

ks. Janusz Kościelniak¹

Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie

Śmierć dziecka i żałoba rodziców jako zagadnienie duszpasterskie

Do najbardziej bolesnych doświadczeń w życiu człowieka należy strata bliskiej osoby. Naturalną reakcją jest wówczas smutek. Jednak, chociaż trudno porównywać cierpienie, strata dziecka przez rodziców to ból szczególny. Pogodzenie się ze śmiercią i odbudowanie swojego życia jest niełatwe, ale możliwe. Ważną rolę odgrywają wszyscy, którzy towarzyszą rodzicom pogrążonym w żałobie. Szczególne znaczenie ma również obecność duszpasterza, który na różnych etapach spotyka się z rodzicami oplakującymi śmierć swojego dziecka. W Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach w każdy drugi piątek miesiąca odprawiane są nabożeństwa dla rodziców w żałobie. Szczególną pomocą dla rodziców jest Księga Dzieci Utraconych, do której mogą wpisać swoje dziecko. Jak wyznają rodzice, jest to dla nich szczególnie ważne. Na każdej mszy świętej zapisane dzieci wraz z ich rodzicami otaczane są modlitwą. Od początku istnienia piątkowych nabożeństw w Księdze Dzieci Utraconych zapisano ponad 800 dzieci. Pokazuje to skalę tego bolesnego doświadczenia,

¹ Ks. dr Janusz Kościelniak – kapłan Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach. Wykładowca katolickiej nauki społecznej w Wyższym Seminarium Duchownym Ojców Reformatorów w Krakowie oraz Wyższym Seminarium Duchownym w Kalwarii Zebrzydowskiej. E-mail: xkoscielniak@poczta.onet.pl.

jak również mobilizuje duszpasterzy do otoczenia opieką przeżywających żałobę rodziców.

1. Wpływ śmierci bliskiej osoby na rodzinę

Śmierć ma bardzo duży wpływ na stan uczuciowy pozostałych członków rodziny. Według niektórych badaczy śmierć bliskiej osoby jest jedną z częstszych przyczyn nerwicy serca. Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że po utracie współmałżonka lub dziecka 5 proc. z przeżywających żałobę umiera w ciągu roku. Wdowcy i wdowy najbardziej przeżywają ból i rozstanie. W tym przypadku śmiertelność sięga 12 proc. Jeśli dziecko lub współmałżonek umierają nagle, poza domem lub w szpitalu, wówczas wpływ śmierci wzrasta pięciokrotnie, prawdopodobnie z powodu przeżytego szoku².

Negatywne skutki żałoby w pewnej mierze może zmniejszać wpływ ludzi otaczających pogrążoną w żałobie osobę. Są to bliscy, przyjaciele, personel medyczny, grupy wsparcia, a także duszpasterz, którego pomoc może być bardzo cenna.

Przeżywamy ból, dlatego że wcześniej zaistniała relacja przywiązania do osoby, która zmarła. Już w okresie prenatalnym wywiązuje się reakcja przywiązania rodziców do dziecka. Wraz ze stratą dziecka pojawiają się takie emocje, jak: lęk, złość, emocjonalne odizolowanie, smutek i żal. Rodzic oplakujący śmierć swojego dziecka oplakuje poniekąd również samego siebie i utratę swojej tożsamości tworzonej ze zmarłym.

Osierocenie jest definiowane jako odczuwanie cierpienia po utracie osoby obdarzonej miłością³. Niektórzy badacze zajmujący się procesem osierocenia w pierwszym jego etapie wyodrębniają otępienie i odrętwienie, w drugim skargę i smutek, w trzecim napięcie, niepokój, szukanie osoby zmarłej. W kolejnym pojawiają się żal i dezorganizacja, w ostatnim – reorganizacja i tworzenie nowych relacji. Osierocony człowiek potrzebuje szczególnej pomocy. Wymienia się cztery zadania procesu osierocenia:

² Por. F. Antonelli, *Oblicza śmierci*, przeł. J. Dembska, Kraków 1995, s. 167.

³ Por. B. Stelcer, *Żałoba mężczyzn*, „Nowiny Lekarskie” 2012 nr 81, s. 570.

akceptację, doświadczenie żalu (emocjonalnego i wegetatywnego) i przystosowanie, odnowienie sił i ukierunkowanie na nowe cele⁴.

Spośród wszystkich przeżywanych przez człowieka strat śmierć dziecka jawi się jako najbardziej traumatyczne przeżycie, które odciska swe piętno na całej rodzinie. W literaturze przedmiotu podkreśla się, że osierocenie jest głębokim procesem psychologicznych, somatycznych i społecznych reakcji na stratę bliskiej osoby. Opłakiwanie bliskiej osoby oznacza świadomą i nieświadomą odpowiedź emocjonalną na zerwaną więź oraz jest związane z kulturowymi formami manifestowania żalu po stracie. Istotne są tu rytuały pogrzebowe, odmienne w poszczególnych kulturach, jak i formy wyrażania smutku oraz poszukiwanie wsparcia dla przeżywających żałobę⁵.

