

КОМПАС



ДЛЯ ДУШИ

ПРИМИРИТЬСЯ С БОЛЕЗНЬЮ



В чем смысл и причина болезни?
Как облегчить страдание?
Как получить исцеление от Бога?

Дмитрий Геннадьевич Семеник

Примириться с болезнью

Серия «Компас для души»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22098362
ISBN 978-985-511-487-2

Аннотация

«До определенного момента жизни каждому человеку кажется, что большие несчастья могут происходить только с другими людьми. Причем с очень не многими, которым как-то особенно сильно не повезло. На самом деле, есть много разных несчастий, и есть мало людей, которым удастся всех их избежать. Рано или поздно в нашу жизнь входит что-то, что полностью переворачивает либо весь строй нашей жизни, либо наше сознание, и жестко ставит перед нами очень важные вопросы. Одним из таких событий является смертельный или просто опасный диагноз. Рак, другая тяжелая болезнь, травма... То, чего мы так боялись, не хотели и надеялись избежать, стало частью и нашей жизни. Мы неожиданно оказались в числе тех, у кого больше не получится бездумно наслаждаться всеми телесными удовольствиями жизни. А зачастую и элементарным удовлетворением труда. Нередко мы теряем возможность даже обслуживать свои простейшие нужды...»

Содержание

Вступление	4
Они примирились с болезнью	8
Смирение приносит мир в душу. Александр Стронин	8
С болезнью можно и нужно бороться.	20
Александр Бочаров	
В смертельной болезни ты учишься жить.	29
Владимир Гурболиков	
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Дмитрий Семеник

Примириться с болезнью

Как жить с опасным диагнозом?

Вступление

До определенного момента жизни каждому человеку кажется, что большие несчастья могут происходить только с другими людьми. Причем с очень не многими, которым как-то особенно сильно не повезло.

На самом деле, есть много разных несчастий, и есть мало людей, которым удастся всех их избежать. Рано или поздно в нашу жизнь входит что-то, что полностью переворачивает либо весь строй нашей жизни, либо наше сознание, и жестко ставит перед нами очень важные вопросы. Одним из таких событий является смертельный или просто опасный диагноз. Рак, другая тяжелая болезнь, травма...

То, чего мы так боялись, не хотели и надеялись избежать, стало частью и нашей жизни. Мы неожиданно оказались в числе тех, у кого больше не получится бездумно наслаждаться всеми телесными удовольствиями жизни. А зачастую и

элементарным удовлетворением труда. Нередко мы теряем возможность даже обслуживать свои простейшие нужды.

В общем, из людей более или менее счастливых нам предлагается стать людьми, по понятиям современного общества, несчастными и едва ли не «лишними». Приходится переосмыслить нашу ценность для общества, для близких людей и для самих себя. Зачем мы нужны в таком состоянии? Зачем нужна эта болезнь? Как и зачем жить дальше? Как и зачем терпеть эту боль?

Если верных ответов на эти вопросы найти не удастся, приходит уныние, порой даже отчаяние, и душевные страдания усугубляют страдания тела. Еще труднее становится выздороветь. Еще труднее нести эту тяжесть близким. Еще труднее дожить столько, сколько осталось...

Наша книга поможет вам в этой ситуации. Ведь все те вопросы, которыми вы задаетесь, не новы. Люди болеют и умирают уже тысячи лет. Все, кто жили раньше, уже умерли, и большинство – в болезнях. Но далеко не все умирали в унынии, отчаянии, не сознавая смысла своих страданий. Многие умирали мирно. Многие проводили последние годы и месяцы своей жизни с большой полнотой, силой и радостью. Многие были исцелены от болезни, которая казалась последней, и умерли гораздо позже, чем предрекали им врачи.

Авторы этой книги раскроют вам секреты такого отношения к болезни и исцелению, которое помогает преодолевать свои слабости, уныния и жить полноценной жизнью, до кон-

да оставаясь Человеком в высшем смысле этого слова.

Также много внимания в книге уделено теме исцеления. Ведь нетрудно понять, что исцеление болезни, как и прощение грехов, требует с нашей стороны определенных знаний и труда. Бог может и не дать нам исцеления, но все-таки при правильном отношении к исцелению мы имеем больше шансов его получить.

