**KO PRIDE ČAS ŽALOVANJA**  
**Pogovarjali smo se z dr.Metko Klevišar, radioterapevtko in onkologinjo v pokoju**

Gospa, ki sama nikdar ni imela svoje domače živali, je s svojim delom opazno zaznamovala slovenski prostor. Društvo za pomoč umirajočim in njihovim svojcem mednarodno razširjenega gibanja HOSPIC je plod njenega dela, človeško stisko, žalost in duševno bolečino ob izgubi bližnjega razume kot le malokdo. Z zanimanjem prisluhne, ko se pogovarjava o izgubi domačih živali. Ugotavlja, da je domača žival najboljša terapija. Posebej v mestih so ljudje vedno bolj osamljeni in domača žival jim veliko pomeni. Tako je lahko izguba še bolj uničujoča. Iz svoje dolgoletne prakse pa pozna veliko primerov, ko se človeku sesuje življenje v drobce, ko najprej izgubi partnerja, nato pa še domačo žival. Travme so izredno težke. Današnji način življenja in mišljenje okolice je za žalujoče, pa najsi gre za izgubo osebe ali živali, zelo neprijazno, celo kruto, zato se žalujoči nekako ne znajde. Včasih so bili ljudje, posebno na podeželju, s pojavom smrti pogostokrat soočeni in so jo dojemali kot nekaj samoumevnega. Danes družba smrt zavrača kot neke vrste pomoto. Velikokrat se žalujoči sramuje svojih čustev, kar je seveda zelo narobe. Začeti je potrebno že pri vzgoji otrok, poudarja dr.Klevišarjeva. Otroku je potrebno izgubo osebe ali živali razložiti in predvsem pustiti, da žaluje, mu dovoliti, da pokaže svojo žalost. Običajno je prav smrt družinskega ljubljenca prva otrokova izkušnja s smrtjo. Živali nas tako učijo tudi odnosa do smrti same.  
Znani nemški terapevt, ki je vodil skupino za žalujoče, je povedal, da se eden od udeležencev dlje časa ni mogel izpovedati, za kom žaluje, med obiski terapevtske skupine pa je končno upal priznati, da je izgubil psa. **Socialna prisila in pritisk okolice sta včasih izjemno obremenjujoča, vendar je treba ne glede na odziv okolice dati svoji žalosti prosto pot.** Enako velja za solze, ki se jih ne smemo sramovati. Okolica od nas sicer pričakuje določen vedenjski vzorec, vendar je potrebno zbrati pogum in izraziti svojo žalost ne glede na odziv okolja. Takrat je najbolj pomembna družba enakomislečih ljudi, ki človeka razumejo in mu dopustijo, da izrazi svojo žalost, jo spravi iz sebe. Potrebno in koristno bi bilo osnovati skupino za samopomoč tudi za žalujoče za domačimi ljubljenci in delavnice za žalujoče, saj bi lahko ti v družbi ljudi sorodnih mišljenj in travm lažje preboleli svojo izgubo ter se soočili z žalostjo, trdi dr.Klevišarjeva.  
Pogosto se postavlja vprašanje, kdaj kupiti novega psa, potem, ko smo izgubili prejšnjega. Dr.Klevišarjeva pravi, da se je najprej treba soočiti z izgubo in izživeti žalovanje. Žalujoči primerjajo novega s prejšnjim in tako prišleku že na samem začetku skupnega sobivanja odvzamejo lastno identiteto.  
Smrt je del življenja in žalost je del naših čustev, ki jih moramo pokazati navzven tako, kot pokažemo veselje. Kdor ne zna biti resnično žalosten, tudi resnično vesel ne more biti, zaključuje dr.Klevišarjeva, avtorica številnih knjig. In še: »Slovo je pomembno. Lažeš lahko le z besedami, z odhajajočim pa se pogovarjaš tudi z dotikom, božanjem, pogledom. In ugotoviš, kaj je v življenju pomembno in kaj ne.«