

Keď sv. Cyril a sv. Metod prišli na územie našich slovenských predkov, priniesli im v prvom rade vieru. Prišli však na územie, ktoré už bolo v zásade kristianizované, neprišli medzi úplných pohanov. Počas takého krátkeho obdobia by nemohli pokresťančiť celé národné spoločenstvo. Prišli medzi ľudí, ktorí už boli kresťania, ale nemohli v plnosti prijať a žiť túto vieru, pretože sa im predkladala spôsobmi, ktoré im neboli blízke. Genialita sv. Cyrila a sv. Metoda bola v tom, že vedeli sprostredkovať vieru tak, aby ju miestni ľudia dokázali do posledných dôsledkov prijať a žiť, čomu sa dnes hovorí inkulturácia viery. O tom istom je dnešný projekt novej evanjelizácie. To znamená nájsť taký spôsob, ktorý ľudí osloví, ktorému budú rozumieť a bude vychádzať z ich kultúry, zo spôsobu myslenia a z ich života.

Keď čítame Cyrilove alebo aj Metodove diela, je v nich, popri mnohých iných, jedna základná výpoveď o súlade medzi vierou a vedou. Neexistuje protiklad medzi mysliacim a veriacim človekom, medzi obsahom jeho viery a jeho intelektu. O tomto súlade, o úcte k dôstojnosti mysliaceho rozumného človeka je ďalšia výpoveď vo filozofickom, literárnom, právnom a inom diele svätých Cyrila a Metoda. Je to čosi ako stvorené pre našu dobu, ktorá žije pochybnosťami, vytváraním umelého protirečenia medzi objektívnou, rozumovo spoznanou pravdou a obsahom viery. Žijeme v dobe, ktorá vytesňuje transcendentnú dimenziu človeka, mravný zákon, nehovoriac o Božom zákone z akademickej alebo z vedeckej oblasti.

Sv. Cyril a sv. Metod majú neobyčajnú úctu k národu. Z úcty k nemu a k národnej kultúre svojich veriacich boli ochotní prispôbiť im spôsob ohlasovania viery, písania svojich literárnych, vedeckých a právnych diel, obsahovo aj formou. V krásnych výrokoch sv. Cyrila a sv. Metoda pri polemike s tzv. trojjazyčníkmi v Benátkach cestou do Ríma, keď Cyril argumentuje aj biblicky, že Boh stvoril všetky národy, aby každý našiel spôsob, ako spoznať plnosť Kristovho učenia, vidieť neveriteľnú úctu k národu. V tom by sme si mohli od nich vziať príklad, aby sme si vážili prirodzeno-právnu hodnotu národa ako Boží dar. Iba na jeho základe môžeme utvoriť aj európske spoločenstvo.

Keď sa pokúsime takýmto spôsobom si skonkretizovať posolstvo svätých Cyrila a Metoda, tak to už nie sú iba nejaké vzdialené duchovné osoby, ktoré poznáme z pestrofarebných obrázkov, niekedy trošku gýčových, alebo z rôznych folklórnych slávností. Sú to duchovné, intelektuálne osobnosti, ktoré nám majú celkom konkrétne čo povedať.

Odvysielané 18. 10. 2012



(*1972, Trstená)

MÁRIA JASENKOVÁ

*Aby sa splnil
ich posledný sen*

Povolaním pediatrička – detská onkologička, vyštudovala na Lekárskej fakulte Univerzity Karlovej v Prahe. Od roku 1996 pracuje ako lekárka na Detskej onkologickej klinike Detskej fakultnej nemocnice s poliklinikou v Bratislave. Je spoluzakladateľka, výkonná riaditeľka a lekárka neziskovej organizácie Plamienok (2003), prvého detského domáceho hospicu na Slovensku, prvého poradenského centra na pomoc deťom po strate blízkeho človeka a rodinám po strate dieťaťa (2011). Mária Jasenková spoluorganizuje a aktívne sa zúčastňuje na vzdelávacích programoch v oblasti detskej paliatívnej starostlivosti na Slovensku aj v zahraničí. Absolvovala psychoterapeutický výcvik v logoterapii a v existenciálnej analýze v Brne a ročný kurz osobnostného rastu Crecimiento Personal v Madride. V roku 2011 jej udelili cenu *Slovenka roka* v kategórii charita a podpora mladých talentov aj špeciálnu cenu časopisu *Slovenka*.



