

Dar jménem Alzheimer

Nové náhledy na potenciál
Alzheimerovy choroby a její léčby

Maggie La Tourelle

Maggie La Tourelle

DAR JMÉNEM ALZHEIMER

*Nové náhledy na potenciál
Alzheimerovy choroby a její léčby*



© Maggie La Tourelle

DAR JMÉNEM ALZHEIMER

© DOBROVSKÝ s.r.o., 2016

Obálka: © Jiří Miňovský - ARBE 2016

Přeložil: © Richard Herbich

ISBN 978-80-7585-488-9 (pdf)



Maggie La Tourelle

DAR JMÉNEM ALZHEIMER

*Nové náhledy na potenciál
Alzheimerovy choroby a její léčby*

*„Naprosto úžasná kniha...
která před námi otevírá okno
do nejhlubších aspektů této nemoci“*

Neale Donald Walsch

*Věnováno mé matce,
která mi dala dar života a dar
všech darů: znalosti o posmrtném životě*

PŘEDMLUVA

V rukou máte knihu, která je úžasná, pokud znáte někoho, kdo trpí Alzheimerovou chorobou – nebo pokud znáte někoho, kdo se o takového člověka stará. Pokud jde o ten druhý případ, měli byste tuto knihu předat dál, jakmile ji dočtete.

Stát a sledovat jakéhokoli blízkého trpícího demencí, a zvlášť její akutní projev, známý jako Alzheimerova choroba, je nesmírně těžká a velmi smutná zkušenost.

Maggie La Tourelle v této výjimečné knize nabízí svou osobní zkušenost se svou matkou. Ale jde o víc – mnohem víc – než jen pohled na to, čím ona a její matka prošly. Je to nesmírně silný příběh, který nám poskytuje vhled do nejhlubších aspektů této nemoci, jaký může mít vliv na některé pacienty a jak se vlastně může stát spirituálním darem pro nemocnou osobu a pečující členy rodiny.

Vyprávění v této knize často překvapuje nečekanými myšlenkami, ohromujícími náhledy do zatím převážně neprozkoumaných témat týkajících se této nemoci – například jaké mohou být její hlubší spirituální aspekty.

Její realistické, velmi jemné a „tak-to-skutečně-je“ vyprávění nás přesouvá přímo do míst, kterými musejí jiní projít, když doprovázejí svého blízkého těmito skličujícími cestami (pokud tak už neučinili).

Efektem této knihy je, že při vás v nejtěžších chvílích stojí vnímavý a opravdu laskavý osobní poradce, který vám poskytuje postřehy a komentáře, jež vám při péči o blízkého trpícího demencí zřejmě žádný pracovník pečovatelského zařízení nenabídne.

Nejvíce naděje se skrývá v tom, co autorka popisuje jako svou osobní zkušenost: jak se zhoršuje aktuální paměť, u některých pacientů se mohou často zlepšit mimosmyslové a duchovní nebo paranormální schopnosti.

Pacienti s Alzheimerem se častěji, než je známo, stávají mnohem více naladěnými na emoce a energie ostatních osob a občas psychicky „tuší“, čím si procházejí ostatní v místnosti, nebo čím jsou mentálně absorbováni, aniž by museli říci jediné slovo.

Autorčinou pointou je, že pacienti jsou velmi často mnohem více „přítomni“, než jak vypadají – a že znalosti a porozumění tomuto faktu mohou vést k hlubším a více obohacujícím momentům mezi blízkými, než si v těchto podmínkách uměl kdokoli představit.

Za autorčiny myšlenky nemohu ručit nebo je potvrdit, ale při zkušenosti s Alzheimerem otevírají naprosto novou úroveň možností pro pacienta, milující rodinu a ostatní.

Tato kniha jako taková poskytuje úžasné náhledy pro ty, kdo se cítí být zmatení nebo bezradní (nebo oboje) při snaze smysluplně a láskyplně komunikovat s osobou, která trpí akutní ztrátou paměti a s ní spojenými funkčními handicapy.

Každý, kdo zažil něco podobného, nebo touto zkušeností prochází, poděkuje Maggie La Tourelle za to, že se podělila o tuto část svého života s takovým soucitem, otevřeností, pochopením, štedrostí a láskou.

Neale Donald Walsch

ÚVOD

„Všichni žijeme v Jiných světech.“

Pat (moje máma)

V létě roku 1997 jsem šla po pláži na západním pobřeží Skotska, kde žila má rodina, a hleděla jsem na moře, zatím co mi vítr foukal do vlasů. Tam mi najednou došlo, že v následujících deseti letech se pravděpodobně budu muset vyrovnat se smrtí tří členů ze své nejbližší rodiny: sestry, matky a otce. To byly pochmurné vyhlídky a čekala jsem, že se s nimi budu muset poprat sama. Měla jsem možnost otočit se zády a čekat, až se to všechno stane, nebo jít dál a připravit se. A tak začala má cesta zkoumání toho, co řada lidí považuje za tabu: smrti. Účastnila jsem se workshopů a seminářů, četla knihy a uvažovala o tomto odchodu, jedné z největších záhad života.

Jakožto holistickou terapeutku mě zajímaly veškeré aspekty zdraví a pocitu pohody a vzhledem k tomu, že jsem žila a pracovala v Londýně, jsem měla přístup k informacím, které jsem hledala. V roce 1999 moje mladší sestra, která byla řadu let nemocná, náhle zemřela na nemoc související s alkoholem. A rok později byla mé pětaosmdesátileté matce diagnostikována Alzheimerova choroba, stav, který by někdo nazval živoucí smrtí. Tehdy oba rodiče zoufale potřebovali praktickou a emocionální podporu a vzhledem k tomu, že jsem byla jejich jediná žijící dcera, jsem se rozhodla učinit z nich svou prioritu a podporovat je na sklonku jejich životů. Přeskládala jsem si svůj život, abych se přizpůsobila těmto změněným podmínkám, a tak začala nová éra. Netušila jsem, kam mě zavede, a neodvažovala jsem se přemýšlet, co by mohlo čekat na ne příliš vzdáleném horizontu.

