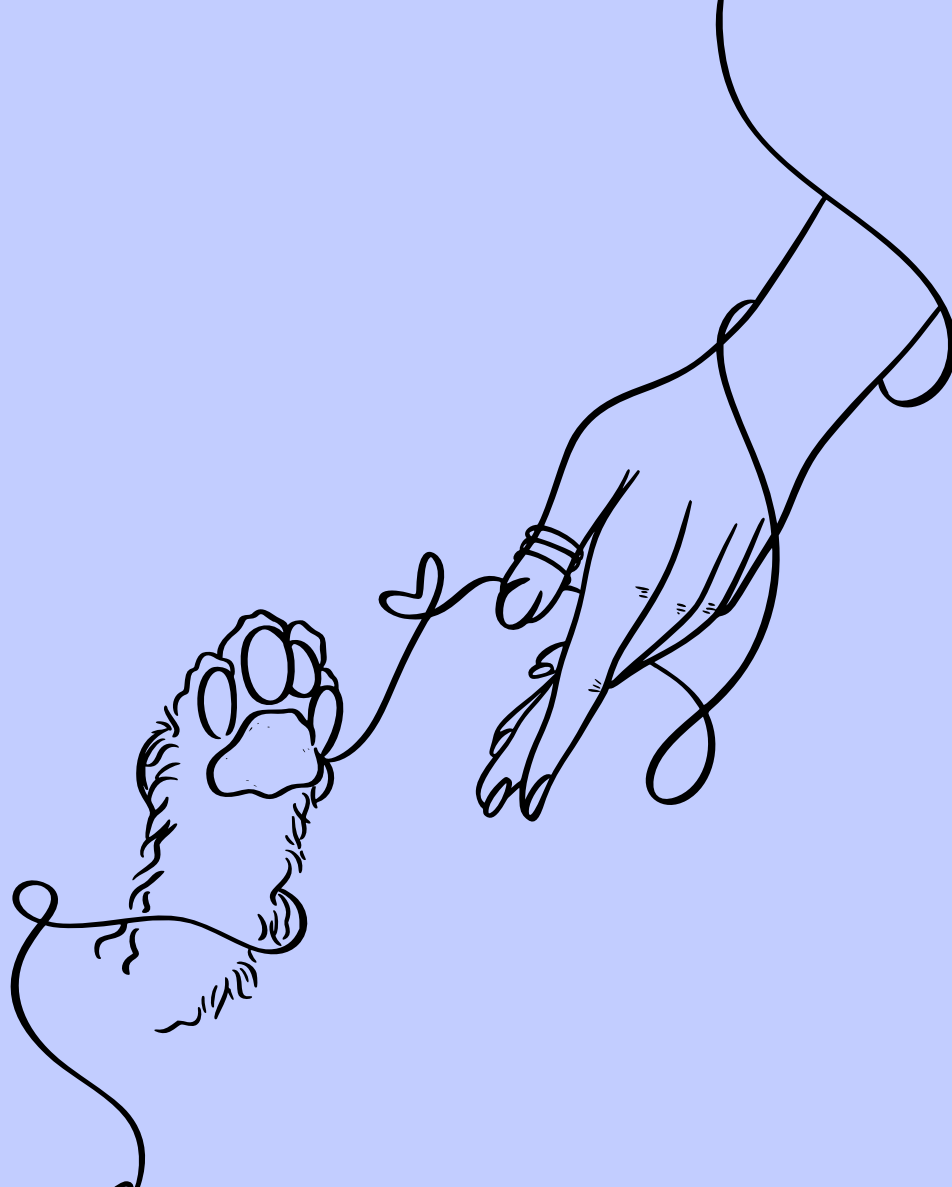




Ticho mezi námi

JEMNÝ PRŮVODCE ZTRÁTOU ZVÍŘECÍHO PŘÍTELE

Napsala:
Martina Matheo

Vše, co potřebuješ slyšet mezi posledním výdechem a prvním nádechem naděje.

Věnování

*Pro Tebe,
kdo právě držíš v srdci ticho po zvířeti, které **miluješ**.*

*Pro Tebe,
kdo hledáš nádech uprostřed bolesti, kterou nejde vyjádřit.*

*Pro Tebe,
kdo jsi měl(a) to štěstí poznat **skutečné spojení**
– a teď neseš jeho nepřítomnost.*

Tuto e-knihu Ti posílám jako otevřenou dlaň.

*Jako světýlko na chvíle, kdy je velká tma.
Jako tichého společníka, který s Tebou půjde krok za krokem.
Který Tě nebude nutit k ničemu – jen Ti bude připomínat,
že **všechno, co cítíš, je v pořádku**.*

Psaný slzami, láskou a vděčností.

*Za všechny zvířecí duše, které nás učí **milovat - hluboce**.
A za Tebe – protože jsi právě teď tím, kdo to cítí...
a kdo to ponese.*

*S vděčností, že jsi tady.
A s tichou úctou k těm, kteří odešli..*

Marti



Obsah



04	O autorce
05	Úvod
07	1. Kapitola: Když odejde někdo, koho jsme milovali
09	2. kapitola: Jak vypadá truchlení – a proč to není „jen smutek“
12	3. kapitola: Dovolit si bolest – a nezavírat před ní dveře
14	4. kapitola: Proč už nikdy nic nebude jako dřív
16	5. kapitola: Zvířata si volí čas, místo i způsob svého odchodu
18	6. kapitola: Není to Tvoje vina
20	7. kapitola: Fyzické tělo odchází, ale jejich duše zůstává
22	8. kapitola: Komunikace po smrti – jde to?
24	9. kapitola: Reinkarnace zvířat – mohou se k nám vrátit?
26	10. kapitola: Váš vztah nekončí – hluboce se proměňuje
28	Závěr: Až přijde den...
30	Než se rozloučíme: Rituál rozloučení – ve světle lásky
32	Epilog
33	Kdy vyhledat odbornou pomoc?

O Ahojce

AHOJ PŘÁTELÉ, MÉ JMÉNO JE MARTINA MATHEO

Miluju zvířata způsobem, který nejde úplně vysvětlit – spíše cítit. Jsou mými přáteli, učiteli, zrcadly i hlubokými spojenci na cestě životem.

Prošla jsem si ztrátou, která mě rozložila na kusy. Nečekaně, intenzivně a tiše. A v tom tichu jsem pochopila, že tohle není jen smutek – je to proměna lásky, která pokračuje i bez těla.

Tuhle e-knihu jsem napsala, protože jsem v těch chvílích zoufale toužila po slovech, která by mě podržela.

Po pochopení. Po prostoru, kde bych nemusela být silná. Jenže jsem žáný takový nenašla. A tak jsem ho vytvořila. Pro všechny, kteří právě drží v srdci prázdno – a zároveň nekonečnou vděčnost.

