

Polona Ozbič<sup>1</sup>

## Obred pokopa ob smrti bližnjega družinskega člana: kateri dejavniki žalujočim stisko lajšajo in kateri jo otežujejo?

**Izvleček:** Pogreb je obred, ki ga opravijo žalujoči po smrti bližnjega in je namenjen širši družbeni skupnosti. V procesu žalovanja žalujoči predeluje tudi posamezne situacije, ki so se zgodile na pogrebu. Zato je pomembno poznati dejavnike, ki so lahko za žalujočega vir stresa ali pa mu stisko lajšajo. V raziskavo smo vključili 18 žalujočih posameznikov obeh spolov, ki so pred enim do dvema letoma izgubili bližnjega družinskega člana (partnerja, starša, otroka) zaradi različnih vzrokov smrti. Z udeleženci smo izvedli usmerjeni intervju in s pomočjo utemeljene teorije opredelili tri glavne tematske sklope: organizacijo in izvedbo pogreba, prisotnost drugih ljudi na pogrebu in nošenje žalnih oblačil na pogrebu ter po njem. Glavne ugotovitve raziskave so, da so najpogostejši dejavniki, ki žalujočim lajšajo stisko: poznavanje želja umrlega glede izvedbe in poteka pogreba, prisotnost večjega števila ljudi na pogrebu in možnost, da se žalujoči sami odločijo, kako bodo na pogrebu in po njem oblečeni. Dejavniki, ki žalujočim na pogrebu stisko povečujejo, pa so: pomanjkanje časa pri slovesu od umrlega, nezadovoljstvo z delom pogreb-  
nih zavodov in pogosti pritiski okolice glede nošenja žalnih oblačil.

<sup>1</sup> Mag. Polona Ozbič je doktorandka Aplikativnih psiholoških študij na Oddelku za psihologijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani in zaposlena kot raziskovalka na področju proučevanja procesa žalovanja v Psihiatrični kliniki Ljubljana. E-naslov: polona.ozbic@psih-klinika.si.

**Ključne besede:** proces žalovanja, obred pokopa, družbene norme  
UDK 2-557:159.942.3

### **The Funeral Ritual for a Deceased Relative: The Factors Which Respectively Decrease and Increase the Distress of the Bereaved**

**Abstract:** The funeral ceremony is an event designed for the wider community. The bereaved has to process the funeral ceremony by itself as well as various events connected with it. Since these can be experienced either as a source of additional stress or as a support which relieves distress, it is important to study the influence of those factors on the bereavement process. Our research included 18 bereaved individuals of both genders who suffered after they had lost a close family member (partner, parent, child) from various causes within one to two years prior to the interview. An in-depth structured interview was carried out with every participant on the following three topics: the organisation and execution of the funeral; the presence of other people at the funeral; the dress code at and after the funeral. According to our research, the most common factors that relieve distress are: knowing the wishes of the deceased about the desired form of the funeral, large numbers of people attending the funeral, and the possibility for the bereaved to choose the dress colour code at and after the funeral. On the other hand, the stress of the bereaved may be exacerbated during the funeral by not having enough time to say farewell, by the undertakers' insensitivity and blunders, and by the pressure of the environment to wear mourning.

**Key words:** bereavement process, funeral ritual, social norms



## Proces žalovanja

“Mogoče je trditi, da nihče, ki ni umrl, ne more z avtoriteto govoriti o smrti in ker se doslej še nihče ni vrnil iz smrti, kako naj potem sploh kdo ve, kaj je smrt ali kaj se dogaja po njej?”<sup>2</sup> Neposredno znanstveno proučevati fenomen smrti je zelo težko, proučujejo pa se lahko v kontekstu medosebnih odnosov odzivi ljudi na izgube, tj. predvsem proces žalovanja. Izgube so del življenja vsakega posameznika in nanje se zmeraj odzovemo z žalovanjem, ki je pričakovan, praviloma boleč in dalj časa trajajoč proces.<sup>3</sup> Z žalovanjem ob smrti bližnjih oseb se v življenju večkrat soočamo vsi.

Kako se bo žalujoči odzval (intenzivnost in potek) na izgubo, je odvisno od različnih dejavnikov, ki se med seboj zmeraj prepletajo:<sup>4</sup>

- individualni dejavniki (osebne značilnosti žalujočega): starost in spol žalujočega in umrlega, dolžina in kakovost odnosa z umrlim, osebna struktura žalujočega, pretekle izkušnje z izgubami,<sup>5</sup> družinsko okolje,
- situacijski dejavniki (okolščine smrti): vzrok in način smrti, (ne)pričakovanost izgube, način informiranja o izgubi, pomembno je, ali je bila smrt naravna ali nasilna (samomor, nesreča),
- družbeni dejavniki (vplivi iz okolja): kulturno predpisani in pričakovani rituali (obred pokopa), družbena sprejemljivost žalovanja, količina in kakovost socialne podpore (podpora družinskih članov, prijateljev, sodelavcev, sosedov), odzivi okolja (prepričanja, stereotipi, stigme).

<sup>2</sup> Tibetanska knjiga mrtvih, 2002, 9.

<sup>3</sup> Freud, 1887, Grad Tekavčič, 2003, Worden, 2009.

<sup>4</sup> Grad Tekavčič, 1994, Ozbič, 2013.

<sup>5</sup> Simonič, 2005, 78.

Del procesa žalovanja zajema tudi obrede slovesa, katerega sestavni del je obred pokopa. V raziskavi smo se osredinili na proučevanje obreda pokopa, ki ga uvrščamo med družbene dejavnike procesa žalovanja.

## **Življenjske šege in navade**

Z opazovanjem šeg in navad poskušamo razumeti najrazličnejše praznične in vsakdanje oblike človekovega delovanja, verovanja in vedenja. Navade so ponavljajoča se in ustaljena dejanja, pravila za življenje in obnašanje, omogočajo vzdrževanje reda v skupnosti in ravnanje ljudi v medsebojnih odnosih, šege pa prej veljajo za izraz medčloveških odnosov in dejanj, ki se iz vsakdanjih povprečij dvigujejo na pomembnejše, poudarjeno ali praznično mesto v skupnosti. Pri posameznih dogodkih in dejanjih vzpostavljajo ljudje med seboj globlje, podedovane, prevzete ali na novo vzpostavljene povezave, ki so družbeno priznane in zato obvezujoče tako za posameznika kot za skupino ali skupnost. Ker so vzdignjene nad vsakdanjost, dobivajo posamezna dejanja in njihovi sestavni deli simbolični pomen.<sup>6</sup>

Šege in navade se spreminjajo: z opuščanjem obrednosti ali ritualnosti pogosto šega postane navada, iz drugih okolij pa določena družba nenehno sprejema tudi nove navade, ki lahko postanejo sčasoma šege. Ob spreminjanju je temeljna značilnost šeg tudi družbena pogojenost. Šege in navade so usmerjevalke človekovega vedenja v njegovem osebnem, družinskem vsakdanjiku, v javnem življenju ter pri različnih slovesnostih in praznovanjih. V domačem okolju lahko počnemo mnogo več kot v javnem, skupnem: številne šege in navade so zato lahko tudi opozorila skupnosti v zvezi s človekovimi posebnimi oblikami vedenja ali potrditev tistega, kar je družba določila in sprejela kot primerno. Bistvo šeg je torej v njihovi

---

<sup>6</sup> Bogataj, 2005, 15.

spremenljivosti in družbeni pogojenosti. V tem dinamičnem procesu se pogosto dalj časa ohranja struktura, vsebina pa je hitreje podvržena spremembam ali celo propadanju.<sup>7</sup>

Šege in navade delimo na:<sup>8</sup> življenjske šege in navade (spremljajo človeka od rojstva do smrti ob vseh pomembnih mejnikih), koledarske (pomenijo leto cerkvenih in posvetnih praznikov in so najštevilčnejše) in na dejanja, dogodke in praznike, ki spremljajo določena opravila, dela in delovne postopke. V raziskavi smo se osredinili na področje življenjskih šeg in navad ob smrti, in sicer na obred pokopa. Življenjske šege in navade so poimenovane tudi šege življenjskega cikla ali kroga ali rituali prehoda.<sup>9</sup> Gre za ustaljena dejanja in ravnanja ob rojstvu, poroki in smrti ter ob raznih za posameznika ali družino pomembnih dnevih: abraham, rojstni dan, god, obletnice. Te šege so splošno razširjene.<sup>10</sup>

Ti rituali so odvisni od kultur, kjer se izvajajo, in se med družbami medsebojno razlikujejo, povezani so s temami, kot so: ponovno rojstvo, duh prednikov, nesmrtnost duše.<sup>11</sup> Ker je smrt dogodek, na katerega so se ljudje v svoji zgodovini zmeraj odzvali, so se izoblikovali vzorci, ki jih posamezne družbe v določenem času predpisujejo posamezniku. Rituali in tradicija posamezne kulture povedo, kaj naj posamezniki naredijo in kako.<sup>12</sup> Posameznik prav v kontekstu kulture, iz katere izhaja in v kateri živi, razvije različne predsodke, prepričanja, stereotipe, stigme (še posebej je to močno v primerih samomora) o žalovanju.<sup>13</sup> Vsaka kultura ima

<sup>7</sup> Bogataj, 2005, 16-17.