Многие из авторов книги сами тяжело больны или были исцелены от тяжелой болезни. За их словами не только понимание духовных законов жизни (которые едва ли можно постичь до конца, пока ты полностью благополучен), но и собственный опыт.

В основе этой книги – материалы нашего сайта boleem.com, посвященного теме духовной и психологической помощи тяжелобольным людям и их близким. А сайт boleem.com, в свою очередь, является частью большого интернет-проекта «Пережить. ру». В состав этого проекта входят сайты, где бескорыстно оказывается помощь людям в наиболее серьезных кризисных ситуациях: perejit.ru (тема расставания, развода), memoriam.ru (тема переживания смерти близкого человека), pobedish.ru (депрессия, мысли о суициде), vetkaivi.ru (последствия насилия). Также важной частью проекта являются сайты, помогающие избежать многих кризисных ситуаций: realove.ru (о любви и семейной жизни), zagovor.ru (о последствиях гаданий и приворотов), realisti.ru (о том, как стать счастливым), информация по всем

этим темам в более удобной форме дается в Заочной школе Любви (shkola.realove.ru).

Мы понимаем, что не во всех случаях возможно исцеление тела. Но мы сознаем неизмеримую ценность человеческой души, о благе и свете которой следует заботиться (самому ее обладателю и окружающим) до последнего дня жизни. Поэтому призываем всех тех, кого коснулась эта боль, не унывать, не сдаваться. А наоборот, именно теперь начать жить полной жизнью, делать для себя все то, что вы не делали, когда надеялись быть здоровыми вечно. Наша душа – это то, что стоит любых усилий, то, что не может умереть и то, в чем живут радость и любовь. Именно поэтому радости и любви никто и ничто не может нас лишить.

Они примирились с болезнью

Смирение приносит мир в душу. Александр Стронин

– Что происходит в душе человека, когда он сталкивается с такой бедой как тяжелая болезнь? Какие факторы, какие мысли доводят людей до отчаяния и порой ставят на грань суицида?

– Как говорится, чужая душа потемки. На своем же примере могу сказать вот что: я к болезни подошел уже верующим православным человеком. На тот момент в Церкви я был уже лет пять, но борьба продолжалась. И духовная, и душевная, поскольку свят только Господь.

Моему ребенку тогда было три месяца. Ужасно не хотелось с ним расставаться, и было очень трудно примерить на себя одежды болеющего человека, которому доктора не давали никаких прогнозов. Период, в который мне поставили диагноз, выпал на Великий пост. А в храме, прихожанином которого я являюсь, Великим постом обычно проходит соборование. Меня пособоровали тогда, и это совершенно изменило мой настрой. Я впервые прочувствовал это глубокое и великое Таинство. А ведь до соборования мысли у меня

были не самые светлые...

– Видимо, разные люди по-разному реагируют на диагноз, изменение «качества жизни» и угрозу смерти. Кто-то в большей степени унывает, кто-то в меньшей, а кто-то вообще не унывает. Как это зависит от личных качеств человека и от его мировоззрения? Каким был ваш путь осмысления, примирения со своим недугом?

– От отчаяния Господь меня хранил, и суицидальных мыслей, слава Богу, пока не возникало. Да и за всё время моего общения с тяжело болеющими людьми у меня возникло ощущение, что они гораздо больше ценят и глубже проживают свою жизнь, чем здоровые. У меня было два близких, вполне физически здоровых человека, которые самостоятельно расстались с жизнью. И, честно говоря, я до сих пор в смятении. Это было несколько лет назад, я уже был на пути борьбы со своим заболеванием. Для меня остаётся загадкой: тут борешься за жизнь, а человек не ценит этого Божьего дара, берет и вот так легко прощается с жизнью.

Человеку, узнавшему о страшном диагнозе, не помогут шаблонные фразы. И даже такие элементарные сами собой разумеющиеся советы, как посетить православный храм, тоже не всегда работают, поскольку человек закрыт, он не видит ничего вокруг, кроме своего диагноза и всего, что с этим диагнозом связано. Он не только ропщет, но и выстраивает вокруг своей болезни какие-то домыслы, что страшнее все-

го. Я считаю, что, в первую очередь, необходимо включить-ся в ситуацию близким человека, и они ни в коем случае не должны проявлять отрицательных эмоций. Это первая ступень на пути к тому, чтобы отгородиться от этих страшных мыслей. И, конечно, обязательно надо молиться.

