

TOMÁŠ STRÍŽ

+

SMRŤ AKO DAR

+



Až medzi mŕtvymi som pochopil, čo znamená žiť

IKAR

SMRTĚ AKO DAR

TOMÁŠ STRÍŽ

SMRŤ AKO DAR

IKAR

Tomáš Stríž
Smrť ako dar

Text © 2026 by Tomáš Stríž
Design © 2026 by Marcel Rojas / AI
Cover photo © by Matúš Barta
Slovak edition © 2026 by IKAR, a.s.

ISBN 978-80-575-0991-2

+ + +

Zápach bolo cítiť ešte skôr, než sme vošli do dediny. Už vtedy som vedel, že nepôjde o obyčajný výjazd. Keď som vstúpil do domu, pochopil som, že niečo také som dovtedy ani nevidel, ani necítil. Rozkladajúce sa telo. Muchy. Červy, ktorých hmýrenie hýbalo celým telom. Jedna miestnosť a v nej človek, ktorý tam ležal dva mesiace, počas najväčších letných horúčav. Nebolo to pre mňa len telo.

Hľadel som naň a v hlave sa mi vynárali otázky, ktoré som nemal komu položiť.

Kto si bol? Aký bol tvoj príbeh? Bol si niečie dieťa? Rodič? Manžel? Ako vyzerali tvoje posledné hodiny, keď už o tebe nikto nevedel?

Museli sme sa s kolegom vrátiť späť po špeciálne ochranné oblečenie a plynové masky. Bez nich sa tam jednoducho nedalo vydržať. Chlad, ktorý mnou vtedy prešiel, sa nedá vysvetliť. Akoby som cítil, že duša zosnulého po

dlhom čase konečne nájde dôstojný odpočinok. Zápach aj ten pocit sa mi navždy vryli do pamäti. Kúsky jeho tela mi zostávali v rukách. Na to sa nedá zabudnúť.

Práve vtedy som si uvedomil, že môj život sa bude uberať iným smerom. Smer, akým kráčam, som si vedome nevybral. Smrť pre mňa nikdy nebola len koncom. Naučila ma, že aj po nej sa dá pomáhať.

Dnes premieňam spomienky na hmatateľné stopy. Odtlačky blízkych, popol zosnulých a drobné predmety, ktoré dávajú ľuďom pocit, že nie sú sami. Táto kniha je o mojom živote. O ceste, ktorá zo mňa urobila človeka, akým som dnes.

Nazdávam sa, že v každej generácii sa narodí niekto, komu je táto práca určená. Nie ako povolanie, ale ako poslanie. Myslím si, že na toto povolanie musí byť človek vyvolený.

Volám sa Tomáš Stríž. Prácu so smrťou som si nevybral ja, ona si vybrala mňa.

Narodil som sa do prostredia, kde smrť nebola tabu. Bola súčasťou života, skôr než som vedel, čo to slovo vôbec znamená.

Kým iné deti riešili hračky a svoje sny, ja som počúval rozhovory dospelých o posledných rozlúčkach, o pozostalých rodinách a o tichu, ktoré po niekom ostane. Nočné exkurzie

po patológiách a cintorínoch boli pre mňa každodennou rutinou, nič výnimočné, nič desivé. Nikdy som z tých prostredí nepociťoval strach.

Do tejto práce som sa dostal veľmi skoro. Bol som tínedžer a nebol na to pripravený. Povola-
nie ma však vtiahlo samo, prirodzene, bez otázok. Kontinuálne.

Išlo totiž o pokračovanie cesty, ktorá sa v našej rodine začala už 14. mája 1949, keď môj pradedo František Stríž z Dolnej Krupej položil jej základy. Po pradedkovi prevzal podnikanie v roku 1989 môj dedko Ladislav Stríž. O päť rokov neskôr, v roku 1994, nastal pre mojich rodičov rozhodujúci moment. Dedkovi diagnostikovali rakovinu a pred rodičmi stála otázka, či v tejto práci pokračovať, alebo ju nechať za sebou. Mamina sa toho spočiatku veľmi bála. Pracovala v lekárni a nevedela si ani predstaviť, že by mala robiť so zosnulými. Napokon však túto hranicu prekročila a našla v sebe cit aj odvahu, ktoré sa v tejto profesii nedajú naučiť.