<sup>8</sup> Bogataj, 2005, 17-18.

<sup>9</sup> Bell, 1997, 94.

<sup>10</sup> Bogataj, 2005, 19.

<sup>11</sup> Salamone, 2004, 107.

<sup>12</sup> Byng-Hall, 1991, 131.

<sup>13</sup> Grad Tekavčič, 2006, 95-96.

svoje rituale za naslavljanje kompleksnega procesa žalovanja, ki se s časom konstantno spreminjajo. Rituali so polni simbolov, metafor in različnih aktivnosti. Izražajo vrednote in norme določene kulture glede smrti in žalovanja na časovno in krajevno omejenem področju. Pri tem ima velik pomen zagotavljanje psihološke varnosti udeležencev.<sup>14</sup>

Globoko zakoreninjene vrednote, verovanja in prepričanja nam torej ne dovolijo spreminjati obredov, ki izpolnjujejo našo odgovornost do umrlih in celijo rane tako posameznikom kot družbi.<sup>15</sup> Pri mnogih šegah ob smrti srečujemo tako strah pred umrlim in njegovim povratkom, ki bi lahko imel zle posledice za domače, kot tudi spoštovanje do njega, ker so ga bližnji imeli radi in ker je po smrti deležen velike moči nad živimi.<sup>16</sup> Temeljna značilnost dediščine šeg ob smrti temelji na obrambnih dejanjih in na kultu prednikov. Njihov namen je bil zagotoviti srečo, zdravje, rodovitnost in blaginjo, spoštovati duhove prednikov in jim nameniti vso pozornost, hkrati pa zagotoviti, da se ne bi mrtvi vračali in škodovali živim.<sup>17</sup> Rituali niso namenjeni le pokojniku in lažšanju stiske žalujočih, zaznamujejo tudi spremembe v odnosih in služijo skupnosti, ki je izgubila svojega člana, da uredi "moteno" stanje, kar je včasih zelo emocionalno.<sup>18</sup> Smrt lahko razumemo kot element, ki razrahlja določeno družbeno skupino, posmrtni rituali pa so mehanizmi reintegracije, obredi pripeljejo do tega, da se družbena skupnost, ki jo je izguba prizadela, ponovo zedini.<sup>19</sup>

---

<sup>14</sup> Imber-Black, 1991, 207-208.

<sup>15</sup> Gregorčič, 1998, 163.

<sup>16</sup> Ložar Podlogar, 1999, 9.

<sup>17</sup> Bogataj, 2005, 20.

<sup>18</sup> Imber-Black, 1991, 207-208.

<sup>19</sup> Petrović, 2002, 161.

## Značilnosti obreda pokopa

Kaj pomeni smrt, so se naši predniki začeli spraševati verjetno tedaj, ko so se začeli zavedati svojega življenja in so bile izgube njihove vsakodnevne spremljevalke. Že paleolitski ljudje so opravljali posebne obrede ob smrti bližnjih. Poleg najdenih okostij so bili najdeni tudi predmeti, ki naj bi umrlemu pomagali pri nadaljevanju življenja v onostranstvu. Pogrebni običaji so bili zmeraj povezani z duhovnim svetom in verovanjem takratnih ljudi.<sup>20</sup>

Obred pokopa je bil za Rimljane slovesnost. Pogrebni sprevod so vodili piskači, sledili so drugi glasbeniki in žena, ki je pela hvalnico umrlemu, nato vzlikajoče žene z lesenimi butarami in igralci, ki so z mimiko ponazarjali lastnosti umrlega. Žalujoči so si nadeli voščene maske umrlih prednikov. V črno oblečeni liktorji so nosili odkrito truplo, ki mu je v žalni črnini sledila žalujoča družina. Mesto pokopa ali sežiga je bilo zunaj naselbine. Truplu so poslednjič odprli in zaprli oči in mu dali poslednji poljub, nato je bližnji sorodnik zažgal grmado, prisotni pa so v ogenj metali cvetje, nakit, hrano, dišave. Z vinom so pogasili žerjavico in umili kosti, ki so jih z dišavami in medom stresli v urno. Med pogrebom so svojci s posebnim obredom izlili pitno daritev bogovom. Kraj sežiga je kasneje krasil s cipresami ograjen oltar, žaro pa so najpogosteje postavili v kolombarij, ki je nosil pokojnikovo ime.

V srednjem veku in vse do 19. stoletja je bilo umiranje na naših tleh javna ceremonija. Ko je umirajoči zaslutil, da se mu bliža zadnja ura, se je začel počasi pripravljati na odhod s tega sveta. Prišel je duhovnik, ki ga je spovedal. Po slovo so prišli sorodniki, sosedje, prijatelji, znanci, prisotni so bili tudi otroci in vsi, s katerimi je bil kdaj sprt. Bolniku na smrti postelji je bilo treba vse odpustiti in mu tako olajšati smrt. Ljudje so bili na pogreb povabljeni. Smrt so naznanili domači, k

<sup>20</sup> Plesničar Gec, 1999, 50-53.

pogrebu pa so povabili po posebnih mrtvaških znanilcih in vabilcih.<sup>21</sup> Ko je umirajoči izdihnil, so užaloščeni izobesili razglas na vhod pokojnikove hiše in s tem povabili vse, ki so ga poznali, da se pridejo od njega poslovit.<sup>22</sup> Smrt je oznanil tudi mrtvaški zvonček v vaškem cerkvenem zvoniku.<sup>23</sup> Svojci so ob umrlem bedeli tri dni in noči na domu, pri pogrebu pa je sodelovala vsa vaška skupnost, grob so po stari šegi kopali sosedje.<sup>24</sup> Z mrličem so imeli po smrti opraviti zgolj sosedje, saj se ga svojci niso smeli dotikati. Sosedje so umrlega umili s toplo vodo. Ko so ga oblekli, so ga položili v krsto in jo postavili na mrtvaški oder v hiši. Umrlega so pokopali tretji dan, na pokopališče so ga nesli iz domače hiše skozi vas, nekaj časa ga je spremljal še domači ogenj.<sup>25</sup>

Krščanski pogrebni sprevod je vodil duhovnik s strežniki, ki so nosili križ, kropilo z blagoslovljeno vodo, kadilnico in večno luč. Njim so sledili pogrebci s krsto. Za krsto so hodili svojci, bližnji. Med potjo so molili in peli. Po obredu v cerkvi so duhovnik in verniki spremljali pokojnega na pokopališče. Tu je duhovnik opravil verski obred: kropljenje groba, blagoslov telesa, nato je na krsto spustil zemljo. Pogrebni akt se je končal s pesmijo. Katoliki so poznali šego, da so se po pogrebu, ki mu je sledila gostija, še sedem dni zbirali na domu pokojnega, kjer so peli, molili in obujali spomine na mrtvega. Udeležili so se tudi sedmine, tridesetega dne po smrti in obletnice pogreba. Mrtvih so se spominjali tudi ob cerkvenih praznikih.<sup>26</sup>

Danes mnogih preteklih praks ni več. Veliko so k spremembam šeg in navad ob smrti prispevale spremembe v tehnologiji pokopavanja in pojmovanja smrti. Največje spremembe so se zgodile po 2. sve-

---

<sup>21</sup> Orel, 1944, 306.

<sup>22</sup> Aries, 1989, 47. V: Petrović, 2002, 164.

<sup>23</sup> Orel, 1944, 304–306.

<sup>24</sup> Ložar Podlogar, 1999, 16–23.

<sup>25</sup> Orel, 1944, 308.