Život medzi nebom a zemou prináša niekedy udalosti radostné, inokedy bolestné, smutné. Niekomu sa darí, iného postihne nešťastie. MUDr. Mária Jasenková založila v roku 2000 hospic pre malé deti s výstižným názvom Plamienok, ktorý je skutočne plamienkom nádeje. Zalistujme si spolu v albume tohto hospicu.

Na jeho prvej strane bije do očí motto: „Život nevyliciteľne chorých detí je ako plamienok vo vetre: krehký a odvážny. Túži sa doplaviť tam, kde sa cíti najlepšie, teda domov.“ Ako sa rodila a realizovala myšlienka zložiť takýto hospic?

Hneď po skončení Lekárskej fakulty Univerzity Karlovej v Prahe som začala robiť v Bratislavskej detskej fakultnej nemocnici na detskej onkológii. Tu som stretávala deti, ktorým zostávalo pár dní či týždňov života a rodiny, ktoré tieto deti strácali. Hoci úspešnosť liečby je pomerne vysoká, predsa len existujú deti s nádorovými chorobami, ktoré zachrániť nemožno. Tam som prvýkrát počula nevyliciteľne choré deti, ako ma prosili, že by chceli ísť domov. Vtedy som si povedala: čo viac môžem pre ne spraviť, než splniť ich pranie? Uvedomila som si, že to nie je celkom nemožné, že takéto deti by predsa mohli byť doma, ak by však mali okolo seba ľudí, ktorí by sa o nich starali, ktorí by im ponúkli pomocnú ruku. Po ľudskej, ale aj po odbornej stránke. Ťažkosti, ktoré tieto choroby prinášajú, je možné zvládnuť aj doma tak, aby deti neznesiteľne netrpeli. Tak vznikol po štyroch rokoch mojej praxe na klinike hospic Plamienok.

Z kolkých ľudí pozostáva váš tím, akú majú profesiu a čím prispievajú do chodu tohto hospicu?

Musím povedať, že najťažšie je získať ľudí, ktorí sú odborníci, majú zároveň dar sprevádzania a chcú túto prácu robiť. Momentálne máme na dva a pol úväzku lekárov, tri zdravotné sestry na plný úväzok, jednu na polovičný, jednu sociálnu pracovníčku. To je tím, ktorý sa stará o deti v domácej starostlivosti, teda o tie, ktoré sú nevyliciteľne choré a sú doma. Plamienok však pomáha aj rodinám, ktoré deti stratili, alebo deťom, ktoré stratili svojho blízkeho. V Bratislave máme na Zadunajskej ulici poradenské centrum, kam môžu deti a rodiny prísť. Hľadáme spolu s nimi cestu, ako ísť v živote ďalej. Pracuje tam jedna psychologička na plný úväzok, jedna psychoterapeutka a štyria dobrovoľníci. Okrem toho máme malú skupinku ľudí, ktorá sa stará o organizačné práce, aby sme fungovali a podľa možností zohnali peniaze potrebné na to, aby sme mohli deťom a rodinám pomáhať. Starajú sa aj o prezentáciu navonok, aby o nás občas niekto niečo napísal, aby sme mali možnosť prísť do médií.

Ďalšia dvojstrana albumu hovorí o tom, ako navštevujete deti doma. Ako taká návšteva prebieha, čo je na to potrebné zo strany rodičov? Kolko detí dokážete navštíviť?