Jsem si vědoma, že název této knihy, *Dar jménem Alzheimer*, je odvážný a kontroverzní, ale Alzheimer mé matky se ukázal být úžasným darem pro ni i pro mě. Náš příběh ukazuje potenciál,

který může ležet v pozdním stádiu Alzheimeru a tím, že se o něj podělím, doufám, že se i jiní mohou naučit, jak podobným způsobem změnit svou zkušenost s touto ničivou nemocí.

Než se vydáme na tuto velmi osobní cestu, je důležité dát mé a matčiny zážitky do širšího kontextu Alzheimerovy choroby a demence. Údajně existuje přes sto typů demence, Alzheimer je jednou z nich. Nicméně představuje 60 až 80 procent všech případů demence a je nejobávanější.

Když jsme v roce 2000 dostali zprávu, že mé matce byla diagnostikována Alzheimerova choroba, na kterou zatím není žádný lék, byli jsme stejně jako kterákoliv jiná rodina i my velmi nešťastní.

U Alzheimerovy choroby bylo definováno sedm stádií (str. 225-227). Naše Cesta srdce a duše začíná, když byla má matka v šestém, středně vážném stádiu a pokračuje do kritického sedmého stádia a jejího konce života. Alzheimer je neurodegenerativní onemocnění způsobující poškození mozku, které vyústí v řadu neurologických a fyzických omezení, od zapomětливosti, úzkosti a neschopnosti zvládat komplexní životní úkony v ranějších stádiích, až po ztuhlost, neschopnost pohybu a omezení nebo ztrátu řeči s dalším postupem nemoci. Moje matka prožila všechna tato omezení a ztráty, ale k našemu překvapení a údivu jsme ona i já zjistily, že nám její Alzheimer také poskytl novou příležitost, takovou, kterou jsme nečekaly.

Takže co nám umožnilo projít si touto cestou poznání? Kromě toho, že jsem milující dcera své matky, jsem holistická terapeutka, takže jsem mohla do této situace přinést své profesionální zkušenosti a odborné znalosti. Má práce se věnuje celému člověku: fyzickým, citovým a energetickým aspektům. Když provádím poradenství a psychoterapii, využívám přístup, který se soustředí na člověka, kombinovaný s neurolingvistickým programováním (NLP). To integruji s holistickým systémem, zvaným kineziologie, který využívá testování svalů pro přímou komunikaci s tělem a řadu léčebných postupů. Také provádím energetickou léčbu, která funguje čistě díky energetickým polím. Zjistila jsem, že využitím toho všeho jsem byla schopna otevřít

nové kanály v komunikaci a psychické pohodě své matky, které doposud nebyly brány v úvahu, nebo dokonce považovány za možné. Může to znít jako výsada profesionála, ale není – každý může pomoci blízkému, trpícímu Alzheimerem a já mu v kapitole „Pozitivní cesta vpřed“ poskytnu informace a jednoduché pokyny jak na to. Tato kniha nabízí zcela nový způsob, jak přistupovat k Alzheimeru v pokročilém stádiu. Skrze dialogy mezi mnou a matkou a můj vlastní komentář přináší nové porozumění této nemoci a bude užitečná všem, kdo mají co do činění s lidmi trpícími Alzheimerem: rodině, přátelům, profesionálním zdravotníkům a lektorům.

Jde sice o osobní zkušenost mou a matky, když jsme se musely vyrovnat s jejím bojem s Alzheimerem a koncem jejího neklidného života, ale také je to multidimenzionální příběh, který zasahuje do tohoto světa a Jiného světa, mezi kterými plynule přešla. Tato kniha poskytuje hluboké náhledy do Alzheimerovy choroby, stejně jako popis objevování duchovního světa a života po životě; proto velmi zaujme hledače duše a ty, kteří se zajímají o pozměněné stavy vědomí. Ukazuje, že Alzheimer je skvělý prostředek pro cestu duše a také úžasný příklad vědomého umírání.

Další kapitola v této úvodní části knihy, „Horizont událostí“, poskytuje našemu příběhu pozadí a vytváří dějiště: město, domov naší rodiny a pečovatelský dům, který se náhodou nacházel hned vedle. Popisuje události poté, co byl mé matce diagnostikován Alzheimer: psychické a emocionální problémy, skutečná nebezpečí, nevyhnutelné sebezapření, jednání s úřady, bezvýchodná dilemata, kterým jsme čelili. Najednou se udál *velký posun* a skrze závoj slz mi došlo, jak nevyhnutelné to je.

„Rodinná konstelace“ představuje čtyři členy rodiny, kteří jsou součástí našeho příběhu: mou matku, otce, sestru a mě. Vypráví o našich povahách, vášních a touhách, naší osobní minulosti, našich traumatech a tragédiích. Má matka, ústřední postava příběhu, trpěla dlouhodobou psychickou labilitou a to mělo vliv na celou rodinu. Popis jejích vnitřních bojů a afektů mě přivádí k výkladu mé osobní léčebné transformační cesty, která začala šrámy, jež jsem získala v dětství, a které později vedly k mému

rozhodnutí stát se psychoterapeutkou a léčitelkou. Můj otec, velmi populární ve vnějším světě, doma čelil neřešitelným problémům a byl z valné míry emocionálně nepřítomný. Z mé sestry, raněné traumaty z mládí, se stala alkoholička a předčasně zemřela, ještě před začátkem naší cesty. Navzdory tomu se jakousi záhadou ukázalo, že je klíčovou postavou a bez ní bych nikdy nemohla vyprávět tento příběh. Naše historie také odhalují omezující a nespravedlivé společenské zvyklosti oné doby. Všechny tyto informace vytvářejí přesvědčivé pozadí, aby bylo možné pochopit, co se děje na naší cestě.