<sup>26</sup> Gregorčič, 1998, 167–168.



tovni vojni predvsem zaradi predpisov posvetnih in cerkvenih oblasti, v novejšem času pa tudi zaradi prevzemanja tujih modnih vzorcev. Največja sprememba je nastala s postavljanjem mrliških vežic po 1. svetovni vojni v mestih in konec 20. stoletja tudi na podeželju, kar pomeni, da se žalujoči od umrlih ne poslavljajo več doma, temveč na pokopališču.<sup>27</sup> Ker v vežico pokojnega pripeljejo v krsti ali v žari, bližnji pokojnega ne umivajo in oblačijo več sami, pokojni tudi pogosto ne umre več doma, temveč v bolnišnici. Slovo je časovno precej omejeno: del, ki se je nekoč odvijal na domu, se danes odvije pred mrliško vežico in na samem pogrebu.<sup>28</sup> Pokopališča navadno zvečer tudi zaklenejo,<sup>29</sup> kar dodatno skrajša čas slovesa od pokojnega pred pogrebom. Ni več procesije skozi vas do pokopališča. Danes tudi ni več tridnevnega bdenja pri umrlem. Pogrebi so postali avtomatizirani. Ritual je nekoč služil tolažbi živih, kdor pa danes žaluje, pogosto ostaja sam.<sup>30</sup> Smrt, ki je bila nekoč v naši kulturi vseprisotna, je danes pogosto zamolčana, postala je objekt prepovedi, tako je postala skrita okolici in tudi umirajočemu.<sup>31</sup> Pogreb je danes zelo formaliziran. Spontani govori so redkost. O smrti se vse manj govori, z mrtvim se ne srečamo več nujno.<sup>32</sup> Sedmina je bila nekoč pogojena z mašo in je bila sedmi dan po pogrebu, danes se ime sedmina uporablja za pogrebščino, ki je takoj po pogrebu.<sup>33</sup> Sedanja družba noče razmišljati o smrti, mnogi odganjajo misel na lastno smrt ali na smrt svojih bližnjih.<sup>34</sup> Preveč vidna žalost ne izziva več toliko sožalja. Edini legitimni izhod je objokovanje v

<sup>27</sup> Bogataj, 2005, 19-20.

<sup>28</sup> Gregorčič, 1998, 168.

<sup>29</sup> Ložar Podlogar, 1999, 29.

<sup>30</sup> Borko, 2008, 17.

<sup>31</sup> Petrović, 2002, 165.

<sup>32</sup> Gregorčič, 1998, 175-177.

<sup>33</sup> Ložar Podlogar, 1999, 24.

<sup>34</sup> Klevišar, 1999, 45.

samoti. Iz tega izhajajo tudi fenomeni zamolčanosti, travmatizacije in inhibicije smrti, smrt postane tabu tema.<sup>35</sup>

## **Nekatere nekrščanske pogrebne prakse**

V Sloveniji prevladujejo pogrebi, ki temeljijo na krščanskem izročilu. Se pa srečujemo na pogrebih tudi z muslimanskim, pravoslavnim, judovskim in budističnim/hindujskim verskim obredjem, za katere je značilen drugačen potek zaradi drugačnega filozofskega, duhovnega in zgodovinskega razvoja.

Za muslimane je značilno, da so monoteisti in kakor za druge vere je tudi za islam značilno, da s sistemom uredb uravnavajo življenje posameznika, odgovarjajo na vprašanja smisla in cilja človekovega življenja in mu oznanjajo zapovedi, ki jih mora izpolnjevati. Ima pa islam tudi družbeno vlogo: vero izraža zakonodaja, ki pokriva vsa življenjska področja od intime posameznika do družbeno-političnih vprašanj. Bistvo islamske skupnosti je, da gre za povezanost vseh, ki izpovedujejo islam, molijo obrnjeni proti Meki, verujejo v Kur'an in v poslanca Muhammeda in živijo v skladu z naukom in prepisi, ki izhajajo iz Kur'ana in Muhammeda.

Muslimani verujejo, da smrt predstavlja le prehod iz življenja na tem svetu v svet večnega življenja. Kljub temu pa je za pripadnike islama čas smrti – tako kot za pripadnike ostalih verstev – čas bolečine in čustvovanja, obenem pa tudi čas usmiljenja in upanja. Tako je prva zapoved muslimanov ob izgubi ljubljene osebe, da skušajo ostati prisebni in pomirjeni in da molijo za umrlega, da bi ta našel mir in spokoj v posmrtnem življenju. Čeprav je smrt boleča, muslimani v času žalovanja pretirano ne jočejo, saj verjamejo, da je ločitev od umrlega le začasna.<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> Petrović, 2002, 169–170.

<sup>36</sup> Porić, 2012, 32.

Muslimani strmijo k temu, da se pogreb opravi v najkrajšem možnem času. Upepelitev ni dovoljena, zato morajo muslimani umrlega pokopati na klasičen način. Oči umrlega morajo biti zaprte. Pred pogrebom je potrebno umrlo osebo umiti. Pokojnika operejo spoštljivo, s čisto vodo in milom. Ob tem se berejo določeni deli Kur'ana, zlasti 36. sura, ki govori o vstajenju mrtvih in o nagradi in kazni na sodni dan. Kopanje umrlega opravijo družinski člani ali odgovorna oseba v Islamski skupnosti: če je umrla oseba ženska, kopanje opravijo ženske, če je umrla oseba moškega spola, pa moški. Svoje umrle pospremiijo s tega sveta v belih rjuhah, v katere zavijejo telo umrlega, tkanine, ki so navadno iz bombaža ali platna se imenujejo čefini.<sup>37</sup> Moški so zaviti v tri in ženske v pet kosov tkanine. To blago naj bi bilo enostavno in ne kičasto. Tako pripravljenega pokojnika v krsti ali če je mogoče na tabutu prinesejo pred zbrane udeležence pogreba, pri čemer mora biti z desno stranjo obrnjen v smeri proti Meki, v Sloveniji je to proti jugovzhodu. Nato se opravi molitev Salatu-I-dženazah, ki navadno poteka na pokopališču in je obvezna samo za moške. Po molitvi umrlega odnesejo ali odpeljejo do groba, kjer ga pokopljejo. Pri pokopu mora umrli ležati tako, da je njegova desna stran telesa obrnjena proti Meki. Ko že leži v grobu, se na pokojnika poševno postavijo deske, ki med pokopavanjem preprečujejo neposredno padanje zemlje nanj, vendar to le v primeru če se umrlega pokoplje na tabutu, kar pa v Sloveniji ni dovoljeno. Splošno veljavno pravilo je, da se molitve in pogreba lahko udeležijo le moški, za ženske pa je priporočljivo, da v času pogreba oziroma džaneze za umrlega molijo. Ženske lahko pridejo do groba šele, ko je pogreb zaključen. V Sloveniji so sicer v praksi ženske prisotne na pokopališču, ko se opravlja molitev, vendar so v ozadju. Tudi nošenje črnine ni običaj. V islamu ni priporočljivo po-

<sup>37</sup> Porić, 2012, 32.

stavljati velike spomenike in okraševati grobove. Kot nagrobno obeležje, se postavi bašluk (ženski ali moški), z imenom in priimkom umrle osebe ter z datumom rojstva in z datumom smrti.<sup>38</sup>

V pravoslavni veri smrt, kot tudi v drugih krščanskih verstvih, označuje prehod iz začasnega tuzemskega življenja v večno življenje v onostranstvu. Ob smrti bližnjega svojci najprej obvestijo najbližnji krog sorodnikov in prijateljev, ki nemudoma pridejo na dom preminulega, da bi bili v oporo žalujočim in da se poslovijo od umrlega. Ker smrt svojece pogosto preseneti, obiskovalci pogosto v znamenje solidarnosti s seboj prinesejo hrano. Upepeljevanje ni običaj. Pokojne se pokoplje tretji dan po smrti. To zmeraj ni mogoče zaradi obdukcije, ki lahko traja dalj časa. Najbolj prepoznan znak pri pravoslovacih je črnina. Takoj po smrti si jo nadenejo vsi najbližji sorodniki. Črnina je zanje obvezna na pogrebu in po njem. Pred pokopom so značilne noči bedenja na domu, ko se okoli ležečega pokojenega zberejo sorodniki in prijatelji, berejo molitve, da bi njegova duša dosegla mir, spominjajo se lepih trenutkov, to je tudi priložnost za izrekanje sožalja. Umrlega prek pokopom umijejo in ga oblečejo v novo svečano obleko in mu obujejo čevlje. Položijo ga v krsto. Svojci sprejemajo sožalja tudi na pokopališču pred pogrebom. Obiskovalci se pokojenu poklonijo s cvetjem in svečami, ki jih poklonijo žalujočim. Najbližji sorodniki preminulega sveče držijo v rokah tudi med obredom. Po molitvi v vežici in pred njo se udeleženci pogreba odpravijo do groba: za pravoslavnim križem stopa duhovnik, ki mu sledi krsta s pokonjim, nato pa najbližji sorodniki. V grob položijo krsto, duhovnik prebere molitev, nato vsi najbližji od duhovnika vzamejo kuhano pšenico prelito s črnim vinom. Sledi še kosilo v spomin na pokojnega.<sup>39</sup>