Navštevujeme deti v okruhu asi dvoch hodín jazdy od Bratislavy. Staráme sa o deti s akoukoľvek nevyliciteľnou chorobou, teda nielen s nádorovými ochoreniami. Sú to aj vrodené vývojové vady, metabolické choroby, neurodegeneratívne ochorenia, ťažké formy mozgovej obrny. Odborníci, ktorí sa o dieťaťko starajú, tušia, že pravdepodobne sa tieto deti nedožijú dospelého veku. Tam, kde si nie sme istí, prijímame deti na prechodnú dobu, 3 až 6 mesiacov, počas ktorej sa ukáže, či sa dieťa zdravotne stabilizuje. Chodievame do rodín na návštevy vždy dvaja podľa toho, čo daná rodina potrebuje, niekedy lekár a sestra, inokedy dve zdravotné sestry alebo lekár a sociálny pracovník. Je to obvyčajne kompromis medzi potrebami rodiny a našimi možnosťami. Na prvej návšteve dostanú od nás kompletne vybavenie – škatuľu liekov, škatuľu sesterského materiálu a niektoré zdravotné prístroje, takže majú akoby nemocničné vybavenie doma a majú nás k dispozícii 24 hodín denne. Keď sa doma čokoľvek deje, môžu zavolať a porozprávať sa so sestrou a s lekárom, ktorý ich dieťaťko pozná. Niektoré zhoršenia stačí riešiť aj telefonicky, poradíme im, aký liek treba užiť. Ak je stav vážnejší, navštívime ich v ktorúkoľvek dennú aj nočnú hodinu. Okrem týchto náhlych alebo akútnych návštev ich navštevujeme pravidelne, čo závisí od okolností. Ak sú to deti s onkologickými ochoreniami, navštevujeme ich raz do týždňa, ak sú to dlhotrvajúce chronické ochorenia, je to raz za 2-3 týždne.





O koľko detí sa vám pri takejto náročnej starostlivosti darí starať?

V tejto chvíli máme 16 detí v starostlivosti, na naše pomery a na to, čo si rodiny vyžadujú, je to veľa, na hrane našej kapacity. Veľký nárast sme mali práve tento rok. Na jednej strane sa tešíme, že vďaka Plamienku môžu tieto deti ísť domov, na druhej strane bol ten nárast taký, že sme museli asi dve deti odmietnuť. Môžem povedať, že to bola asi jedna z najťažších chvíľ môjho profesionálneho života, keď som musela jednému otcovi povedať do telefónu, že mi je to hrozne ľúto, ale v týchto dňoch jeho chlapca prijať nemôžeme. Pritom som vedela, že sa tak ani nikdy nestane, lebo tomu chlapcovi zostávalo už len pár dní života. Problémy sú tu dva. Jedným sú odborníci. Zohnať, pritiahnúť lekára alebo zdravotnú sestru, ktorá by chcela robiť takúto prácu a v duši cíti, že je to jej pracovná cesta, ktorá má na to aj odborné predpoklady a ešte aj dar sprevádzania, to veru nie je jednoduché. Druhý problém je finančný: sme nezisková organizácia, ktorá je financovaná len z darov a nie štátom. Jeden príspevok máme z Vyššieho územného celku na sociálne poradenstvo a sociálne služby, ale inak nás štát nefinancuje.

Poradenstvo, psychologická pomoc pre deti a rodiny po strate blízkeho je ďalšia oblasť vašej služby.

Áno, sú to rodičia a súrodenci. Kým som nestretávala rodiny, ktoré stratili deti, tak som ani nevedela, ako také rodiny žijú. Pokiaľ viem, zatiaľ neexistuje