Věnuji se komunikaci se zvířaty, jemné péči o jejich těla i duše, bylinkám a všemu, co nám pomáhá zůstat spojeni – s přírodou, se sebou a se svými zvířecími partáky, i když už tu nejsou fyzicky.

Věřím, že láska mezi člověkem a zvířetem je jedním z nejčistších vztahů na Zemi.

A že smrt není konec – ale proměna.

Děkuji, že jsi tady.

A že sis dovolil(a) **milovat tak hluboce**.

S úctou a vděčností,
Marti



Nejspíš právě teď čteš tahle slova se staženým hrdlem.
Nejspíš se Ti chce plakat. Možná už dokonce pláčeš.
Jsi tu proto, že **odešel někdo, koho jsi nadevše miloval(a)**.
Ne „jen zvíře“. Ale duše.
Tvůj **nejlepší přítel**.

Tichý společník, který byl u Tebe ve chvílích, kdy jsi ani ty sám(a) sobě
pořádně nerozuměl(a) – a on(a) přesto zůstal(a).
Bez připomínek. Bez výhrad.
Jen s těma svýma nádhernýma velkýma očima, které říkaly:
„Jsem tady. A miluju Tě.“

A teď je ticho.
A bolest.

Tato e-kniha vznikla pro chvíle, kdy se **rozpadne svět**.
Pro chvíle, kdy ztráta zvířecího parťáka bolí stejně – nebo i víc
– než cokoli, co jsme dosud zažili.

Vím, jak hluboká taková láska může být. A také vím, jak hluboká může být
bolest, když nás zvířecí přítel opustí.
A vím i to, že **bolest ze ztráty není slabost**.
Je to důkaz hloubky vašeho vztahu.

Skrz tuto e-knihu ti chci nabídnout **otevřený prostor, ve kterém se můžeš
zase alespoň trochu nadechnout**. Místo, kde ti nikdo neřekne „Už by ses
měl(a) vzpamatovat.“ Místo, kde můžete být tak, jak právě jsi.
Najdeš tu slova, která konejší.
Vysvětlení, která možná pomohou pochopit.

A připomenutí, že v tom **nejsi sama, nejsi sám**.



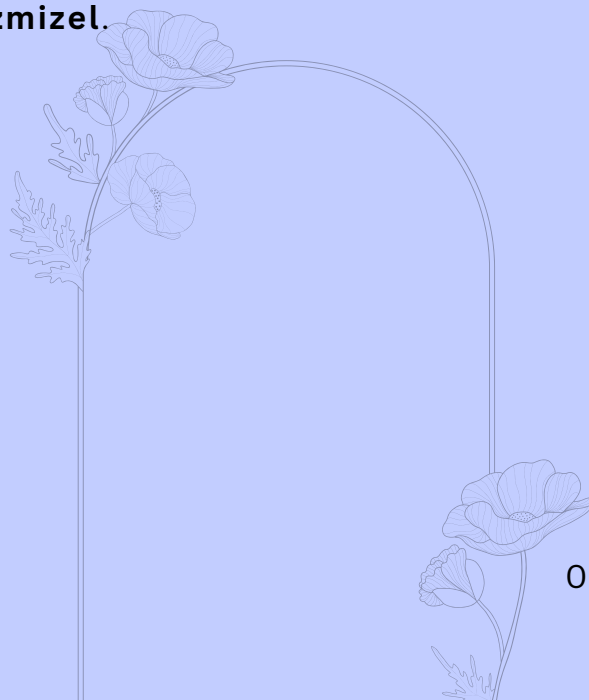
BUDEME SPOLEČNĚ MLUVIT O TOM:

- jak truchlení vypadá,
- proč je v pořádku být zlomený,
- jak je možné zůstat v kontaktu se zvířetem i po jeho odchodu,
- co si počít s těmi obrovskými návaly viny,
- a také o tom, jak **lásky nikdy úplně neumírá...**

Pokud potřebuješ plakat, plač.
Pokud potřebuješ jen dýchat, dýchej.
Nečekej, že bude hned lépe.
Ale věř, že **jednou bude**.
A mezitím – dovol si být.
I s tou prázdnotou, která teď tolik bolí.

Jsem tu s Tebou.

A tato e-kniha je tu pro Tebe.
Pro Tvou bolest.
Pro Tvou lásku.
A pro toho, kdo odešel – a přesto zcela **nezmizel**.



Kapitola 1

KDYŽ ODEJDE NĚKDO, KOHO JSME MILOVALI

Nikdo nás nepřipraví na to, **jak hluboce může bolet ztráta zvířete.** Nevyučuje se to. Není na to prostor. Společnost nám často nevědomky dává najevo, že „to nebyl člověk“, že „bychom to měli zvládnout rychleji“, že „to byl jen pes, jen kočka, jen...“

Ale pro tebe to byl **někdo**.

Někdo, kdo s tebou žil. Dýchal stejný vzduch. Sdílel s tebou domov, ticho i radost. Někdo, kdo možná věděl o tvé duši mnohem víc než lidé kolem.

A teď je pryč.

A TA BOLEST JE SKUTEČNÁ.

Ztráta zvířete může být stejně šíravá, jako kdyby odešel blízký člověk. A někdy i víc – protože zvíře nikdy nelhalo. Nikdy nesoudilo. Nikdy ti neřeklo, že jsi moc, nebo málo.

Bylo tam. Bez podmínek.

A právě proto ta bolest sahá tak hluboko.

Možná jste spolu byli roky.

Možná jen krátce, ale ta láska byla obrovská.

A teď tu zůstalo prázdné místo... a ty nevíš, co s tím.

Chci ti říct

- **Je v pořádku, že tě to bolí.**
- Je v pořádku, že nemůžeš spát, jíst, “normálně” fungovat.
- Je v pořádku, že ti chybí jeho zvuky, rytmus jeho tlapek, vůně jeho srsti, pohledy.
- Je v pořádku, že na něj mluvíš, i když víš, že tu fyzicky není.

A HLAVNĚ.

Je v pořádku, že se ti zdá, jako by se **zlomilo něco uvnitř tebe**.

Protože se opravdu něco zlomilo.

Odešel kus tvé každodennosti. Kus jistoty. **Kus domova.**

Tohle není „jen smutek“.

Tohle je **milování, které narazilo na hranici fyzického světa.**

A právě proto jsi právě teď právě tady – abych ti připomněla, že si můžeš dovolit **cítit všechno, co cítíš.**

Abych ti řekla – bez souzení, bez spěchu:

„Ano, tohle je ztráta. Skutečná. Bolí. A je to normální.“



Kapitola 2

JAK VYPADÁ TRUCHLENÍ – A PROČ TO NENÍ „JEN SMUTEK“

Truchlení je cesta.

Někdy klikatá. Někdy mlhavá. Někdy strmá. A často vypadá jako strmý pád. A rozhodně to **není** „jen smutek“.