Душа начинает метаться. Возникает вопрос: «за что?». Но для меня этот вопрос не возникал, поскольку, с учетом того багажа, с которым я пришел в Церковь, мне это было и так ясно. «Для чего?» – это уже другой формат, и ответ на этот вопрос становится очевидным уже в процессе.

Путь был непростой, так как у меня был достаточно динамичный образ жизни, и намечался некий карьерный рост. Примириться с этим недугом было крайне сложно, почти невозможно, невзирая на то, что я был церковным человеком. И первая линия химиотерапии, которая длилась год (12 курсов), дала время подумать, проанализировать, смириться с тем, что было на тот момент. Сегодня я считаю, что тогда я просто был здоровым человеком, т. е. все познается в сравнении и все относительно.

Что помогло мне смириться? Много людей начали за меня молиться. Это очень важно, потому что у самого не всегда находятся на это силы. А чужие молитвы очень чувствуются, благодаря им мир наступает в душе. Ведь смирение приносит мир в душу. Народ Божий молится – и, слава Богу, не только я на себе это ощущаю, но и моя семья это ощущает.

– К сожалению, некоторым людям после того, как они

узнают о своем диагнозе, приходится не только менять весь строй своей жизни, но и испытывать безразличие со стороны тех, кто еще недавно, пока все было хорошо, был расположен к ним, или, что еще хуже, со стороны родственников. Например, мне приходилось слышать о ситуациях, когда за тяжело больным человеком просто некому было ухаживать. Как правильно больному отнестись к такому отношению со стороны близких людей и что делать в такой ситуации?

– Знаете, за 7,5 лет своего лечения такого на себе не испытывал, и на чужих ситуациях этого практически не замечал. Чаще всего вижу совершенно противоположные – положительные примеры.

Несколько лет назад мы очень подружились с одной молодой парой. В 2006 г. у меня была серьезная операция, а в соседней палате лежала девушка, которой тогда было 23 года. С ней постоянно находился её муж. Я не знаю, какими на самом деле были их истинные чувства и отношения, но, как почти вся нынешняя молодежь, они жили «гражданским браком» до её заболевания. Когда девушке провели второй курс химиотерапии, он предложил ей зарегистрировать брак и повенчаться, притом, что люди они были совершенно нецерковные. Они венчались в перерыве между капельницами, уехав из больницы на пару часов.

Казалось бы, о какой семье может идти речь при таком диагнозе? Он вполне мог бы найти себе другую, ведь «гражд-

данский брак» ни к чему не обязывает. Но для меня их семья стала символом радости и надежды, что не все так плохо в этой жизни, что есть еще та любовь, о которой говорят на проповедях в Церкви. С этими людьми мы до сих пор поддерживаем отношения. Муж в прямом и переносном смысле носит ее на руках, потому что она перенесла ампутацию ноги и операцию на обоих легких, и теперь они точно знают, что такое любовь.

Знаю и другую историю. С молодой женщиной, больной раком, произошло чудо. До этого она получила около 10 курсов химиотерапии. Она тоже жила с молодым человеком так называемым «гражданским браком». Вскоре забеременела. Реакция молодого человека, на мой взгляд, была неадекватной: ему не хотелось, чтобы родился урод, и он предложил своей девушке сделать аборт – убить ребенка. Но она, несмотря на это, и зная о том, что гормональные сбои, вызванные беременностью, могут привести к рецидиву, решилась все-таки рожать. Она буквально пожертвовала собой ради ребенка. У нее, действительно, был рецидив, и ей пришлось ампутировать ногу. Родила замечательного здорового младенчика, сейчас ребенку уже 3,5 года. Я был на крестинах этого ребенка и могу засвидетельствовать, что эта молодая женщина – просто прекрасный человек.

– А как сейчас мама себя чувствует?

– Она очень счастлива. Ей сделали замечательный протез, водит автомобиль, работает бухгалтером. Она радуется жиз-

ни и благодарит Господа за то, что так произошло.