tuje žiadna iná organizácia alebo odborníci, ktorí by sa špeciálne venovali tejto skupine ľudí. Keď sme teda s nimi začali prichádzať do kontaktu, občas sme si volali, občas sme ich išli pozrieť domov a zistili sme, že ich život je oveľa bolestnejší, než kým ich dieťaťko žilo. Rodiny prechádzajú veľmi ťažkým obdobím. Hovorí sa, že odchod z tohto sveta patrí do nášho života a že máme prirodzenú schopnosť nejako sa s tým naučiť žiť, ale ak odíde dieťa, je to, myslím, jedna z najťažších vecí v živote a tie rodiny potrebujú pomoc. Na začiatku sme my chodievali za nimi domov. Pomoc je o ľudskom sprevádzaní. Títo ľudia prechádzajú bolesťou, ktorej sa nedá vyhnúť, hľadajú akoby nanovo život, a keď je pri nich niekto, o kom cítia, že pri nich stojí, tak sa im tou tmou ide ľahšie a postupne sa vynára nejaké svetlo. Takýchto rodín začalo pribúdať, nemali sme na to kapacitu. Zároveň sme cítili, že ak by rodiny prišli k nám alebo na nejaké iné miesto, keby zmenili prostredie a mohli by sme ísť s nimi viac do hĺbky, viac toho pre nich pripraviť, vedeli by sme im aj viac pomôcť. To bol dôvod, prečo sme pred tromi rokmi otvorili toto centrum, kam môže prísť ktokoľvek z celého Slovenska, kto pociťuje potrebu pomoci. Niekedy prichádzajú rodičia, lebo cítia, že ich deti potrebujú pomoc, inokedy deti, ktoré stratili mamu, otca, brata, sestru a zrazu sa uzatvárajú alebo sú agresívne, prestávajú jesť, zhorší sa im školský prospech, sú často choré a lekári nevedia nájsť príčinu, pretože tá príčina je v duši. Všetci títo ľudia môžu do nášho centra prísť.

Keď ide o hru, zapájajú sa len deti?

To je rôzne. Niekedy sa dospelí a deti hrajú spolu, možno prvýkrát za veľmi dlhé obdobie, niekedy je to zvlášť a potom sa stretnú. Raz do roka robíme tábory pre deti, ktoré stratili blízkeho, tiež v rámci poradenského centra. Je to terapeutický tábor. Cieľom je dať dohromady deti, ktoré prežili niečo podobné. Mnohokrát sa totiž tieto deti cítia samy, iné a nepochopené. Dospievajúci to prežívajú inak, malé deti inak. V tábore majú možnosť zažiť radosť momenty, diskotéku, karneval, bazén. Zažívajú tu však aj niečo hlbšie. Tábor pripravuje špeciálne školený tím pod vedením odborníka, aby to bolo vyvážené, aby si deti mohli zažartovať, užiť si radosti zo života, ale zároveň aj rozprávať o tom, čo ich bolí.

V albume čítame z hodnotenia jedného účastníka: „Tento tábor mi dal nových kamošov (Samo Baláž, Pišta Maska), presvedčil ma, že každý sme iný a to nielen výzorom, ale aj svojou povahou. Tento tábor ma naučil viazať uzly :).

V tomto tábore som zažil neopísateľnú atmosféru, ktorá bola vynikajúca. Zažil som nádherné momenty v prírode, ktoré si navždy zapamätám.“ Myslím, že takéto vyznanie je aj pre vás veľká odmena. Potvrďuje, že trpiaceho pochopí trpiaci, či ide o dospelých, alebo o deti. Netreba veľa slov, takíto ľudia navzájom cítia, čo ten druhý prežíva, a deti sú na to ešte vnímavejšie. Vaša činnosť, ako možno vidieť v albume, má však aj ďalšie odvetvie a je ním vzdelávanie.

Bez vzdelávania niet napredovania. Platí to v osobnom i v profesionálnom živote. Už od prvých rokov, ako Plamienok vznikol, sme sa snažili ísť dopredu, vzdelávať sa odborne, ale zároveň sa niekam posúvať aj osobnostne. Dlhodobo organizujeme tri vzdelávacie kurzy, jeden pre tých, ktorí pracujú v našom tíme – tu sa kontinuálne vzdelávajú, druhý je pre širokú verejnosť. Väčšinou sa k nám ľudia hlásia z pomáhajúcich profesií: lekári, zdravotné sestry, psychológovia, terapeuti a dokonca aj kňazi alebo študenti týchto odborov. Vzdelávací program sa volá *Sprevádzanie ľudí v smútení* a jeho cieľom je pripraviť absolventa na to, aby dokázal stáť a byť oporou pre niekoho, kto trpí. Dobrá vôľa je zaiste hlavný predpoklad, ale to nestačí. Človek potrebuje aj čosi vedieť, o sebe, o problematike všeobecne. V skupinovej práci sa učí tolerancii, aby si nemyslel, že čo je dobré pre neho, musí byť dobré aj pre ostatných. Tretí vzdelávací program je pre medikov Lekárskej fakulty Univerzity Komenského v Bratislave, ktorí majú nepovinný predmet *Symptómový manažment a starostlivosť o nevyliciteľne choré deti a rodiny*. Prebieha seminárnou formou jeden semester. Tu môžu medici dostať aspoň základnú orientáciu v tejto problematike. No a najviac nás vzdelávajú samotné deti a ich rodiny.