Ústřední částí této knihy je „Cesta srdce a duše“. Jde o upravený přepis deníku, který jsem vedla a zvukových záznamů, které jsem vytvořila, když jsem dělala společnost své matce během poslední fáze jejího života, kdy měla Alzheimeru v posledním stádiu. Když jsem upravovala svůj deník, mým cílem bylo zachovat ty věci, které říkala a dělala a o kterých si myslím, že byly obzvlášť důležité a zajímavé. Chtěla jsem zůstat věrná zprávám, které mi byla tak odhodlaná předat. Samozřejmě se řada věcí opakovala, proto jsem je vynechala, ale zachovala jsem několik jejich oblíbených průpovědek. I když se naše rozhovory ke konci velmi omezily, pokračovala jsem v jejich zaznamenávání, protože poskytovaly autentický a neobyčejný popis této poslední fáze života.

Společně s našimi rozhovory, zatím co jsme s matkou cestovaly, překládám to, co říká, a sdílím své necenzurované nejniternější myšlenky a pocity. Náš příběh je proto intimní, hluboce emocionální a brutálně upřímný, říká věci tak, jak jsou: bolest v srdci a extáze, vzestupy a pády, smích i slzy. Ukazuje, že pokud nechybí láska a soucit, dotknete se srdce a z Alzheimeru se skutečně stane dar. Na praktické úrovni je naše cesta také prostředkem pro výuku, jak se vyrovnat s tím, co nastává při Alzheimeru. Proto je nejen velmi osobní, ale ve svém smyslu také univerzální.

Je úžasné, že si má matka uchovala schopnost mluvit, i když někdy v metaforickém jazyce, a byla schopna mi svými slovy říci, co prožívá, a dávat mi tak cenné vhledy do Alzheimerovy choroby. Ale není to jen příběh našeho světa. K mému úžasu za-

žila spirituální probuzení a vstoupila do Jiného světa. S otevřenou myslí jsem dychtivě naslouchala, když mě hlasem absolutní autority odvážně a neohroženě vedla na nedozírnou cestu duše, učila mě tichu, pozornosti a dalším klíčovým spirituálním lekcím. Během toho mi poskytla detailní informace o procesu umírání, životě po smrti a Jiném světě. V mnoha případech prokazovala výjimečnou mimosmyslovou vnímavost a pravidelně dostávala zprávy od zesnulých příbuzných, které jí umožnily léčit další členy rodiny, nakonec včetně svého manžela.

Jednoho dne, ke sklonku svého života, mi řekla: „Mluvíš se mnou. Nikdo jiný se mnou nemluví.“ No jistě, jiní lidé s ní „mluvili“. Myslela tím, že s ní nikdo nemluvil způsobem, který pro ni byl smysluplný. Abych to zvládla, musela jsem jí věnovat svou plnou pozornost, spojit se s ní s otevřeným srdcem a poslouchat s otevřenou myslí. To je věc, kterou umí každý, pokud opravdu chce, proto doufám, že náš příběh ukáže její důležitost a dodá odvalu ostatním, aby to dělali stejně.

Poslední část knihy – „Reflexe, odhalení a doporučení“ – se pokouší zjistit smysl toho, co se stalo během naší Cesty srdce a duše, a zkoumá její důsledky pro lidi s Alzheimerem, stejně jako širší významy, ze kterých se všichni můžeme poučit.

V „Reflexích naší cesty“ беру na vědomí, že se tolik úžasných věcí stalo díky specifické shodě okolností. Vzpomínám na životy členů své rodiny a dynamiku, dle které jsme fungovali během a na poslední cestě s mou matkou. To mě vede k úžasu nad hlubokým léčením, které se odehrálo, a vědomí, že to byl právě matčin Alzheimer a transformativní síla lásky, které ho umožnily.

Také se ohlížím za naší osobní cestou, abych zjistila, zda se naše zážitky omezují jen na nás, nebo jestli ostatní mohou prožít něco podobného. Mé pátrání po vědeckém a spirituálním pochoopení přineslo některá zajímavá zjištění, která sděluji v kapitole „Jiný svět a neurologie Alzheimerovy choroby“. Tento výzkum mě přivedl na několik cest: jednu k nedávnému neurologickému výzkumu, další ke zkoumání fyzikálních zákonů a jiné do nekonečných sfér transcendence. Stavím příběh své matky v širší

struktury pozměněných stavů vědomí, včetně zkušeností na hraně smrti a dalších nezvyklých zážitků na konci života, abych ukázala, jak nadzemské stavy, ke kterým máme za těchto okolností přístup, poskytují pohled do jiných dimenzí reality. Tato kapitola je proto důležitá pro všechny, které zajímá pokračování života po smrti, i pro lidi, kteří se blíží ke konci života, a každého, kdo má co do činění s Alzheimerem.