Truchlení může být:

- vztek
- vina
- zmatení
- prázdnota
- fyzická bolest
- výčitky
- vděčnost
- a zase vztek
- a pak otupělost
- a pak náhlý záchvat slz, když slyšíš zacinkat obojek cizího psa

TRUCHLENÍ NENÍ PŘÍMKA. JE TO KRUH. MOŘE. VLNA.

Možná jsi už někdy slyšel(a) o fázích smutku: popření, vztek, smlouvání, deprese, přijetí....

Ale **realita je často daleko méně uspořádaná.**

Jednou si myslíš, že jsi už „v pohodě“, a za dvě minuty brečíš u misky s granulemi. Jednou cítíš vděčnost za to, že jste se poznali, a druhý den máš chuť **na všechno zapomenout, protože to bolí sakra hodně moc.**

A to všechno **je v pořádku.**

CO SE DĚJE S MYSLÍ A TĚLEM PŘI ZTRÁTĚ

Truchlení se netýká jen emocí.

Je to **celotělová reakce** na ztrátu.
Na prázdno, které po zvířeti zůstalo.
Na změnu rytmu, návyků, hormonů,
neurochemie.

Můžeš zažívat:

- nespavost nebo naopak velkou únavu a pocit nedospání se
- bolesti na hrudi
- uzel v krku
- nechuť k jídlu nebo naopak přejídání
- úzkost, podrážděnost
- zpomalení myšlení nebo „mlhu v hlavě“
- napětí ve svalech, třes, studené ruce
- pocity, že „se ztrácím“, „nejsem to já“

To vše je normální.

Tělo **reaguje na ztrátu, jako by se rozpadl svět** – a ono ho musí znovu poskládat

TRUCHLENÍ JE DŮKAZEM LÁSKY. NE SLABOSTI.

Někteří lidé se truchlení bojí.
Mají pocit, že „kdyby se tomu poddali“,
už by se nikdy nezvedli.

Ale pravda je jiná:

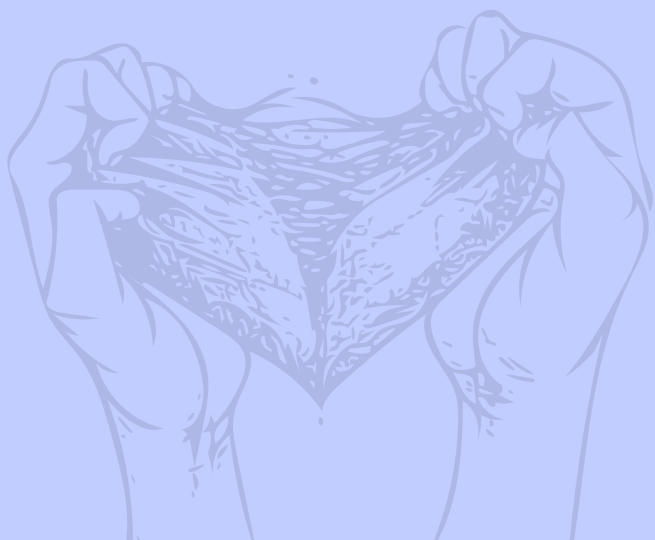
Truchlení je projevem lásky.

Je to důkaz, že někdo v našem životě měl
smysl. Že byl důležitý. A že jeho odchod
zanechal stopu.

Ta bolest, kterou teď cítíš, je jako jizva po
bytosti, která **měla své místo ve tvém
srdci**. A to místo se nezacelí rychle.
Ani by nemělo.

Protože láska si zaslouží být ctěna.
I ve své bolesti.

V další kapitole se podíváme na to, **proč
je důležité si bolest dovolit**. Proč pláč
není slabost. A proč často dokonce
potřebujeme propadat se...



Bázeň

Nestůj na mém hrobě a neplakej.

Nejsem tam.

Nespím.

Jsem tisícero větrů, které vanou.

Jsem diamantový třpyt sněhu.

Jsem slunce v dozrálém obilí.

Jsem vlahý podzimní déšť.

Když se probudíš do ranního ticha,
jsem impulz, jenž pozvedl mračno
mlčenlivých ptáků do krouživého letu.

Jsem hvězdy, jež v noci svítí.

Nestůj na mém hrobě a neplakej.

Nejsem tam.

Nezemřel jsem.

—

Mary Elizabeth Frye

Kapitola 3

DOVOLIT SI BOLEST – A NEZAVÍRAT PŘED NÍ DVEŘE

V mnoha z nás žije tichý program:

„Buď silný/á.“

„Musíš fungovat.“

„Nepoddávej se tomu.“

„Vždyť to přece bylo jen zvíře...“

Ale **když zadržujeme slzy, zadržujeme i lásku.**

A bolest, kterou si nedovolíme procítit, nezmizí.

Jen se stáhne do stínu – a tam pomalu tvrdne.

BOLEST CHCE BÝT VIDĚNÁ

Když nás něco bolí, je to jako když duše křičí:

„Tady! Tady je něco, co jsem milovala!“

Bolest je důkaz, že srdce bylo otevřené.

Že jsme nebyli lhostejní.

Že někdo měl v našem životě **skutečný význam.**

A právě proto si **tu bolest zasloužíme procítit.**

Celou.

Bez výčitek.

Bez omluv.

Bez filtru.

PLÁČ JE LÉK. A NENÍ TŘEBA SE HO BÁT.

Pláč je jako déšť – smývá prach,
pročišťuje vzduch, uvolňuje nebe.

Je v něm moudrost.
Léčení.

Když pláčeš, neděláš chybu.
Nerušíš zákony vesmíru.

Naopak – dáváš tělu i duši **možnost
uvolnit to, co by jinak zůstalo uvězněné.**

A I PLÁČ MŮŽE MÍT MNOHO PODOB, PLAKAT MŮŽEŠ TŘEBA:

- tiše, s hlavou na prázdném pelíšku
- nahlas, s tváří zabořenou do deky, která ti zbyla
- během chůze lesem
- nebo i „jen tak“, bez důvodu, protože **tělo ví, že teď je čas se pustit**



DOVOLIT SI PLAKAT JE FORMA SÍLY

Síla není v tom, že bolest „ustojíme bez slz“. Síla je v tom, že ji **dovolíme projít skrz nás.**

Že se jí nezalekneme.

Že v ní zůstaneme tak dlouho, jak bude třeba – i když nám to nikdo neuzná, nikdo neocení, nikdo nevidí.

Ale **oni to vidí.**
Ti, co odešli.

A vnímají tu lásku, která proudí s každou slzou. **Láska, která nevyprchala – jen změnila tvar.**

V další kapitole se podíváme na ten bod, kterého si mnozí z nás často ani nevšimnou...

A sice, že **už nikdy nic nebude jako dřív.**
A že to není konec – ale začátek něčeho úplně jiného.