Z badań przeprowadzonych wśród rodzin, które utraciły bliską osobę, wynika że nie są one w stanie określić stopnia swojej dezintegracji, a często nie rozpoznają potrzeby szukania pomocy. Podkreśla się również, że rodzina, która do czasu śmierci dziecka była rodziną funkcjonalną, w okresie żałoby często nie jest w stanie sama sobie radzić. W niektórych wypadkach rodzina stwarza specyficzne strategie obronne, które tak bardzo zakłócają jej rozwój, że wymaga ona pomocy terapeutycznej. Reakcja taka występuje wówczas, gdy brak pogodzenia się ze stratą bliskiego blokuje rozpoczęcie przeżywania żałoby. Zdarzają się sytuacje, gdy poszczególne osoby w rodzinie nie są w stanie zaakceptować, że dana osoba odeszła, a relacje z nią są już zupełnie inne niż te przed śmiercią. Wówczas mówimy o wystąpieniu swoistego protestu przeciw rzeczywistości, który może się przejawiać w formie symptomów psychopatologicznych u poszczególnych osób w rodzinie. Można zaobserwować sytuację odcinania się od wszystkiego, co wiąże się ze zmarłym. Wyraża się to w zaprzeczaniu żałowi, braku rozmów o zmarłej osobie czy też okolicznościach jej śmierci. W innych rodzinach będzie się to przejawiać w swoistym pozostawianiu w kontakcie z osobą zmarłą przez codzienne odwiedzanie cmentarza czy niezmiennianie w domu miejsc związanych z opłakiwaną osobą (np. nie-

⁴ Por. G. Dębska, J. Sulek, M. Łyżnicka, *Opieka nad osieroconymi dziećmi*, w: *W drodze do brzo- gu życia*, t. 3, red. E. Krajewska-Kułak, W. Nyklewicz, C. Łukaszuk, Białystok 2007, s. 375–381

⁵ Por. B. Stelcer, *Żałoba mężczyzn*, art. cyt., s. 570–571.

zmieniony przez lata dziecięcy pokój). W pierwszym wypadku możemy mówić o mechanizmach zaprzeczenia, w ostatnim zaś o ciągłym życiu w świadomości śmierci ukochanej osoby, jakby nastąpiła ona wczoraj. We wszystkich tych przypadkach występuje jednak nieumiejętność pożegnania się z osobą zmarłą i powrotu do wcześniejszego życia emocjonalnego⁶.

Przeanalizowane teksty wskazują, że po śmierci kogoś bliskiego człowiek doświadcza różnorodnych reakcji emocjonalnych. Najczęściej są nimi: smutek, żal, bezsilność, opuszczenie, pustka, osamotnienie. Występują również pozytywne zmiany w życiu osieroconych osób. Podkreślają oni, że stali się wrażliwsi na potrzeby innych, bardziej religijni, poważniejsi, mniej egoistyczni, odpowiedzialni, łatwiej przychodzą im pomoc innym i przebaczenie. Zauważają, że częściej myślą o śmierci, ale równocześnie cieszą się życiem i widzą jego sens⁷.

2. Proces żałoby

Na temat przeżywania żałoby istniały często skrajne poglądy, które współcześnie, na podstawie badań i doświadczeń przeżywających żałobę, uległy zmianie lub modyfikacji. Jedną z pierwszych osób, która podjęła ten temat z punktu widzenia naukowego, był Zygmunt Freud. Żałobę określał jako bolesny, rozłożony w czasie proces, kończący się pomyślnie wtedy, gdy zostaje podjęty wysiłek zmagania się z bólem straty. Według niego celem żałoby jest odseparowanie się od zmarłej osoby, które ma prowadzić do wycofania energii psychicznej z relacji ze zmarłą osobą. Obecnie założenia Freuda poddawane są krytyce. Podważa się m.in. następujące tezy:

1. Rozpacz jest nieuniknioną reakcją po stracie.
2. Brak obecności cierpienia prowadzi do patologii żałoby.
3. Niezbędna jest konfrontacja ze stratą i przepracowanie myśli i emocji, które jej towarzyszą, zwłaszcza tych negatywnych.

⁶ Por. B. Janusz, L. Drożdżewicz, *Śmierć i żałoba w rodzinie. Oddziaływania terapeutyczne*, „Psychoterapia” 2013, nr 2, s. 45–54.

⁷ Por. J. Salamon, K. Możdziej, *Jak śmierć bliskiej osoby zmieniła nasze zachowanie*, w: *W drodze do brzegu życia*, dz. cyt., s. 370–372.

4. Normalna żałoba kończy się wyzdrowieniem i powrotem do stanu emocjonalnego sprzed śmierci bliskiej osoby.

5. Pozytywne emocje nie występują w okresie żałoby. Ich obecność jest wyrazem negocjowania straty.

6. Osoba przeżywająca żałobę powinna zrezygnować z więzi ze zmarłą osobą i nawiązać nowe relacje.

Współcześnie wskazuje się, że cierpienie nie musi być dominującym uczuciem w procesie żałoby. Pozytywne aspekty żałoby występują szczególnie w kontekście jej zakończenia. Wymienia się następujące: podniesienie samooceny, sprawniejsze funkcjonowanie w reakcjach interpersonalnych, większą pewność i umiejętność radzenia sobie z problemami. Bardzo mocno kwestionowane jest przekonanie o konieczności zerwania więzi ze zmarłym. Wiele osób przeżywających żałobę utrzymuje żywą więź z osobą zmarłą. Dzieje się to na poziomie emocjonalnym. Fakt ten nie działa negatywnie na proces przeżywania osierocenia⁸. Przykładem tego jest wiersz pod wymownym tytułem *Śmierć jest niczym* H. Scott Holland, do którego często odwołują się osieroceni rodzice:

Śmierć jest niczym

Śmierć jest niczym. To tak, jakbym się wymknął do sąsiedniego pokoju. Jestem wciąż sobą i Ty jesteś sobą. Czymkolwiek dla siebie byliśmy, tym jesteśmy nadal. Nazywaj mnie moim dawnym imieniem, mów do mnie tak, jak zawsze mówiłeś. Nie zmieniaj tonu, nie przybieraj na siłę poważnej i smutnej miny. Śmieję się tak jak zawsze śmialiśmy się z żartów, które bawiły nas oboje. Baw się, uśmiechaj, myśl o mnie. Módl się za mnie.

