mohl být, jaké jsou skutečné možnosti lidstva. Jste naplnění všechápající, bezvýhradnou láskou, která se vůbec nedá popsat. Není v něm ani stopa odsouzení. V přítomnosti TOHO, jehož lidé nazývají Kristem, Bohem, Láskou nebo Světlem, si uvědomíte, že celý váš pozemský život není nic jiného než škola. Abyste mohli touto školou projít, musíte obstát v určitých zkouškách a pochopit určité lekce. Jakmile splníte své pozemské poslání, smíte se vrátit domů. Mnoho lidí se ptá, proč musejí umírat krásné, malé děti. Odpověď na to je jednoduchá: Tyto děti splnily svůj pozemský úkol ve velmi krátké době. Stačily pochopit to, co měly pochopit. A tyto životní lekce jsou pro různé lidi různé. Jednomu se ale musí naučit každý, dříve, než se může vrátit - a to bezvýhradně LÁSCE. Jestliže jste se naučili uplatňovat tuto lásku v běžném životě, obstáli jste v té nejtěžší zkoušce.

V přítomnosti tohoto Světla, Boha, Krista, nebo jak by tuto bytost chtěli nazvat třeba nevěřící, musíte ještě jednou projít celým svým právě uplynulým životem, od narození až do smrti. V průběhu této zkušenosti se dostáváte do třetího stupně, v němž už nemáte k dispozici ono vědomí ze stupně prvního, ani schopnost vnímání stupně druhého. Při této zkušenosti si přesně vybavujete každou myšlenku, slovo i čin. Ale tyto osobní vzpomínky tvoří jen zlomek vašeho vědění. Ve chvíli, kdy sledujete znovu celý svůj uplynulý život, uvědomujete si i důsledky každé vaší myšlenky, slova i činu.

Bůh je bezvýhradná Láska. Při hodnocení svého života nebudete přisuzovat zodpovědnost za svůj osud Jemu. Poznáte, že jste byli sami sobě největším nepřítelem. Budete litovat promarněných příležitostí k růstu. Nyní již chápete, že tehdy, když vám vyhořel dům, když vám zemřelo dítě nebo když jste byli zasaženi mrtvicí, že při všech ranách osudu máte jedinečnou příležitost k vnitřnímu růstu. Právě v těchto chvílích máme možnost dozrát k hlubšímu chápání Lásky a rozvinout všechny své lidské kvality. Teprve nyní litujeme, že „místo abych využil nabídnuté šance, stal se ze mne zatrpklý člověk, plný hněvu a negací.“ Byli jsme stvořeni pro zcela prostý, šťastný život. Musím zdůraznit, že opuštěné a týrané děti existují nejen v Americe, ale i v krásném Švýcarsku. Velmi bych si přála, abyste se naučili dívat na život jinak. Přistupujte k životu prostě a přirozeně. Pak se již nikdo

nezeptá, zda je možné podat pacientovi lék, který by ukrátil jeho život. Umírání nemusí být nikdy utrpením. Medicína je nyní tak fantastická, že můžeme každého umírajícího zbavit bolestí. Nenechte své umírající trpět, dejte jim pohodlí a laskavé ošetřování. Mějte odvahu vzít je domů - všechny, je-li to jen trochu lidsky možné. Pak váš žádný člověk nepožádá o předávkování léků.

Za posledních dvacet let mě poprosil o předávkování jen jeden jediný člověk. Sedla jsem si k němu na postel a zeptala se: „Proč to chcete?“ Pak mi prozradil: „Já to nechci, ale má matka. Již se na to nemůže dívat. Proto jsem jí slíbil, že poprosím o injekci.“ Přirozeně jsme pak s matkou promluvili a pomohli jí. Pochopte, nebyla to nenávist, která ji dohnala k zoufalství. Bylo toho všeho na ni mnoho.

Žádný umírající vás nepožádá o injekci, pokud bude láskyplně ošetřován a vy mu pomůžete, aby se vyrovnal se životem a vyřídil své úcty.

Chtěla bych poukázat na to, že pro mnohé lidi může být i rakovina pozhánáním. Nechci všechno to zlo, které tato choroba přináší, zmenšovat, ale věřte, že jsou ještě tisíckrát horší nemoci než rakovina. Viděla jsem pacienty postižené laterální amyotropickou sklerózou, kteří jsou ochrnutí až po šiji, nemohou dýchat ani mluvit... Nevím, zda si umíte představit, jaké to je, když je člověk celý ochrnutý. Tito lidé nemohou psát, mluvit, prostě nic.

Znáte-li někdo takto postiženého člověka, řekněte mi o něm. Máme k dispozici jednoduchou mluvící tabuli, která nemocným umožňuje komunikaci.

I Přála bych si, aby si lidé vzájemně prokazovali trochu více lásky. Přemýšlejte o tom, komu chystáte letos o vánocích nejhonosnější dárek a proč... Nejsou to většinou lidé, kterých se bojíte? Jestliže někoho opravdu milujete, je zbytečné dávat mu velké dary.

Dvacet miliónů dětí umírá hlady... Adoptujte jedno takové dítě. Pak stačí, když budete dávat jen malé dary. Myslete na to, že v západní Evropě je mnoho chudých lidí. Podělte se s nimi o své pozhánání.

A pak přijdou bouře života, myslete na to, že jsou to dary. Neprojeví se to samozřejmě hned, ale možná za 10-20 let. Překonání těchto bouří vám dá sílu a naučí vás věci, kterým byste se jinak vůbec nenaučili. Dovolte mi použít přirovnání. Ocítnete-li se v brusce, pak záleží jen na vás, jestli vás úplně rozdrtí nebo z ní vyjdete jako zářící diamant.

Nakonec bych vás ještě chtěla ujistit, že sedět na posteli umírajících je dar. Umírání nemusí být žádná smutná a hrozná zkušenost. Často přináší opravdu krásné a milé prožitky. Předáte-li tuto moudrost, které jste se naučili u umírajících, svým dětem a dětem jiných dětí a též svým sousedům, pak bude tento svět brzy rájem. A já věřím, že je načase, aby se s tím začalo.