Evropski kulturni prostor je zaznamovan tudi z judovsko tradicijo, za katero je značilna monoteistična vera. V Sloveniji živi le

---

<sup>38</sup> Porić, 2014.

nekaj sto pripadnikov judovske vere. Ob smrti pokojnemu najprej zaprejo oči, nato pa njegovo telo položijo na tla, ga prekrijejo in prižgejo sveče. Posegi v telo, kot je npr. odbukcija, so nezaželeni, saj mora biti telo pokopano v čim bolj naravnem stanju. Žarni pogrebi so prepovedani, pogreb pa mora biti čim prej, celo še isti dan ko nastopi smrt. Do pogreba umrlega spremljajo t. i. stražarji, saj se telesa ne sme pustiti samega. Umrlega oblečejo v bela oblačila, moške pa ovijejo tudi v molilni šal, na katerem odstranijo resice, s čimer sporočajo, da pokojni ni več dolžan izpolnjevati tostranskih verskih zapovedi. Tradicionalni judovski verski pogreb se v osnovah ne razlikuje veliko od ostalih pogrebov v Sloveniji. Glavne specifikke so, da na pogrebni ni rož, pa tudi prižiganja sveč ne. V pogrebno jamo se meče prst in ne rože. Ker verjamemo, da mora biti telo v stiku z zemljo, tradicionalno niso uporabljali krst. Verski predpisi določajo, da morajo biti napisi na nagrobnih spomenikih obrnjeni proti Jeruzalemu. Danes judje pokojne na naših tleh pokopljejo v krste, ki pa morajo biti naluknjane, tako da dejansko pride umrli v stik z zemljo. Krste bi naj bile čim bolj preproste, saj so v onostranstvu razlike med ljudmi nične, razkazovanje razlik za časa življenja na zemlji s krsto ni primerno.<sup>40</sup>

Po besedah Mojce Savski, predsednice Budistične kongregacije Dharmaling, v budizmu ne govorijo o "duši", ki se v krščanstvu dojema kot nekaj trajnega, večnega, nespremenljivega. Zato raje uporabljajo izraz "um" ali "zavest", ker budizem razlaga, da se um oziroma zavest spreminja iz trenutka v trenutek. Smrt se razume kot eden od soodvisnih členov obstoja, in je implicirana že ob rojstvu: vsako bitje, ki se rodi, tudi umre. Po budističnem prepričanju se po smrti um oziroma zavest preseli v vmesno stanje (tib. bardo), v katerem ostane največ

<sup>39</sup> Babajić, 2013, 41.

<sup>40</sup> Šober, 2014, 48.

49 dni, nato pa se rodi v drugem telesu v enem od šestih kraljestev samsare. Posebnih predpisanih načinov za odstranjevanje trupel ni. V Tibetu je bil še pred nedavnim običajen t. i. nebesni pokop, pri katerem so običajno starejši člani skupnosti truplo razkosali in ga nastavili kot hrano jastrebom. Tibetanski begunci v Indiji trupla sežigajo, podobno je tudi drugje. Na splošno truplo za budiste ni posebno pomembno, saj je najpomembnejši poudarek budizma na udejanjanju načel budizma v vsakdanjem življenju, na udejanjanju etike, doseganju osvoboditve iz kroga ponovnih rojstev in v mahajanskem budizmu popolnega razsvetljenja z namenom odrešiti vsa čuteča bitja iz trpljenja. Zato tudi ni poudarka na tem, kako ubežati smrti, poudarek je na osvoboditvi iz samsare, se pravi kroga ponavljajočih se življenj in smrti. Zato je temeljna pozornost budista usmerjena navznoter, v lastni um, in v naravo resničnosti, ki ga obdaja in na katero se zmotno odziva z negativnimi čustvi, ki ga vklepajo v samsaro.<sup>41</sup>

V tradicionalnem hinduizmu se upepelitev ne izvede v upepeljevalnicah, temveč bi se morala zgoditi v svetem mestu Varanasi ob za hindujce sveti reki Ganges. Prav na obrežju reke Ganges, na prostem in v javnosti, naj bi se izvedel sežig trupla. Ogenj, na katerega se bo kasneje položilo telo umrlega, mora biti prižgan na novo, kar mora vedno storiti moški potomec. Sicer se predani hindujci trupla umrlega ne smejo dotikati, saj to velja za tabu. Zato sam sežig trupla tradicionalno vedno opravljajo le pripadniki najnižje kaste, ki tako postanejo izobčenci v družbi; ta jih namreč vidi kot nečiste in zato nedotakljive. Tradicionalno je veljalo, da se je moški pripadnik vsakega gospodinjstva v imenu celotne družine udeležil pogreba, da bi tako počastil preminulega. Vsak udeleženec pa naj bi tudi prinesel nekaj lesa, ki ga je nato dodal na ogenj, s čimer je žalujočim pomagal pri kremaciji. Človeške ostanke nato

---

<sup>41</sup> Savski, 2014.

po sežigu najbližji moški sorodnik (sin, vnuk) potopi v vodo svete reke. Hindujci torej ne postavljajo spomenikov umrlim. Danes je upepeljitev na prostem na urbanih področjih vse manj pogosta; v večini večjih mest, sploh v Evropi, se večinoma izvede sežig trupla v krematorijih.

## Metoda

### Udeleženci

V raziskavi je sodelovalo 18 polnoletnih žalujočih oseb (9 moških, 9 žensk), ki so pred letom do dvema izgubili bližnjega družinskega člana (starša, partnerja, otroka) zaradi različnih vzrokov smrti.

Kriteriji za vključitev v raziskavo so bili še, da so udeleženci prostovoljno privolili v raziskavo na osnovi prejetega vabila in da predhodno niso bili vključeni v podobno raziskavo, saj bi to lahko vplivalo na pridobljene rezultate.

Udeleženci prihajajo iz različnih slovenskih regij: Osrednjeslovenske (10), Gorenjske (3), Primorske (2), Štajerske (1), Prekmurja (1), Notranjske (1).

### Pripomočki

Izvedli smo kvalitativno raziskavo. Vsak udeleženec raziskave je izpolnil demografski vprašalnik, ki je zajemal tudi splošna vprašanja, povezana z izgubo: sorodstveno razmerje z umrlim, starost umrlega in žalujočega, čas od smrti, vzrok smrti.

Naše raziskovalno vprašanje je bilo: Kateri so tisti dejavniki, ki lahko žalujočim pri obredu pokopa stisko povečujejo in kateri dejavniki jim lahko stisko lajšajo? S pomočjo utemeljene teorije smo opredelili tri glavne tematske sklope v okviru našega raziskovalnega vprašanja, o katerih so žalujoči v usmerjenem intervjuju na temo obreda pokopa spregovorili največ:

1. organizacija in izvedba pogreba,

2. prisotnost drugih ljudi na pogrebu,
3. nošenje žalnih oblačil na pogrebu in po njem.

## Postopek

Pričujoča raziskava je del večje temeljne znanstvene raziskave (ARRS, J3-4327), v kateri proučujemo proces žalovanja po smrti bližnjega družinskega člana (starša, partnerja ali otroka) s poudarkom na razlikah med spoloma. V prispevku se osredinjamo le na manjši del rezultatov, in sicer na podatke, povezane z obredom pokopa.

Pridobivanje udeležencev: pred pričetkom izvajanja raziskave je raziskovalna skupina 15. julija 2010 pridobila pozitivno mnenje Komisije RS za medicinsko etiko (122/08/10): Do udeležencev raziskave smo dostopali s povabili prek različnih nevladnih in vladnih institucij, e-mrež in medijev. Z vsakim udeležencem smo pred izvedbo usmerjenega pogovora izvedli krajši uvodni razgovor in podpisali Informirano soglasje v skladu z Zakonom o varovanju osebnih podatkov. Vse udeležence smo seznanili s potekom raziskave, predstavili smo jim namen in cilje ter metodo. Seznanjeni so bili z možnimi tveganji in koristmi. Udeleženci so lahko v vsakem trenutku brez pojasnila zavrnili sodelovanje. Na koncu pogovora smo z vsakim udeležencev izpeljali tudi razbremenilni zaključni del.

Postopek obdelave podatkov: na osnovi posnetega materiala smo prepisali pogovore, ki smo jih nato anonimizirali, lektorirali in uredili za metodološko analizo. Pri analizi podatkov smo se oprli na principe analize utemeljene teorije (Grounded Theory):<sup>42</sup> Pogovore smo kodirali in kategorizirali v programu Maxqda 11. Večjo objektivnost smo poskušali zagotoviti z dvojnim neodvisnim ocenjevanjem v vseh fazah obdelave podatkov.

---

<sup>42</sup> Glaser in Strauss, 1967, Charmaz, 2008, Mesec, 1998.