Postupne sa stala vyhľadávanou po celom Slovensku pre úpravu tiel. Ľudia ju oslovujú práve pre jej výnimočný dar. Vie pripraviť zosnulých tak, že pôsobia pokojne, dôstojne, akoby len spali.

Dedko zomrel v roku 1998 a moji rodičia sa do práce pustili naplno. Pre mňa to však na zá-

kladnej škole nebolo jednoduché. Kvôli tomu, čomu sa naši venovali, som sa často stával terčom šikany. Spolužiaci ma prezývali mŕtvoliar, hrobník alebo hrobár. Nemal som veľa kamarátov a tí, ktorých by som mohol nazvať skutočnými, sa dali spočítať na prstoch jednej ruky.

Keď som ako stredoškolák prešiel na hotelovú akadémiu, situácia sa trochu zlepšila, no ani tam som sa nevyhol poznámkam a narážkam. Mal som iba pár kamarátov, ale stáli za to a s viacerými udržiavam kontakt dodnes.

Postupne som začal školu trochu zanedbávať. Nie preto, že by sa mi nechcelo učiť, ale preto, že som musel pomáhať v rodinnej firme. Niekedy som chodil na nočné výjazdy po zosnulých aj trikrát za noc. Zamestnancov bolo málo a rodičia si nemohli dovoliť viac ľudí. Pomáhal som vždy, keď sa dalo.

+ + + Lekcia

Na svoj prvý kontakt so zosnulým nikdy nezaбудnem. Mal som pätnásť rokov a spomínam si na to, akoby sa to stalo včera. V noci zazvonil mame telefón. Oznámili jej úmrtie. Zobudila ma a povedala, že musíme ísť, pretože človek, ktorý mal byť v pohotovosti, nebral telefón.

Obliekol som sa a spolu s jedným z našich zamestnancov sme vyrazili do domova dôchodcov. Pani, ktorá tam pracovala, nám oznámila, že zosnulá sa nachádza v izbe. Viedli do nej veľké biele dvere. Zamestnanec išiel zatiaľ vybaviť papiere a ja som s malou dušičkou vošiel dnu s vozíkom a rakvou.

V izbe spali tri staré panie. Neviem prečo, ale niečo ma ťahalo k žene ležiacej najbližšie pri dverách. Bola najviac prikrytá paplónom a automaticky som zamieril k nej. Viete, niektoré babičky často vyzerajú, akoby už ani nepatrili do tohto sveta. Natiahol som si rukavice, stia-

hol z nej paplón a chytil ju za nohu, aby som ju trochu posunul a lepšie uložil do rakvy.

Vtom otvorila oči.

Tak som sa zľakol, že som ju okamžite pustil a spadol na zem. Nevedel som, kto je na tom momentálne horšie, ja alebo ona.

V tej chvíli vbehla do izby pracovníčka a kričala: „Preboha, nie, nie túto, tá zosnulá je pri okne!“

Takto teda vyzeral môj prvý kontakt so zosnulým. Paradoxom však je, že o týždeň som išiel po tú paniu, ktorú som chytil za nohy. Tentoraz už nebola žiadna pochybnosť. S nikým som si ju nepomýlil.

Aby toho nebolo málo, pani ležiaca vedľa nej sa na mňa pozrela a so smiechom poznamenala, že prišiel *dotyk smrti*. Vzala to s humorom, ja o niečo menej. Odvtedy som v tom domove dôchodcov nedostal iné meno. Pre všetkých som bol Dotyk smrti.

Spomínam si aj na svoj druhý kontakt so zosnulým. Nastal už na druhý deň po prvej príhode. Akoby si ma smrť chcela hneď otestovať. Znova som musel ísť ja, pretože jeden kolega nebral telefón a druhý mal nahlásenú dovolenku.

Bola noc, približne jedna hodina, keď ma mama zobudila. Volala manželka zosnulého, že jej zomrel muž. Mama sa jej opýtala, či už

dorazil obhliadajúci lekár. Vždy sa zachováva rovnaký postup. Najprv záchranka, potom obhliadajúci lekár, a až keď je smrť oficiálne potvrdená, môžeme prísť my.