PAMÁTKA VĚRNÝCH ZESNULÝCH

E. Kubler-Rossová

2. 11. 1987

Jistě jste si všimli, že dnešní věda se velmi rychle přibližuje náboženství a svými výzkumy jeho pravdy potvrzuje. Takže některé současné vědce můžeme už při bohoslužbách nejen citovat, ale můžeme je klidně nechat promlouvat na místě Božím, a jak jste viděli včera, je to promluva velmi kvalitní.

K autorce včerejšího vědeckého výkladu se dnes opět vrátíme, ale učiníme tak i v několika příštích dnech a vytvoříme si z toho jakýsi krátký kurs umírání a života posmrtného, abychom se aspoň trochu přestali smrti bát a naučili se aspoň trochu více se těšit na konečné setkání s Ježíšem, Láskou samotnou.

Tak tedy co nám dnes poví Elisabeth Kubler-Rossová?: (str. 23-25)

Pro mne jako psychiatra bylo zajímavé zjištění, že tisíce lidí z celého světa má před smrtí tytéž halucinace, při kterých vnímají přítomnost svých blízkých, kteří odešli před nimi. Proto bychom měli tento problém konečně vyřešit a zjistit, zda snad se za těmito sděleními umírajících neskrývá zrnko pravdy. A tak jsme začali hledat cesty a prostředky, abychom výpovědi umírajících prověřili a buď prokázali, že jsou pravdivé, nebo je odvrhli jako mentální projekce.

Usoudili jsme, že nejvhodnější podmínky pro studium najdeme u lůžek umírajících dětí, které se dostaly do nemocnice po autonehodě celé rodiny. Tyto výzkumy jsme prováděli po 4. červenci po „Memoriál Day“, „Labor Day“ a pak vždy na konci týdne. Úmyslně jsme vybírali dny, kdy celé rodiny vyjíždějí na dálnice, a proto dochází často k hromadným neštěstím. Při nich jsou někteří členové rodiny na místě mrtví, jiní jsou s těžkými zraněními rozvázeni do okolních nemocnic a umírají postupně. Mým úkolem bylo sedat u lůžek těžce zraněných dětí, protože jsem se ujímala hlavně dětí. Ve všech případech jsem bezpečně věděla, že dítě neví, kdo z rodiny zemřel při nehodě nebo později v nemocnici. Proto bylo pro mě fascinující slyšet, že dítě vždy zcela přesně vědělo, kdo již zemřel. Sedím u nich, v naprosté tichosti je pozoruji. Někdy je snad držím za ruku. A tak každý jejich neklid ihned zjistím. Těsně před smrtí z nich vyzařuje slavnostní mír a to je pro mne důležité znamení. V tu chvíli požádám, aby mi vyprávěly své bezprostřední zážitky. A často odpovídají podobně jako ono dítě, které řeklo: „Nyní je již vše v pořádku. Maminka a Petr na mne již čekají.“ V té době jsem již věděla, že matka zahynula hned na místě nehody. Ale netušila jsem, že by již zemřel

i bratr. Krátce nato mi telefonovali z dětské nemocnice, že před deseti minutami zemřel i Petr.

Za celá ta léta se mi nestalo, že by dítě vidělo někoho z rodiny, kdo by již nebyl mrtvý, i když třeba teprve deset minut.

Nemám pro to žádné vysvětlení, a proto se musím přiklonit k představě, že umírající jsou si vědomi přítomnosti členů své rodiny, kteří zde očekávají jejich přechod, aby se s nimi opět sešli v jiné formě bytí. Je pochopitelné, že většina lidí si tyto věci neumí představit.

Budu vám vyprávět zážitek, který mne vzrušil ještě více, než zkušenosti mých dětských pacientů. Je to případ jedné americké Indiánky. O Indiánech jsme shromáždili jen velmi málo zpráv, protože se problematikou umírání a smrti velmi neradi zabývají. Tuto mladou Indiánku těžce zranil na dálnici přehající řidič. Cizí muž zastavil, aby jí pomohl. Ona mu však s naprostou vyrovnaností řekla, že už jí není pomoci. Poprosila ho pouze, bude-li mít někdy cestu kolem indiánské rezervace, vzdálené od místa nehody tisíce kilometrů, aby tam vyhledal její matku a předal jí od ní zprávu. Její vzkaz zněl, že se jí daří dobře a cítí se šťastná, protože otec je už u ní. Brzy na to v řidičově náručí zemřela. Muž byl tak dojat, že se ihned vydal na cestu. Musel překonat velkou vzdálenost, která znamenala značnou odchylku od jeho plánované cesty. V indiánské rezervaci vyhledal onu matku a dozvěděl se od ní, že její muž, otec zemřelé, zemřel hodinu před tím, než došlo na dálnici k neštěstí, na zástavu srdce. Obě místa byla od sebe vzdálena tisíce kilometrů.

Podobných případů jsme shromáždili velice mnoho. Umírající, kteří nevěděli o smrti určitého člena rodiny, přesto vyprávěli, že jsou jím přijati a vítáni. Věděli jsme, že nás tito pacienti nechtějí přesvědčovat o tom, že smrt neexistuje. Pouze nám sdělovali svou zkušenost. Až jednou budete schopni otevřít se těmto věcem zcela nezaujatě, zažijete i vy podobné zkušenosti. Dostanete je velmi snadno, budete-li o ně prosit.

Na každé přednášce se mezi osmi sty lidmi našlo aspoň 12 osob, které měly nějakou mimotělní zkušenost. Byly ochotny o ní vyprávět, kdybyste je dokázali vyslechnout bez předpojatosti. Většina lidí však na taková sdělení reagovala kritickou negací, odsouzením, posměchem, označuje je za bláznovství a odmítá je. Proto jsou tito lidé zdrženliví a o svých zážitcích raději nehovoří. Postoj naší společnosti k těmto otázkám je až neuvěřitelný. Většinou se těmto věcem vysmívá nebo je zamítá. Jsou nám nepřijemné a nehodí se do našeho vědeckého nebo náboženského konceptu světa. Avšak všechny tyto zkušenosti prožijete i vy. Buď v nějaké kritické životní situaci nebo krátce před smrtí.