Zkušenosti mé a matky mají společně s těmito zjištěními důležité důsledky pro každého, kdo se zajímá o pacienty s Alzheimerem. V kapitole „Pozitivní cesta vpřed: Péče s vědomostmi a pochopením“ nabízím rady pro péči a soužití s osobou, trpící Alzheimerem. Obsahuje řadu důležitých informací od lékařských i nelékařských expertů, organizací zabývajících se Alzheimerem a z mých vlastních zkušeností. Doufám, že toto pomůže rodině, lékařským profesionálům a lektorům, a že aplikování těchto vědomostí a zkušeností přinese všem ten nejlepší možný výsledek.

Poslední kapitola „Závěrečné myšlenky“ má obecnou perspektivu; zvažuje, jak mohou být témata, která vyvstala při této Cestě srdce a duše relevantní pro všechny z nás, teď v našich životech.

HORIZONT UDÁLOSTÍ

„Nemám žádnou minulosť, súčasnosť alebo budúcnosť.“

Pat

Siluetě tohoto příjemného skotského města na pobřeží, kde se odehrává náš příběh, dominují kostelní věže. Za ta léta se tu prakticky nic nezměnilo. Když jdete po pláži a koukáte na moře, ostrov Arran vypadá, jako by se tajemně vznášel nad vzdáleným horizontem. Večer vidíte obrysy jeho majestátních horských vrcholů proti zapadajícímu slunci. Lidé jsou tu zdvořilí, a když při venčení psa říkají „Dobrý den,“ pokynou vám hlavou. Za větrných dní dodávají kitesurfeři tomuto osobitému městu vzrušení, když jezdí sem a tam, občas vzlétnou a plachtí vzduchem během předvádění svých odvážných kousků. Občas vidíte po písčité pláži klusat koně, a když je hezky, oceán je posetý plachtami jachet.

Letní návštěvníci, z nichž je většina z Glasgow, se sem hrnou, aby si užili čisté pláže, bezpečného koupání, golfu a řady malých krámků se suvenýry. Čajovny podávají lahodné domácí koláče a z přístavu se line vůně smažených ryb s hranolky. Tohle město bylo domovem tátovy rodiny a mí rodiče zde žili ve svém stáří. Z tohoto místa mám řadu šťastných vzpomínek z dětství: hraní si na pláži a v písčných dunách s mou sestrou, bratranci a sestřenicemi. Ale toto idylicky vypadající místo, které nazývám domovem, je také baštou tradičních hodnot a názorů, které vylučují ty, kdo se jim protíví.

Životy mých rodičů plynuly dlouhá léta více méně normálně, než se najednou během jediného dne vše změnilo. V roce 2000 mámě při návštěvě místní nemocnice diagnostikovali Alzheimerovu chorobu. Tato zpráva mě šokovala, její zapomětlivost a mírně zvláštní chování jsem přikládala bolesti ze ztráty dcery, mé jediné sestry, v minulém roce. Následujících několik let bylo velmi těžkých. Máma doma odmítala další pomoc a navštěvovala

denní středisko. Táta, kterému bylo přes devadesát, a nepatřil k nejtrpělivějším lidem světa, denně bojoval s jejím problémovým chováním a byl u konce s rozumem. Žila jsem v Londýně a často jsem je navštěvovala, ale situace se neustále měnila a přišlo mi, jako bych stále něco doháněla. Často jsem se snažila zařizovat věci na dálku a nutno říci, že jsem neustále cítila úzkost a stres.

Máma celý svůj život úspěšně skrývala své problémy, když za ní jednou za dva týdny přišla geriatrická pečovatelka, vždy sehrála působivou scénku. Seděla na gauči v salonku, hladila kočku, která jí seděla na klíně, a zdvořile se bavila, jako by bylo vše v pořádku – a pro ni samozřejmě všechno v pořádku bylo. Naše svědomitá návštěvnice ode mě slyšela výčet všech možných katastrof, takže se k ní vždy nahnula a pokusně se zeptala: „Pat, chcete jít do pečovatelského domu?“ Na což máma rozhodným tónem hlasu, který každého ujistil, aby se už neodvážil ptát, odpovídala: „Děkuji, nechci.“

Za touto sebevědomou tváří to máma však nezvládala, protože se její stav zhoršoval, začala být nebezpečná pro sebe i ostatní. Několikrát jsem přišla do kuchyně, všimla si divného zápachu a zjistila, že je zapnutý plynový hořák, aniž by ho kdokoliv zapálil. Pak přišel táta, který neměl dobrý čich, a bezděčně ho chtěl zapálit, zastavila jsem ho v poslední chvíli! Mámu vždy velmi rozhořčilo, když jsme vylili rajčatovou polévku, kterou stále láskyplně dávala do kočičí misky, protože nechápala, že něco udělala špatně. V noci často odmítala jít spát a při svých nočních toulkách občas upadla a ublížila si.

Věděla jsem, že hrozí katastrofa. Když jsem informovala úřady o nebezpečí, které máma představuje, mysleli si, že se jí snažím předčasně strčit do pečovatelského domu a odmítlí cokoli dělat. Plnili svou povinnost, když chránili její práva, ale těm z nás, kteří mámu milovali a báli se o její bezpečí, to přišlo spíše byrokratické, než rozumné.

Náš dům byl hned vedle soukromého pečovatelského střediska. Takže v únoru roku 2002 jsem v něm ve stavu naprostého zoufalství zamluvila mámě místo, zdánlivě jen na pár dní úle-

vové péče. Nicméně jsem už předem mluvila s vrchní sestrou a požadovala, aby jí poskytla plnou péči. Během čtyřiaadvaceti hodin mi volala, aby mi oznámila: „Není v žádném případě možné, aby se vaše matka vrátila domů. Nevíme, jak mohla doma vzhledem ke svému stavu fungovat.“ Na chvíli jsem si připadala provinile, že jsem možná mámu zanedbávala, pak se mé pocity změnily v úlevu. Konečně někdo kvalifikovaný uznal zdravotní stav mé matky a míru nebezpečí, které představovala. Ale ve víru této zoufalé snahy jsem se nepřipravila na nedozírné následky svých činů.