Z jednej hodiny ráno sa tak stali tri. Čas na spánok neostal takmer žiadny a ráno ma čakala škola. O ôsmej som mal sedieť v lavici a tváriť sa ako obyčajný študent.

Zosnulý sa nachádzal na ôsmom poschodí a výťah nefungoval. Drevo prenosnej rakvy, váha tela a nekonečné schody. Každý jeden stupeň sme cítili v rukách aj chrbtoch. Keď sme vošli do bytu, prešiel mnou zvláštny mráz. Prvýkrát v živote som pocítil niečo, čo som dovtedy nepoznal. V byte bolo teplo, no v izbe, kam som vstúpil, panoval chlad.

Na posteli ležal muž s otvorenými ústami a očami. Vedľa neho svietila len malá nočná lampička so žltým svetlom, ktoré občas poblikávalo. Jeho manželka zašepkala, že toto sa im nikdy predtým nestávalo.

Pomaly som odkryl telo. Kolega stál pri rukách a dohodli sme sa, že ho najprv položíme na zem, pretože v izbe nebolo dosť miesta, až potom ho uložíme do rakvy. Keď sme ho začali dvíhať, zrazu som z jeho úst začul silný výdych. Nie obyčajný. Iný. Hlboký. Prázdny.

Zlakoľ som sa a okamžite ho pustil. Našťastie

v tej chvíli nebola v izbe jeho manželka. Pozrel som sa na kolegu a tichšie mu povedal, že on predsa žije. Kolega sa len usmial a s pokojom, ktorý mi vtedy pripadal až krutý, mi vysvetlil, že nie. Že to bol posledný výdych. Posledný vzduch, ktorý v ňom zostal.

A tak som sa začal učiť. Pomaly. Tvrdým spôsobom. Učil som sa, čo je normálne a čo nie. Čoho sa netreba báť a čo treba rešpektovať. Postupne vo mne rástla sila, ktorú táto práca vyžaduje. Nielen psychická. Aj fyzická. Učil som sa mlčať, keď slová nemali význam. Učil som sa stáť pevne, aj keď sa mi triasli ruky. Učil som sa pozeráť ľuďom do očí v momentoch, keď sa im rozpadal svet. Postupne mi dochádzalo, že moja práca sa nekončí pri tých, ktorí odišli. To najťažšie sa začína u tých, ktorí zostali. Videl som matky, ktoré nemali silu plakať. Deti, ktoré sa pýtali, kedy sa otec vráti domov. V tejto práci musí byť človek trochu aj psychológom. Nestačí vedieť, čo robiť. Treba vedieť, ako počúvať a kedy mlčať. Smrť ma naučila vnímať ľudí inak a dlho som sa učil, kde sa končí pomoc a kde sa začína únava.

Stávalo sa, že si so mnou ľudia vytvorili vzťah a začali mi volať aj vo večerných hodinách, v čase, keď som bol po celom dni na konci so silami. Považovali ma za kamaráta, za niekoho,

komu sa môžu zdôveriť. Chcel som im pomôcť a oni vo mne našli tichú oporu, niekoho, kto veľa znesie a veľa unesie. Práve to však bolo najťažšie.

Postupne som pochopil, že ak chcem pomáhať dlhodobo, musím sa naučiť ľudí aj jemne zastaviť. Nie preto, že by mi na nich nezáležalo, ale preto, že moja psychika má hranice. Táto práca je náročná nielen na telo, ale aj na myseľ. A bez rovnováhy by som v nej dlho nevydržal. Ak by som si všetky príbehy nosil so sebou, nahromadilo by sa vo mne priveľa smútku, napätia a ticha.

Naučil som sa, že aj pomoc má svoje hranice. Nie vždy je to ľahké. Niektoré príbehy sa človeka dotknú viac, než by si chcel priznať. Sú dni, keď si ich nesiem so sebou ešte dlho potom, ako zavriem dvere a svet sa navonok vráti do normálu. Sú citlivé, osobné a plné emócií, ktoré sa nedajú len tak odložiť bokom.

