

# KroM

20. 6. 2011

## Konec, končení, ukončování

- **Úvod: reakce na minulý KroM – téma Smrt**
  - Se smrtí jsem se setkal naživo. Jedna známá má po x chemoterapiích další rakovinu – smířená se smrtí, bude bojovat ale... otřásl to mnou, rozklepal mne náraz na nelidskost a neosobnost... když doktoři a pojišťovna nechtějí, vyšetření neproběhne; došlo to až k ombudsmanovi... je to žena tak ve věku 55-60 let.
  - Vybavil se mi zážitek, který jsem měl před pár lety na vodě – topil jsem se, říkal jsem si, tak tady to teda skončilo... teď se mi to po pár letech (zase na vodě) vrátilo...
- **Téma: konec, končení, ukončování**
- **Jak zvládáte loučení? Jakými mechanismy ho překonáváte?**
  - Nikdy se úplně nerozloučím. Nechce se mi do toho. Nechávám tam háček, pojistku, že si ještě budeme psát atd. Vlastně si to jako loučení nepojmenovávám... Když už to přijde, chci, aby to proběhlo rychle. Plynule někam navazuju – rozplynutý loučení, přechody.
  - Jsem vítací typ, rád se loučím, vím, že se zase shledáme, takže mi loučení nevadí. Když se loučím, chci, aby na mě vzpomínali v dobrém, např. jsem uspořádal oslavu (když jsem odjížděl z USA, vojny...). Mám rád, když je s loučením spojen rituál; loučení musí předcházet nějaká příprava. Když mi někdo odjede (když se někdo zabije), vyhledávám poslední rozloučení.
  - Mám problémy s hromadným loučením. Jsem schopen zapálit svíčku, když někdo zemřel, ale mám problém jít na pohřeb.
  - Loučení, loučení, hovna jest kroucení.
  - Se ženama, s nimiž máme racionální vztah, se rozcházíme emočně; s těmi, co máme emoční vztah, se rozcházíme racionálně.
  - Jinej moment loučení teď zažívám s dcerou, když se jí někde líbí, ale my už potřebujeme jít.
  - Proplouvání a vyhánění. Vztahů i práce. Chtěl bych být větší ranař, sekát to. Spousta emocí.

- Na loučení se moc netěším, neumím to brát než z nějaké povinnosti; řeknu nashle, čau; prostě něco říct. Hledám v tom přirozený kontakt. Je to pro mě nutný zlo, nutná věc, která se musí dělat. Jsem člověk, kterej čeká na ukončovací manévr. Když se chci rozloučit, tak se nerozloučím, nebo rychle.
  - Momenty, kdy se rozloučit chci, tam není problém. Ale mám problém, kdy přijde rozloučení, kdy to člověk nečeká, nechce; mé strategie – vyhývací, někdy jsem řezník. Snáze se mi loučí v okamžiku, kdy mi druhé strana dá najevo, že se chce rozloučit.
  - I ve vztazích, které vyhývaly, nakonec došlo k rozloučení. Mám v sobě hlubokou ránu po jednom čtyřletém vztahu. Byl to dlouhej vztah, rozloučení přišlo v nečekanou chvíli, bez varování.
  - Sex na rozloučenou. (Loučení na tři slova.) – nesmí být brán jako příslib
  - Někdy v hospodě: neumím odejít, neloučím se, čekám, až se všichni rozloučí se mnou.
  - Pro mě vždycky bylo těžký loučení s dětma (nejen se svýma, ale i např. na táboře).
- **Shrnutí:** Strach z definitivy, z emocí, že budu zviklanej
  - **Technika:** „Zavřete oči a představte si, jaké bylo vaše první setkání s Kromem.... A jaké je to teď na koci, co si donášíte, na co jste přišli?“
    - Zvědavost. Jaké to bude, jací budou chlapi... Co to bude? Zvědavost ukojená. Posunul jsem se, zjistil jsem, že spoustu otázek si mám zodpovědět sám. Potřebuji méně potvrzení od autorit.
    - Když jsem se podíval na sebe, napadla mě otázka: jsem to já? Asi jó. - Tak to se máš, chlapče, co učit.
    - Chci se zdokonalovat, vidím na sobě, že je stále čemu se dál učit. Naučil jsem se spoustu věcí.
    - Přemítání o tom, jak jsem tu často byl x nebyl. Jak často jsem v práci, ve vztahu. Strategie, jak nedělat nic a dělat vše. Chtěl bych dělat vše naplno, ne být a nebýt zároveň. Letos jsem byl v Kromu rozlítanej.
    - Jsem spokojenej. Pohoda. Vzal jsem si, co jsem chtěl, uvědomění si mnohého.
    - Čím víc se o sobě dozvídám, tím víc mě napadají další otázky. Naučil jsem se, že nebudu nikdy spokojenej. Čím víc vím, tím víc mám otázek.
    - Šel jse si sem najít nějakou mužskou sílu. Sílu jsem si (znovu)našel, jsem s tím spokojenej, jsem ve stádiu, že si řeším v sobě nějaké věci, snažím si ujasnit svou cestu.

Krom mě obohatil pestrostí názorů. Leckdo mi byl i příkladem.

- Líbí se mi, že je to přátelství rozrůzněných.
- Možnost poznat muže z jiných sociálních a profesních rolí; pomáhá mi to překonávat nějaké předpojatosti. Potkal jsem muže, s nimiž bych se jindy neseťkal. Těší mě, že jsem si řekl o možnost mít zakázky – že jsem převedl slova v čin.
- Ocitnul jsem se na prvním Kromu, pak na druhém. Druhé setkání (na prvním jsem byl kdesi v Rusku), egocentricky jsem se postavil do středu, viděl jsem se ve vás všech různým způsobem jako v zrcadle. Úžasný, jak se zde objevuju skrze vás a i vy skrze ostatní. Jsem hodně rád, že se mi podařilo něco otevřít.
- Taky mi to hodně dalo. Někdy jsem byl možná otevřenější až moc. Možná jsem chtěl překonat nějaký strach. Je to pro mě velká pomoc, že je tu skupina, která nebude vytrubovat do světa, co tu říkám. Hodně jsem se posunul, hodně se změnilo mé uvažování. Je to součástí cesty, člověk se musí zdokonalovat. Jsem v podstatě spokojenější se svou přítomností. Dříve se mi chtělo víc mluvit, teď méně; nevím, čím to je. Alespoň vím, co zlepšovat.

**Otázka:** *Cítíš se přijatější?*

**Odpověď:** Ne úplně zcela.

- Jsi střelec. Buď lovcem.
  - Vy víte, že mi vadí, když jste špinaví, ale u tebe, Honzo, mi to nevadí.
- **Technika:** Jaký nejsilnější zážitek jste za ten rok pocítili? Co ve vás utkvělo? Vyjádřete pohybem, postojem. Můžete okomentovat.

**Komentáře:**

- Čistím si pušku.
- Opravdu musíme přelézat tu zed'?
- Nevím, co chci.
- Začal jsem konečně přemýšlet, půjdu víc do hloubky. Jen se budu bát, aby neříkali, že jsem na dně.
- Křehká rovnováha.
- Umírání.
- Aha!
- Schovávám se.

**Zapsal: Petr Šimon, 30. 8. 2011**