Niech moje imię zawsze będzie wymawiane zwyczajnie, bez śladu cienia. Niech wypowiadane będzie bez nacisku, bez cienia żałoby.

Życie znaczy to samo, co zawsze znaczyło. Dlaczego miałbym zniknąć z twojego serca, skoro zniknąłem tylko z oczu?

Czekam na ciebie, tylko przez krótką chwilę, aż przyjdzie twój czas.

Jestem gdzieś blisko, pamiętaj.

W sąsiednim pokoju lub tuż za rogiem.

Wszystko jest w porządku⁹.

⁸ Por. U. Bielecka, *Mity na temat zdrowej i patologicznej żałoby*, „Psychiatria i Psychologia Kliniczna” 2012 nr 12 (1), s. 63–64.

⁹ H. Scott Holland, *Śmierć jest niczym*, <http://www.dlaczego.org.pl/ku-pokrzepieniu/670-mier-jest-niczym-fscott-holland> (27.02.2016).

Obecnie wyróżnia się pięć etapów żałoby. Są nimi:

1. Szok. Towarzyszące temu symptomy to: zaprzeczanie, protest, bezradność, niedowierzanie temu, co nas spotkało, niemożność dopuszczenia do siebie myśli o śmierci (*wyparcie, zaprzeczenie*). W wyniku szoku osieroceni rodzice mogą odczuwać wewnętrzny chaos, mieć poczucie zagubienia, a codzienne czynności wykonywać automatycznie. Często mamy do czynienia z tzw. dystansowaniem psychologicznym. Mechanizm ten ma działanie ochronne w sytuacji wielkiego stresu. Dzięki niemu rodzice czują się jakby byli sparaliżowani psychicznie. Fakt ten w pewnej mierze chroni ich od emocjonalnego uczestnictwa w wydarzeniach, które ich przerastają.

2. Uświadomienie sobie straty. Towarzyszą mu niepokój wywołany stratą, przewlekły stres, nadwrażliwość, gniew, poczucie winy. Faza druga żałoby charakteryzuje się największym zróżnicowaniem przeżywanego uczuć oraz wielkim poczuciem winy, że rodzice nie byli w stanie uchronić swojego dziecka. Na tym etapie bolesna strata i wyniszczające emocje powodują, że osieroceni rodzice i ich bliscy odczuwają wielkie zmęczenie. Są oni przez to bardziej podatni na różne choroby, gdyż ich organizm jest osłabiony. Na poziomie religijnym często dochodzi do swoistego targowania się z Bogiem: „Boże, oddaj mi dziecko, a ja będę najlepszym rodzicem na świecie”, „Pozwól mi jeszcze raz je przytulić, a ja nigdy nie przestanę się modlić”. Rodzice podejmują nierówną walkę z rzeczywistością, która kończy się niepowodzeniem i przynosi stan depresyjny.

3. Chronienie siebie – wycofanie się. Ten etap przypomina depresję. Często wówczas występuje wycofanie się z kontaktów z innymi ludźmi, spędzanie czasu w samotności, dłuższy sen. Towarzyszy temu intensywnie przeżywana rozpacz, spowodowana osłabieniem mechanizmów obronnych. Pozytywnym skutkiem osłabienia emocjonalnego jest to, że rodzice już nie zaprzeczają stracie i rozmawiają o śmierci dziecka. Śmierć staje się realna, a rodzice zaczynają akceptować odejście dziecka.

4. Powracanie do zdrowia. Rodzice stopniowo odzyskują kontrolę. Towarzyszy temu uzyskiwanie nowej tożsamości, przebaczenie i zapomnienie, poszukiwanie znaczenia i zablźnianie się rany. Przykładem odnalezienia sensu w cierpieniu są wspomnienia polskiej aktorki, której dziecko zapadło w śpiączkę. To doświadczenie było dla niej wstrząsem. Jednak,

jak wspomina, w pewnym momencie zadała sobie pytanie, co dobrego może przynieść ta sytuacja. Tak powoli rodziła się w jej sercu idea kliniki dla dzieci w śpiączce, znanej w całej Polsce jako Klinika Budzik, która przynosi tak wielkie dobro. Śmierć to wielki ból, ale Bóg sprawia, że nie staje się ona klęską, lecz źródłem nadziei. Proces zdrowienia przebiega powoli, jednak w miarę upływu czasu rodzicom udaje się rozpocząć życie na nowo, już bez fizycznej obecności ich dziecka.

5. Odnowa. To czas uczenia się życia bez oplakiwanej osoby, zajęcie się swoimi potrzebami wewnętrznymi, aktywny kontakt ze światem. To czas swoistego pogodzenia się z rzeczywistością, akceptacja zmiany życia. Czasami także wybaczenie. Ostatni etap nie przynosi zapomnienia, ale daje możliwość odnalezienia się w nowej sytuacji, w „nowym życiu”, które nie będzie już nigdy takie samo. Po stracie dziecka nic nie jest już takie jak dawniej. Zaczyna się nowe życie. Tak jak po zmartwychwstaniu Jezusa. Rany pozostały, lecz życie jest nowe, inne¹⁰.

3. Towarzystwo przeżywającym żałobę

Podejmując niełatwe zadanie towarzyszenia osobom doświadczonym śmiercią dziecka, należy pamiętać o chrześcijańskim sensie cierpienia i śmierci. Ojciec Jacek Salij, poruszając ten temat, wyszczególnia następujące jego aspekty:

1. Człowiek ma prawo walczyć z cierpieniem i śmiercią, gdyż są one z natury czymś złym.

2. Nie można walczyć z cierpieniem za wszelką cenę. Widoczne jest to chociażby w dążeniu do zalegalizowania eutanazji czy aborcji.