+ + + Únik

Pre mňa je takým miestom fitko. Chodím tam pravidelne od pätnástich rokov. Je to priestor, kde zo seba dostávam von všetko, čo si počas dňa vezmem od iných. Napätie, smútok, hnev aj ticho. S každým pohybom, s každým nádychom sa kúsok z toho uvoľní. Práve v posilňovni sa dokážem vrátiť späť k sebe, vyčistiť si hlavu a znovu nájsť rovnováhu, bez ktorej by som túto prácu nedokázal robiť. Niekedy sa mi stáva, že stojím vo fitku pred zrkadlom a pozerám sa na seba, akoby som to nebol ja. Ruky robia, čo majú, telo funguje automaticky, ale hlava je ešte niekde inde. V byte, kde pred pár hodinami ostalo prázdno. V kuchyni, kde na niekoho čakal teplý čaj, ale človek už nie.

Medzi jednotlivými sériami sa mi vracajú útržky viet. Posledné slová. Nevyplakané otázky. Vtedy viem, že to zo mňa musí ísť von. Každý pohyb je ako rozhovor bez slov. A až keď odchá-

dzam, cítim, že ten príbeh môžem nechať tam. Aspoň na dnes.

Ľudia si myslia, že fitko je pre mňa len o sile. O svaloch. O výkone. Pravda je, že bez fyzickej stránky by som psychicky neustál to, čo zažívam. Sú prípady, ktoré človek nevyplače. Sú príbehy, ktoré sa nedajú len tak vyrozprávať. Sila, ktorú budujem, nespočíva iba v rukách. Je to schopnosť uniesť ďalší deň. Ďalší príbeh. Ďalší telefonát. Fitko ma učí presne to isté, čo moja práca. Dýchať, vydržať a nepustiť sa skôr, než nastane čas.

Aj keď sa mi zdá, že som príbeh nechal tam, viem, že to nie je vždy pravda. Niečo z neho ide so mnou domov. Niečo, čo sa nedá vysvetliť. Sú chvíle, keď otvorím dvere bytu a mám pocit, že vzduch je iný. Akoby sa so mnou občas vrátilo ešte niečo, čo sa nedá pomenovať. Nevidím to. Nepočujem to. Ale cítim to. Nie strach, skôr zvláštnu prítomnosť, ktorá sa objaví a zase zmizne.

No nie vždy je to tak, niekedy cítim prítomnosť niečoho takého silného a chladného, že musím zavolať kňazovi, aby mi prečistil byt. Ale o tom trochu neskôr. Paradoxné je, že oveľa viac než tieto nevysvetliteľné pocity ma vždy desili živí ľudia. Nie to, čo nevidíme, ale to, čo sa ukáže hneď po smrti. V miestnostiach, kde

telo ešte ani nestihlo vychladnúť, sa niekedy vedú rozhovory, z ktorých mrazí viac než z mojich príbehov o duchoch.

Málokto o mne vie, že keď mám ťažký deň alebo ma v živote niečo sklame, idem sa večer prejsť na cintorín. Možno to znie zvláštne, ale pre mňa je to miesto pokoja. Vždy sa tam zastavím, utriedim si myšlienky a uvedomím si, aké nepodstatné sú mnohé veci, pre ktoré sa cez deň trápime.

Pozerám sa na stovky hrobov okolo seba. Na mená. Na dátumy. Na ľudí, ktorých niekto miloval. Každý z nich mal svoje sny, plány a starosti. Niekto celý život staval dom. Niekto šetril na nové auto. Niekto sa trápil kvôli práci. Niekto sa celé roky nerozprával s bratom, otcom alebo kamarátom pre jednu hlúpu hádku. A dnes... všetci ležia vedľa seba.

Zrazu nezáleží na tom, kto mal viac peňazí, väčší dom, drahšie auto alebo lepšie postavenie. Na konci života si totiž so sebou nevezme nič. Ani peniaze. Ani majetok. Ani všetky veci, za ktorými sme sa celý život naháňali. Zostane len to, ako sme žili v srdciach ľudí, ktorí tu zostali po nás.