Kapitola 4

PROČ UŽ NIKDY NIC NEBUDE TAK, JAKO DŘÍV?

Možná to cítíš i ty.

Že se něco uvnitř tebe významně změnilo.

Že svět ti najednou nepřipadá vůbec stejný.

Že dokonce ani ty už nejsi stejná/ý.

A že ta část, která odešla s tvým zvířetem, se **nedá vrátit**.

A i to je v pořádku.

NEEXISTUJE CESTA ZPĚT. ALE MŮŽE EXISTOVAT CESTA DÁL.

Mnoho lidí se po ztrátě snaží „znovu být jako dřív“.

Znovu se smát, fungovat, vrátit se do rytmu.

Ale duše ví, že **návrat není možný**.

Protože to staré já žilo bok po boku s někým, kdo tu už není.

A tak automaticky přichází svět nový.

Ne nutně lepší.

Ne nutně horší.

Ale **jiný**.

A ten si zaslouží být objevován i budován pomalu...

Bez nutnosti hned „jít dál“. Protože pravda je jednoduše taková, že to, co bylo, se už nevrátí. A co přijde dál, zatím nemáme ani potuchy...

ZTRÁTA NÁS PROMĚŇUJE. HLOUBĚJI, NEŽ ČEKÁME.

Možná se teď cítíš křehčí.
Zranitelnější.
Citlivější na podněty.

Možná tě mnohé věci dřív bavily
– a teď už ne.

Možná se teď nedovedeš ani podívat na
jeho nebo její fotku, aniž bys ses u toho
nezhroutil(a).

Možná dokonce cítíš, že už nikdy
nechceš zažít takovou bolest znovu.

To všechno je přirozené.

Protože ztráta zvířete není jen
o odchodu jeho fyzického těla.
Je to také **rozpad vztahu, rytmů, zvyků,
celé naší staré identity.**

A dost často je to i plnohodnotný
spirituální otřes.

ŽIVOT PO ZTRÁTĚ JE JAKO NOVÉ ROČNÍ OBDOBÍ. NEPŘIJDE HNED. ALE PŘIJDE.

Ztráta ti jednoduše zavřela jedny dveře,
které už nikdy znovu neotevřeš.

Ale časem, pomalu,
se **můžou otevřít další.**

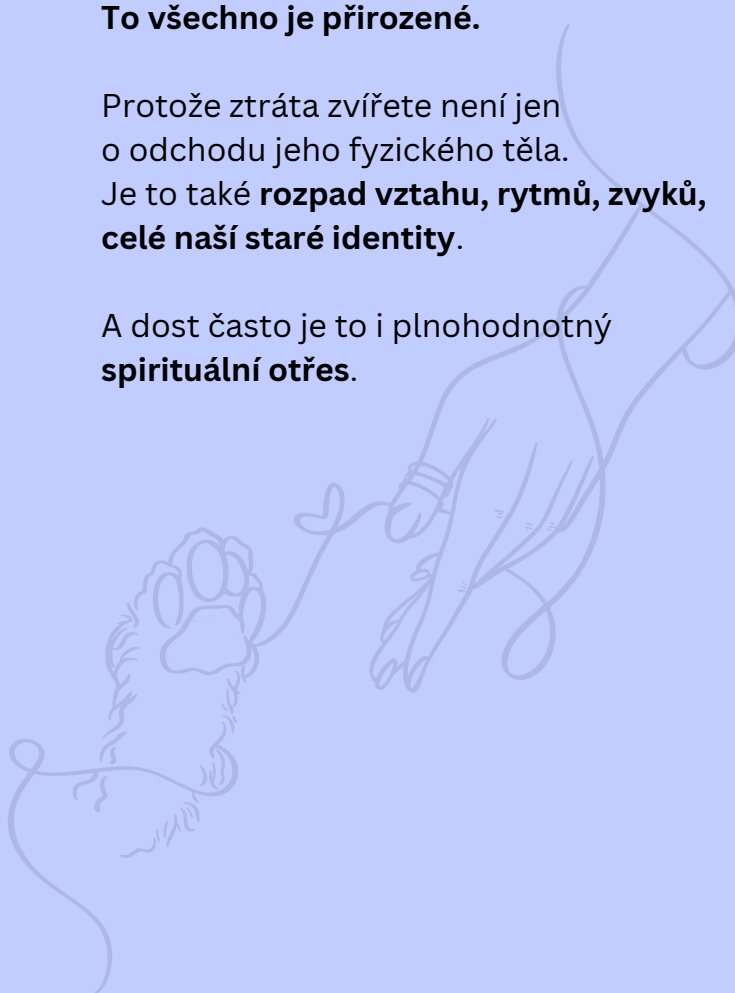
Ne stejné. A nebude to hned.
Ale najdeš za nimi nový svět.
Nové světlo.

Je v pořádku, že dnes ještě nechceš o
takových dvěřích slyšet ani slovo.
Je v pořádku, že se bojíš takové lásky,
která může znovu odejít.

Ale je taky v pořádku, když se ti jednoho
dne objeví na tváři zase úsměv – a ty
zjistíš, že **i přes tu ohromnou bolest...
stále žiješ.**

V příští kapitole se podíváme na něco
velmi silného – ale pro mnohé
konejšivého: **že zvíře si vždy volí, kdy,
kde a jak odejde.**

A že ani v těch nejbolestivějších
scénářích není nic „náhodné“.



Kapitola 5

ZVÍŘATA SI VOLÍ ČAS, MÍSTO I ZPŮSOB SVÉHO ODCHODU

Jestli si právě říkáš, proč to přišlo právě teď.

Proč zrovna takhle. Proč bez varování...

Možná jsi nebyl(a) zrovna doma.

Možná jsi tam naopak byl(a). A ty jsi musel(a) učinit to nejtěžší rozhodnutí – a přesto pořád pochybuješ, **jestli to bylo správně**.

A přitom...

...oni věděli všechno.

ZVÍŘATA MAJÍ V SOBĚ MOUDROST DUŠE. A DUŠE VÍ.

Mnohá zvířata odcházejí, až když jsou si jistá, že jsme připraveni – nebo že už pro nás udělala vše, co mohla.

Některá odejdou tiše, ve spánku. Jiná počkají, až odejdeme z místnosti – a teprve pak vypustí poslední dech. Některá se drží déle, než bychom čekali, **jen kvůli nám**. A některá odejdou dřív, protože vědí, že nás čeká něco, co musíme zvládnout bez nich.

Jejich duše zná **širší kontext věcí**. Vědí, co je mezi námi.

Vědí, co ještě potřebujeme pochopit.

Co jsme schopni unést.

A proto si volí **jak, kdy a kde odejdou**.

NEEXISTUJE „ŠPATNÝ ČAS“. NEEXISTUJE „CHYBA“.

Tohle je těžké slyšet, když jsme zlomení.
Obzvláště těžké, pokud dojde k nějaké
tragické nehodě nebo události.