Máma se domů nevrátila. Už nikdy. Najednou z ní byla stálá obyvatelka pečovatelského domu. Z vilky, která bývala jejím domovem, plným čilých a často nebezpečných aktivit se najednou stalo tiché a prázdné místo. „Co jsem to udělala?“ Když sem o samotě seděla na kraji její postele, přes slzavou šmouhu jsem viděla všechny ty věci, které říkaly, že tohle je *mámin pokoj*. Byla to slunná místnost, milovaná a taková, ve které se žilo, plná bezstarostného nepořádku. Na zdi byly přilepené fotky koček a rodinných srazů, její malby a obrazy. Zásuvky a skříňky zdobily štítky s názvy a návody, které jsem opatrně na vše dala, když jsem se jí snažila pomoci s jejími problémy s pamětí. Když jsem to všechno viděla, cítila jsem se naprosto zničeně.

Docházelo mi, jak závažná věc se stala, plakala jsem. Když byla máma několik posledních let tak zmatená a hašteřivá, bylo těžké představit si, jak se vyrovná s nezvyklým novým prostředím, které ji obklopuje, neznámými tvářemi a novým režimem. Ale k našemu údivu si dobře zvykla a byla překvapivě smířlivá. Myslím, že hluboko ve svém nitru se jí ulevilo, že je konečně v bezpečí a neustále se o ni někdo pořádně a láskyplně stará. Jak už je to u lidí v této situaci obvyklé, odmítala realitu, bála se změn a nevěděla, co potřebovala, dokud to nedostala.

Svět tam venku jsme opustili, teď jsme se ponořili do velmi jiného domova, toho pečovatelského. Tam se odehrává zbytek naší cesty. Bzučáky neustále přivolávají pomoc, často více než jeden druh. Chodbami se line těžký, sladký voňavý odér, který

maskuje méně příjemné pachy. Dnem i nocí je slyšet zvuk průmyslových praček. V hale jsou ve vyrovnaných řadách zaparkované invalidní vozíky a zmatení obyvatelé často bojují se zamčenými vstupními dveřmi, zatím co se diví, že je nemohou otevřít a jít ven. Někteří slepě hledí do prostoru, další s omezenou pohyblivostí oslovují kolemjdoucí a doufají, že se s nimi začnou bavit. Tohle je místo, kde končí lidské životy – místo, kam přicházejí zemřít.

Pečovatelský domov je velký impozantní dům, který stojí na dobře udržovaném pozemku zhruba míli od centra města. Rudá pískovcová fasáda nese jizvy více než sta let, během kterých odolávala větru a dešti. Jeho na východ orientované arkýře poskytují panoramatický výhled na blízké golfové hřiště (druhý domov mého táty) a nedaleko za ním je moře. Z jeho oken mohou se špetkou nostalgie koukat dolů do zahrady domu naší rodiny, který je hned vedle.

V hlavní části budovy jsou velké místnosti s vysokými stropy, okrasnými římsami a velkými krby, připomínky doby, kdy šlo o soukromý dům bohaté rodiny podnikající v lodní dopravě. Nyní je domovem dvaatřiceti obyvatel v důchodovém věku a stejně jako ostatní podobná zařízení má své pravidelné postupy. Obyvatelé snídají ve svých pokojích a pomalu se přesouvají do jídelny na velmi brzký oběd. Odpoledne všichni sedí v kruhu ve společenské místnosti v různém stavu bdělosti. Večer obyvatelé zůstávají ve společenské místnosti, dokud nejdou spát, což pro některé v závislosti na zdravotním stavu přichází okamžitě po čaji.

Mámin pokoj je v nové speciální přístavbě v zadní části tohoto velkolepého starého domu. Když ji navštěvuji, pokud je ve společenské místnosti, často ji беру do jejího vlastního pokoje, kde můžeme mluvit ve větším soukromí. Z něj je výhled na trávník na další křídlo přístavby, ale ne na její starý dům, takže by mohla být kdekoliv. Teď je to její nový domov a její svět.

Vlastníkem tohoto nezávislého zařízení je diplomovaný pečovatel, který v domově občas sám pracuje. Řekl mi: „Chci, aby byl tento dům místem, kde by byla šťastná moje vlastní

matka.“ Takže personál i přes enormní množství potřeb kombinuje vysokou míru zdatnosti a profesionality se skutečnou láskyplnou péčí. Vzhledem k tomu, že jsme dlouholetí sousedé, se s personálem známe a máme dobré vztahy, které jsou teď silnější proto, že zde žije máma. Kdykoliv jsem vítaná návštěvnice, dnem i nocí.

Když koukám z okna mé ložnice po straně našeho domu, vidím, jak se obyvatelé a personál pohybují v hlavní hale pečovatelského domu, který je nadosah. Takže mi přijde, že máma žije v další části našeho domu a má přístup k veškeré profesionální péči a příslušenství, které potřebuje. A já jsem klidná, že je v bezpečném, láskyplném prostředí, mimo nebezpečí. Mohu ji často navštěvovat a kvalitně s ní trávit spoustu času. S tátou už se nemusíme potýkat s jejím trvalým výstředním chováním a on si tak může ve svém životě znovu udělat do určité míry pořádek. I když to bylo v té době traumatické, všichni jsme si na tento nový stav zvykli.