3. Kiedy nie można usunąć cierpienia, należy ofiarować swoją pomoc przez współczującą obecność.

4. Przeżywanie cierpienia należy łączyć z poczuciem bliskości Boga¹¹.

¹⁰ Por. A. Palczewska, *Towarzystwo i wsparcie rodziny w żałobie i w trakcie osierocenia*, w: *W drodze do brzegu życia*, dz. cyt., s. 383–384; A. Bubiak, J. Bartnicki, Z. Knihnicka-Mercik, *Psychologiczne aspekty utraty dziecka w okresie prenatalnym*, „Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne” 2014, nr 4, s. 72–73.

¹¹ Por. J. Salij, *Ból duchowy*, „Charaktery” 2000, nr 2, s. 38–39.

Osobie przeżywającej żałobę po śmierci swojego dziecka należy pomagać na wszystkich etapach jej trwania. W fazach początkowych powinno się to wyrażać w pomocy w codziennych czynnościach i daniu poczucia, iż osierocony rodzic nie jest sam ze swoim cierpieniem. Kiedy pojawiają się intensywne emocje, ważne, by dzielić przeżycia z przeżywającym żałobę. Ważne jest wówczas wysłuchanie pogrążonej w smutku osoby¹². Niezwykle istotna jest pomoc wyrażona przez empatyczną obecność przy osobie opłakującej śmierć dziecka. Spotkania z osieroconymi rodzicami i uważne wsłuchiwanie się w ich głos zaowocowały poznaniem ich życzeń. Na jednej ze stron internetowych możemy odnaleźć życzenia osieroconych rodziców. Zasadne wydaje się ich przytoczenie¹³. Duszpasterze powinni wsłuchiwać się w głos tych życzeń.

Rodzice, którzy utracili dziecko, nie chcą, by wymazano pamięć o nim. Podkreślają, że istotna jest dla nich wspomniana wcześniej Księga Dzieci

¹² J. Dziedzic, *Wsparcie psychologiczno-pastoralne w przeżywaniu żałoby po stracie dziecka, w: Od bólu po stracie do nadziei życia. Pogrzeb dziecka poronionego*, red. J. Dziedzic, P. Guzdek, Kraków 2013, s. 162.

¹³ Tekst życzeń jest autorstwa Magdaleny Harrison i został zaczerpnięty ze strony internetowej: <http://www.dlaczego.org.pl/ycie-po-stracie/6-lista-ycze-osieroconych-rodzicow>. Pojawia się również często w licznych poradnikach dla przeżywających żałobę i udzielających wsparcia.

„1. Chciałabym, by moje dziecko nie umarło. Chciałabym je mieć z powrotem.

2. Chciałabym, byś się nie bał, wymawiając imię mojego dziecka. Moje dziecko istniało i było dla mnie bardzo ważne. Potrzebuję usłyszeć, że było ono ważne także dla Ciebie.

3. Jeśli płaczę lub reaguję emocjonalnie, gdy mówisz o moim dziecku, chciałabym, byś wiedział, że to nie dlatego, że mnie ranisz. Czuję wówczas, że pamiętasz; czuję twoją troskę! Śmierć mojego dziecka jest przyczyną moich łez. Rozmawiasz ze mną o moim dziecku, pozwoliłeś mi podzielić się smutkiem. Dziękuję Ci za to.

4. Chciałabym, byś nie «zabijał» ponownie mego dziecka, usuwając jego zdjęcia, rysunki, pamiątki ze swojego domu.

5. Bycie rodzicem w żałobie nie jest zaraźliwe, więc chciałabym, byś mnie nie unikał. Potrzebuję Cię teraz bardziej niż kiedykolwiek.

6. Potrzebuję urozmaicenia, chcę usłyszeć, co u Ciebie, lecz chcę, byś także słuchał mnie. Mogę być smutna. Mogę płakać, lecz chciałabym, byś pozwolił mi mówić o moim dziecku; to mój ulubiony temat.

7. Wiem, że często o mnie myślisz i się modlisz. Wiem, że śmierć mojego dziecka boli Cię także. Chciałabym o tym wiedzieć: powiedz mi to przez telefon, napisz list lub uściśnij mnie.

8. Chciałabym, żebyś nie oczekiwał, że moja żałoba skończy się wraz z upływem sześciu miesięcy. Pierwsze miesiące są dla mnie szczególnie traumatyczne; chciałabym jednak

Utraconych. Tam mogą upamiętnić swoje dziecko. Chcą również porozmawiać o nim, podzielić się wspomnieniami. Bardzo ważne jest dla nich umożliwienie im okazywania emocji. Już św. Tomasz zauważył wagę wyrażania uczuć: „Każda przykrość, którą człowiek zamyka niejako w sobie, bardziej go martwi, gdyż wzmaga uwagę na jej przedmiot. Natomiast gdy wylewa się na zewnątrz, wówczas uwaga niejako rozprasza się ku rzeczom zewnętrznym i dzięki temu wewnętrzny ból zmniejsza się. Dlatego też ludzie pogrążeni w smutku okazują go na zewnątrz przez płacz czy jęki lub też przy pomocy słów które również łagodzą smutek. Po drugie ze względu na to, że działanie odpowiadające przysposobieniu człowieka jest mu zawsze przyjemne. Otóż płacz i jęki to czynności odpowiadające

byś, zrozumiał, że mój żal nie będzie mieć końca. Będę cierpiała z powodu śmierci mojego dziecka aż do ostatniego dnia mego życia.