V albume vidíme nadpis – Zmierňujeme utrpenie.

Myslím si, že utrpenie nie je možné celkom odstrániť. Strácať blízkeho človeka, či dieťa, alebo dospelého, to je vždy utrpením. No dá sa zmierniť, aby bolo znesiteľné a aby ten človek nezúfal či dokonca neprišiel do štádia, že by on sám chcel z tohto sveta odísť. Zahŕňa to viaceré roviny. Jedna je telesná, fyzické ťažkosti, zadúšanie, kašeľ atď. Tohto sa všetci veľmi bojíme, že budeme neznesiteľne fyzicky trpieť, ale z mojej skúsenosti lekára musím povedať, že to je ten najmenší problém. Existujú lieky a prostriedky, ktorými možno fyzické utrpenie zmierniť, aby bolo znesiteľné. Utrpenie duše a ducha je však ťažšia záležitosť. Ak máme vedľa seba človeka, ktorý nás má rád a ktorý o nás stojí, tak sa to nesie ľahšie, trochu sa to delí, aj keď nie rovnakým dielom.

Chorí ľudia cítia veľa neistoty, majú otázky, na ktoré nevieme odpovedať. Možno len tým, že ich vyslovia a niekto ich vypočuje, im pomôžeme.

Strata vlastného dieťaťa sa zaiste prežíva najťažšie, ale čas predsa len mnohé zahojí a život sa postupne vracia do svojich kolají, najmä ak sú v rodine viaceré deti. Rodina sa s tým postupne vysporiada. Vaši ľudia sú však nepretržite znova a znova v takejto ťažkej situácii. Pritom sa ich pomoc nesmie stať rutinou, tí druhí by to vycítili. Je potrebná empatia. Ako sa však chrániť, dobíjať, aby neustály pohľad na utrpenie nezničil samotného terapeuta?



Je to skutočne kráčanie po hrane. Príde chvíľa, keď už toho máte dosť, vyčerpá vás to tak, že nemáte viac energiu. Najdôležitejšie je priznať si to, lebo mnohokrát si to nepriznávame a potom môže človek vyhorieť. Snažíme sa fungovať ako tím, takže sa to delí. Napríklad vzťah k dieťaťu sa snažíme budovať nielen ako osoba, ale ako tím a rodina. Jeden deň idem na návštevu ja ešte s niekým, druhý deň kolega lekár s niekým iným, čím sa tá záťaž delí v rámci celého tímu. Základ je, že to nemôže robiť človek sám a tá citová ťarcha sa musí deliť medzi viacerých. Okrem toho nám pomáha aj to, že žijeme aj niečím iným, než iba prácou. Mnohokrát to profesionálne veľmi zasahuje do súkromného života, ba niekedy ho pohltí takmer úplne. Preto sa snažím dbať na to, aby som žila aj niečím iným ako prácou, aby som mala svoj čas len pre seba, kde som ja tá najdôležitejšia, kde robím veci, ktoré ma bavia, napríklad hrám na harmonike, chodím na španielčinu, rada pestujem kvety v záhrade, navštevujem saunu a wellness, plávam. Treba vnímať aj seba a vlastné potreby, rozpoznať, kedy už mám dosť a musím si dať chvíľu pauzu a postarať sa o seba.

Ďalšia dvojstrana vášho albumu má nadpis Spomíname...

