

PĚT VĚCÍ, KTERÝCH LIDÉ PŘED SMRTÍ NEJČASTĚJI LITUJÍ

Bronnie Wareová je australská sestra, která několik let poskytovala paliativní péči, při níž se starala o pacienty během posledních dvanácti týdnů jejich života.

*Zaznamenala své zkušenosti na blogu, který vyvolal takovou pozornost, že později napsala knihu s názvem *The Top Five Regrets of the Dying* (Pět nejčastějších politování umírajících).*

Zde je těchto pět nejčastějších povzdechů:

1. Kéž bych měl odvahu žít skutečně podle sebe, ne podle toho, co ode mě očekávali druzí.

To byl nejčastější povzdech vůbec. Když si lidé představí svůj život, uvědomí si, kolik snů zůstalo nesplněných. Většina si nesplnila ani polovinu z toho, co chtěla. Zdraví přináší svobodu, kterou si málokdo uvědomuje, dokud o zdraví nepřijde.

2. Přál bych si, abych tak tvrdě nepracoval.

Všichni muži, o něž Wareová pečovala, vyjádřili tuto lítost. Přišli o mládí svých dětí a společnost svých partnerek. Ženy litují také, ale většinou byly ze starší generace, v níž nepatřily k živitelům rodiny.

3. Přál bych si, abych měl odvahu vyjádřit své city.

Mnoho lidí své city potlačuje, aby udrželi smír s druhými. Ve výsledku z toho plyne nevalná existence, nikdy se nestanou těmi, jimiž by se mohli doopravdy stát. Řada nemocí souvisí s hořkostí a sebelítostí, jež z toho plynou.

4. Přál bych si, abych zůstal v kontaktu se svými přáteli.

Lidé si často neuvědomují výhody plynoucí z existence starých přátel až do posledních dnů a není vždy možné je v této době kontaktovat. Mnozí byli tak zaujati vlastními životy, že nechali stará přátelství stranou. A později litovali, že přátelství neposkytli čas a úsilí, které zasluhovalo.

5. Přál bych si, abych byl šťastnější.

To je překvapivě časté. Mnozí si až do konce neuvědomují, že štěstí je volba. Zůstali připoutáni ke starým vzorcům chování a zvykům. Takzvané „pohodlí“ překrylo jejich vlastní emoce i fyzický život. Obava ze změny je vedla k tomu aby předstírali sobě i druhým, že jsou spokojeni, zatímco hluboko uvnitř tomu tak nebylo.

Čeho Vy zatím nejvíce litujete a čeho byste chtěli dosáhnout nebo co změnit, než zemřete?



z měsíčníku farnosti sv. Václava v Letohradě 3/2012

Žít v pokoji a umřít v pokoji můžeme jedině tehdy, když jsme si zcela vědomi své úlohy, i když je zcela bezvýznamná... Jedině to činí šťastným. A co dává smysl životu, dává smysl i smrti.

Antoine de Saint Exupéry