MŮJ NEJDRAMATIČTĚJŠÍ PŘÍPAD

E. Kubler-Rossová

3. 11. 1987 Úterý 31. týdne (str. 26-28)

Můj nejdramatičtější případ, na který často vzpomínám, si v duchu spojuji s biblickým: „Proste a bude vám dáno...“ Je to pohnutá historie jednoho muže. Chtěl se svou rodinou navštívit několik příbuzných, bydlících mimo město. Jednoho dne na konci týdne ho měla rodina, jedoucí vozem, vyzvednout na pracovišti, aby pak společně jeli na návštěvu. V rodinném autobuse byl jeho tchán, tchyně, žena a osm dětí. Cestou na mužovo pracoviště se vůz srazil s nákladním autem. Při srážce se vzňal benzín vyteklý z nádrže a celá rodina uhořela. Když se muž o neštěstí dověděl, byl celý týden v šoku. Přestal chodit do práce a nebyl schopen ani promluvit. Abych dlouhou historii zkrátila: nakonec úplně zpustl. Aby otupil bolest, vypil denně půl litru whisky, užíval heroin a další drogy. Nebyl schopen vykonávat své zaměstnání a skončil v pravém slova smyslu ve škarpe. Během jednoho přednáškového turné ve Svaté Barboře, když jsem už měla za sebou dvě přednášky na téma „Život po smrti“, přišli za mnou zdravotníci z místní nemocnice a prosili mě o další přednášku.

Hned po úvodních slovech této třetí přednášky jsem se cítila velmi unavena, zejména proto, že musím stále opakovat stejné příhody. V duchu jsem si říkala: „Můj Bože, proč mi nepošleš někoho z posluchačů, kdo již něco podobného prožil a byl by ochoten o tom vyprávět ostatním?“ Byla bych si chvíli odpočinula a posluchači by slyšeli zprávu z první ruky. V tu chvíli mi organizátor předal lístek. Byla v něm naléhavá zpráva od muže bydlícího v útulku pro tuláky. Přál si, aby mi mohl sdělit své zkušenosti ze stavu zdánlivé smrti. Přerušila jsem ihned přednášku a poslala za tímto mužem posla. V několika minutách byli oba zpět a muž se objevil před posluchači. Očekávala jsem zpustlého tuláka. Místo toho přišel dobře oblečený muž s velmi inteligentním vystupováním. Povzbudila jsem ho a požádala, aby vyprávěl posluchačům všechno, co jim chce sdělit. Muž začal své vyprávění vzpomínkou na to, jak se tenkrát všichni těšili na konec týdne. Jak byla celá rodina na cestě za ním, když je potkalo to neštěstí, o tom, jak nemohl ani promluvit, jak nemohl uvěřit, že se z něho stal během jediného dne úplně opuštěný člověk, oloupený o celou velkou rodinu. Líčil nám, že se se svým osudem nemohl vyrovnat. Tak se stalo, že se z dobře vydělávajícího příslušníka střední vrstvy, manžela a otce, stal zpustlý tulák, opilý od rána do večera. Užíval nejrůznější drogy. Pokoušel se i o sebevraždu, ale všechny pokusy selhaly. Jeho poslední vzpomínka na toto

tulácké období, které tehdy trvalo již druhý rok, souvisí s následující nehodou: Ležel opilý a omámený drogami na špinavé silnici, táhnoucí se podél lesa. Měl jediné přání, aby byl opět se svou rodinou a nemusel už dále žít. Náhle se proti němu vyřítilo nákladní auto. On už však neměl sílu, aby se zvedl z jízdni dráhy. Auto se přes něj v pravém slova smyslu převalilo.

V téže chvíli se ocitl několik metrů nad místem nehody a díval se na své zraněné tělo, které leželo na silnici. A tu se před ním objevila jeho rodina. Byla obklopena jasnou září a prostoupena nepředstavitelnou láskou. Každý z nich ho s radostným úsměvem pozdravil. Nehovořil však ústy, ale dorozumívali se přenosem myšlenek. Všichni prožívali radost a štěstí ze společného setkání. Tento muž nám nemohl říci, jak dlouho toto setkání trvalo. Ale jejich zdraví, krása, vyzařování, jejich dokonale akceptovaná životní situace a bezvýhradná láska na něj působily natolik silně, že složil přísahu, že se jich nedotkne, ani s nimi nebude chtít odejít. Rozhodl se, že se vrátí do svého pozemského těla, aby mohl své zkušenosti sdělit světu a aby napravil svůj život!

Po tomto zážitku se opět viděl na místě nehody a z určité vzdálenosti pozoroval, jak řidič nákladního auta pokládá jeho těžce zraněné tělo do svého vozu. Uvědomil si, jak konečně přijela sanitka, která ho převezla na úrazovou stanici jedné nemocnice, kde ho přivázali k lehátku. Teprve zde se vrátil opět do těla a probudil se.

Jakmile se mu podařilo rozvázat pouta a uvolnit údy, ihned vstal a mohl opustit úrazovou nemocnici. Ani později se u něho neprojevily žádné známky deliria tremens, ani jiné následky nadměrného požívání alkoholu nebo drog. Cítil se zcela zdravý a jako znovuzrozený. Vnitřně se zavázal k tomu, že nezemře dříve, dokud nebude mít příležitost hovořit o existenci posmrtného života s co největším počtem lidí, kteří by mu chtěli naslouchat. Když se v novinách dočetl o mém příjezdu do Svaté Barbory, rozhodl se, že mi do přednáškového sálu pošle onu zprávu. Tím, že nám mohl vylíčit své zážitky, měl možnost splnit slib, který si dal. Nevíme, co se do té doby s oním mužem stalo. Ale nikdy nezapomenu na lesk jeho očí, na jeho radost a nejhlubší vděčnost za to, že směl stanout za řečnickým pultem a promluvit ke shromáždění, které o něm nepochybuje. Že měl příležitost promluvit ke stovkám zaměstnanců nemocnice a sdělit jim své přesvědčení, že fyzické tělo je jen přechodný obal našeho nesmrtelného Já.

V přítomnosti tohoto Světla, které je většinou Mudrců v naší západní kultuře označováno jako Kristus - Láska nebo jen jednoduše Světlo, jsme obklopeni totální, bezvýhradnou láskou, nejvyšší mírou pochopení a nehlubším soucitem.