V prvi fazi smo uporabili korake t. i. odprtega kodiranja,<sup>43</sup> v okviru katerega smo določali pomen posameznim delom besedila. Pri tem je bilo pomembno, da so imena kod izhajala iz opisov udeležencev raziskave in ne iz obstoječih teoretičnih pristopov preučevanega področja. Kadar se je vsebina posameznega stavka nanašala na več področij, smo stavku določili več kod. V drugi fazi je sledilo t. i. odnosno kodiranje,<sup>44</sup> v katerem smo posamezne kode povezali med seboj in jih uredili v hierarhično strukturo. Nadredne kode smo poimenovali kategorije. Postopke odprtega in odnosnega kodiranja je v praksi med seboj težko ločiti, saj odnosno kodiranje na določeni ravni poteka že v prvi fazi obdelave podatkov, ko smo raziskovalci ves čas razmišljali, kako bi lahko kode med seboj smiselno povezali in uvrstili v primerne nadredne kategorije.

Sledila je tretja faza, v kateri smo iz urejenih podatkov oblikovali rezultate in jih poskušali povezati z obstoječo teorijo. Cilj utemeljene teorije ni preštevane posameznih pojavov in oblikovanje frekvenčnih tabel, temveč oblikovanje konceptov, ki smiselno povezujejo in združujejo posamezne kategorije ali kode. Bistvo utemeljene teorije je raziskovanje procesov in težnja k abstraktnemu interpretativnemu razumevanju podatkov. Njen namen je iti preko opisovanja in generirati ali odkriti teorijo oziroma konstruirati abstraktne teoretične razlage socialnih procesov.<sup>45</sup> Ker utemeljena teorija želi te procese razložiti na konceptualni ravni in pravzaprav oblikovati teoretično poročilo o določenem fenomenu, pogosto zahteva večje število udeležencev. Cilj utemeljene teorije je priskrbeti pojasnjevalni okvir, s katerim razumemo fenomen, ki ga raziskujemo.

---

<sup>43</sup> Charmaz, 2008, 42-71.

<sup>44</sup> Charmaz, 2008, 42-71.

<sup>45</sup> Charmaz, 2008.

## Rezultati in interpretacija

Zap. št.	Spol	Starost žalujčega	Kdo je žalujočem u umrl	Starost umrlega	Vzrok smrti	Čas od smrti v mesecih	Oblika pogreba
1	Ž	42	mama	63	samomor	11	cerkveni: krščanski
2	Ž	34	mama	58	nenadna bolezen	18	cerkveni: krščanski
3	Ž	29	oče	55	rak	11	cerkveni: krščanski
4	M	26	mama	48	samomor	24	civilni
5	M	26	oče	55	nenadna bolezen	10	civilni
6	M	25	mama	43	samomor	17	cerkveni: krščanski
7	Ž	42	mož	42	nesreča	24	cerkveni: krščanski
8	Ž	59	mož	59	rak	15	civilni
9	Ž	53	mož	68	rak	10	civilni
10	M	58	žena	58	nesreča	16	civilni
11	M	78	žena	70	rak	17	ni podatka
12	M	55	žena	53	samomor	20	ni podatka
13	Ž	31	hči	3	nenadna bolezen	12	civilni
14	Ž	68	sin	43	dolgotrajna bolezen	11	ni podatka
15	Ž	63	sin	31	samomor	18	civilni
16	M	77	sin	37	nenadna bolezen	21	ni podatka
17	M	56	sin	26	nenadna bolezen	12	civilni
18	M	44	sin	16	samomor	19	ni podatka
povpr.		48,1		46		15,8	

TABELA ŠT. 1: DEMOGRAFSKI PODATKI UDELEŽENCEV

Obred pokopa žalujoči opravijo v nekaj dneh po smrti bližnje osebe. Za to obdobje je značilno, da svojci še ne dojamejo v celoti, da jim je bližnja oseba umrla. Drugače je v primerih, ko je bila smrt dlje časa pričakovana, npr. zaradi starosti ali dlje časa trajajoče bolezni (zlasti rakasto obolenje): Ne glede na pričakovanost smrti pa ugotavljamo, da svojci nekatere izmed odločitev, ki jih morajo sprejeti pri organizaciji in izvedbi pogreba, kasneje obžalujejo. Za žalujoče je značilno, da so v procesu žalovanja izredno ranljivi in mnogi zato potrebujejo pomoč drugih ljudi pri organizaciji in izvedbi po-

greba, z drugimi pa so tudi primorani sodelovati, kar zmeraj ni lahko, sploh v primeru različnih stališč in prepričanj, kako bi naj pogreb potekal. Prve dni po smrti bližnjega družinskega člana je večina žalujočih izrazito vpeta v medosebne odnose, medtem ko je količina socialnih stikov običajno že kmalu po pogrebu manjša.

## Organizacija in izvedba pogreba

Pri organizaciji in izvedbi pogreba je bilo večini žalujočih pomembno, da bi se pri izvedbi pogreba lahko čim bolj približali željam umrlega. Le redki žalujoči so se pred smrtjo s svojim bližnjim pogovorili, kakšne so njegove želje glede poteka pogreba. Tisti, ki so poznali želje pokojnega, so jih tudi v večini primerov poskušali izpolniti. Drugi so jih poskušali uganiti oziroma so pogreb izvedli v skladu z navadami, ki so značilne za njihovo družino. Ker je struktura pogreba precej natančno določena in formalizirana, so se pokojnemu poskušali približati predvsem z vsebino govorov in izborom glasbe, ki jo je umrli imel rad.

Udeleženec št. 5: "Skupaj z mamo in sestro smo organizirali pogreb, takrat smo se združili, pa smo šli skozi birokracijo skupaj. Predvsem smo hoteli od očeta željo upoštevati, ker on je sam vedno govoril, da bi rad v ožjem krogu, z brati, z družino, pa s prijatelji."

Žalujoči so bili postavljeni pred naslednje odločitve: bo pogreb civilni ali cerkveni; bo pogreb klasičen (krsta) ali upepelitev (žara): Med našimi udeleženci so prevladovale odločitve o civilnih pogrebi. Pogrebi, ki so bili religiozni, so bili krščanski. Izkazalo se je, da so več svobode pri organizaciji pogreba imeli neverujoči udeleženci, saj je struktura pogreba pri krščanskem pogrebu določena precej natančneje.

Udeleženec št. 10: "Kar se tiče te zunanje oblike pogreba, nisem čutil nobene potrebe, da bi ne vem kaj. Ne vem, kaj so nekateri mogoče pričakovali, smo se s hčerami odločili, da bo to pač neka malo bolj pre-

prosta stvar. /.../ Pogreb je bil civilni, z nekaj govori, prijatelji so nekaj zapeli.”

V večini primerov žalujoči niso imeli težav odločiti se med cerkvenim in civilnim pogrebom. V dveh primerih pa so žalujoči namesto civilnega pogreba izvedli cerkvenega, ker so se začeli ob smrti spraševati o pomenu verovanja oziroma so se prilagodili željam drugih svojcev, ki so skupaj z njimi sodelovali pri organizaciji pogreba.

Udeleženka št. 1: “Pogreb sva s sestro naredili, sicer tudi z župnikom in mašo, čeprav mama ni verjela, ampak enostavno zato, da bo majčkeno dalj časa trajalo vse skupaj, pa tudi na njenem telefonu sem našla še eno sporočilo, je verjela v eno tako duhovnost. Ona prej nikoli ni hodila v cerkev ali pa da bi župniku zaupala. Sedmine pa nisva prirejali.”

V primeru krščanskega pogreba so žalujoči v večini primerov imeli tudi mašo. Sedmine žalujoči niso organizirali, prevladovale so pogrebščine, ki so bile takoj po pogrebu. V enem primeru so se žalujoči zbrali doma in molili. To je bila navada pri nas v preteklosti,<sup>46</sup> ki izginja.

Udeleženka št. 7: “Pri nas je doma velika dnevna soba, pa smo dva večera molili, mislim, da je prišlo 30 ljudi iz vasi molit.”

Večina žalujočih je povedala, da za slovo od svojega bližnjega niso imeli dovolj časa in da se je pogreb odvijal prehitro. Le eni udeleženci je bila dolžina pogreba v breme, o čemer pa je razmišljala šele po pogrebu.

Udeleženka št. 3: “Se mi zdi, da v klasičnem pogrebu je tega preveč, ker smo od zjutraj bili vsi tam in potem pač sprejemaš tiste, ko pridejo kropit, in potem še maša in potem še tisti pogreb. Se mi zdi, da so to toliko intenzivna čustva, doživljaš jih cel dan, da je čisto odveč, je bolje, da se sam v svojem času pripravljaš ali pa nekje privat, ne pa tako javno.”