Ale věř, že **ani v těch nejvíce
roztrhaných koncích nebyla chyba.**

Možná nerozumíme „proč“.
Možná to nebude dávat smysl ještě
dlouho. Možná nikdy.

Ale z jejich pohledu **bylo všechno přesně
tak, jak mělo být.**

Je možné, že **odešli dřív, než jsme čekali,**
protože nám tím otevřeli něco jiného
– novou cestu, vnitřní růst, hlubší soucit.

A je taky možné, že **zůstali déle, než
zvládalo jejich tělo,** protože nás nechtěli
opustit dřív, než budeme schopní stát
tady na té zemi zcela sami.

I VE SMRTI JE DAR. I V ODCHODU JE POSELSTVÍ.

Možná ho ještě nevidíme.
Možná jsme příliš zahaleni bolestí.

Ale až přijde opravdové ticho...
až se prach usadí...

Možná ucítíme,
že v tom odchodu **byla moudrost.**

Láska.
Rozloučení, které přesahuje čas.

A právě tehdy... **začneme slyšet, co
dalšího nám tady ještě zůstalo.**

Ne jen vzpomínky,
ale živé nitky spojení.

V další kapitole se podíváme na něco,
co mnoho lidí svírá roky – **pocit viny.**

A společně ho budeme jemně
rozpouštět, protože odchod zvířete
nikdy není ničí vina.



Kapitola 6

NENÍ TO TVOJE VINA

Možná si teď opakuješ znovu a znovu:

„Kdybych přišla/přišel dřív.“

„Kdybych ho víc poslouchal(a).“

„Kdybych byl(a) všímavější.“

„Kdybych to udělal(a) jinak... možná by tu ještě byl.“

Ale víš co?

Ne. Není to Tvoje vina. Nikdy.

VINA JE TĚŽKÝ PLÁŠŤ, KTERÝ SI OBČAS OBLEČEME, KDYŽ ZTRÁCÍME SMĚR.

Když bolí srdce, hlava hledá viníka.

A když ho nenajde venku, **otočí se dovnitř**.

Ale láska nemá viníky.

Láska má jen bytosti, které se snaží. Které jednají z nejlepších úmyslů, i když jsou zraněné, unavené nebo ztracené.

Možná jsi musel(a) rozhodnout o eutanazii.

Možná jsi ho nedržel(a) v poslední chvíli za packu.

Možná jste nerozeznal(a) včas příznaky. Nebyl(a) doma.

Něco přehléd(a). Na něco zapomněl(a).

Možná ti dokonce samotné okolí nebo i blízcí naznačili, že jsi něco zaručeně pokazil(a). Ale **oni to tak nevidí**.

Zvířata nevnímají smrt jako trest.

Nevnímají naše „chyby“ jako selhání.

Vnímají vždy náš **záměr. Vědomí. Lásku. Přítomnost**.

A to je to jediné, co si odnáší s sebou.

Odpusť si.

Protože, ty jsi opravdu **neudělal(a) nic špatně**.
Byli jste spolu. Milovali jste se.

A ať už se stalo cokoliv, udělal(a) jsi to nejlepší, co bylo možné
– v tom okamžiku, s těmi silami, s tím vědomím, které jsi měl(a).

TO NENÍ SELHÁNÍ.

To je čistá lidskost.

A v té lidskosti leží i hluboké zvířecí porozumění.
Pokud můžeš, zkus to i nahlas. Třeba teď, šeptem:

„Odpouštím si.“

„Dal(a) jsem Ti všechno, co jsem mohl(a).“

*„Děkuju, že jsi tu byl. A že mi odpouštíš i to,
co si neodpouštím já sám(a).“*

Oni tě slyší.

Jejich odpověď je tichá. Ale jistá.

V příští kapitole se podíváme na jednu z nejvíce konejšivých pravd:
že fyzické tělo odešlo... ale duše a láska zůstává.

A že spojení plná lásky **nikdy neumírají**.



Kapitola 7

FYZICKÉ TĚLO ODCHÁZÍ, ALE JEJICH DUŠE ZŮSTÁVÁ

Ten polštář už je studený.
Místo u dveří prázdné.
Každý pohyb očí hledá známou tvář, každé ráno bolí,
protože to náhlé ticho namísto známého zvuku tlapek je neúnosné.

Tělo je pryč.

Ale pak...
v tom samém tichu...
v náhlém zvláštním pocitu, že je tu někdo s tebou,
v nečekaném hřejivém pocitu u srdce...
jednou **ucítíš, že ještě není konec.**

SPOJENÍ NEPŘERUŠILA SMRT. JEN ZMĚNILA FORMU.

Zvířata nejsou jen tělem. Jsou přítomností. Energií.
Duší, která má **mnohem širší vědomí, než si často uvědomujeme.**

Když opustí fyzickou formu, nezmizí.

Jen se **vrátí blíž ke zdroji.**
A odtud nás **dál vnímají. Milují. Pomáhají nám.**
Někteří lidé říkají, že jejich zvíře „je teď andělem“.
Jiní je cítí jako jemnou sílu, která je provází v náročných chvílích.
Někdy se připomenou ve snu. Jindy v náhlé myšlence, vůni,
v pohlázení větru.

JEJICH LÁSKA NEUMŘELA. A ANI TA TVOJE NE.

To, co jste spolu měli (máte),
bylo hlubší než slova,
než logika,
než čas.

A právě proto **není smrt překážkou.**
Je to proměna.

Jiná forma vztahu.
Jemnější.
Tichá.
Ale **stále živá.**

Můžeš s nimi dál mluvit.
Můžeš jim dál děkovat.
Vyprávět, co se děje.

Můžeš si uchovat místo pro jejich duši
– klidný koutek ve svém bytě, nebo
prostě jen ve svém srdci, kam se za nimi
budeš vracet.

A můžeš si být naprosto jistá/ý,
že **oni tě slyší.**

VZPOMÍNKY JAKO MOST

Vzpomínky nejsou jen minulost.

Jsou **živým prostorem,**
ve kterém se znovu spojujete.

Když si na ni nebo na něj vzpomenš:
– opravdu, srdcem
– oni to vědí.

A často...
ti obratem dají vědět zpátky.

V další kapitole si povíme o tom, **jak je
možné se zvířetem komunikovat i po
jeho odchodu.**
Jak přicházejí zprávy, znamení, obrazy.
A jak poznat, že to skutečně bylo od něj.



Kapitola 8

KOMUNIKACE PO SMRTI – JDE TO?

Může se to stát v nejtišším okamžiku.

Sedíš u okna. Jen tak. A najednou ucítíš, že vedle tebe není prázdno.
Jako by... byl někdo vedle tebe.

Nebo **slyšíš známý zvuk** – obojek, tlapku, dech.

Nebo přijde sen, který je tak živý, že se s probuzením rozpláčeš
i usměješ zároveň.

