**Smrt, ki jo povzroči splav vodi k mukam**

*Udeleženci, ki so izkusili ozdravljujoča srečanja s Kristusom, so glas o Rahelinem vinogradu hitro razširili in danes ta program poteka v 48 ameriških deželah in 57 državah po vsem svetu. V Sloveniji se je ta program začel leta junija 2017.*

***Saša Bešter***

Program za pomoč ženskam in moškim pri okrevanju od čustvenih in duhovnih posledic splava je ustanovila dr. Theresa Karminski Burke leta 1986. V knjigi z naslovom Prepovedano žalovanje: neizgovorjena bolečina splava pove, da je dobila navdih za svoje delo med podiplomskim študijem pri vodenju podporne skupine za ženske z motnjami hranjenja. Čeprav je veliko članic skupine razkrilo, da imajo za sabo zgodovino splava in so se ob omembi te teme pri njih pokazali očitni znaki posttravmatske stresne motnje, je klinični supervizor grajal dr. Burkovo zaradi “vtikanja” v izkušnjo splava in ji dajal navodila, naj se tej temi izogiba. “Toda,” je spraševala, “če ljudje sami nakažejo potrebo po pogovoru o izkušnji splava, kako lahko psihiater iz te teme naredi tabu?” Razočarana nad sistemom, ki je veljal na področju duševnega zdravja, je začela voditi brezplačne podporne skupine za okrevanje po splavu. Prva srečanja so bila v knjižnici domače župnije.

**Rahelin vinograd je vikend program duhovnih vaj**

Poskušala je dajati podporo ženskam, ki so jih drugi － družinski člani, partnerji, izvajalci splava, osebje v sistemu za duševno zdravje －prezrli ali izkoriščali ravno v obdobju, ko so bile najranljivejše. Ko je dr. Theresa Burke spoznala, da zgolj pogovor o globokih ranah zaradi splava ni dovolj, mu je dodala zgodbe iz Svetega pisma in različne vaje, ki pomagajo pri žalovanju. Leta 1994 je tako nastal Rahelin vinograd: psihološka in duhovna pot ozdravljenja po splavu, na začetku kot petnajsttedenski program dela v podporni skupini. Vanj so vključene svetovalne tehnike s pogovori v terapevtski skupini in duhovne dejavnosti, kot so Vaje z živo Besedo. Leta 1995 je dr. Theresa Burke prilagodila program za tridnevne duhovne vaje in kmalu so se ga začele udeleževati osebe z vseh koncev ZDA. Udeleženci, ki so izkusili ozdravljujoča srečanja s Kristusom, so glas o Rahelinem vinogradu hitro razširili in danes ta program poteka v 48 ameriških deželah in 57 državah po vsem svetu. V Sloveniji se je ta program začel leta junija 2017.

**Smrt, ki jo povzroči splav vodi k mukam in k intenzivnemu hrepenenju po nekom**

Ime »Rahela« izhaja iz Stare zaveze Svetega pisma. O njej piše tudi prerok Jeremija: »Tako govori GOSPOD: Glas žalovanja se sliši v Rami, bridko jokanje. Rahela objokuje svoje otroke, ne dá se potolažiti zaradi otrok, ker jih ni več. Tako govori GOSPOD: Prepreči svojemu glasu jok, solze svojim očem, kajti tvoje delo bo poplačano.« Središče Rahelinega vinograda je ta svetopisemski odstavek, saj gre za duhovni in čustveni ozdravitveni proces. Ko poskušamo razumeti misterij smrti, gledamo k Bogu v času osebnega stresa, travme in izgube človeškega življenja. Smrt, ki jo povzroči splav, vodi k mukam in intenzivnemu hrepenenju po nekom, ki ga ne moremo dobiti nazaj. Jočemo. Prikličemo obžalovanje, našo vlogo v tem, kar se je zgodilo in otroka, ki ga pogrešamo. V teh bolečih trenutkih izgube namreč iščemo smisel. V duhovnih vajah Rahelin vinograd Bog potolaži jokajočo mater, da najde stik z svojim otrokom kot ljubeča mati svojega otroka.

**Anonimna lokacija srečanja Rahelin vinograd**

Duhovno-psihološki vikend odmik poteka na lokaciji, ki je umaknjena pred pogledi zato, da vsakemu udeležencu zagotovimo varnost - tako telesno kot čustveno. Včasih za okrevanje potrebujemo prostor, za katerega vemo, da ne bo kdo namerno ali naključno vdrl. Tako se lahko vsak udeleženec sprosti in se prepusti procesu. Ob začetku samih duhovnih vaj si tudi obljubimo, da po vrnitvi domov ne bomo ničesar objavljali ali pripovedovali, kar bi lahko razkrilo identiteto ostalih udeležencev. Tako je vsak popolnoma varen.