---

<sup>46</sup> Borko, 2008, 16.

Aktivna vloga žalujočih je bila predvsem pri sprejemanju odločitev glede posameznih vsebinskih značilnosti pogreba (vsebina govorov, glasba, kdo so povabljeni, obleka), medtem ko pri sami strukturi pogreba niso imeli praktično nobene vloge. Splošna organizacija pogreba je bila namreč predvsem v rokah pogrebnih zavodov. Nekoč je to vse počela vaška skupnost.<sup>47</sup> Žalujočim je bilo zelo pomembno, da bi bil pogreb izveden osebno in z občutkom, zato jih je motila hladna struktura pogrebnih zavodov, ki prevzamejo velik del organizacije pogreba. Izpostavili so tudi različne napake s strani pogrebnih podjetij: govor ni bil pravilno napisan, krsta je bila prekratka, krsta je bila v zemljo položena prehitro in brez občutka, cvetje ni bilo sveže.

Če povzamemo, žalujoči pogrešajo predvsem več časa za slovo od umrlega. Nekoč so bližnji ob umrlem bdeli tri dni doma,<sup>48</sup> danes je čas za slovo časovno omejen predvsem zaradi prostorskih sprememb:<sup>49</sup> mrliška vežica žalujoče v večini primerov od umrlega in žalovanja oddaljuje. Pomembno dejstvo pa je tudi, da se obredi skozi čas spreminjajo, kar je ena izmed bistvenih značilnosti obredov. Struktura se ohranja dalj časa, vsebina pa se hitreje spreminja in lahko celo izgine.<sup>50</sup>

## Prisotnost drugih ljudi na pogrebu

Pogreb je družbeno organizirana oblika obreda, za katerega je značilno, da je namenjen širši družbeni skupnosti,<sup>51</sup> ki se pride posloviti od umrlega in je v podporo žalujočemu. Večini udeležencev je bilo pomembno, kdo vse je prišel na pogreb in da je bilo na pogrebu ve-

<sup>47</sup> Orel, 1944, 308.

<sup>48</sup> Ložar Podlogar, 1999, 16–23.

<sup>49</sup> Bogataj, 2005, 19–20.

<sup>50</sup> Bogataj, 2005, 16–17.

<sup>51</sup> Imber-Black, 1991.

liko ljudi. Prisotnost drugih ljudi je žalujočim stisko večinoma lajšala. Drugi ljudje so člani družine (predvsem sorodniki zunaj primarne ali ožje družine) in socialni krog ljudi izven družine (prijatelji, sosedi, znanci, kolegi, sošolci, sodelavci ...):

Udeleženec št. 6: "Vse skupaj je izpadlo dosti v redu. Tudi ogromno jih je prišlo. Sam sem bil dosti aktiven v raznih mladinskih zadevah, znotraj župnije in potem je prišlo ogromno duhovnikov, podpore in vsega je bilo in ogromno mladih mojih kolegov, ker je tudi dvigovalo vse skupaj. Ljudje, ki so prišli, so bili drug pred drugim presenečeni, da jih je toliko prišlo in tudi pripravljeni so bili pomagati. /.../ Preprosto veš, da nisi sam, veš, da lahko nekaj bremena preneseš na druge oziroma tudi drugi pomagajo to breme nositi. Če sem sam dobil objem, je to bilo nekaj, kar je bilo v redu."

Le dve udeleženci raziskave sta izpostavili, da jima je bila prisotnost drugih ljudi na pogrebu v breme. Prvi je bilo še težje, ko je na pogrebu videla, koliko ljudi je imelo rado njenega očeta.

Udeleženka št. 3: "Župnik je rekel, da že ne vem koliko let ni bilo tako velikega pogreba, kar je meni pomenilo, da so ga imeli vsi radi. /.../ Še hujše (ji je bilo): Ker ga je toliko ljudi imelo rado in vsi so vedeli, da je dober."

Drugi udeleženci raziskave pa je bila prisotnost drugih ljudi sicer pomembna in v oporo, a jo je motilo ogovarjanje nekaterih. Isti dejavnik, tj. prisotnost drugih ljudi na pogrebu, je lahko torej nekaterim ljudem v pomoč, drugim pa stisko povečuje.

Udeleženka št. 1: "Lepo mi je bilo, zato ker sem videla, da je ogromno ljudi prišlo, po drugi strani so me pa določene stvari zmotile, ki sem jih recimo potem po pogrebu izvedela. Da so se ljudje ukvarjali z določenimi zadevami, ki se jih absolutno nič ne tičejo. Mislim predvsem z mojimi osebnimi zadevami."

Redkim žalujočim število prisotnih ljudi na pogrebu ni bila pomembno. Redki tudi niso opazili, kdo vse izmed bližnjih je prišel na

pogreb. Kadar žalujoči na pogrebu večinoma zaradi intenzivne stiske ni bil pozoren na to, kdo je vse bil na pogrebu, je o tem razmišljal po pogrebu.

Udeleženka št. 14: “Določenih sploh nisem niti videla. Tistega, ki mi je prišel izreč sožalje, sem že opazila, ampak meni je hčerka potem povedala, kdo je vse bil. Do danes še nisem pogledala in nisem še pripravljena odpreti spominske knjige. Nekako me duši, ko pomislim na to. Bo že prišel čas, ko bom.”

Pogreb samo za povabljene je posebnost, ki se je ohranila iz preteklih časov<sup>52</sup> in je značilen za redke udeležence. V takih primerih je bil pogreb organiziran in izveden praviloma v ožjem družinskem krogu. Tem žalujočim je bilo pomembno predvsem to, da je bilo vzdušje na pogrebu osebno.

Udeleženka št. 2: “Pogreb je bil tako zelo v družinskem krogu, smo bili samo mi, še eno ožje sorodstvo, sestra mamina.”

Meja med pogrebom, na katerega so vabljeni točno določene ljudje (večinoma se vabijo družinski člani), in pogrebom, o katerem se ljudi o pogrebu obvesti, ni nujno ostra. Izkazalo se je, da na pogreb za povabljene pogosto pridejo tudi nepovabljeni.

Udeleženka št. 8: “Toplo mi je bilo pri srcu. Ker se je sicer vmes pojavilo še par ljudi, ki so bili povezani s temi povabljenimi in par jih je prišlo pač tako samih od sebe, ampak mene ni to čisto nič motilo, me je pravzaprav celo prijetno presenetilo.”

V preteklosti so žalujoči na pogreb vabili točno določene ljudi,<sup>53</sup> naši rezultati pa nakazujejo, da se ta praksa spreminja. Značilnost pogreba za posebej povabljene je, da je prisotnih manj ljudi kot na pogrebu, na katerega lahko pride kdor koli. Na pogrebu za pova-

---

<sup>52</sup> Orel, 1944, 306.

<sup>53</sup> Orel, 1944, 306.

bljene so prisotni praviloma družinski člani. Ti žalujoči izpostavljajo, da jim je bilo na pogrebu pomembno intimno vzdušje. Izsledki naše raziskave kažejo, da je danes prevladujoča praksa, da žalujoči o smrti bližnjega obvesti le nekaj ljudi, ki nato obvestilo posredujejo naprej ostalim, ki so poznali umrlega ali/in poznajo žalujočega. Hkrati pa žalujoči obvestilo o smrti posredujejo prek medijev javnega obveščanja (radio, časopis) in s tem tudi dopustijo možnost, da se lahko pogreba udeleži kdor koli.

Ugotavljamo, da je bilo večini udeležencev raziskave pomembno, koliko ljudi je prišlo na pogreb in kdo vse. Žalujočim v večini primerov pomeni zelo veliko, da je na pogrebu prisotnih veliko ljudi. Glavni razlog, da jim je to pomembno, je, da drugi ljudje na pogrebu z njimi delijo stisko. Žalujoči tako vedo, da v svoji bolečini niso sami. Le redkim žalujočim pa je prisotnost drugih ljudi na pogrebu v breme. Glavni razlogi so: žalujoči se drugim ljudem zaradi velike stiske ne zmorejo posvečati, žalujoči se namreč nimajo zmeraj moči posvetiti vsakemu na pogrebu, oporo takrat potrebujejo sami, motijo jih različne govorice in vprašanja, ki jih ljudje na pogrebu postavljajo. Nekateri žalujoči, ki so ocenili, da bi jim prisotnost prevelike količine ljudi na pogrebu stisko oteževala, so se odločili za pogreb samo za povabljene, in se tako zaščitili pred še večjo bolečino. Isti dejavnik (prisotnost drugih ljudi na pogrebu) lahko tako nekaterim žalujočim stisko lajša, drugim pa jo otežuje.