Toto Světlo vychází z pramene čisté duchovní energie, která nijak nesouvisí s energií fyzickou či psychickou, duchovní energii nemůže člověk stvořit ani s ní manipulovat. Existuje ve sféře, kde není místa pro negace. To také znamená, že v přítomnosti tohoto Světla nejsme schopni negativních pocitů, bez ohledu na to, jak špatně jsme se chovali a jakkoliv se cítíme vinni. Kromě toho je zcela nemožné v této plnosti Světla, které je též nazýváno Kristem či Bohem, být souzen.

Neboť On je bytostí totální, absolutně bezvýhradnou Láskou. Stojíme-li v tomto Světle, teprve si uvědomíme, jací bychom mohli být, kdybychom řídili svůj život správně. V jeho přítomnosti, obklopeni soucitem, láskou a porozuměním, jsme požádáni, abychom nechali proběhnout před svým duševním zrakem celý svůj uplynulý život. Máme jej znovu posoudit, protože nyní již nejsme napojeni na rozum našeho fyzického mozku, který nás v pozemském těle, omezoval. Vnímáme ještě jednou každou myšlenku, každé slovo i každý čin naší pozemské existence a současně poznáváme, jak jsme jimi ovlivnili své bližní. My sami se nyní budeme hodnotit.

Je důležité, abychom věděli, že od počátku své individuální existence až do svého návratu k Bohu si uchováváme svou vlastní identitu a svou jedinečnou strukturu energie. Mezi miliardami lidí veškerého Univerza si nejsou dvě energetické struktury podobny. Proto nenajdeme dvě stejně osoby, i kdyby se jednalo o jednovaječná dvojčata. Kdyby snad někdo chtěl pochybovat o velikosti našeho Tvůrce, ať si uvědomí, jakého génia je třeba ke stvoření miliard jedinečných energetických struktur, z nichž se ani jedna jediná neopakuje. Každý člověk je obdařen darem jedinečnosti. Obdobný zázrak můžeme pozorovat na nespočetném množství sněhových vloček, o nichž je také známo, že bychom nenašli dvě identické.

Dostalo se mi té milosti, že jsem mohla při plném denním světle svým vlastním fyzickým zrakem vnímat přítomnost sta takových energetických struktur. Připomínaly množství neklidných, sem tam se pohybujících a dýchajících sněhových vloček. Každá z nich vyzářovala jiné světlo, měly různé barvy a lišily se svým tvarem.

Člověk ve skutečnosti nepotřebuje prostor a čas k tomu, aby cestoval vesmírem a navštívil jiné planety. Energetické struktury oněch bytostí se mohou pohybovat v naší těsné blízkosti. Jen kdyby je naše oči dokázaly

vnímat. Pak bychom zjistili, že nejsme nikdy opuštěni, že nás obklopují bytosti, které nás vedou, jsou nám nakloněny v lásce a pomáhají nám. Pokoušejí se nás řídit a ochraňovat, abychom kráčeli po správné cestě, vedoucí k cíli našeho určení. Ve chvílích velké bolesti, utrpení a opuštěnosti snad můžeme natolik zvýšit svou vnímavost, že je spatříme. Večer před usnutím jim můžeme v duchu položit otázku, a poprosit, aby nám přišla odpověď. Podaří-li se nám sjednotit se s naším vnitřním Bytím, naší duchovní podstatou, dosáhneme jistoty, že od ní můžeme dostat kdykoli pomoc. Toto vnitřní Bytí je totožné s naším vševědoucím Já, s naší nesmrtelnou složkou, kterou také nazýváme motýlem (v našem názvosloví duše).

Chtěla bych vám nyní sdělit něco ze svých vlastních mystických zkušeností, které mi pomohly k tomu, abych věděla, nejen věřila, že všechny jevy a zážitky z „druhé strany“ z oboru naší vědecké schopnosti chápání jsou pravdy a reality otevřené každému z nás.

Chci důrazně připomenout, že jsem nikdy dříve neměla žádné představy o vyšším vědomí. Nikdy jsem nevyhledala gurua a vlastně jsem nikdy nebyla schopna správně meditovat, což je pro mnoho lidí pramenem velkého klidu a pochopení - nejen na Východě, ale stále více i zde na Západě. Je pravda, že při rozhovorech se svými umírajícími pacienty jsem byla zcela ponořena ve svém nitru. A snad to byly tisíce hodin, které jsem trávila u jejich lůžek, kdy nás nic a nikdo nemohl rušit. Snad to byl druh meditace. Chcete-li to vidět takto, pak jsem skutečně meditovala mnoho a mnoho hodin. Přesto jsem přesvědčena o tom, že člověk nemusí žít jako poustevník nebo sedět v Indii u nohou gurua, aby prožil mystickou zkušenost. Dále jsem přesvědčena o tom, že každý člověk je tvořen složkou fyzickou, emocionální, intelektuální a duchovní. Jsem si jista, že se můžeme naučit odsunout naše nepřirozené pocity jako je nenávisť, obavy, všechny naše nezvládnuté strasti a oceán nevyplakaných slz. Když se takto osvobodíme, můžeme se teprve sjednotit se svou pravou podstatou a stát se TÍM, čím vlastně máme BYT.

Většina lidí se dívá na své těžké životní zkušenosti a trápení, na všechny své zkoušky, obavy a ztráty jako na kletbu a trest Boží, jako na něco negativního. Kéž bychom pochopili, že nic, co nás potká, není negativní - zdůrazňuji - ale vůbec nic.

Všechny rány osudu, bolestné zkušenosti i největší ztráty, které jsme prožili, všechny situace, o kterých jsme později řekli: „Kdybych o tom věděl předem, nikdy bych nevěřil, že to mohu přestát,“ to vše jsou dary. Naše osudové žaly a utrpení můžeme přirovnat ke kutí žhavého železa. Je to příležitost, která je člověku dána, aby duchovně rostl. To je jediný důvod naší existence na Zemi. Člověk nemůže duchovně růst, sedí-li v překrásné květinové zahradě a nechá si na stříbrných podnosech předkládat vybrané pokrmy. Člověk roste, když je nemocný, má-li bolesti nebo musí-li přijmout bolestnou ztrátu. Člověk roste tehdy, ne když strčí hlavu do písku, ale když bolest přijme a snaží se ji pochopit. Ne jako prokletí a trest, ale jako dar, aby splnil určitý úkol.