A nejspíš se pak zeptáš:

„Byl to on? Nebo si to jen představuju?“

ZPRÁVY PŘICHÁZEJÍ V OBRAZECH, SNECH, POCITECH I NÁHODÁCH

Zvířata s námi komunikují i po smrti.

Jen už ne skrze tělo, ale **skrze energetickou stopu, vzpomínku, vibraci.**

Mohou se ozvat například takto:

- ve snu, který se zdá být „jiný než ostatní“
- jako náhlý obraz nebo vzpomínka, která se ti zjeví bez důvodu
- v podobě vůně, zvuku, chloupku na nepravděpodobném místě
- v tělesném pocitu – teplo, pohazení, tlak na hrudi
- skrze písničku, která náhle zazní, a přesně vystihne Váš vztah

Někdy přijdou odpovědi na otázky, které sis jen pomyslel(a).

Jindy jen zvláštní klid...

...a ty víš, že **tu jsou**, spolu s tebou.

JAK SE NA SPOJENÍ NALADIT

Není třeba velkých rituálů
– ale pomáhá být otevřený a klidný.
Pokud tě srdce opravdu hodně bolí a je
těžké cítit cokoliv dalšího, kromě té
obrovské bolesti, nespěchej na to.
Bude to chtít čas...
Až budeš připravená/ý...

Zkus si vytvořit prostor.
Usednout v tichu.
Ztišit dech.
Zavřít oči.

A v srdci si říct:
„Jsem tu. Můžeš mi něco říct?“

Nečekej slova.
Čekejte vjemy.
Barvy. Obrazy. Pocity.

A hlavně – **důvěřuj.**

To, co přijde, nemusí být logické.
Ale bude to Vaše.
A bude to pravdivé.

KOMUNIKACE NENÍ VÝJIMEČNOST. JE TO LÁSKA, KTERÁ POKRAČUJE.

Nemusíš být „intuitivní médium“.
Nemusíš „něco umět“.

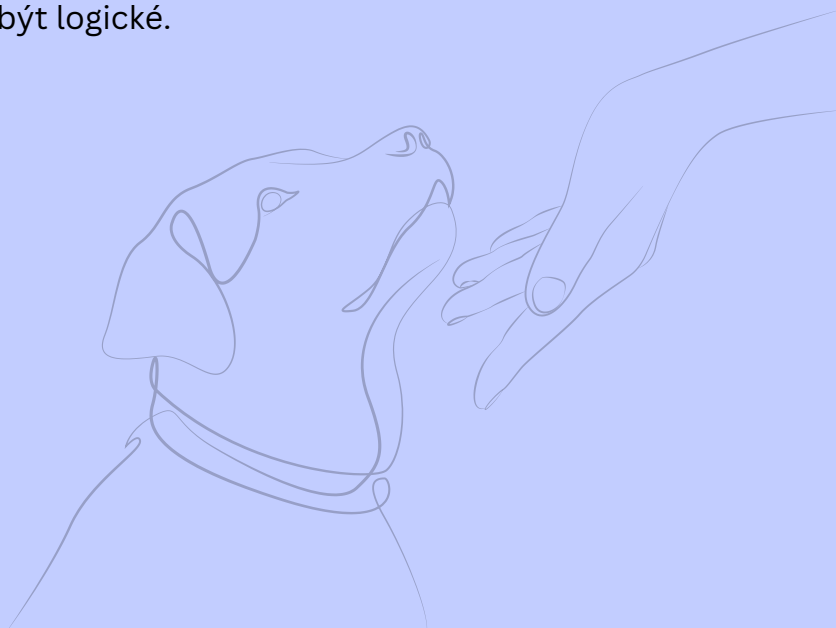
Stačí milovat.

A chtít být v tichém spojení.
Protože oni...
nás **milují dál.**

Jejich jazyk se možná změnil,
ale poselství je stejné:
„Jsem tady. Stále. A miluji tě.“

V další kapitole společně otevřeme
téma, které mnoha lidem přináší
obrovskou naději – i hluboké otázky:

Může se moje zvíře znovu narodit?
A pokud ano, poznám ho?



Kapitola 9

REINKARNACE ZVÍŘAT – MOHOU SE K NÁM VRÁTIT?

Jedna z nejčastějších otázek, které lidé po ztrátě milovaného zvířete šeptají do ticha, zní:

„Vrátí se ke mně? Může?“

A někde hluboko v srdci doufají: „Prosím, ať ano...“

A já vím, že ta možnost tu je. Že se to děje.

Protože **duše zvířat jsou vědomé, vnímavé a svobodné.**

A někdy se opravdu rozhodnou znovu se vrátit

– možná v jiném těle, ale se **stejnou duší.**

REINKARNACE NENÍ O NAHRAZENÍ. JE O POKRAČOVÁNÍ.

Když se duše vrací, není to proto, aby „nahradila“ to, co odešlo.
Není to kopie. Není to klon.

Je to **stejná esence**, která znovu vstupuje do světa.

Někdy k nám. Někdy jinam.

A když k nám – často si nás najde.

Přes „náhodu“, zachráněné zvíře, inzerát, pocit „tohle je on(a)...“

A poznáš to!

Ne podle vzhledu.

Ale podle pocitu, který nemá logické vysvětlení,
ale rezonuje silně ve tvém srdci.

JAK POZNAT, ŽE SE VRÁTILI?

Není to vždy jisté
– a **není možné to vynutit.**

Ale můžeš si všimnout:

- nečekané silné přitažlivosti ke konkrétnímu zvířeti
- stejné nebo velmi podobné chování, zvyky, pohyby
- neobvyklý klid nebo okamžité přijetí mezi Vámi
- momenty, kdy se ti „něco vybaví“, aniž víš proč
- sny, kde se starý a nový propojí

A nejčastěji.
Tvlj vnitřní hlas prostě řekne:
„To jsi ty, že?“

Odpověď možná nebude slyšet.
Ale budeš ji cítit.

A CO KDYŽ SE NEVRÁTÍ?

Některé duše se jednoduše rozhodnou jít jinam. Jít dál. Vrátit se do jiné role, k jiné bytosti. Není to nic proti tobě!
Ani proti vašemu vztahu. Není to osobní.
Je to prostě jen **unikátní duševní cesta tvého zvířete.**

Někdy se také rozhodnou **zůstat blízko tebe, ale v nehmotné formě.** Protože v té fyzické už vám nemají co víc dát.
V energetické rovině tě mohou daleko lépe doprovázet životem, i když to teď tak nevnímáš, což je zcela pochopitelné.

A všechno tohle je v pořádku.

Protože láska **nepotřebuje nutně tělo. Potřebuje prostor. Přijetí. A čas.**
Není potřeba zvíře hledat.
Není třeba prosit.