## **Nošenje žalnih oblačil na pogrebu in po njem**

Večina udeležencev v raziskavi ni naklonjena nošenju črnine. Na pogrebu sicer nosijo žalna oblačila, ki pa niso nujno črne barve. Pomembno jim je, da so barve umirjene in da z obleko izkazujejo spoštovanje do umrlega. Črnina na pogrebu je pri nekaterih žalujočih prisotna tudi zato, da bi se žalujoči izognili potencialnim pritiskom okolice. To je še posebej značilno za žalujoče, ki živijo v vaškem oko-



lju in za starejše ženske. V raziskavi tudi ugotavljamo, da si žalujoči za namen pogreba večinoma ne kupujejo novih oblačil.

Udeleženka št. 8: "Se mi je zdelo, da me bo mož prišel pocukat za ušesa, če bom tisto črnino nase gor dala."

Udeleženec št. 5: "Nisem bil v obleki, bil sem v srajci, ampak bolj ali manj v črnih stvareh. Kot je običaj, tudi mama in sestra. Meni se ne zdi potrebno biti v črnem, se mi zdi, da tudi na pogrebu ni to potrebno, pač pa zaradi drugih. Zato da zadostiš nekim družbenim standardom. Navzven se mi niti ne zdi potrebno ljudem kazati tega, moraš sam pri sebi in pred svojimi bližnjimi ohraniti ta spomin."

Nekateri žalujoči so nosili črna oblačila, ker jih že sicer radi nosijo. Udeleženka št. 1: "Samo jaz vedno nosim črno. /.../ Jaz sem vedno urejena, ampak mogoče sem imela celo prekratko krilo, ampak to sem jaz in mama me je tako poznala. Kaj so si pa drugi mislili, mi je pa vseeno. Kakšni rečejo, da za v cerkev se ne bi smelo imeti recimo krilo nad koleni. Tako sem imela, da sem imela razprto, tako kot me je mami poznala."

Po pogrebu večina ljudi črnine ni nosila. Povedali so, da bi se v črnini počutili morbidno in še bolj žalostno. Nekateri žalujoči pa so črnino nosili še dlje časa po pogrebu, predvsem starejše ženske. Vsi žalujoči, ki so nosili črnino po pogrebu, so jo imeli tudi na pogrebu. Razlogi za nošenje črnine so bili: družbeni običaji, predvsem na podeželju, in s tem povezani pritiski okolice, spoštovanje do umrlega, črnina kot izraz žalovanja (oblekli so se tako, kot so se počutili - žalostno): Nošenje črnine je bilo za žalujoče časovno in prostorsko določeno. Časovno je bilo nošenje črnine omejeno praviloma na leto dni.

Udeleženec št. 16: "Imel sem temne obleke. Nosil sem jih le leto dni. Predvsem zaradi okolice. /.../ To so običaji, navade. Nisem hodil na kakšne zabave, tega sem se izogibal. Že tako nisem v to smer nagnjen, ampak takrat sem se pa še bolj pazil in sem se tudi manj pogovarjal, sem jim pač dal vedeti, da mi ravno ni vseeno."

Udeleženka št. 14: “Mislim, da je črnina spoštovanje do pokojnega in pa povezanost do pokojnega. Mogoče najprej spoštovanje, jaz sem njega zelo spoštovala. Ko bo leto mimo, pa bom začela zgornji del kaj drugega, pa mogoče samo črne hlače, da ne bom takoj prekinila s to črnino. Postopoma.”

Nekateri žalujoči (bile so samo ženske) so črnino nosili samo v določenih okoliščinah, ko so šli od doma ali so doma prejeli obisk. Udeleženka št. 7: “Črnina mi danes še ostaja, če grem v cerkev, če grem na grob, ampak samo za praznike, mogoče bolj zaradi pričakovanja drugih.”

Udeleženka št. 3: “Mami je potem še ne vem koliko časa morala nositi črno, zaradi okolice. Ona je še doma imela trenerko take barve in če je kdo prišel k njej in je bila pač v trenerki, so ji tudi povedali, da to ni primerno, da bi morala biti vedno v črnini. Tako da je bilo precej pritiska. Jaz lahko v živo rumeni barvi žalujem isto kot v črni, samo ona je pač malo starejša in se tudi družijo še z starejšimi, ki so najbolj zacementirani.”

Rezultati naše raziskave kažejo trend, da nošenje črnine predvsem med mladimi in v mestih izginja, kar žalujočim večinoma stisko lajša. Črnina namreč prebujala žalost in bolečino, stiske pa po njihovem mnenju ni smiselno po nepotrebnem povečevati. Nošenje črnine za žalujoče predstavlja vidni, zunanji znak žalovanja. Izbiro barv in oblačil za obred pokopa udeleženci razumejo kot družbeno pogojeno navado. Pritiske okolice so se izkazali za zelo pomemben dejavnik, povezan z izbiro obleke žalujočega na pogrebu in po njem. Ker te pritiske mnogi žalujoči težko prenašajo, se jim raje prilagodijo.

### **Najpomembnejše ugotovitve raziskave za klinično prakso**

Naše raziskovalno vprašanje se je nanašalo na preučevanje dejavnikov, ki žalujočim pri obredu pokopa stisko lajšajo, in tiste, ki jim

	Dejavniki, ki lahko žalujočim stisko v procesu žalovanja lajšajo:	Dejavniki, ki lahko žalujočim stisko v procesu žalovanja povečujejo:
Organizacija in izvedba pogreba	+ poznavanje želja umrlega o tem, kako naj poteka pogreb + časovna dimenzija pogreba + večerne molitve z vaščani pred pogrebom doma (1 udeleženka)	- premalo časa za slovo - časovna dimenzija pogreba - značilnosti dela pogrebni zavodov
Prisotnost drugih ljudi na pogrebu	+ na pogrebu so prisotni ljudje, ki jih žalujoči pričakujejo + število ljudi na pogrebu + žalujočemu ljudje nudijo oporo + intimno vzdušje na pogrebu	- število ljudi na pogrebu (1 udeleženka) - neprimerne govorice (1 udeleženka)
Nošenje žalnih oblačil na pogrebu in po njem	+ možnost, da se žalujoči sam odloči, kako bo na pogrebu oblečen + izginjanje navade, da se po pogrebu nosi črnina	- pritiski okolice glede nošenja žalnih oblačil v skladu s tradicijo

**TABELA ŠT. 2: DEJAVNIKI, KI LAHKO ŽALUJOČIM STISKO V PROCESU ŽALOVANJA LAJŠAJO ALI JO POVEČUJEJO**

jo povečujejo. Dejavnike predstavljamo glede na kategorije, v katerih so se pojavljali.

Pri organizaciji in izvedbi pogreba je bilo žalujočim udeležencem raziskave predvsem pomembno sprejeti odločitev, ali bo pogreb civilni ali cerkveni in ali bodo umrlega pokopali v žari ali v krsti. Pri odločitvi so se poskušali žalujoči čim bolj prilagoditi željam umrlega. Osebne želje umrlih in tudi njihove lastne želje so bile žalujočim pomembnejše od družbenih smernic. Če so žalujoči želje umrlega o poteku pogreba poznali, jim je to stisko lajšalo in olajšalo organizacijo pogreba. Žalujoči so večinoma pogrešali več časa za slovo od umrlega. Čas, ki so ga imeli na razpolago v mrliški vežici na pokopališču, večini ni zadoščal. Morda je tudi to prispevalo k občutju nekaterih žalujočih, da jim je pogreb prehitro minil. Časovna dimenzija pogreba je eden izmed dejavnikov, ki lahko žalujočim stisko tudi povečuje. V preteklosti so žalujoči bedeli ob umrlem doma tri dni in tri noči, imeli so dovolj časa za slovo. Izsledki naše raziskave kažejo trend, da tega običaja skoraj ni več, kar je povezano s krajšim časom za slovo in posledično tudi krajšim časom, ki ga imajo danes žalujoči na razpolago za žalovanje.

Rezultati naše raziskave kažejo tudi, da so bili žalujoči v vlogi tistih, ki sprejemajo odločitve, povezane z organizacijo in izvedbo pogreba, pogrebni zavodi pa v vlogi tistih, ki odločitve žalujočih v praksi izpeljejo. Žalujoči so bili pogosto prizadeti zaradi pretirano formalnega odnosa pogrebih zavodov. Izpostavili so predvsem hladen način izvedbe pogreba in različne napake, do katerih je ob tem prišlo.