Chtěla jsem vám vyprávět jeden případ ze své klinické praxe. Je to historie jedné mladé ženy, kterou jsem poznala v jedné týdenní pracovní skupině, při které bydlí všichni pohromadě. Neoplakávala sice ztrátu dítěte, ale musela smrtí procházet malými krůčky, což bylo pro ni velmi těžké. Když totiž přivedla na svět své druhé dítě, holčičku, po které velmi toužila, bylo jí nešetrným způsobem sděleno, že dítě je těžce duševně postižené. Dokonce natolik, že nikdy nebude schopno poznat svou matku. V době, kdy se dověděla o svém osudu, opustil ji manžel. Zůstala sama se dvěma dětmi, které na ní byly zcela závislé. Neměla žádný příjem a od nikoho nemohla očekávat pomoc. Nejdříve všechno rozhodně popřela. Nechtěla ani použít výrazu „duševně nemocná“. Svůj hněv obrátila proti Bohu. Proklela ho. Pak popřela jeho existenci. Zahrnula ho nejrůznějšími nadávkami. Nakonec se s ním pokusila vyjednávat a slibovat: „Kdyby se mé dítě mohlo alespoň něco naučit. Kdyby alespoň poznalo, že jsem jeho matka...“ Posléze poznala hlubší smysl toho, že směla mít toto dítě.

A nyní bych vám chtěla v krátkosti vylíčit, jak nakonec svůj problém vyřešila. Pochopila, že nic v životě nepodléhá náhodě. Pozorovala nyní své dítě častěji a snažila se vypátrat, jaký smysl by mohla mít existence tak těžce znetvořené bytosti. Nakonec tuto hádanku rozluštila. A tu v ní uzrála báseň, kterou vám chci přečíst. Ta žena není básnířkou. Přesto je to dojemná báseň. Ztotožnila se v ní se svým dítětem, které promlouvá ke své kmotře. Proto se báseň jmenuje

Co je to kmotra?

Vím, že jsi něco neobyčejného.

Čekala jsi na můj příchod mnoho měsíců.

Byla jsi u mě a viděla jsi mě, když mi bylo teprve několik minut.

Měnila jsi mi plenky, když mi bylo jen několik dní.

Ve svých snech sis vysnila, jak zdravá bude tvá kmotřenka.

Mělo to být něco stejně neobyčejného jako tvá sestra.

Ve svých představách jsi mě provázela do školy, na univerzitu a k oltáři.

Co bude ze mne? Jaká čest pro ty, kteří mě směli mít? Ale Bůh měl se mnou jiné plány.

Já jsem jenom já.

Nikdy mi nikdo nenaznačil, že bych měla nějakou cenu. Něco v mé hlavě správně nefunguje. Zůstanu navždy dítětem Božím.

Jsem šťastna. Miluji všechny a všichni milují mne. Umím vytvořit jen málo slov. Ale jsem každému srozumitelná a chápu přichylnost, teplo, něhu a lásku. V mém životě je několik báječných lidí.

Někdy jen tak sedím a usmívám se, někdy pláču. Ráda bych věděla proč? Jsem šťastna a budu milována několika lidmi.

Nemohu nikomu ublížit. Umím jen milovat.

A možná, že Bůh potřebuje některé děti, které prostě jen milují.

Vzpomínáš na to, když jsem byla pokřtěná? Držela jsi mě a doufala, že nebudu křičet a že mě neupustíš.

Ale nic takového se nestalo, a byl to velmi šťastný den.

Proto jsi moje kmotra.

Vím, že jsi jemná a teplá a mazlíš se se mnou. V tvých očích se nalézá něco neobyčejného. Spatřuji v nich tvou lásku a tuto lásku vnímám též u jiných. Musím být něco výjimečného, když smím mít tolik matek.

Před zraky světa nebudu v žádném případě úspěšná. Ale slibuji ti něco, co dokáže jen málo lidí. Protože u všech poznávám jenom lásku, dobrotu a nevinu, bude nám oběma, milá kmotřičko, patřit věčnost.

A to je táž matka, která byla před několika měsíci ochotna dopustit, aby se. Jistě jste postřehli proměnu této ženy.

A totéž se stalo se všemi, kteří byli ochotni všechny životní situace posuzovat jako minci z obou stran. Nic na světě nemá jen jednu stranu. Dokonce i když někdo leží smrtelně nemocný, má velké bolesti a není u něj nikdo, komu by mohl důvěřovat. I když si myslí, že ho smrt chce vyrvat z plného života, kde vlastně ještě nezačal správně žít, i tehdy je možno vidět i druhou stranu mince.

Co se děje po smrti?

Studovali jsme tuto otázku na malých dětech, které nečetly Moodyho knihu (Život po životě), ani novinové články. Které nemohly vyslechnout přednášky, kde se vyprávěly příhody, obdobné zkušenostem právě popsaným. I dvouleté dítě, které přežilo svou smrt, však bylo schopno nám sdělit své zážitky. Uvědomili jsme si přitom, že lidé vnímají různé náboženské bytosti v závislosti na svém náboženském vyznání. Náznorným příkladem je zážitek tohoto dvouletého chlapce. Dítě dostalo po injekci v ordinaci jednoho lékaře prudký alergický šok. Lékař konstatoval smrt. Oba, lékař i matka, čekali na příchod otce. Matka dítě objímala, plakala a naříkala a nesmírně trpěla. Po chvíli, která byla pro ni věčností, otevřel chlapec oči a promluvil slova, která patřila spíše do úst moudrého starce: „Maminko, byl jsem mrtev. Byl jsem u Ježíše a Marie. A Maria mi několikrát řekla, že můj den ještě nepřišel, že se musím vrátit. Ale nechtěl jsem jí věřit. Když viděla, že nechci poslechnout, něžně mne objala a odváděla mne od Ježíše. Řekla mi: „Petře, ty se musíš vrátit, abys ochránil maminku před ohněm.“ A v tu chvíli znovu otevřel oči. Pak ještě dodal: „Víš, maminko, když mi řekla, běžel jsem celou cestu zpátky k tobě.“