Asi preto sa dnes snažím menej naháňať

veci a viac si vážiť ľudí. Za tie roky som ešte nevidel jedinú rakvu, za ktorou by išlo auto plné majetku. Ale videl som stovky rakiev, za ktorými kráčali ľudia so slzami v očiach.

Najväčším bohatstvom nikdy nie je to, čo vlastníme. Sú to ľudia, ktorí nás úprimne milujú. Pretože práve oni budú raz rozprávať náš príbeh.

Pamätám si prvé rozhovory s pozostalými. Niektoré boli veselšie, iné plné plaču a z ďalších mi bolo fyzicky zle.

Ako pätnásťročný chalan som stál v miestnosti, kde ešte pred chvíľou ležal zosnulý, a počúval, ako si príbuzní medzi sebou delia majetok. Kto dostane byt, kto auto, kto šperky. Slová lietali vzduchom rýchlejšie než modlitby. Vtedy som prvýkrát pochopil, že smrť neodhalí len smútok, ale aj charakter. Že niektorí ľudia smútia potichu a iní ho prehlušia hádkou. Bol som z toho zhrozený.

Jestvujú však aj príbehy, na ktoré nikdy v živote nezabudnem. Príbehy, ktoré sa človeku zapíšu hlbšie než všetky ostatné a už sa ich nedá zbaviť.

+ + + Samovražda

Jedným z nich bol prípad, keď otec rodiny spáchal samovraždu. Urobil to doma, v čase, keď jeho manželka odišla na nákup. V spálni, ktorá mala byť miestom oddychu a bezpečia. Keď sa vrátila, jej svet sa v jedinej chvíli rozpadol na kúsky.

Nikdy nezabudnem, ako sme boli k tomu prípadu privolaní. Policajti nám ešte pred vstupom povedali, aby sme sa pripravili na otrasný obraz. Že to nebude jednoduché. Že sú veci, ktoré sa človeku navždy zapíšu do pamäti. Vtedy som ešte netušil, akú veľkú pravdu mali.

Vošiel som do bytu, žena sedela v kuchyni spolu s deťmi, ktoré mohli mať zhruba osem a štyri roky. Ticho. Bez plaču. Len prázdne pohľady a otázky, ktoré viseli vo vzduchu. Ja som sa pomaly približoval k hnedým dverám spálne. Vedel som, čo je za nimi. A zároveň som

vedel, že ten pohľad mi už z hlavy nikto nikdy nevymaže.

Ležal tam nehybne. Telo bez života, hlava zničená jedným rozhodnutím. Okolo neho stopy, ktoré nepôsobili ako farba, ale ako dôkaz, že tu ešte pred chvíľou existoval život. V tej chvíli sa mi stiahlo hrdlo. Cítil som chlad, ktorý nemal nič spoločné s teplotou v miestnosti. Bol to chlad reality, na akú som ako tínedžer ešte nebol pripravený.

Jeho manželka sa nič nepýtala. Neplakala. Len civela v kuchyni pred seba, akoby ešte stále čakala, že sa všetko ukáže ako zlý sen. Deti behali po byte a pýtali sa, kde je otec. *Prečo ešte spí? Prečo je doma toľko cudzích ľudí?* Nikto im nevedel odpovedať.

Pre mňa ako mladého chalana to bol obrovský šok. Nie samotný pohľad na smrť, ale na rodinu, ktorá sa rozpadla v jednej sekunde. Na deti, ktoré ešte netušili, že ich život už nikdy nebude rovnaký. Na matku, ktorá stratila muža a v tej istej chvíli musela zostať silná pre svoje deti.

Vtedy som si prvýkrát naplno uvedomil, že smrť nie je len o tom, kto odíde. Je hlavne o tých, ktorí zostanú. A že niektoré príbehy si človek ponesie so sebou navždy, nech robí čokoľvek.

O niekoľko dní neskôr k nám prišla vybaviť pohreb. Spoznal som ju hneď, pôsobila úplne inak. Akoby z nej niekto vytiahol všetku energiu, všetky farby. Sadla si oproti mne a ruky položila na stôl, nehybne, akoby už ani nevedela, čo s nimi.