Raz do roka robíme stretnutie rodín, ktoré stratili deti, o ktoré sme sa starali, čo je už takmer 160 rodín. Je to víkendovka mimo Bratislavu, kam ide celý

tím a rodiny, ktoré chcú prísť aj s deťmi. Zmyslom tohto víkendu je, aby rodiny pocítili, že nie sú so svojou bolesťou samy, že sú tu ľudia, ktorí prešli podobnou skúsenosťou. Môžu tam zažiť aj niečo pekné, oddychové, nejaký relax, ale aj chvíle, keď môžu rozprávať o tom bolestnom, čo ich v živote stretlo a aby to bolo vyvážené, aj o momentoch radosti. Nakoniec zvykneme robiť duchovnú pobožnosť, omšu za deti.

Teraz taká osobnejšia otázka, lebo je to asi cesta vášho osobného povolania: čo vás motivuje, vedie, posilňuje?

Ak mám byť úprimná, neviem... Keď stretávam tieto deti a rodiny, čosi dávam, ale aj veľa dostávam. To, čo dostávam, je pre mňa také cenné, že mi to stojí za všetku tú námahu a chcem sa v tejto oblasti usilovať aj naďalej. Čo od nich dostávam? Hĺbku vzťahu, úprimnosť. Dnes mnohí ľudia hrajú divadlo a majú na sebe masky, aj my dospelí, najmä my. S týmito rodinami a s deťmi naše masky veľmi rýchlo padajú, musia padnúť, hĺbka stretnutia je potom taká silná, že mi to dodáva chuť a energiu žiť ďalej. Zdá sa mi to zmysluplné, naplňajúce, núti ma to klásť si otázky, ktoré by som si asi bežne nekládla: na čo tu vlastne som, čo je v živote dôležité... Sú to vzťahy, aj medzi nami, aj tie vertikálne, všetko ostatné je prostriedok a nie cieľ. Život je krátky a stojí za to žiť ho, aj keď nie je vždy ľahký. Musím povedať, že aj napriek tomu, že robím v blízkosti utrpenia a smrti, prehĺbilo to moju dôveru v život. Moja známa mi raz povedala: „Život sa postará.“ Môj pocit je, že je to presne tak, čo neznamena, že nebudeme trpieť. Keď sa však človek otvorí, ukáže svoju zraniteľnosť, na nikoho sa nehrá, tak mu v ťažkej chvíli príde pomoc a mnohokrát ho tie ťažké chvíle posunú ďalej. Potom vie život prežívať krajšie a hlbšie. Asi toto ma drží... Zvyšok je asi nejaké tajomstvo, niečo, čo neviem...

Odvysielané 21. 2. 2013



(*1948, Bratislava)

MÁRIA JENDRUCHOVÁ

*Verila som,
že mám na tomto svete
ešte nejaké poslanie*

Narodila sa ako šiesta z trinástich detí v rodine, ktorá bývala priamo v bratislavskej Michalskej bráne. V centre starej Bratislavy a v tradičnej rodine prežila krásne detstvo. Po maturite v Pezinku pokračovala štúdiom medicíny v Bratislave. Po promóciách sa autostopom vybrala hľadať miesto na vysnívanej chirurgii. Prvou zastávkou bola Gelnica, kde sa stretla so svojim budúcim manželom Milanom, s ktorým sa zosobášila v roku 1975. Manželom Jendruchovcov sa postupne narodilo deväť hudobne nadaných detí – Tomáš, Lucia, Mária, Matúš, Ruth, Petra, Alexandra, Deborah a Filip. V roku 1993 založili vokálnu a inštrumentálnu skupinu Jendruchovcí, prešli celé Slovensko i kus sveta a vďačné publikum mohlo od koncertu ku koncertu pozorovať postupný rast členov tohto netradičného súboru. Matka Mária sa v súčasnosti na dôchodku teší nateraz piatim vnúčatám.



Medzi nebom a zemou sa dejú veci bežné i nečakané. Niekedy má človek čosi presne vysnívané a zrazu sa všetko zmení, inokedy je úplne na dne a veci sa obrátia na dobré. Taký je aj osud Márie Jendruchovej, matky známej speváckej rodiny, ktorá už takmer opúšťala tento svet, a predsa sa pre ňu otvoril veľmi bohatý život. Čo si zažila v tajomnom priestore medzi nebom a zemou,