Díky všem těmto příznivým okolnostem a vědomí, že když jsem doma, jsem blízko a k dispozici, pokud bude třeba, jsem se cítila klidná. Ale tento stav mysli je zastíňován pronikavým vnitřním zármutkem, vyplývajícím z dlouhodobé tragédie, která postihla naši rodinu, utrpením, které jsme za našich životů prožili, a řadou těžkostí, které stále nejsou vyřešené.

Abych mohla plně docenit dar matčina Alzheimerera, nejprve musím představit členy rodiny, kteří budou součástí cesty, a nahlédnout do jejich životů.

RODINNÁ KONSTELACE

„Miluji svou rodinu.“

Pat

Tento příběh, *Dar jménem Alzheimer*, k vám přichází z pohledu mých očí. Nicméně vzhledem k tomu, že jsem terapeutka, do něj také přináším své profesní znalosti a zkušenosti. Snažila jsem se být objektivní a předložit férové, vyvážené a přesné svědectví, ale v těchto dvou pozicích je také vrozená dichotomie, takže ve výsledku je mé svědectví subjektivní.

Toto jsou členové mé rodiny, žijící a mrtví, ovlivnění cestou, kterou jsem prošla se svou matkou, a bolestnými problémy, které jsme prožili leta před tím, než tato cesta začala.

Pat, moje máma

I když vím, že máma začala trpět depresemi téměř hned po mém narození, nepamatuji si, že by mi přišlo něco v nepořádku, dokud mi nebylo zhruba šest nebo sedm. Vzpomínám si, že byla neustále nervózní. Nemohla jsem pochopit, proč pro ni bylo všechno problémem, včetně prostého odchodu z našeho domu, nebo proč se s tátou tolik hádali.

Jednoho dne, když mi bylo sedm, se jeden z těchto konfliktů vymkl kontrole a máma byla najednou naprosto bez sebe. Běžela do své ložnice a křičela „Podřežu si žíly!“ Zabouchla dveře a zamkla je. Byla jsem vyděšená, protože jsem věděla, že v pokoji měla břitvu. Zatím co jsem stála a třásla se za dveřmi v potemnělé hale, snažila jsem se na ni mluvit, ale neodpovídala. Čas plynul a pořád bylo ticho. Ležela mrtvá na podlaze v kaluži krve? Točila se mi hlava, bušilo mi srdce a jen stěží jsem dýchala. Odmltla jsem opustit její dveře a držela stráž, zatím co táta stál na

druhé straně haly jako přimražený a svíral telefon. Nakonec, po době, která mi připadala jako věčnost, se otočil klíč v zámku a máma vyšla s pláčem ven, nezraněná, ale se zlomeným duchem. To bylo první z mnoha podobných traumat.

Máma, Pat, se narodila v roce 1915 velmi uznávanému presbyteriánskému faráři Skotské církve a konzervativní irské matce (která byla shodou okolností protestantka). Pat byla druhým dítětem ze tří: syna a dvou dcer. Žili ve vzkvétajícím mlýnském městě na jihozápadě Skotska. Máma se mi svěřila, že navzdory křesťanským vlivům a zdánlivě šťastné rodině často doma vídala tyranské chování. I když to v kontextu současné liberální výchovy zní hrozivě, nejobvyklejším přístupem otců bylo v té době „škoda rány, která padne vedle“.

Ve škole byla svědomitou žačkou, která vykazovala od raného věku nadání pro hudbu a gymnastiku. Později studovala tělesnou výchovu, kterou po promoci začala vyučovat. Během té doby potkala svého budoucího manžela a mého otce. Williama. Byl to okouzlující mladý armádní důstojník a tato krásná, mladá, urostlá žena s nádhernými hnědými vlnitými vlasy ho přitahovala. Vzali se v roce 1941 po vášnivé známosti, válka jim dala jen málo času, aby se poznali. Kromě krátkých období, kdy měl propustky domů, byl William v podstatě pryč až do roku 1946.

Takže jsem v roce 1943 přišla do domova bez otce. Po mém narození máma prožila to, čemu říkala nervové zhroucení. Dnes by jí diagnostikovali poporodní deprese. Bojovala s tím sama, nevěděla, zda se její manžel vrátí z války živý. Jako vdaná žena chtěla stát na vlastních nohou, proto nevyhledala lékařskou pomoc, se svými problémy se nesvěřila ani rodině. Nicméně mi později řekla, že v té době se bála, že by mohla v afektu strčit kočárek se mnou uvnitř do nedaleké řeky Ayr. Vím, že mě hluboce milovala, ale její zpověď ukazuje hloubku její deprese.

Tři roky po mém narození stále trpěla depresemi, v té době porodila druhou dceru, mou sestru Fionu. Můj otec by nyní demobilizován a doma, takže mohl konečně začít rodinný život. Ale nebyla to ta šťastná existence, na kterou se s tátou těšili, když

nemohli být spolu. Nechápal její deprese: jako bývalý major v armádě věřil, že vše, co potřebuje, je „dát se dohromady“ a „překonat to“. Napětí mezi nimi se nikdy nevyřešilo a se sestrou jsme byly přímo v jeho středu a nevyhnutelně nás ovlivnilo.

Tyranie, které byla matka svědkem v dětství, její neléčené deprese, manželství s mužem, který ji nechápal, a život v nekompromisní společnosti: to vše se spojilo a odsoudilo ji k životu v depresi a úzkosti. Také nedostala žádnou lékařskou pomoc, protože v té době se o psychických chorobách vědělo jen málo. Vzhledem k tomu, že jako dítě ztratila důvěru v benevolenci křesťanství, se dokonce ani nemohla obrátit k víře v době, kdy ji nejvíc potřebovala.