Но, повторяюсь, в большинстве случаев я не замечал, чтобы люди отворачивались. Да, бывает к онкологическим больным какое-то странное брезгливое отношение со стороны общества. На одном форуме женщина интересовалась, как можно причащать ребенка в православном храме, когда вокруг много онкологически больных, туберкулезников и т. д. Я, как мог, постарался с любовью ей ответить. Я посоветовал ей держать младенцев от онкологических больных подальше, т. к. у таких больных очень слабый иммунитет, и даже нетяжелый детский вирус может нанести жуткий ущерб здоровью онкологического больного. Правда, такие стереотипы ломаются, если человек, не дай Бог, сам сталкивается с подобной ситуацией. Конечно, и от культурного уровня зависит понимание того, какие болезни заразные, а какие нет.

А как правильно больному отнестись к негативному отношению близких людей?... Да пожалуй их надо просто. Понятно, что со своей проблемой тяжело смириться, и что у каждого своя мера трудностей и горя, но если кто-то из близких людей отворачивается, его остается только пожалеть.

– Любая тяжелая болезнь, а, в особенности, длящаяся годами, приводит к постепенному истощению нервов и у больного, и у его родственников. Как выстроить отношения обеим сторонам так, чтобы этого не произошло?

– Найти какой-либо алгоритм, чтобы ни у больного, ни у его родственников не происходило нервного истощения,

непросто. Прежде всего, должна быть любовь. Если любви в семье нет, то и отношений никаких не будет. Если любви нет, то и болезнь одного из супругов будет вызывать только недовольство, возмущение и, в конце концов, нервное истощение у второй половины.

По своему семейному опыту могу сказать вот что. Все говорят мне: «Какой ты молодец!». Я отвечаю: «Да не я молодец... Молодец, прежде всего, моя жена. Молодец мой ребенок, моя мама». Мой крест – это достояние всей семьи, и неизвестно, кому тяжелее нести его. Одно дело – терпеть боль, а другое дело видеть, как твой близкий человек терпит эту боль. Второе мне было бы тяжелее. У нас с женой получился полноценный церковный брак, поэтому этот крест мы несем сообща.

Конечно, бывают срывы. Но они очень кратковременны и совершенно незначительны. Внимания им особого не придаём. Все ведь устают как психологически, так и физически. Чего стоили эти бессонные ночи, когда мама с женой по очереди после операции дежурили в моей палате! Ведь и весь антураж онкологического стационара – зрелище не для слабонервных. Он неизбежно тянет за собой психологическое истощение. По себе знаю. Меня вот называют сильным человеком. Но когда я прихожу в онкоцентр на Каширке на один день, выхожу оттуда, как выжатый лимон. Потому что глядеть на этих младенчиков, лысеньких, в масочках, которых там возят по коридору на колясках, тяжело. Я прихожу

в себя дня три. Просто потому, что я знаю, что это такое. Я ведь и сам отец. И когда у моего сына всего лишь температура поднимается, всё равно начинаю переживать. А когда видишь онкобольных детей, которые не понимают того, что они больны, и когда видишь их несчастных родителей, которые сутки, года напролет живут в онкоцентре, это очень тяжело. Поэтому единственным рецептом взаимоотношений в этой ситуации может быть только любовь. И не только человеческая любовь, конечно же, надо почаще обращаться к Богу.

– Порой в семьях тяжело болеющих людей ситуация складывается таким образом, что родственники ставят крест на своей личной, а, зачастую, и профессиональной жизни из-за необходимости ухода за больным, который, в свою очередь, испытывает из-за такого положения вещей сильное чувство вины. В одном известном мне случае, пожилая женщина, заболевшая онкологическим заболеванием и отчетливо понимающая, что дальше ждет ее близких, решила на добровольный уход из жизни. Как объяснить человеку, что болезнь, невозможность работать и даже невозможность обслуживать себя не делают человека чем-то ненужным, не имеющим ценности и поэтому не должны давать оснований для суицидных мыслей?

– Да, бывает и у меня закрадываются мысли, что я являюсь обузой. Но это неправильные помыслы. Не об этом надо думать.

По-прежнему все ключевые вопросы остаются за мной, как за главой семейства. Что касается того, чтобы поставить на себе крест, могу сказать, что у нас в семье никто на себе его не поставил.