Ale můžeš mu klidně v duchu říct:
„Pokud se rozhodneš vrátit, poznám Tě.
A budu Tě vítat s otevřeným srdcem.“

A ono uslyší.

A pokud to tak má být...
Vaše cesty se znovu spojí.

V příští kapitole se podíváme na to, co to znamená, že náš vztah nekončí, ale jen se proměňuje. A jak v tom najít oporu, útěchu i nový směr.

Kapitola 10

VÁŠ VZTAH NEKONČÍ – JEN SE PROMĚŇUJE

Možná sis si myslel(a), že když odejdou, ztratíš je.
Že už s nimi nebudeš moct mluvit. Vnímat je.
Že jejich přítomnost zmizí společně s jejich posledním dechem.
Ale pak, někde mezi tichem a slzami, přijde zvláštní chvíle.
Pocit. Dotek. Přesvědčení, že jsou tu stále.
A ano – opravdu jsou.

LÁSKA NEMIZÍ. JEN MĚNÍ PODOBU.

Láska není navázaná na tělo.
Láska je v **prostoru mezi Vámi**.
V tom, co jste si vybudovali, vytvořili, sdíleli.
A to nezmizí se smrtí.
Jen se stane **jemnějším, širším, neviditelným – ale o to přítomnějším**.

Možná už nelehá k tvým nohám.
Ale je tu, když se večer díváš do prázdného kouta.
Možná už tak krásně nevoní nebo nešťěká na uvítanou.
Ale je s tebou vždy, když děláš věci, které jste dělávali spolu.

ZŮSTÁVAJÍ JAKO PRŮVODCI, OCHRÁNCI, TICHÁ PŘÍTOMNOST

Mnoho lidí, kteří ztratili zvíře, později zjistí, že je stále cítí poblíž.

Ne jako zrakem viditelnou bytost
– ale jako energii, pocit bezpečí, jako
někoho, kdo je prostě vede.

Zvířata, která nás milovala, se často
stávají **našimi duchovními průvodci**.

Jsou s námi při těžkých rozhodnutích.
V krizích. Ale i v radosti.

A často – pomáhají otevřít cestu dalším
zvířatům. Těm, která nás potřebují
daleko více, než oni.

MŮŽEŠ S NIMI DÁL MLUVIT

Nejsou to „vzpomínky“.
Jsou to **živé mosty**.

Mluv s nimi.
V duchu, nahlas, přes slzy, přes smích.
Řekni jim, co se děje.
Co tě bolí. Co tě těší.

A klidně i:
„Děkuju, že jsi byl/a. Stále to bolí.
Miluju Tě. A pořád jsi se mnou.“

Tohle je totiž jedna z nejčastějších
požadavků od duší zvířat, které slyším
stále znovu a znovu: “Mluv se mnou!”

Protože **oni slyší**.
A **odpovídají**.
Ne vždy slovy – ale **vždy láskou**.

V další kapitole pomalu uzavřeme
společné putování... Se slovy útěchy.
A s jemným pohledem vpřed.



Závěr

AŽ PŘIJDE DEN...

Vím, že teď ještě nejsi připraven(á) pohnout se dál.
Ještě potřebuješ plakat, vztekat se, křičet...
Zůstat s tím vším v tichu a znovu a znovu se dívat na místo,
kde tak rádi leželi.

A to je v pořádku.

Vše co cítíš, vše co potřebuješ a čím procházíš JE V POŘÁDKU.

NESPĚCHEJ NA VÝCHOD SLUNCE.

Nesnaž se cítit „dobře“, když tvé srdce potřebuje být rozbité.
I to je forma lásky.

A čím větší byla

– tím větší čas si zaslouží truchlení po milované bytosti.

Ale přijde den.

Ne ten, kdy přestaneš cítit bolest.

Ale ten, kdy se zase zasměješ – a nebudeš za to cítit vinu.

Kdy si na ni/něj vzpomeneš – a místo slz ucítíš něžné teplo.

Kdy půjdeš ven – a ucítíš, že nejsou úplně pryč. Spíš... jinde.

A možná jednoho dne potkáš známé oči.

Tlapky, které k tobě přijdou, jako by tě už roky znaly.

A ty budeš vědět:

Tahle láska nekončí. Jen se proměňuje.

DĚKUJI, ŽE JSI DOŠL(A) AŽ SEM.

Děkuju, že jsi miloval(a) tak moc, že to teď bolí.

Děkuju, že jsi dovolil(a) tomu, kdo odešel, zanechat v tobě tak silný otisk.

Ten otisk se **nikdy nevymaže**.

A vím, dnes to tak nevypadá...

Ale jednoho dne se z něj může stát světlo.

Světlo silnější, než kdy dřív vůbec bylo...

Pro jiné. Pro další.

Pro tebe samotnou/samotného.

A to je dar. Ten největší, které ti tvoje zvíře mohlo dát...

S úctou, láskou a tichou přítomností u Tvé cesty,

Marti



Než se rozloučíme

RITUÁL ROZLOUČENÍ – VE SVĚTLE LÁSKY

Tento rituál je jednoduchý, jemný a můžeš si ho upravit podle sebe.
Nic není správně nebo špatně.
Důležité je jen to, že ho **děláš srdcem**.

CO SI PŘIPRAVIT:

- chvilku ticha, kdy tě nikdo neruší
- svíčku (nebo více, pokud to tak cítíš)
- fotku, obojek, plyšáka, mističku – cokoliv, co patřilo tvému zvířeti
- papír a tužku
- (volitelně) bylinku, kterou měl rád – třeba levanduli, heřmánek, šantu, nebo i jen trávku z místa, kam chodil



Průběh rituálu:

1.Vytvoř prostor

Zapal svíčku. Polož před sebe věci, které sis připravil(a).

Zavři oči. Polož ruce na srdce.

Dovol si cítit vše. I když to bolí.

Řekni si v duchu nebo nahlas: „Jsem tu. A vnímám Tě. Děkuju, že jsi byl(a) součástí mého života.“

2.Napiš dopis

Přesně tak, jak to přichází.

Můžeš napsat, co pro tebe znamenal(a).

Co vše tě naučil(a).

Vše, co mu chceš ještě říct.

Děkuj, plakej, směj se – všechno je dovoleno.

3.Přečti dopis nahlas (nebo v duchu)

A pak – pokud to tak cítíš – můžeš dopis spálit (bezpečně), zahrabat do země nebo ho prostě jen schovat.

Jako takový akt propuštění.

Ne zapomenutí. Jen jemného puštění bolesti, výčitek, smutku...

A zachování lásky.

4.Ztiš se

Zůstaň chvíli jen tak. Dovol ticho, ať tě obejmě.

Možná něco ucítíš. Možná ne. Ale věř – oni vědí. Vidí. A slyší.

5.Zakonči celý proces slovy:

„Pouštím Tě s láskou. Děkuji ti za vše. Zůstáváš v mém srdci.