9. Naprawdę staram się «zaleczyć», chciałybym jednak, byś zrozumiał, że nigdy nie będę w pełni wyleczona. Zawsze będę tęskniła za moim dzieckiem i będę pełna żalu, że już nie żyje.

10. Chciałybym byś nie oczekiwał ode mnie «niemyślenia o tym» lub «bycia szczęśliwą». Nie sprostam żadnemu z tych oczekiwań przez długi czas.

11. Nie chciałybym, abyś traktował mnie jak «obiekt litości», chciałybym jednak, byś pozwolił mi na smutek. Zanim się «wyleczę», to musi boleć.

12. Chciałybym, byś zrozumiał, że moje życie roztrzaskało się w drobny mak. Wiem, że to przygnębiające być blisko mnie, gdy tak czuję. Proszę, bądź cierpliwy w stosunku do mnie, tak jak i ja jestem.

13. Gdy mówię «U mnie w porządku», chciałybym, byś zrozumiał, że «nie jest mi dobrze», a każdy dzień to zmaganie się ze śmiercią mojego dziecka.

14. Chciałybym, byś wiedział, że wszystkie moje reakcje związane z żałobą są normalne. Możesz spodziewać się depresji, złości, wszechogarniającego poczucia beznadziejności i smutku. Proszę więc, wybac mi, że czasem jestem cicha i wycofana, innym zaś razem irytuję się i zachowuję ekscentrycznie.

15. Twoja rada by «żyć dzień za dniem» i tak odmierzać czas jest doskonała. Jednak obecnie dzień to zbyt dużo i zbyt szybko dla mnie. Chciałybym wiedzieć, że daję sobie radę z godziną po godzinie.

16. Zaproponuj od czasu do czasu pojechać ze mną na cmentarz, zapalić lampkę, pomilczę chwilę. Nie za często, tylko czasami. Daj mi znać, że pamiętasz.

19. Nie mów: jesteś młoda, będziesz miała kolejne dzieci. Być może będzie dane mi się cieszyć jeszcze niejednym dzieckiem, najpierw jednak muszę opłakać to, które odeszło. I żadne inne dziecko mi go nie zastąpi.

20. Najważniejsze: Wspomnij czasem o moim dziecku. Nie udawaj, że nie istniało. Słowa mniej bołą niż uporczywe milczenie”. M. Harrison, <http://www.dlaczego.org.pl/ycie-po-stracie/6-lista-ycze-osieroconych-rodzicow> (28.02.2016).

osobie smutnej i bolejącej, i dlatego stają się jej miłe. Skoro więc każda przyjemność w pewnej mierze łagodzi smutek czy ból, wobec tego łkanie i jęki też go łagodzą”¹⁴.

Osieroceni rodzice z żalem zauważają, iż ich żałoba staje się czasem przyczyną odizolowywania się od nich ludzi. Dlatego tak ważne jest, aby nie bać się z nimi spotykać. Sama obecność ma już terapeutyczne znaczenie. Generalnie osieroceni rodzice oczekują zrozumienia ich żalu. W wyrażaniu smutku niezwykle cennym może stać się rozważanie psalmów. Są one pomocą w doświadczeniu Bożej perspektywy cierpienia osieroconego rodzica. Psalmy dają możliwość wyrażenia tego, co człowiek aktualnie przeżywa. Dla osób towarzyszących tym, którzy przeżywają żałobę, mogą one być swoistym wzorem, gdyż również psalmy są wyrazicielami uczuć ludzi, którzy doświadczyli cierpienia¹⁵. Spotkania modlitewne z wykorzystaniem psalmów, które odbywały się w Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach, pokazały, iż ta forma pomocy jest niezwykle cenna dla rodziców. Przygotowany został również modlitewnik dla przeżywających żałobę po śmierci dziecka. Pomaga on w nawiązywaniu więzi z Bogiem, nierzadko nadwyrężonej przez przeżytą tragedię¹⁶.

Rozmowy z rodzicami, którzy utracili dziecko, wskazują na to, że oczekują oni, by osoby im towarzyszące starały się zrozumieć ich ból. Nie wymagają wielkiej pomocy, a często tylko wysłuchania ich słów. Nieodzowna może stać się pomoc duszpasterza. Bardzo ważne jest przygotowanie pogrzebu. Już pierwsza rozmowa w kancelarii parafialnej ma wielkie znaczenie. Istotne, by ksiądz nie był urzędnikiem, a pasterzem rozumiejącym cierpienie rodziców, którzy oplakują śmierć swojego dziecka. Ksiądz Piotr Krakowiak w poradniku dla osób, które pomagają w przeżywaniu żałoby, napisał takie słowa: „Od duszpasterzy wymaga się szczególnej wrażliwości i taktu w spotkaniach z osobami przychodzącymi z informacją o zgonie i proszących o pogrzeb. Często ksiądz jest pierwszą osobą, której rodzi-

¹⁴ Tomasz z Akwinu, *Suma teologiczna. O Uczuciach*, 38,2, tłum. J. Bardan, Londyn 1963, s. 113.

¹⁵ Por. W. Muller, *Jak żyć po stracie kogoś bliskiego: modlitwa psalmami w przeżywaniu żałoby*, tłum. B. M. Kamińska, Częstochowa 2013, s. 34–35.