Моя супруга несколько лет назад рвалась на работу, чтобы зарабатывать деньги, но, слава Богу, так сложилось, что ей не пришлось работать. И, как я уже сказал, я продолжаю быть главой семьи. Так складывается – и слава Богу. У нас есть возможность не умереть с голоду, хотя, конечно, это было бы невозможно без самоотверженной помощи родных и друзей, которых я нашел в Церкви. Вокруг меня существуют и другие позитивные примеры. Хотя за историю моей болезни мне встретились пара человек, родственники тяжело болящих людей, которые на себе поставили крест. Они уходили в отчаяние и уныние, и когда я начинал с ними общаться, я понимал, что они и меня тянут в этот омут... Духовник мне на это ответил примерно так: «Ты ведь ходишь в храм, исповедуешься, причащаешься, и пускать в сердце уныние нельзя! Ты прекрасно знаешь об этом. Постарайся выстраивать отношения с такими людьми так, чтобы они это в тебе почувствовали, и им будет легче».

– Мы знаем случаи, когда лежащие больные, хотя и не могли себя обслуживать, были источником радости, душевных сил для очень многих людей, которые приходили к ним. Мы даже знаем примеры, когда болезнь помогала этим людям становиться святыми и служить

другим людям молитвой к Богу и чудесами. Пусть к таким вершинам нам трудно стремиться, но согласитесь, что всякий человек, как бы он ни был болен, может делать других счастливее, а значит – жить по-настоящему, жить и светить. Как этому научиться?

– Я думаю, что учиться можно у святых. Для меня таким примером служит святая преподобномученица Мария Гатчинская. В Интернете есть краткое жизнеописание этой удивительной святой.

– В чем, по вашему мнению, смысл болезни для человека и его близких?

– По моему мнению, главный смысл болезни – это духовное выздоровление. Когда у больного человека возникает вопрос: «за что?», священники обычно поправляют: «Не за что, а для чего?». В первую очередь, для спасения человека, который болеет. И для спасения его близких, так как им приходится проявлять любовь, сострадание, милосердие. Это единственная возможная адекватная реакция близких на подобную ситуацию – любовь и поддержка во всех отношениях. Поэтому смысл болезни – достижение той любви, о которой говорится в Евангелии.

– Что еще вы бы хотели сказать тем людям, которые, находясь в болезни, унывают, растеряны?

– Что можно пожелать людям, которые унывают? Конечно же, не унывать. Радоваться каждому новому дню, дорожить им и беречь, не тратить его впустую – на уныние. А если

человек болен онкологическим заболеванием и знает свой диагноз, понимать, что на дворе XXI век, и что это лечится, в конце концов...

– А если человек болен не онкологическим заболеванием, и врачи отказываются от него?

– Нужно мобилизоваться и напрячь все силы для борьбы с заболеванием и унынием. Опять же, вспоминается сказка про лягушку в кувшине с молоком. Очень просто сложить лапки и пойти ко дну. Но я не знаю таких людей, которые были бы готовы добровольно сложить свои лапки. Даже те люди, которым трудно сохранять духовное равновесие, стараются барахтаться. Поэтому нужно напрячь все силы.

По своему опыту и опыту других людей, могу сказать, что Бог открывает в человеке совершенно другие способности, если какие-то у него утрачиваются. Поэтому руки ни в коем случае нельзя опускать. Надо работать, и если человек стоит перед началом тяжелого лечения или даже если от него отказались врачи, надо, прежде всего, понять, что как раз с этого момента начинается тяжелая и трудная работа даже не на себя, а, в первую очередь, на своих близких. И работа, если хотите, для Бога. Конечно, это очень сложно, я по себе знаю. Не всегда бывает легко ощущать радость несения этого креста и принимать помощь от Бога. Когда что-то болит в организме, естественно, все помыслы не о великом и прекрасном, а исключительно в этой боли, боли физической. Но, тем не менее, повторяю, надо мобилизовать все свои силы и помыслы

и настроиться на победу!

С болезнью можно и нужно бороться. Александр Бочаров

Александр Бочаров родился в одной из деревень Московской области. Помимо школы, занятий для молодёжи в селе не так много. На дискотеках Александр стал помогать работать с аудиотехникой. Это увлекло его – поступил в МИРЭА (институт радиотехники, электроники и автоматики). С самого детства очень любил футбол. Александру удалось наладить игры дворовых команд, вместе с районными властями они стали организовывать активных отдых для молодёжи.