Rahelin vinograd poteka v manjših skupinah od 5 do 7 udeležencev, da se voditeljska ekipa res lahko posveti vsakemu posamezniku. Kljub temu, da je proces zastavljen v okviru krščanske vere, pa se vikenda udeležujejo tako verni kot neverni ali drugače verujoči. Proces vedno “deluje”, ne glede na prepričanje posameznika, če je le-ta odprt za Ljubezen, Usmiljenje in Dobroto. Vikend je sestavljen iz odlomkov Svetega Pisma, meditacij, ob katerih se vživimo v prebrani odlomek in različnih vaj, s katerimi ustvarjamo nov telesni spomin. Splav rani človeka na vseh ravneh: telesno, duhovno in psihološko, zato je za zdravljenje potreben celovit pristop, kar Rahelin vinograd udeležencem tudi nudi.

**Splav kot travma**

Splav in dogodki ob splavu so tako težki, da takrat ženske počnejo vse v stanju neke polzavesti. Vodi jih nek občutek nemoči, bega, strahu. Želijo si, da tega trenutka ne bi bilo, a vedo, da so v situaciji (nepričakovana ali nezaželena nosečnost), ki je ne morejo spremeniti, a se z njo ne morejo soočiti in si samo želijo, da se vse to mine. Ženske vedo, da je nosečnost nekaj mogočnega, saj po naravi to čutijo, zavedajo se, da nosijo življenje v sebi, a kako nuditi temu otroku lepo življenje, ko pa se znajdejo v situaciji, ko se tudi same počutijo kot nebogljeno bitje, ko jih življenje preseneti nepripravljeno, ko okoliščine, partner, razmere in ljudje, ki jih obkrožajo niso v takem stanju, da bi zmogle to nositi. Enostavno se predajo rešitvi, ki jim prinese rešitev trenutne situacije. Rešitev, za katero kasneje spoznajo, da v bistvu ni rešitev, ampak samo še večji padec in poglobitev problema. Predajo se tisti izbiri ob kateri želijo, naj samo mine. Vse dogodke pred splavom in ob splavu počnejo v stanju travmatiziranosti, otopelosti, brez tehtnega razmišljanja, saj njihove misli, občutke in telo prevzame strah, podoben stanju, ko telo preplavi adrenalin, ko se pripravi za kak beg ali nevarnost. Tistega stanja ženska ne more premišljeno nadzirati. Splava si ženska ne želi. Globoko v sebi si želi otroka, beži samo pred situacijo, in okoliščinami, ki so nastale ob njeni nepričakovani nosečnosti. Šele po splavu se zavejo, kaj so naredile. Šele takrat, ko se malo umiri, lahko ženska realno začuti sebe, svoje telo in občutke. Vse skupaj pa spremlja obžalovanje in bolečina, saj se šele po splavu zavestno soočijo z dejstvom, da jim je bilo odvzeto življenje njihovega otroka, za kar pa povratka nazaj ni. In nastane nova bolečina, nova travma. Soočiti se mora z dejstvom “odločitve”. Vse to pa spremlja sram, občutek manjvrednosti, strah povedati nekomu, občutek obupanosti in hudih čustvenih, psihičnih stisk. Kar pa ponavadi vodi tudi v različne oblike zaprtosti, razočaranja in telesnih bolezni.

**Prihodnost Rahelinega vinograda je svetla**

Duhovne vaje se je do sedaj udeležilo okrog 60 žena in mož. To pa je zelo majhen delež teh, ki trpijo zaradi izgube otroka zaradi splava. Tako si želimo, da bi lahko omogočili več duhovnih vaj in da bi novica o tej obliki pomoči žalujočim prišla do oseb, ki to potrebujejo.

**Prva udeleženka Rahelinega vinograda:** Za splav sem se odločila, ker me je nosečnost presenetila. Nekaj tednov pred spoznanjem nosečnosti, sem se razšla s partnerjem, ko sem spoznala, da me odnos in življenje z njim ne bo osrečevalo, saj je odnos postal nasilen. Po koncu najine zveze me je še vedno nadlegoval in ustrahoval. Spoznanje, da nosim otroka, ki je tudi njegov, me je prestrašilo, saj sem se bala, da bi ob tem, da bi on izvedel za mojo nosečnost, bil on še naprej prisoten v mojem življenju in zbala sem se za prihodnost mojega otroka. Hotela sem dejansko vse prikriti, se skriti od tega moškega, prekiniti z vsem, kar je povezano s tem moškim. Nisem videla rešitve in niti mirne prihodnosti ne za otroka in ne zame. Splava si nisem nikakor nisem želela. Nikoli nisem razmišljala, da bi ga lahko naredila. Ampak zaradi situacije sem se počutila prešibko, nepripravljeno, premlado, nezrelo, nezmožno se nositi s situacijo. Strah, nepripravljenost in želja po begu iz tega so prevladala v moji odločitvi.