¹⁶ Por. J. Kościelniak, *Modlitewnik osieroconych rodziców*, Kraków 2014.

na opowiada historię ostatnich dni i godzin życia zmarłej osoby, a także o okolicznościach śmierci. Osoby przychodzące w sprawie pogrzebu najczęściej nie wiedzą, jak się zachować, i uciekają się do omawiania szczegółów pogrzebu w obawie przed bolesnym doświadczeniem rozmowy, obarczonej wieloma pytaniami, na które trudno jest dać odpowiedź. Choć każde spotkanie związane ze śmiercią i planowaniem pogrzebu wymaga od duszpasterza kultury, szacunku i odpowiedniego czasu na przeprowadzenie rozmowy, to istnieją sytuacje wymagające szczególnej uwagi i troski¹⁷. Kościół uświadomił sobie, że szczególnym zadaniem duszpasterzy jest pocieszanie przeżywających żałobę przez sprawowanie odpowiednich obrzędów. Szczególną okazją do tego jest homilia na pogrzebie dziecka. Ważne, by wtedy proklamować zwycięstwo Chrystusa nad śmiercią, które obejmuje każdego człowieka, i akcentować miłosierdzie Boga, które ogarnia wszystkich¹⁸. Tak ważne jest uświadomienie rodzicom solidarności Chrystusa z ludźmi we wszystkim oprócz grzechu, co pozwala żywić nadzieję, że ci, którzy umierają wolni od osobistych win, będą mieli udział w Jego chwale¹⁹.

Duszpasterz powinien mieć czas i pozwolić rodzicom zadawać trudne pytania. Chociaż trudno często znaleźć odpowiedź na nie, samo poświęcenie czasu i wysłuchanie z uwagą jest niezwykle ważne²⁰. Często wraz ze śmiercią bliskiej osoby pojawia się kryzys religijny. Wówczas pomoc duszpasterza powinna wyrazić się w następujących wymiarach: 1. obecność i życzliwość, 2. uważne słuchanie, 3. empatyczne rozumienie, 4. pomoc w podejmowaniu konstruktywnych działań, 5. wspieranie działań, które mogą pomóc wyjść z kryzysu²¹.

¹⁷ P. Krakowiak, *Strata, osierocenie i żałoba. Poradnik dla pomagających i dla osób w żałobie*, Gdańsk 2008, s. 119.

¹⁸ H. Sławiński, *Duszpasterska opieka i głoszenie Dobrej Nowiny Chrystusa rodzicom dzieci zmarłych przed urodzeniem*, „Polonia Sacra” 37 (2014) nr 4, s. 153–154.

¹⁹ H. Sławiński, *Homilia podczas pogrzebu dzieci zmarłych bez chrztu*, w: *Od bólu po stracie do nadziei życia. Pogrzeb dziecka poronionego*, dz. cyt., s. 136.

²⁰ Por. P. Krakowiak, *Pomoc po stracie i towarzyszenie w żałobie jako zadanie duszpasterskie*, „Perspectiva” 2010, nr 2, 68–69.

²¹ Por. A. Skreczko, *Dziecko wobec śmierci bliskiej osoby*, w: *W drodze do brzegu życia*, dz. cyt., s. 232.

Istotne jest ukazywanie Boga jako kochającego Ojca, który jest przy cierpiących rodzicach. W Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach w każdym miesiącu odprawiane są msze dla rodziców, którzy utracili dziecko. Rodzice często podkreślają, że nie bez znaczenia dla nich jest fakt, że wspólnota Kościoła zauważa ich cierpienie. Mają możliwość wspomnienia dziecka za pomocą Księgi Dzieci Utraconych. Na każdej mszy świętej zarówno dzieci, jak ich bliscy są otaczani modlitwą. Istnieje również możliwość indywidualnego spotkania w Poradni Miłosierdzia.

Jednym z kluczowych zadań duszpasterza jest pomoc rodzicom w procesie przebaczenia, którym należy obdarzyć trzy osoby. Najpierw samego Boga. Rodzice właśnie do Niego najczęściej kierują pytanie: „Dlaczego?”. Często kwestionują miłość Boga. Pojawia się pytanie: „Jak Bóg może mnie kochać, jeśli zabrał mi dziecko?”. Istotne jest wówczas ukazywanie miłości Boga wyrażonej w śmierci Chrystusa na krzyżu i wskazywanie na nadzieję na życie wieczne i powtórne spotkanie z dzieckiem w wieczności. W procesie żałoby trzeba przebaczyć Bogu i w ten sposób się z Nim pojednać. Przebaczeniem należy objąć również człowieka, który w jakikolwiek sposób przyczynił się do śmierci dziecka. Paradoksalnie przebaczenia potrzebuje również samo zmarłe dziecko. Podświadomie rodzice mogą mieć do niego żal, że odeszło i zostawiło ich z poczuciem pustki. Najważniejszą osobą, która w procesie żałoby potrzebuje przebaczenia, jest sam „osierocony” rodzic, który musi przebaczyć samemu sobie. Często rodzice mają żal do siebie, że coś zaniedbali, że nie podjęli działań, które mogłyby uchronić dziecko. Jedna z mam wyznała, że tak bardzo trudno było jej wybaczyć sobie samej. Jej kilkunastoletni syn zginął w wypadku na motorowerze. Kobieta uruchomiła w sobie mechanizm pytań i wyrzutów: „Gdybym mu nie kupiła motoroweru, żyłby pewnie do dzisiaj”. Należy pamiętać, że bez przebaczenia sobie trudno zablźnić ranę spowodowaną śmiercią dziecka²².

Kolejnym zadaniem duszpasterza jest budzenie w rodzicach chrześcijańskiej nadziei, związanej z życiem wiecznym i spotkaniem ze zmar-

²² Por. G. Ginter, *Osieroceni rodzice*, <http://www.stratadziecka.pl/aktualnosci/aktualnosci/58/osieroceni-rodzice> (27.02.2016).