В 11 классе на одной из игр он получил травму колена, которая спровоцировала рост костной опухоли – саркомы. Болезнь стала медленно менять его жизнь, выводя из обычного круга занятий. Ему пришлось оставить учебу. Он перенёс несколько курсов химиотерапии, операций, ампутацию ноги и левого лёгкого, пораженного метастазами.

Сейчас Александру 22 года. Он поступил на заочное отделение МЭСИ, изучает финансовую биржу, организует встречи для больных раком. Его лечение продолжается. Сегодня наш разговор с ним пойдёт о болезни, её осмыслении, участии других людей в этом и

силе веры.

Это интервью мы берем у него в больнице.

– Что происходит в душе человека, когда он сталкивается с такой бедой как тяжелая болезнь? Какие факторы, какие мысли доводят людей до отчаяния и порой ставят на грань суицида?

– Конечно, были такие мысли, особенно в самом начале... «Это приговор», «А какой будет конец?», «А если ухудшение?». Ещё был страх перед самим диагнозом – «только бы не это»...

В восьмом классе, когда мы проходили анатомию человека, я узнал про рак и опухоли. И тогда подумал – «ой, только бы не это». Потом, когда я узнал, что у меня саркома, – «только бы опухоль была доброкачественной». Потом – «только бы не было метастазов». И всё, чего я боялся, – случалось.

Часто возникает вопрос – «почему мне?». Его лучше сразу отбросить, потому что ответа ты никогда не найдёшь, а себя измучаешь. Болезнь нужно принять как факт, как данность и не думать об этом ночами. Да, болезнь есть, но с ней можно и нужно бороться.

– Как ты боролся с этим?

– Если жить со всем этим негативом, то справляться будет очень тяжело. Я довольно любопытный, стал смотреть в Интернете всё про рак и саркому. Нашел очень много нега-

тивного, появилось много плохих мыслей. Сперва я пытался гнать их от себя. Но потом понял, что очень важно общение. Главное – не замкнуться в себе. Многие друзья стали относиться ко мне внимательнее, хотя они даже не знали, что такое «саркома». Я стал больше общаться, чтобы не замыкаться на своей проблеме. И даже иногда получалось нам куда-то ездить вместе большой компанией. Мы создали туристическое движение, организовывали выезды для молодёжи – и я был со всеми на равных, несмотря на то, что ходил на костылях. Незнакомые люди удивлялись, когда видели меня с ними, но все мои друзья поддерживали и относились ко мне, как к равному.

Здесь, в больнице, очень много молодежи – саркома часто встречается в этом возрасте. И у нас образовался круг знакомых, позитивных людей. Мы друг друга поддерживали, вместе гнали эти мысли. А потом мы научились относиться к этому с юмором, у нас выработался иммунитет к таким мыслям. И теперь в своём кругу мы уже можем говорить открыто о болезни и делиться друг с другом тяжёлыми мыслями, не показывая их здоровым людям.

– Скажи, какие нужны личные качества, чтобы справляться с болезнью? Может быть, сила воли или смирение?

– Конечно, сила воли нужна в первую очередь. Когда человек только узнаёт о своей болезни и с широко раскрытыми глазами смотрит на неё, не зная, что делать, тут и нужна си-

ла воли, чтобы собрать себя в кулак, собрать разрозненные мысли, сконцентрироваться, не впадать в депрессию.

Но один ты всё равно не справишься с этим. Нужно общение.

– *А встречались ли тебе люди, которые пошли «неправильным» путём в осмыслении болезни?*

– Да. В процессе болезни многие люди меняют своё мировоззрение. Столкнувшись с этим, ты уже смотришь на жизнь по-другому, многое кажется не важным. При этом человек может измениться и в лучшую и в худшую сторону. Чаще всего в лучшую – начинает ценить маленькие жизненные радости, внимательнее становится к окружающим.

Но бывает и по-другому – человек озлобляется. «Что ты мне рассказываешь про всякие свои мелочи! Не видишь – у меня тут рак». Такой человек замыкается в себе, уходит в депрессию. Он сложнее справляется с болезнью, и даже если он выздоравливает, то этот процесс идёт туго и напряжённо.