Ale během svého života se tvářila, že je v pořádku, uvnitř s tím bojovala a často byla velmi rozrušená. Její labilní nátura vedla k náhlým výbuchům nekontrolovatelného vzteku, během kterých byla nebezpečná sobě a všem okolo. Ty následovaly pocity zoufalství a občas vyhrožovala, že si vezme život. Později, když měla auto, vybíhala z domu a křičela, že sjede z útesu a že už ji nikdy neuvidíme. Hodiny plynuly a my nikdy nevěděli, zda to tentokrát neudělala.

Když se máma cítila dobře, projevovala svou spontánní, štědrrou náтуру, tak jako její irské matky a náš domov byl plný hudby: zpívání, klavíru a tance. Tyto šťastné chvílky mi ukázaly fragmenty ženy, kterou mohla být, ale nikdy nevydržely. Její ego bylo křehké a uznání, které tak zoufale hledala u svého manžela, se nedostavilo. Výsledkem bylo, že se cítila méněcenně a na hraně, čekala, kdy udeří další krize.

Z faktu, že rodinný život považovala za nudný, nedělala žádné tajemství. Ale návrat k učení, které ji naplňovalo, nebyl možný. Být ženou zaměstnaného muže znamenalo, že nesměla pracovat: vrhalo by to špatné světlo na schopnosti mého otce postarat se o rodinu. Tyto zažité, muži ovládané společenské zvyklosti, považovala za nesnesitelné. Neměla možnost úniku, což jen podporovalo její vztek a nepomáhalo uvolnit napjaté vztahy v manželství.

Táta neochotně souhlasil, že se může vrátit k učení, až když

jsme byly se sestrou náctileté. Těžko jsme mohli tušit, že se uvnitř této nervózní, ztrápené ženy, skrývá zcela jiná bytost: kreativní extrovertka a vášnivá tanečnice, třeba jako Isadora Duncanová. A načasování jejího návratu bylo dokonalé. Ve skotské tělesné výchově se rodilo nové, kreativní taneční hnutí, postavené na práci Rudolfa Labana, inovátora v oblasti moderního tance. Máma se díky svému zápalu pro tanec stala průkopnicí a jednou z předních lektorek v této oblasti.

V následujících letech se do této aktivity ponořila, byl to pro ni ventil pro její kreativitu a hudební nadání. Stala se úplně jinou ženou. Každou volnou chvíli trávila nahráváním hudby a tvorbou tanečních programů pro děti na základních a středních školách. Kromě své role učitelky byla jmenována i do církevní pozice, vedla starší studentky na akademii, kde učila.

V této době bohužel také prožila řadu osobních tragédií. Nejprve její bratr spáchal sebevraždu, stejně jako ona trpěl chronickými depresemi. A poté se o několik dní později utopil jeho syn. Následovně její sestra, se kterou si byla za svého života velmi blízká, zemřela na rakovinu. Ale vzhledem k tomu, že máma našla svou vnitřní sílu, se s těmito ztrátami vyrovnala a žila dál.

V době, kdy šla do důchodu, se do jejího života dostala malá vnučka Emily, dcera mé sestry Fiony. I když byly okolnosti Emilyina příchodu na svět traumatické, mámě přinesla novou radost a byla pro ni tolik potřebným objektem lásky. Má sestra začala být závislá na alkoholu a od narození Emily až do doby, kdy se projevil Alzheimer, se máma velmi snažila pomáhat své dceři a vnučce. Její potřeba společnosti a sestřina potřeba pomoci a podpory vyústily ve vzájemnou závislost. Kvůli stále se zhoršující schopnosti sestry vše zvládat byla Emily v jedenácti letech oficiálně svěřena do péče mých rodičů.

V roce 2000, rok po předčasné smrti sestry kvůli nemoci spojené s alkoholem, mámě psychiatr v místní nemocnici diagnostikoval pravděpodobnou Alzheimerovu chorobu. Budoucnost vypadala bledě. Byla si vědoma, že se její tělo a mozek postupně rozkládají a že jí Alzheimer nakonec připraví o život.

Já, Margaret, Maggie

Jsem dcera své mámy, její společnice a věrná zapisovatelka na naší Cestě srdce a duše.

V průběhu mého dětství připomínal život doma jízdu na horské dráze: nahoru, dolů, nepředvídatelný. Když bylo mámě dobře, překypovala láskou a radostí, ale když měla jeden ze svých kolapsů, její chování bylo stejnou měrou iracionální a nepřiměřené. Její labilní povaha znamenala, že obsadila emocionální prostor celé rodiny – nebylo v něm místo pro mě nebo kohokoliv jiného. Byla jsem odhodlaná nebýt jako ona za každou cenu, proto jsem se uvrhla do emocionální svěřací kazajky, a proto doma otevřeně nevyjadřovala žádné emoce.

Navzdory všem těmto problémům mi to ve škole šlo a mimo domov jsem žila plnohodnotný divoký život. Ale aniž by to někdo věděl, protože nebylo komu se svěřit, jsem po smrti malého bratrance začala trpět ničivými záchvaty paniky. Jak jsem vyrůstala, já a máma jsme procházely normální fází vzájemných konfliktů. Ale v našem případě vedly vzájemné boje k násilným potyčkám, fyzickým i verbálním, které vždy končily máminým pláčem a bolestným traumatem na mé straně.

