

SEBEVRAŽDA ze tří stran

O smrti spolužačky

Jednou večer k nám přišli spolužáci. Prý před chvílí skočila naše spolužačka Petra z okna v 10. patře paneláku. Nejprve jsem to pokládal za jejich hodně blbý vtip, teprve postupně mi docházelo, že to myslí opravdu vážně. Stále jsem to nechápal. Ten večer jsme se u jejího vchodu spontánně scházeli a každý z nás cítil velký zármutek nad tím, že Petru již nikdy nevidíme. Druhý den jsme vyučování prožili jako ve snách, kantoři i studenti byli tišší a během jedné hodiny se mě učitel zeptal, zda nechci něco spolužákům říci. Všichni totiž věděli, že jsem věřící. Už si moc nepamatuji, zda jsem byl v té chvíli schopen něco ze sebe dostat. Všichni jsme se, nejen v duchu, ptali, proč se to vlastně stalo. Částečnou odpověď jsem našel, když jsem se učil fyziku a v sešitě, který jsem Petře půjčoval na opsání látky, jsem našel její poznámku: „Váša, nikdo mě nemá rád.“ To byl hrozný okamžik, docházely mi souvislosti a cítil jsem se provinile, mohl jsem se s ní dát třeba do řeči, kdybych si tohoto výkřiku všiml dříve... Ale časová osa nezná kdyby... Ve třídě jsme si pak navzájem pomáhali se s její nepřítomností vyrovnat. Dnes si na ni vzpomenu vždy při procházce po našem hřbitově a v období Dušiček. Modlitba je to jediné, čím jí totiž mohu pomoci.

Václav

Z pohledu psychologa

Od nepaměti lidé vnímají dvě chvíle života jako zázrak – narození a smrt. Jedním náš život začíná, druhým končí... Když zemře někdo blízký přirozenou smrtí, tj. stářím, je to pro nás smutné, protože víme, se s ním již tady na zemi nikdy víc nesetkáme. Na druhé straně víme, že smrt patří k životu. Jiné to však je, zemře-li mladý člověk. V té chvíli nás napadají otázky: Proč se to muselo stát zrovna jemu? Na to nikdy nenacházíme snadnou odpověď a někdy ji nenajdeme vůbec. Zcela jiná situace však nastává ve chvíli, kdy se dozvíme, že někdo spáchal sebevraždu. Často nás pak napadá otázka, zda jsme mu mohli nějak pomoci. Někdy se až obviňujeme, že to mohlo být i naše vina, že jsme mu (jí) nedokázali nabídnout pomocnou ruku. A tady bychom se měli zastavit a něco si k tomu říci: Všichni jsme jenom lidé, a tudíž máme omezené schopnosti vnímat bolest a vnitřní utrpení druhých kolem nás. Lidé, kteří ve svém životě dospějí až k rozhodnutí sáhnout si na život, jsou ve většině případů depresivní osobnosti. Deprese je psychická nemoc, a proto si zaslouží odbornou péči psychiatrů a psychologů. Co ale můžeme udělat my? Nepřehlédněme smutné lidi. Takovému člověku třeba uvaříme čaj, vyslechneme ho (vždyť i nám je někdy smutno) a pokusíme se mu říci, že ho bereme takového, jaký je, ať už si o tom on myslí, co chce... Úplně obyčejně, protože mezi nás patří. Sáhne-li si i pak na život, věřte, že to bylo vlivem jeho vážného psychického onemocnění a nikoli tím, že jste mu nepomohli. Nebylo to ve vašich silách. Člověk může udělat pouze to, na co stojí, a nemůže udělat víc, i když by si to často velice přál.

PhDr. Markéta Kavale

Z pohledu kněze

Vzít život sobě nebo druhému je vážným proviněním proti daru života, proti dárci života, proti Bohu. Proto je sebevražda velkým hříchem. Avšak dnes víme, že část sebevrahů jedná v důsledku své nemoci (deprese, schizofrenie apod.). Ukončení života není jejich svobodné rozhodnutí, ale jedná se o důsledek nemoci. Proto za svůj čin nenesou vinu. Může se ale jednat i o sebevraždu více či méně zaviněnou. Např. gambler se zadluží a ze zoufalství se zabije nebo někdo nezvládně těžkou životní situací (rozchod) a ukončí svůj život.

Jak se k sebevrahům stavět? Nikdy nemůžeme souhlasit s jejich rozhodnutím. Nemůžeme je ale také automaticky prohlásit za zavržené. Naopak. Musíme mít důvěru v Boží dobrotu, která jim třeba v poslední chvíli umožnila litovat svého činu a dojit spásy. Proto se i za sebevrahy modlíme, adevzdáváme je do Božího milosrdenství a doufáme v jejich spásu.

P. Jenda Balík

Mluví-li některá spolužačka o sebevraždě, nenechávej si to pro sebe (i když se tě snaží zavázat mlčením). Vysvětli jí, že jí to slíbit nemůžeš, a obrať se na dospělou osobu, které důvěřuješ. S depresí druhého si neporadíš – často potřebuje odbornou pomoc! Pokud ty sama pocítuješ, že prožíváš něco nezvladatelného, neboj se požádat o pomoc.