Hovorili sme o pohrebe, o dátume, o detailoch, ktoré momentálne nemali žiadnu váhu. Všetko znelo vzdialene. Akoby sa to netýkalo jej života, ale niekoho cudzieho. Keď sme skončili, nastalo ticho. To isté ticho, aké som vnímal u nej doma v kuchyni.

Zrazu pomaly otvorila kabelku a vytiahla z nej zložený papier. Povedala, že ho našli v jeho vrecku. Že ho tam musel mať celý čas. Už ho čítala. Viackrát. A aj tak mu stále nerozumela. Potom mi ho podala a spýtala sa, či si ho môžem prečítať aj ja. Nerozumel som, prečo to odo mňa žiada. Možno čakala, že ako nestranný tomu listu porozumiem.

Nebol dlhý. Neobsahoval veľké slová ani dramatické vyhlásenia. Bol písaný obyčajne, akoby určený niekomu, koho nechce vystrašiť.

Zosnulý písal, že ho dlhý čas bolí hlava, ale nie tá fyzická. Že každý deň má pocit, akoby bol o krok pozadu za vlastným životom. Že sa snažil byť dobrým manželom a dobrým otcom,

ale čím viac sa snažil, tým viac mal pocit, že všetkých sklamáva.

Vraj sa hanbil priznať, že je závislý od hazardných hier. Dlhý čas bol vyčerpaný a unavený zo všetkého. Báľ sa povedať nahlas, že už nezvláda tlak v práci, doma, v sebe. Každý očakával, že to zvládne, lebo vždy všetko zvládal. A práve to ho pomaly zlomilo.

Najviac ho bolelo, že sa doma začal cítiť ako hosť. Nie preto, že by ho nemali radi, ale preto, že sa prestal mať rád on sám. Nechcel, aby ho deti videli ako slabého muža. Nechcel, aby si pamätali jeho ticho, výbuchy hnevu alebo pohľad, ktorý už nedokázal skrývať.

Na konci napísal, že ich miluje. Nie ako frázu, ale ako vysvetlenie. Že to nerobí proti nim. Že to robí preto, lebo už nevidí cestu, ako zostať a nezničiť ich ešte viac. Prosil ženu, aby deťom raz povedala, že ich otec neodišiel preto, že by ich nemal rád, ale preto, že nevedel, ako ďalej žiť sám so sebou.

Sedel som tam s tým listom v rukách a cítil, ako mi v hrudi niečo oťažieva. Rozumel som jeho slovám. Chápal som únavu, hanbu aj strach, ktoré z nich sálali. A predsa vo mne niečo vyvolávalo hnev. Nie naňho ako na človeka, ale na jeho čin. Na to, že nechcel ublížiť, no ublížil. Že odišiel v tichosti, ale zároveň za-

nechal po sebe hluk, ktorý bude v jeho rodine znieť po zvyšok života.

Vidím jej pohľad dodnes. Pohľad ženy, ktorá stratila muža a zároveň odpovede. Pohľad, ktorý sa človeku vryje do pamäti a už sa ho nikdy nezbaví. Ten pohľad nebol plný hnevu. Bol prázdny. A práve to bolo na tom najhoršie.

Smrť nie je len o rozhodnutí jedného človeka. Je o všetkých, ktorí musia s daným rozhodnutím ďalej žiť. A že moja práca nie je len o tých, ktorí odišli. Je hlavne o tých, ktorí zostali s otázkami, na ktoré už nikdy nedostanú odpoveď.

Veľmi skoro som pochopil, že v tejto práci nie je priestor na chaos. Keď niekto zomrie, svet sa nezastaví. Zastavia sa ľudia. A práve vtedy niekto musí zostať pokojný.

Naučil som sa to skôr, než by som mal. Kým iní ešte hľadali svoje miesto, ja som už vedel, že v určitých momentoch nesmiem cítiť všetko. Nie preto, že by som bol chladný. Ale preto, že keby som cítil všetko, nikomu by som nepomohol.

Postupne som si v sebe vytvoril akýsi vnútorný režim. Keď zazvonil telefón, niečo sa vo mne preplo. Myšlienky išli bokom. Emócie ustúpili. Ostala len úloha. Ísť. Urobiť, čo treba. Byť oporou tam, kde sa iní rozpadali.