łymi w wieczności. Ważne jest uświadomienie rodzicom, że ich dziecko żyje w niebie u kochającego go Boga. Jedna z matek, która utraciła dziecko, odkryła, że to właśnie wiara i nadzieja pomogły jej przeżyć to cierpienie. Już na początku zauważyła, że choć brzmi to paradoksalnie, właśnie śmierć dziecka była dla niej łaską i doświadczeniem Bożego miłosierdzia. Wyznała: „W obliczu naszej straty Boża obecność była tym, czego potrzebowaliśmy najbardziej i odczuwaliśmy ją niemal namacalnie. Zdałam sobie sprawę z kruchości i przemijalności naszego życia, z wątpliwości naszych postanowień, planów, zamierzeń. Jeżeli nie powierzymy Jemu naszego życia, jeżeli nie pozwolimy, aby w nim działał, jeżeli nasze życie oderwiemy od Niego – każda tragedia będzie cierpieniem ponad nasze siły, za które będziemy próbowali kogoś, coś obwiniać, nie widząc w nim sensu. Tylko Boga możemy być tak naprawdę pewni i cierpienie pojmowane w świetle wiary ma ogromny sens i może być wielkim darem. On pomógł nam pogodzić się ze śmiercią naszego dziecka i cieszyć się, że jest ono już u Ojca. Nie dopuścił do tego, byśmy utracili nadzieję, byśmy cierpieli, patrząc na szczęśliwe rodziny z dziećmi”²³.

Ważne jest również przypominanie prawdy o świętych obcowaniu. W *Credo*, wyznając wiarę w „świętych obcowanie”, nie zawsze w pełni zdajemy sobie sprawę, że nie mamy na myśli tylko świętych wyniesionych na ołtarze. Prawda ta przypomina nam o więzi, która łączy żyjących na ziemi ze zbawionymi w niebie i zbawionymi, ale przygotowującymi się do udziału w chwale nieba. Święci, którzy już osiągnęli niebo, wstawiają się za nami u Pana Boga i wypraszają nam potrzebne łaski i dary Boże. Przychodzą nam z pomocą przez orędownictwo u Boga w naszych rozlicznych potrzebach. Niezwykle pocieszająca dla rodziców jest świadomość, że w niebie mają już swojego orędownika. Między nami a tymi, którzy odeszli, jest nieustanna łączność. Jak poucza Katechizm Kościoła Katolickiego: „Wierzimy we wspólnotę wszystkich wiernych chrześcijan, a mianowicie tych, którzy pielgrzymują na ziemi, zmarłych, którzy jeszcze oczyszczają się, oraz tych, którzy cieszą się już szczęściem nieba, i że wszyscy łączą się w jeden Kościół; wierzimy również, że w tej wspólno-

²³ B.a., *Doświadczylismy Bożego Miłosierdzia*, <http://www.poroniczenie.pl/nasze-historie/wiara-swiadectwa/doswiadczylismy-bozego-milosierdzia> (27.02.2016).

cie mamy zwróconą ku sobie miłość miłosiernego Boga i Jego świętych, którzy zawsze są gotowi na słuchanie naszych prośb (Paweł VI, Wyznanie wiary Ludu Bożego, 30)²⁴.

Zakończenie

Spotkania z rodzicami opłakującymi śmierć swojego dziecka są bardzo trudne. Jednak duszpasterz nie może ich unikać. Niezwykle istotne jest zdobywanie wiedzy na temat przeżywania żałoby i form pomocy rodzicom. Ważne jest zauważanie we wspólnocie parafialnej tych osób, słuchanie ich z uwagą oraz niebagatelizowanie problemu. Smutne jest to, że również dzisiaj niektórzy duszpasterze, nie rozumiejąc cierpienia rodziców, umniejszają je. Pojawiają się często głosy: „Urodzi się im następne, to zapomną”. Dla rodziców to wielkie cierpienie, dlatego potrzeba pokory, aby z empatią ich wysłuchać. W procesie żałoby przebaczenie samemu sobie jawi się jako niezwykle istotny element. Niezwykle pomocny może być tu towarzyszący rodzicom duszpasterz. Strony internetowe rodziców, którzy utracili dziecko, i indywidualne rozmowy z nimi ukazują potrzebę tworzenia specyficznego dla nich duszpasterstwa. Naprzeciw temu wychodzi Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach. Comiesięczne nowe wpisy dzieci do Księgi Dzieci Utraconych ukazują potrzebę spotkań modlitwanych i indywidualnych rozmów dla rodziców²⁵. Jak już zostało wspomniane wcześniej, w Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w każdy drugi piątek miesiąca o godz. 18 odprawiana jest msza święta dla rodziców dzieci utraconych. Po mszy ma miejsce adoracja Najświętszego Sakramentu i indywidualne błogosławieństwo. Śmierć dziecka nie dotyczy wyłącznie jego rodziców. Zaproszeni są więc również babcie i dziadkowie, siostry i bracia, inni krewni, przyjaciele rodziców czy inne osoby towarzyszące. Istnieje również możliwość spotkania z psychologiem lub duszpasterzem w Poradni Miłosierdzia. Pocięszający jest fakt,

²⁴ Katechizm Kościoła katolickiego, 962.

²⁵ Więcej informacji o duszpasterstwie odnaleźć można na stronie internetowej: <http://milosierdzie.pl/index.php/pl/swiatowe-centrum/dzieci-utracone.html>.