Navždy.“

A sfoukni svíčku – s vděčností, s bolestí... 🌸

Epilog

Můj milovaný člověče,

vidím, jak tě zmáhá smutek, protože přišla má chvíle odejít a já ti chci teď něco říct...

Cítíš bolest, protože jsem už pryč, ale já jsem vděčný, že jsem tě mohl potkat. Kolik psů, koček, ptáků a dalších bytostí, jako jsem já, odchází každý den, aniž by se setkali s někým tak výjimečným, jako jsi ty?

Vím, že tě mé odcházení trápí, ale věž, že jsem musel odejít, teď, v tento okamžik. Prosím, neobviňuj se za nic. Slyšel jsem, jak pláčeš a myslíš si, že jsi měl udělat víc, udělat něco jinak. Neříkej to. Udělal jsi pro mě všechno, co bylo v tvých silách. Bez tebe bych nikdy nepoznal krásu a lásku, kterou teď nosím s sebou v srdci.

My zvířata žijeme v přítomnosti, jsme v ní ponořeni hluboko a užíváme si každý okamžik. Zkušenost nás učí rychle zapomínat na špatné chvíle a těšit se z každé maličkosti, která nás obklopuje. **Život skutečně začíná, když poznáme lásku** – tu, kterou jsi mi dal ty, můj anděli bez křídel, se dvěma nohama a s velkým srdcem.

Možná to ani netušíš, ale já vím, že třeba už jen, když najdeš bytost, která je zraněná a její čas se chýlí ke konci, dáváš jí velký dar tím, že ji doprovázíš na její poslední cestě. Už to znamená tolik. Nikdo z nás nechce být sám, hlavně ve chvílích, kdy si uvědomujeme, že přichází náš čas. Možná to pro tebe není tak důležité, že nás někdo drží za tlapku, hladí nás a pomáhá nám najít klid, než naposledy vydechneme.

Jsem šťastný. V srdci nosím jméno, které jsi mi dal, teplo tvého domova, který se stal mým. Mám v sobě tvůj hlas, jak ke mně promlouváš, ačkoli někdy nerozumím všem slovům, co mi říkáš. Nosím v sobě každé pohazení, každou chvilku, kdy jsi mě miloval. Všechno, co jsi pro mě udělal, je pro mě neocenitelné. A i když jsem ti to nemohl říct slovy, věřím, že v mých očích jsi vždy viděl moji vděčnost.

Teď tě prosím jen o dvě věci:

Osvěž svou tvář a rozjasni ji úsměvem. Vzpomínej na ty chvíle, jak jsme se smáli, jak jsi mě hladil, jak jsme si vyměňovali radost a lásku. Všechny vylomeniny, které jsem dělal, abych tě rozveselil. Vrať se v myšlenkách do těch okamžiků štěstí, které jsme sdíleli.

A prosím, neříkej, že už nikdy neadoptuješ jinou bytost, protože jsi až příliš trpěl mou ztrátou. Bez tebe bych nezažil vše krásné, co jsem mohl prožít. Prosím, otevři znovu své srdce. Je nás tu mnoho, kteří čekáme na někoho, kdo má tolik lásky, jako máš ty. Dej jim to, co jsi dal mně, oni to potřebují stejně jako já jsem potřeboval tebe. Nedrž svou lásku na uzdě, jen kvůli z strachu z utrpení.

Říd' se mými radami: Opatruj dobro, které dáváš, vnímej, že jsi pro nás zvířata anděl, že bez lidí jako jsi ty by náš život byl mnohem těžší. Pokračuj ve své cestě, ve své ušlechtilé úloze.

Teď je na mně, abych já byl tvým andělem.

Budu tě provázet, pomáhat ti, aby tvé ruce mohly pomáhat dalším bytostem, jako jsem já. A až se podíváš k nebi, v tu chvíli, kdy uvidíš blikající hvězdu, věž, že to jsem já, jak na tebe mrkám. Dávám ti vědět, že jsem dorazil v pořádku, a říkám ti „děkuji za lásku, kterou jsi mi dal.“

Teď se s tebou loučím, ale neříkám „sbohem,“ spíše: „uvidíme se později.“ Pro lidi jako jsi ty je na nebi zvláštní místo, místo, kde se setkávají laskavé duše, a život nás odmění tím, že se tam znovu setkáme.

A já tam na tebe budu čekat.

— volně přeloženo z anglického originálu, autor neznámý

Kdy vyhledat odbornou pomoc?

Když odešel Theoušek, nebylo to „jen loučení“. Byl zastřelen. Našla jsem ho. A pohled na jeho tělo... na rány na hlavě, tu tichou hrůzu... to byl okamžik, který ve mně cosi navždy změnil.

Byl to šok. Bylo to trauma. A já jsem si v tu chvíli nevěděla rady s ničím. Měla jsem pocit, že se už nikdy nenadechnu naplno. Že už nikdy nenajdu klid. Že nejde vůbec dál. A tehdy jsem pochopila, že to sama neutáhnu. Že to není ostuda. Ani slabost natáhnout ruku, když se topím.

Vyhledala jsem **odbornou pomoc**. Stačilo pár sezení. Nešlo o dlouhou terapii – jen o uzemnění, přijetí, nasměrování. O obyčejné: „Je v pořádku, že to tolik bolí. Je v pořádku, že to tak cítíš.“

A najednou jsem cítila, že nejsem divná. Ani ztracená. Jen člověk, který zažil víc bolesti, než mohl unést – a potřeboval někoho, kdo mu pomůže ji chvíli nést.

KDY JE VHODNÉ ODBORNOU POMOC ZVÁŽIT?

- když máš pocit, že bolest te zcela pohlcuje a trvá příliš dlouho beze změny
- když tě trápí dlouhodobá nespavost, úzkosti, záchvaty paniky
- když se objevují kruté flashbacky, obrazy smrti, silné tělesné reakce
- když se cítíš odtržen(á) od těla, světa, sám(a) od sebe
- když máš výčitky, které tě dusí, a nedokážeš se z nich vymanit
- když si říkáš, že už nic nemá smysl

Někdy stačí málo. Pár slov, která nás uzemní. Přítomnost druhého, který nám podrží prostor, kde nemusíme být silní. Pokud cítíš, že je toho na tebe moc – vyhledej pomoc. S důvěrou. S láskou k sobě. Je to akt laskavosti. Ne slabosti.

CÍTÍŠ, ŽE MEZI TEBOU
A TVÝM ZVÍŘETEM ZŮSTÁVÁ NĚCO NEDOŘEŠENÉ?



Intuitivní komunikace po odchodu

Pomáhám lidem navázat jemné spojení se zvířaty, která už nejsou ve fyzickém těle.
Pokud toužíš slyšet zprávu, rozloučit se, nebo jen cítit, že je opravdu stále tady
– ráda tě tímto prostorem provedu.

TO MĚ ZAJÍMÁ