Tato matka nebyla ještě po třinácti letech schopna o této události hovořit. Byla velmi nešťastná, protože si Mariina slova špatně vyložila. Pochopila je tak, že ji jednou její syn má zachránit před ohněm, čili před peklem. Nemohla však pochopit, proč právě na ni čeká pekelný oheň. Považovala se za slušnou, pilně pracující a věřící křesťanku. Pokusila jsem se jí vysvětlit, že tuto symbolickou řeč špatně pochopila. Že tato slova symbolizovala jedinečný a překrásný dar Marie, která, jako všechny bytosti duchovní úrovně, je bytostí totální, naplněna bezvýhradnou láskou. Taková bytost, na rozdíl od nás lidí, kterým tyto vlastnosti chybějí, nemůže nikoho kritizovat ani odsuzovat. Poprosila jsem ji, aby na chvíli ztíšila mysl a nechala promluvit svůj vnitřní hlas, čili hledala odpověď ve svém nitru. A pak jsem se zeptala: „Jak by vám bylo, kdyby vám před třinácti lety Maria neposlala Petra zpět?“ Žena se chytla za spánky a zvolala: „Můj Bože, musela bych procházet peklem a ohněm.“ Další otázky jsem už nemusela klást. „Pochopila jste nyní, že vás Maria ochránila před ohněm.“

ZÁVĚR KURSU ŠŤASTNÉHO UMÍRÁNÍ

Elisabeth Kubler-Rossová

8. 11. 1987 32. neděle v mezidobí 1 Sol 4, 13-18

Při promluvě před týdnem vám jistě neušlo, že současná věda svými výzkumy vlastně potvrzuje náboženské pravdy. Jestliže tedy dnes apoštol Pavel nám říká, že nás nechce nechat v nevědomosti o těch, kteří už zemřeli, a vyzývá nás, abychom pro ně netruchlili a neupadali do beznaděje, pak my jako děti moderní doby se obracíme na současnou vědu, co ona nám k tomu může říci. A bude to opět - dnes naposledy - dr. Elisabeth Kubler-Rossová, snad největší odbornice na světě v oblasti umírání a smrti. Úvahou této ženy zakončíme náš týdenní kurs šťastného umírání a doufáme, že jsme se aspoň trochu naučili nebát se smrti a aspoň trochu více se těšit na konečné setkání s Ježíšem, Láskou samotnou.

V mé přednášce byla zpráva paní Schwarzové, první zpráva jedné pacientky, která prožila mimotělní zkušenost. Takových zpráv jsme měli už v r. 1971 více než sto. Jsou z Kalifornie, Austrálie i odjinud. Všechny mají jednoho společného jmenovatele: ti, kteří prožili mimotělní zkušenost při plném vědomí, odkládají své tělo. Ona smrt, o které nás chtějí vědci přesvědčit, ve skutečnosti vůbec neexistuje. Smrt je prostě vystoupení z fyzického těla, podobně jako motýl opouští kuklu. Smrt je přechod na druhou stranu, do jiného stavu vědomí. Člověk zde může vidět, slyšet, rozumět, smát se a pokračovat ve svém růstu. Jediné, co při této změně ztrácíme, je naše fyzické tělo, které už nepotřebujeme. Je to stejné, jako když odložíme na jaře zimník, protože víme, že je už příliš obnošený a stejně ho už nebudeme nosit. Vlastně o nic jiného se při smrti nejedná.

Ani jeden z mých pacientů, kteří prošli klinickou smrtí a vrátili se zpět, neměl po této zkušenosti ze smrti žádný strach. A chci znovu zdůraznit: ani jediný.

Mnoho těchto pacientů nám vyprávělo, že byli prostoupeni blaženým mírem, pocitem harmonie a zvnitřnění. Sami mohli všechno dobře sledovat, ale ostatními byli nepostřehnutelní. Samy sebe vnímali jako celistvé, neporušené. To je třeba chápat takto: např. zraněný přišel při autonehodě o nohu. Viděl ji ležet na silnici. Když však vystoupil ze svého fyzického těla, zjistil, že má opět obě nohy,

Jedna pacientka při výbuchu v laboratoři oslepla. Ihned po úrazu se ocitla mimo tělo - a mohla opět vidět. Sledovala další následky nehody a později popsala, co se dělo, když přiběhli lidé. Jakmile se později lékařům podařilo vrátit ji k životu, byla úplně slepá. Chápete nyní, proč se lidé brání

oživovacím pokusům? Vždyť se nacházejí na mnohem podivuhodnějším, krásnějším a dokonalejším místě. Ty nejdojemnější momenty přicházejí při práci s malými umírajícími dětmi, kterou konám teprve krátce. Nyní jsou mými pacienty téměř výhradně děti. Snažím se o to, aby mohly umřít doma. Na to je třeba připravit rodiče i sourozence. Největší obavy mají děti z toho, aby nebyly v okamžiku smrti samy a opuštěné.

Ale ve chvíli přeměny není nikdo sám. Nejsme sami ani v běžném životě, ale o tom většinou nic nevíme. Avšak ve chvíli přeměny budou u nás naši duchovní vůdci, anděl strážný a bytosti, které jsme milovali a které nás ve smrti předešly. - A budou nám pomáhat. Toto nám bylo opakovaně potvrzeno, takže o této zkušenosti nepochybujeme.

Činím tu výpověď, jak jste dobře poznali, jako vědecká pracovnice. Když proděláváte tuto proměnu, vždy je přítomen někdo jako pomocník. Nejčastěji jsou to nejbližší příbuzní, kteří zemřeli před námi: otec, matka, dědeček, babička, ale také dítě, pokud nám zemřelo. A často potkáme i ty, o kterých jsme vůbec nevěděli, že už jsou na druhé straně.

Můžeme vám předložit případ dvanáctileté dívky, která nechtěla svůj překrásný zážitek vyprávět matce, protože žádná matka nechce slyšet, že se jejímu dítěti líbí někde jinde víc než u ní doma. To je úplně pochopitelné. Ale její zážitek byl tak jedinečný, že jej musela bezpodmínečně ihned někomu vyprávět. Svěřila se svému otci, že když „umřela“, měla tak podivuhodný zážitek, že se vůbec netoužila vrátit. Zvláštní na tom bylo, nepřihlížíme-li k velkolepé nádheře a prosté fantastické plnosti Světla a Lásky, že byl u ní její bratr a s láskou a něžností jí sevřel v náručí. Nakonec dodala: Jediné, co mě zarazilo, že jsem přece žádného bratra neměla?" Otcí Vstoupili slzy do očí a řekl jí, že skutečně měla bratra, který zemřel tři měsíce před jejím narozením. Ona však o tom nevěděla. Chápete, proč vám jako příklad vyprávím právě toto?