że tego rodzaju duszpasterstwo tworzone jest również w innych ośrodkach. Przykładem zainteresowania tym trudnym tematem jest powstały na cmentarzu w Borku Fałęckim przy ul. Zawilej pomnik Dziecka Utraconego i obchodzony 15 października każdego roku Dzień Dziecka Utraconego.

Summary

Śmierć dziecka i żałoba rodziców jako zagadnienie duszpasterskie

Artykuł koncentruje się wokół zagadnień związanych ze śmiercią dziecka i okresem żałoby rodziców. Oprócz literatury dotyczącej tego tematu autor wykorzystuje własne doświadczenie zdobyte podczas spotkań z osieroconymi rodzicami w Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach. Artykuł składa się z trzech części. W pierwszej omówiono zagadnienie straty bliskiej osoby i jej wpływu na życie osobiste i rodzinne, w następnej zagadnienie żałoby, a ostatnia część związana jest z pomocą osobom doświadczonym śmiercią dziecka.

Słowa kluczowe: śmierć, dziecko, rodzice, żałoba

Child's loss and parental grief as pastoral issue

The paper focuses on issues related to the death of a child and on the period of parents mourning. Author, apart from literature related to this topic, describes his own experience based on the meetings with bereaved parents at the Sanctuary of Divine Mercy in Krakow-Lagiewniki. The article consists of three parts. The first part discusses the issue of bereavement and its impact on personal and family life. The next describes the issue of mourning and the last part is connected with the help for people who experienced the death of a child.

Keywords: death, child, parents, mourning

Bibliografia

Antonelli F., *Oblicza śmierci*, przeł. J. Dembska, Kraków 1995, s. 167.

Bielecka U., *Mity na temat zdrowej i patologicznej żałoby*, „Psychiatria i Psychologia Kliniczna” 2012 nr 12 (1), s. 62–66.

Bohg C., *Cztery i pół tygodnia: historia naszego małego Juliusa*, przeł. K. i K. Markiewiczowie, Poznań 2014.

Dębska G., Sulek J., Łyżnicka M., *Opieka nad osieroconymi dziećmi*, w: *W drodze do brzegu życia*, t. 3, red. E. Krajewska-Kułak, W. Nyklewicz, C. Łukaszyk, Białystok 2007, s. 375–381.

Dziedzic J., *Wsparcie psychologiczno-pastoralne w przeżywaniu żałoby po stracie dziecka*, w: *Od bólu po stracie do nadziei życia. Pogrzeb dziecka poronionego*, red. J. Dziedzic, P. Guzek, Kraków 2013, s. 153–173.

Ginter G., *Osieroceni rodzice*, <http://www.stratadziecka.pl/aktualnosci/aktualnosci/58/osieroceni-rodzice> (27.02.2016).

Janusz B., Drożdżewicz L., *Śmierć i żałoba w rodzinie. Oddziaływania terapeutyczne*, „Psychoterapia” 2013 nr 2, s. 45–54.

Katechizm Kościoła Katolickiego, Poznań 1994.

Kościelniak J., *Modlitewnik osieroconych rodziców*, Kraków 2014.

Krakowiak P., *Strata, osierocenie i żałoba. Poradnik dla pomagających i dla osób w żałobie*, Gdańsk 2008, s. 119.

Krakowiak P., *Pomoc po stracie i towarzyszenie w żałobie jako zadanie duszpasterskie*, „Perspectiva” 2010 nr 2, s. 68–69.

Palczewska A., *Towarzyszenie i wsparcie rodziny w żałobie i w trakcie osierocenia*, w: *W drodze do brzegu życia*, t. 3, red. E. Krajewska-Kułał, W. Nyklewicz, C. Łukaszuk, Białystok 2007, s. 383–388.

Bubiak A., Bartnicki J., Knihnicka-Mercik Z., *Psychologiczne aspekty utraty dziecka w okresie prenatalnym*, „Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne” 2014, nr 4, s. 69–78.

Muller W., *Jak żyć po stracie kogoś bliskiego: modlitwa psalmami w przeżywaniu żałoby*, tłum. B. M. Kamińska, Częstochowa 2013.

Salamon J., Moździerz K., *Jak śmierć bliskiej osoby zmieniła nasze zachowania*, w: *W drodze do brzegu życia*, t. 3, red. E. Krajewska-Kułał, W. Nyklewicz, C. Łukaszuk, Białystok 2007, s. 369–373.

Salij J., *Ból duchowy*, „Charaktery” 2000 nr 2, s. 38–39.

Skreczko A., *Dziecko wobec śmierci bliskiej osoby*, w: *W drodze do brzegu życia*, t. 3, red. E. Krajewska-Kułał, W. Nyklewicz, C. Łukaszuk, Białystok 2007, s. 217–235.

Sławiński H., *Duszpasterska opieka i głoszenie Dobrej Nowiny Chrystusa rodzicom dzieci zmarłych przed urodzeniem*, „Polonia Sacra” 37 (2014) nr 4, s. 141–157.

Sławiński H., *Homilia podczas pogrzebu dzieci zmarłych bez chrztu*, w: *Od bólu po stracie do nadziei życia. Pogrzeb dziecka poronionego*, red. J. Dziedzic, P. Guzdek, Kraków 2013, s. 127–152.

Stelcer B., *Żałoba mężczyzn*, „Nowiny Lekarskie” 2012 nr 81, s. 569–573.

<http://www.dlaczego.org.pl/ycie-po-stracie/6-lista-ycze-osieroconych-rodzicow> (27.02.2016).

B.a., *Doswiadczylismy Bozego Milosierdzia*, <http://www.poronienie.pl/nasze-historie/wiara-swiadectwa/doswiadczylismy-bozego-milosierdzia> (27.02.2016).