**Druga udeleženka Rahelinega vinograda:** Splav sem naredila pri osemnajstih letih. Takrat so mi splav predstavili kot edino pravo »rešitev«, saj sem bila v očeh večine (tudi svojih) premlada za otroka. Sama sem razmišljala o posvojitvi, a so me prepričali, da mi bo “lažje” če naredim splav, saj s splavom otroka ne bom pogrešala, ob posvojitvi pa mi morala otroka donositi, roditi in ga nato dati stran od sebe. Kakšna laž. Danes vem, da bi kljub tej bolečini vsaj vedela, da je živ. Tako pa sem ga sama dala ubiti. Tega se takrat na zavestni ravni nisem zavedala – da je to moj otrok in le »kup celic«. Na podzavestni ravni pa sem čutila drugače. Žal sta bili podzavest in intuicija uspešno potlačeni. Po več težkih dneh odločanja, ko nisem našla nobene opore v sebi, v okolici, ko se zaradi sramu in strahu nisem mogla zaupati osebam, ki bi me lahko podprle, sem poklicala ginekologinjo. Obisk pri ginekologu je že bila pot, ki je kazala olajšanje. Povedala sem za svojo nosečnost, za izbiro za splav, ginekolog po uradni poti napiše napotnico, nihče te ne zadržuje, misliš si, vse gre lahko, kmalu bom rešena pritiska. Čakala samo še nekaj dni. Vedela sem , da je otrok v mojem telesu, da je življenje pod srcem, ampak nisem hotela razmišljati o tem, nisem hotela in mogla začutiti tega bitja, čeprav se mi je srce paralo in doživljala sem mešanico različnih čustev. Počela sem stvari, ki bi me oddaljile od te misli. Iskala sem izgovore, čim več izgovorov, ki bi opravičili mojo odločitev. Takrat me ni nič ganilo, čustva sem imela zaprta, dihanje zelo plitvo, videla sem samo pot do bolnišnice, čakala na postopek, ki pa so ga spremljali zelo hladni občutki, misli in otopelost. Videla sem samo svoje papirje, zdravstvene delavce, ki pa so me vodili, jaz pa sem se pustila kot en čoln, ki se je odvezal od obale, ki nima niti vesel, niti krmarja, da bi ta čoln lahko vodil. Ko sem odprla oči v bolnišnični sobi, pa sem se zbudila dejansko v en novi svet. V svet, ki ni več samo film, ki ga pustiš in se predvaja brez tvoje moči. Ampak realen svet, v katerem sem se zavedla, da sem v tem ostala sama. V trenutku, ko sem odprla oči, sem se zavedla, kaj sem storila in v trenutku sem obžalovala. A šele sedaj je sledilo pravo razočaranje in obup. Čas ni zacelil bolečine in tega dejstva, da sem dovolila sebi in svojemu telesu, da se odrečem življenju. V meni so ostali bolečina, praznina, stiska. In obstala sem v tistem trenutku v želji, da bi lahko naredila drugače, a v zavedanju, da se čas in dogodki ne morejo povrniti.

Ko sem vzela prvo tabletko se je začelo obdobje otopelosti – zdaj sem se odločila, ni več kaj razmišljati. Po nekaj dneh, ko sem šla po drugo tabletko in opraviti-dokončati splav je šel moj tedanji fant z menoj. Začeli so se hudi krči, šele kasneje sem izvedela da so to pravzaprav popadki. Medicinska sestra je bila kar kruta, kratka in odrezava, čez čas je fanta odgnala. Tako sem zadnjo uro v majhnem prostoru sama trpela v bolečinah. Na koncu je ginekologinja preverila če je proces že dovolj daleč. Iz mene je potegnila ostanke mojega otroka. Potem sem šla s taksijem domov, kot da ni nič. Kake 2 noči zapored sem imela potem ponoči še hude, hude krče. Nihče mi ni povedal, da bo tako. Če sem med samo nosečnostjo čutila ljubezen do otroka in željo obdržati ga, po splavu ni bilo več tako, samo še otopelost.