Od mládí jsem utíkala domácí vřavě tím, že jsem se zajímala o umění a design. V pubertě se těžiště mého zájmu přesunulo k módě, a i když jsme se o tom nikdy nebavili, čekala jsem, že ji budu studovat na umělecké škole. Ale když přišel onen čas, táta, který zažil neskutečné těžkosti během finanční krize ve třicátých letech, celou věc okamžitě zamítl. Stejně jako řada otců v té době věřil, že taková místa mohou být pro jejich dcery nebezpečná – doupata hříchu. Umělecká škola navíc nepředstavovala dobré vyhlídky pro stabilní zaměstnání. Možnosti, které mi nabídl, byly studium na zdravotní sestru, učitelku nebo sekretářku. Byla jsem na něm finančně závislá, takže mé sny musely jít stranou. Proto jsem v té době nebojovala jenom s mámou, ale také se svým tátou.

Hledala jsem pro sebe zajímavější budoucnost, než mi naplánoval táta, takže jsem se dala k jedné velké obchodní síti jako

praktikantka managementu. Dávala jsem veřejně najevo svůj zájem o módní návrhářství, netrvalo dlouho a mířila jsem do nové galaxie: do Londýna. A počátkem šedesátých let se skutečně třpytil. Najednou jsem se ocitla uprostřed vznikající módní revoluce. Znovu jsem se narodila a dala jsem si jméno „Maggie“. V té době jsem byla vystavena řadě nových vlivů a obzvlášť jeden na mě měl hluboký a trvalý efekt. Přátelé mě přivedli do ezoterické skupiny, která praktikovala transcendentální meditace a studovala východní filozofii. Každý týden jsme dostali materiál od učitele v Indii, o kterém jsme v našich skupinách diskutovali, řešili jsme vážné otázky ohledně podstaty reality. Toto bádání a nové poznání, které se z něj vynořilo, naprosto změnilo mé chápání světa. Od té doby byla spiritualita základním pilířem mého života.

Nicméně i když jsem měla vzrušující život, po několika letech přišlo cosi, co dnes považuji za spirituální krizi. Skryté rány z mého dětství začaly krváčet skrz své mělké obvazy. Opět se mi vrátily záchvaty paniky, které mě mrzачily, a dřív, než jsem se nadála, jsem se kutálela do černé díry a neměla se čeho chytit.

V té době byla terapie stále jen výsadou privilegovaných a na řadě míst této země se o ní vědělo jen málo, ale naštěstí jsem byla na správném místě, abych našla intenzivní psychotherapii, kterou jsem potřebovala. Ta mě vzala na cestu do temné noci duše, kde jsem získala hluboké vhledy do svého nevědomí. Tento proces mě přivedl do Jiných světů, kde jsem objevila pestrý smysl a odhalení, které poskytují sny. Tato zkušenost byla skutečně léčivá a prospěšná, také mi přišla fascinující. To, co začalo jako osobní potřeba, se časem změnilo v profesionální zájem a přimělo mě, abych začala studovat poradenství a psychoterapii.

Když jsem se vynořovala ze své léčebné cesty, odklonila jsem se od zmatku světa módy a vrátila se ke svým kořenům jakožto tvůrce věcí. Pletla jsem a barvila vlnu, tkala koberce a pokrývky a stala se poloprofesionální keramičkou. V té době jsem potkala muže, který se měl stát mým manželem. Vážil si mé kreativity,

přižívoval ji způsobem jako nikdo jiný předtím. Byla jsem v sedmém nebi. Měli jsme spolu syna a mateřství jsem přijala každou buňkou svého těla.

Byla jsem naplněna radostí z toho, že jsem matkou, svou prací řemeslnice a učinila jsem nový objev, který mi změnil život. Zjistila jsem, že jsem citlivá na energii. Nacházela jsem věci v jiných lidech, pocity, o kterých jsem věděla, že nejsou mé: úkaz, který popisují léčitelé. Ale vzhledem ke své pragmatičnosti jsem byla také skeptická. Existoval jen jeden způsob, jak zjistit, zda je tušení o mých léčivých schopnostech pravdivé – vyzkoušet je účastí na zkušenostních kurzech a workshopech. Tak jsem se vydala na komplexní tréninkový program pro léčitele, který vedl velmi zkušený léčitel a spiritista.

Na jednom workshopu o vnímání aury jsem objevila, že když jsem držela svou ruku v něčí auře a pohybovala s ní v jejich energetickém poli, vnímala jsem různé prožitky. Zdálo se, že to funguje na metr daleko stejně, jako ve vzdálenosti pouhého centimetru. Naučila jsem se vykládat různé prožitky, které jsem cítila, a jak vyvažovat choulostivou energii člověka, abych navodila stav větší harmonie. Na jiném workshopu o čtení aury jsem ke svému úžasu zjistila, že mohu vidět dynamická energetická pole, která obklopují skutečné tělo, a že se liší od člověka k člověku a od chvíle ke chvíli. Skrze vedené meditace jsem prožila něco, co se zdálo být velmi realistickými předešlými životy, věci, na které jsem doposud nevěřila. Při další výukové lekci jsem prožila úžasnou mimotělní zkušenost, na kterou nikdy nezapomenu.

Byla jsem svědkem těchto různých spirituálních jevů a sama jsem je prožila, nepochybovala jsem o existenci a léčivé síle jemných energií a věděla jsem, že je chci aplikovat při své praxi. Ale nejprve jsem cítila, že potřebuji nějakým způsobem objektivněji potvrdit své domněnky, kvůli sobě i svým klientům. To mě dovedlo ke studiu kineziologie, holistické terapie, která využívá testování svalů k vyhodnocení všech aspektů člověka – strukturálních, emočních, chemických a energetických – a výběru léčebné metody (nebo metod), které ve všem opět nastolí rovnováhu a harmonii. Když bylo mé studium léčby, poradenství