Mnoho lidí může říci: „No ano, ještě nebyla mrtvá. Ale v okamžiku smrti myslíme přece na své nejdražší a představujeme si je živé.“ Avšak tato dvanáctiletá dívka si svého bratra nemohla představit. Všechny smrtelně nemocných dětí se ptám, koho by chtěly mít u sebe. Samozřejmě, že se tato otázka vztahuje na pozemskou přítomnost. Mnozí z mých pacientů jsou bezvěrci, proto s nimi nemohu hovořit o životě po smrti a své přesvědčení pochopitelně nikomu nevnucuji. Ptám se tedy všech svých dětí, koho by u sebe chtěly mít. 90 % se rozhodne pro maminku nebo tatínka. Jen u černých dětí je tomu jinak. Dávají přednost tetě nebo babičce, protože je nejvíce milují nebo je mají dlouho u sebe. Ale to jsou jen kulturní rozdíly. Žádné z těchto dětí však později, při svém mimotělním zážitku, nevidělo nikoho z rodičů kromě případů, kdy byli rodiče již mrtví.

V této otázce se objevily jako společný jmenovatel dvě podmínky:

1. Při zdánlivé smrti můžeme vidět pouze osobu, která již zemřela.
2. Mezi oběma musí být silné pouto lásky.

Ale ještě jsem nedokončila příhodu s paní Schwarzovou. Chtěla bych

ještě dodat, že zemřela dva týdny po tom, co její syn dokončil školu. Byla bych na ni opět zapoměla, kdyby mě ona sama znovu nevyhledala.

Asi deset měsíců po jejím pohřbu jsem se opět kvůli něčemu musela rozzlobit. Mému semináři o umírání a smrti hrozilo rozpadnutí. Musela jsem se zříci spolupráce s pastorem, jemuž jsem byla velmi oddána. Novému pastorovi velmi záleželo na ohlasu veřejnosti. Proto přizval ke spolupráci i sdělovací prostředky. A tak jsem musela každý týden hovořit o stejných věcech, protože se mezitím stalo z mého semináře představení. Ale já jsem se toho zúčastňovat nechtěla. Připadalo mi to, jako by se člověk pokoušel prodloužit život, i když už nemělo cenu žít. Jediné východisko, abych se této práci vyhnula, jsem viděla v tom, že opustím univerzitu. Samozřejmě mi bylo velmi těžko, protože jsem svou práci milovala. Ale ne v onom směru. Došla jsem proto k rozhodnutí: Opustím univerzitu. A ještě dnes večer, na konci semináře podám výpověď. Po každém semináři jsme šli obvykle s oním pastorem společně k výtahu. Jakmile přijel, ukončili jsme rozhovor. Největší překážkou u tohoto muže byla jeho nedoslýchavost. To mě starosti ještě zvyšovalo. Cestou od přednáškové síně k výtahům jsem mu třikrát řekla, aby kursy převzal sám. On mě však neslyšel a pokračoval v hovoru o zcela jiných věcech. Byla jsem na pokraji zoufalství. Než se výtah zastavil, chytila jsem ho za límec - a byl to velký muž - a řekla jsem mu: „Teď zůstanete stát. Došla jsem k hrozně důležitému rozhodnutí a chci, abyste o tom věděl.“ V tom okamžiku se před výtahem objevila žena. Musela jsem na ni bezděky upřeně hledět. Nemohu popsat, jak vypadala. Ale umíte si představit, když náhle někoho vidíte, koho zcela určitě znáte, a přesto nevíte, kdo to je. Řekla jsem pastorovi: „Můj Bože, kdo to je? Znáám tuto ženu. Dívá se na mě a čeká, až vstoupíte do výtahu, aby ke mně mohla přijít.“ Mé myšlenky se touto ženou zaměštnávaly natolik, že jsem zcela zapoměla, že držím pastora za límec. Její postava byla průsvitná, ale ne natolik, aby bylo za ní vidět. Ještě jednou jsem se pastora zeptala, zda tuto ženu zná. On však neodpověděl, tak jsem ho dalšími otázkami neobtěžovala. To poslední, co jsem mu řekla, bylo: „Zatraceně ... Půjdu za ní a řeknu jí, že si momentálně nemohu vzpomenout na její jméno ...“ To byla má poslední slova, než pastor odešel. Jakmile vstoupil do kabiny, přistoupila žena ke mně a řekla: „Doktoro Rossová, musela jsem se vrátit. Dovolíte, abych vás doprovodila do pracovny? Nebudu vás dlouho zdržovat“ - tak nějak se projevila. Bylo zřejmé, že ví, kde mám pracovnu. Zná mé jméno. To mě vysvobodilo z rozpaků. Hlavně proto, že jsem nemusela přiznat, že si nevzpomínám na její jméno. Avšak byla to nejdelší doba v mém životě. Jsem psychiatr. Již delší dobu pracuji se schizofreniky a mám je ráda. Když se mi svěřují se svými halucinacemi, vždycky jim odpovídám: „Ano, vím, že vidíte na zdi Madonu. Ale já ji nevidím.“ Nyní jsem mluvila sama k sobě: „Elisabeth, ty víš, že vidíš tuto ženu, ale přesto to nemůže být pravda.“

Vžijte se do mé situace. Celou cestu od výtahu k pracovně jsem se sama sebe ptala, zda může být pravda to, co vidím. Říkala jsem si: „Jsem unavená.