Pri kategoriji prisotnost drugih ljudi na pogrebu je bilo žalujočim v večini primerov pomembno, da je prišlo na pogreb veliko ljudi in da so prišli vsi tisti, ki so jih pričakovali. Oboje jim je bilo v veliko podporo in jim je stisko lajšalo. Le redkim žalujočim so bili drugi ljudje na pogrebu v breme, nekateri žalujoči pa tudi niso bili pozorni na to, kdo vse je prišel na pogreb, so se pa o tem, kdo vse se je ali se ni udeležil pogreba, s svojimi bližnjimi pogovarjali še več mesecev po pogrebu. Redki žalujoči so organizirali pogreb samo za povabljene ljudi, kjer je bila zaželena prisotnost le najbližjih, ki so bili večinoma sorodniki umrlega in žalujočih. Tem žalujočim je bilo pomembno osebno vzdušje na pogrebu, nekateri pa so se s tem načinom tudi izognili preveliki množici ljudi, kar bi jim bilo lahko vir stiske. V manjši meri so žalujoči poročali o stiskah, ki so bile povezane z zapleti na pogrebu, npr. s sorodniki ali v povezavi z različnimi govoricami, ki se ljudi na pogrebu ne tičejo.

Nekoč se je črnina nosila na pogrebu in nato še leto dni do prve obletnice smrti. Rezultati naše raziskave kažejo na trend, da se ta običaj počasi spreminja in celo izginja, predvsem v mestih in med mlajšimi ljudmi. Na pogrebu sicer žalujoči večinoma nosijo temne in umirjene barve, nosijo tudi črnino, a trdijo, da to ni več nujno. Žalna oblačila pogosto nosijo zaradi družbenih pritiskov, ki so se jim prilagodili in se jim s tem izognili. Ugotavljamo, da so se pri izbiri oblačil žalujoči poskušali čim bolj prilagoditi željam umrlega. Oblačil si niso nujno kupili na novo, temveč so bili oblečeni v oblačila, ki so jih že imeli. Nekateri žalujoči pa so bili na pogrebu oble-

čeni v popolno črnino, ki se je izkazala kot značilna za starejše ženske in osebe, ki jim je tudi sicer blizu nošnja črnih oblačil. Za starejše ženske se je izkazalo, da so črnino nosile predvsem zaradi pritiskov okolice. Pri tej kategoriji so žalujoči navajali največ družbenih pritiskov, ki so se jim večinoma podredili.

Izkušnje, ki jih imajo žalujoči v povezavi z obredom pokopa, predelujejo še dolgo v procesu žalovanja. Če je bil pogreb izveden v skladu s pričakovanji žalujočih, imajo na pogreb prijetne spomine. Če pa njihova pričakovanja niso bila uresničena, jim izkušnje s pogrebom stisko povečujejo. Izpostavili smo najpomembnejše dejavnike, pomembne za žalujoče. Treba se je zavedati, da je žalovanje zelo individualno določeno, zato so lahko nekateri izmed dejavnikov (npr. časovna dimenzija pogreba, število ljudi na pogrebu) za nekatere žalujoče vir stresa, drugim pa predstavljajo razbremenitev oziroma jim stisko lajšajo. Slabe izkušnje, ki so jih žalujoči imeli na pogrebu, predelujejo še dolgo v procesu žalovanja. Mnoge izmed teh vsebin se predelujejo tudi v okviru strokovnih oblik pomoči žalujočim, zato je smiselno, da so strokovnjaki, ki se z žalujočimi srečujejo, s temi dejavniki seznanjeni.

## Bibliografija

BABAJIĆ, E. (2013): "Pravoslavni pogrebni običaji", v: *Pogreb ni tabu*, 41.

BELL, C. (1997): "Rites of Passage", v: *Ritual: Perspectives and Dimensions*. Oxford University Press, New York, 94-102.

BOGATAJ, J. (2005): "Šege in navade", v: *Nesnovna kulturna dediščina*. Zavod za varstvo kulturne dediščine, Ljubljana, 15-21.

BORKO, M. (2008): "Danes mrtvim ne pustimo več umreti", Intervju o obredih slovesa s Katjo Hrobat. *Žurnal*, 1. 11., 16-17.

BYNG-HALL, J. (1991): "Family Script and Loss", v: McGoldrick, M., Waslh, F., ur., *Living Beyond Loss Death in the Family*. Norton & Company, New York, London, 130-143.

CHARMAZ, K. (2008): *Constructing Grounded Theory: a practical guide through qualitative analysis*, London, Sage.

FREUD, S. (1987): "Žalovanje in melanholija", v: Bahovec, E. D., Baskar, B., Dobnikar, M., Dolar, M., ur., *Metapsihološki spisi*, Založba Škuc in Znanstveni inštitut Filozofske fakultete, Ljubljana, 197-218.

GLASER, B. G., STRAUSS, A. L. (1967): *The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research*, Chicago, Aldine.

GRAD TEKAVČIČ, O. (1994): "Izguba - žalovanje - običajnega do patološkega", *Medicinski razgledi*, 33(1), 51-59.

GRAD TEKAVČIČ, O. (2003): "Žalovanje po samomoru bližnjega - travmatične posledice in kako jih preprečevati", v: Marušič, A., Roškar, S., ur., *Slovenija s samomorom ali brez*, DZS, Ljubljana, 156-168.

GRAD TEKAVČIČ, O. (2006): "Sprava z umrlim", v: 9. *Bregantovi dnevi - zbornik prispevkov*, Ljubljana, 93-105.

GREGORČIČ, M. (1998): "Zmanjkalo je solz: Konceptualizacija fenomena smrti skozi prostorsko-časovno dimenzijo in tradicionalno vs. moderno dihotomijo na primeru pogrebnih obredov", *Etnološki in antropološki vidiki preučevanja smrti: mednarodni simpozij, Etnolog*, 163-178.

IMBER-BLACK, E. (1991): "Rituals and the Healing Process", v: McGoldrick, M., Waslh, F., ur., *Living Beyond Loss Death in the Family*, Norton & Company, New York, London, 207-223.

KLEVIŠAR, M. (1999): "Umirajoči so naši veliki učitelji", v: Brun, N., Remic, M., ur., *Tihi pomniki minljivega časa: Drobcji o šegah in pokopališki kulturi v slovenskem etničnem prostoru*, 45-49.

LOŽAR PODLOGAR, H. (1999): "Smrt v slovenskih ljudskih šegah in verovanju", v: Brun, N., Remic, M., ur., *Tihi pomniki minljivega*

časa: *Drobci o šegah in pokopališki kulturi v slovenskem etničnem prostoru*, 7-29.

MESEC, B. (1998): *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu*, Visoka šola za socialno delo, Ljubljana.

OREL, B. (1944): "Smrt in pogreb", v: *Narodopisje Slovencev I*, Založba Klas, Ljubljana, 303-314.

OZBIČ, P. (2013): "Kvalitativna analiza procesa žalovanja svojcev pred smrtjo bližnjega zaradi dolgotrajne bolezni", v: Simonič, A., ur., *Žalovanje v paliativni oskrbi*, Zbornik sestanka, 11. Golniški simpozij, Univerzitetna klinika za pljučne bolezni in alergijo Golnik, Golnik, 30-36.

PETROVIČ, M. (2002): "Telo med smrtjo in življenjem", *Poligrafi*, Ples življenja, ples smrti, Letnik 7, št. 27/28, 157-180.

PLESNIČAR GEC, L. (1999): "Grobišča", v: Brun, N., Remic, M., ur., *Tihi pomniki minljivega časa: Drobci o šegah in pokopališki kulturi v slovenskem etničnem prostoru*, 50-55.

PORIČ, E. (2002): "Verski pogrebi - Smrt je le začasna ločitev duše in telesa", v: *Pogreb ni tabu*, 32.

SALAMONE, F. A. (2004): "Death Rituals", v: *Encyclopedia of religious rites, rituals, and festivals*, Routledge, New York, 107-112.

SIMONIČ, A. (2005): "Odnos navezanosti in nadaljevanje vezi v procesu žalovanja", *Psihološka obzorja*, 14(4), 61-80.

ŠOBER, A. (2014): "Judovski pogrebni običaji", v: *Pogreb ni tabu*, 48-49.

*Tibetanska knjiga mrtvih* (2002): Založba Karantanija, Ljubljana.

WORDEN, W. J. (2009): *Grief Counseling and Grief Therapy, A Handbook for the Mental Health Practitioner*, Springer Publishing Company, New York.

## **Viri**

Raziskava *Žalovanje moških ob smrti bližnjega družinskega člana*.

Agencija RS za raziskovalno dejavnost: J3-4327.

Elektronska komunikacija z ga. Mojco Savski, Budistični center Dharmaling, Ljubljana, 17. 11. 2014.

Elektronska komunikacija z ga. Elo Porić, Islamska skupnost v Republiki Sloveniji, 20. 11. 2014.