Potřebovala bych dovolenou; musím se jí dotknout, abych zjistila, zda je skutečná. Chytlá jsem ji, abych poznala, zda se při dotyku nerozplyne. Ohmatala jsem jí kůži, abych poznala, zda je teplá nebo studená. Byla to skutečně nejneuvěřitelnější chodba, jakou jsem kdy šla. Celou tu dobu jsem vůbec nevěděla, proč dělám to, co dělám. Nevěděla jsem, za koho ji mám vlastně považovat. Potlačovala jsem myšlenku, že by toto zjevení mohla být skutečně paní Schwarzová, která byla před několika měsíci pohřbena. Jakmile jsme došly k mým dveřím, otevřela je, jako bych byla hostem ve svém vlastním pokoji. Otevřela dveře a s roztomilou zdvořilostí, jemností a láskou řekla: „Paní doktorko, musela jsem se vrátit ze dvou důvodů. Za prvé proto, že bych chtěla vám a faráři C. (to byl ten skvělý černý farář, se kterým jsem si tak dobře rozuměla) poděkovat za vše, co jste pro mě udělali. Ale hlavní důvod, proč jsem se musela vrátit je ten, abych vám řekla, že se nesmíte vzdát práce o umírání a smrti. Alespoň teď ještě ne.“

Podívala jsem se na ni a nemohu říci, zda jsem v tu chvíli již věřila, že mám skutečně před sebou paní Schwarzovou. Vždyť jsem věděla, že je již deset měsíců pochovaná. Kromě toho jsem vůbec v možnost takových věcí nevěřila.

Přistoupila jsem k psacímu stolu a dotkla se všech předmětů, o nichž nebylo pochyb, že skutečně existují. Přejela jsem po nich prstem. Ohmatala jsem židli. To vše bylo skutečné. A celou tu dobu jsem doufala, že ta žena zmizí. Ale ona nezmizela. Vytrvala ve svém postoji a řekla sice laskavě, ale rozhodně: „Paní doktorko, slyšíte mě? Vaše práce ještě není u konce. Pomůžeme vám. Až s ní budete smět přestat, dovíte se to. Ale nyní s ní, prosím vás, ještě nepřestávejte. Slíbíte mi to? Vaše skutečná práce teprve začala.“

Myslela jsem si: „Můj Bože, když budu o tomto zážitku někomu vyprávět, nikdy mi to neuvěří.“ To jsem si ani zdaleka nepomyslela, že o tom budu vyprávět před několika sty lidí. Konečně ve mně zvítězila vědecká pracovnice. Obrátila jsem se na ni s neobvyklým požadavkem: „Zajisté víte, že pastor C. bydlí nyní u Urbanů“ - tam totiž převzal kostel - a pokračovala jsem: „Potěší ho, když mu napíšete pár řádek. Nemáte nic proti tomu?“ a podala jsem jí pero a papír.

Jistě jste pochopili, že jsem tyto řádky nechtěla poslat svému příteli, ale potřebovala jsem nějaký důkaz. Je logické, že ten, kdo je pochován, nemůže psát dopisy. A tato žena se zcela lidským, dokonce s nejlíbeznějším úsměvem mohla číst všechny mé myšlenky. Věděla jsem jako nikdy předtím, že se zde jedná o čtení myšlenek. Vzala papír a napsala pár řádků, které jsem samozřejmě dala zarámovat za sklo a které opatrujeme jako poklad. Pak mi řekla, aniž přitom pohnula rty: „Jste nyní spokojena?“ Upřeně jsem na ni hleděla a myslela jsem si: „Nikomu o tom nebudu moci vyprávět, ale tento list papíru budu opatrovat, a pak když už se chystala k odchodu, znovu opakovala: „Jste nyní spokojena? Paní doktorko, vidíte, že mi to slíbíte?“ Věděla jsem, že má na mysli pokračování mé práce. Odpověděla jsem jí:

„Ano ,slibuji to.“ V tomtéž okamžiku žena zmizela.

Ještě stále mám však její řádky, psané rukou té ženy.

Před půldruhým rokem mi bylo sděleno, že má práce s umírajícími je skončena, protože v ní mohou pokračovat druzí. Dověděla jsem se, že to nebylo mé pravé poslání, pro které jsem přišla na tento svět. Veškerá má činnost týkající se umírání a smrti byla jen zkouškou, která měla prověřit, zda se uhájím navzdory tvrdosti, pomluvám, odporu a mnoha dalším protivěnovstvím. V této zkoušce jsem obstála. Druhá zkouška měla odhalit, zda mi sláva nestoupne do hlavy. I v ní jsem obstála. Můj vlastní úkol spočívá v tom - a zde budu potřebovat vaši pomoc - abych řekla lidem, že žádná smrt neexistuje. Je velmi důležité, aby o tom lidé věděli, protože stojíme na začátku velmi těžké doby. Nejen pro Ameriku, ale pro celou naši planetu.

Vinu na dnešním celosvětovém neklidu mají naše rozbíječské sklony, atomové zbraně, vinu nese naše lakota a náš materialismus. Jsme vinni, protože jsme připustili zamoření našeho životního prostředí a zničili neko-
nečné množství darů přírody. Vinu neseme v tom, že jsme ztratili pravou duchovnost.

Jediný prostředek, jak přivodit změnu pro nový věk, spočívá asi v tom, že se země musí začít otřásat, abychom byli vyburcováni. Musíme o tom vědět, ale nemusíme mít strach. Jedině tehdy, když se beze zbytku otevřete všemu vyššímu, Bohu samotnému, nebudete mít střech, získáte vyšší vhled a pochopíte sdělení.

Tuto možnost má každý z vás. Nemusíte se proto obracet na žádného gurua, nemusíte odjet do Indie, ba ani nepotřebujete meditační kurs.

Nemusíte dělat nic jiného, než se naučit být tišší a dostat se do kontaktu sami se sebou.

Nestojí to ani halěř. Navažte kontakt se svým vlastním nitrem, se svým pravým, vnitřním Já. (Jste přece chrámem Ducha svatého.) Naučte se odložit všechny obavy. Jedním z prostředků, který vás zbaví strachu, je vědomí, že smrt neexistuje a že vše, co nás v tomto životě potkává, slouží dobru. Odložte všechny své negace a začněte chápat život jako výzvu, aby se prověřily vaše vnitřní schopnosti a vaše síla. (Bože, dej mi odvahu žít svatě, žít v lásce.)

ŽIVOT A UMÍRÁNÍ

Elisabeth Kubler-Rossová

Vydalo v roce 1991 nakladatelství Signum unitatis ve spolupráci s agenturou T. G. M. v Hradci Králové jako šestou publikaci. Za edici odpovídá P. J. Knittl. Grafická úprava J. Svoboda. VA 1,8 AA 1,7. Nákladem 5 000 ks vytisky z písma Concorde Východočeské tiskárny v Havlíčkově Brodě.