Однажды к нам в больницу попал новый пациент. На тот момент мы уже все близко сдружились. Мы пошли к нему, чтобы как-то поддержать его, показать ему, что жизнь есть и здесь, жизнь не окончена. Парень был довольно замкнут и вяло отвечал на вопросы. У него в комнате были закрыты жалюзи, а когда мы вышли, он запер палату за нами. Через несколько дней мы пошли навестить его снова, но его мама попросила нас не ходить к нему – по его личной просьбе. Где-то через год встретился он мне снова в больнице. Я его

даже не узнал, узнал только его маму, он был осунувшийся, мрачный. Я поговорил с его матерью, выяснилось, что ему поставили эндопротез и его надо было разрабатывать, чтобы начать хорошо ходить. Разговор шел у кабинета, где проверяли лёгкие – я спросил не было ли метастазов. Мать с радостью сказала, что нет. «Что же ты такой мрачный сидишь тут? – сказал я ему, – тебе просто лень ногу разрабатывать!» – «Нога не гнется...». Хотя его лечение шло неплохо, он впал в тяжелую депрессию.

– Забота о больном может быть очень изматывающей и нервной для его близких. Можно ли как-то этого избежать?

– Избежать этого изматывания никак нельзя. И для родственников открыто гораздо больше негативной стороны, поэтому им может быть тяжелее. Здесь тоже может помочь общение – складывается круг у больных и ухаживающих за ними, все они даже немного породнятся. Во время химической терапии мы все становились очень капризными, было особенно тяжело за нами ухаживать. Бывали такие периоды, когда ухаживающая мама готова всё что угодно для тебя сделать, но ничего не может помочь – надо было просто терпеть. И это особенно тяжело и для родителей и для больных.

Часто у ухаживающих обостряются какие-то свои мелкие болячки на нервной почве – у кого что. Обычно они стараются это не показывать. Мне кажется, что женщины психологически сильнее мужчин в этом плане и материнские чув-

ства поддерживают их. Ухаживают ведь в основном матери.

– А как следует выстраивать отношения родственникам с больным?

– Часто окружающие ничего не знают о болезни, которой страдает их близкий. Для большинства людей «рак» означает «человек скоро умрёт», но это не так. И люди приходят к тебе, даже не зная о чём тебя спросить, ведь любой разговор приведёт к этому. Задают вопросы: «И как ты теперь?» – «Да, живу вот и с вами даже разговариваю!»

Если человек постарается просто быть рядом с больным, то он научится с ним общаться.

Родственникам нужно пытаться строить общение как с обычным человеком, насколько это возможно. Шутить, делиться своими новостями. Часто может возникнуть неловкость – кто-то делится каким-то позитивом, например, рассказом об отдыхе. А для больного это несбыточно. Но я считаю, что больному это нужно преодолеть, не надо сажать себя в футляр.

В остальном – нужно набраться терпения. Не всем капризам следует потакать, больные могут начать капризничать как дети. Это родственникам нужно пресекать.

Нужно оказывать внимание человеку. Порой нужно просто быть рядом, просто молчать. У меня был такой друг. Когда мне было тяжело, я говорил ему: «ты можешь мне что-то рассказывать, но я не могу отвечать. Просто побудь рядом». И он сидел со мной, иногда говорил, иногда нет. И такое вни-

мание поддерживает иногда даже больше, чем какие-то слова.

– Порой бывает, что люди изменяют своё отношение к заболевшему, отдаляются или оставляют его. Как на это реагировать?

– Бывает такое. Некоторые даже думают, что это может быть заразно. Ну, у всех свои тараканы в голове. Конечно, раздражает такое поведение, но постепенно приобретаешь опыт смирения, чтобы не злиться на них.

– Мы знаем случаи, когда лежащие больные, хотя и не могли себя обслуживать, были источником радости, душевных сил для очень многих людей, которые приходили к ним. Мы даже знаем примеры, когда болезнь помогала этим людям становиться святыми и служить другим людям молитвой к Богу и чудесами. Пусть к таким вершинам нам трудно стремиться, но согласитесь, что всякий человек, как бы он ни был болен, может делать других счастливее, а значит – жить по-настоящему, жить и светить. Как этому научиться?

– Я знал такого человека, это была моя близкая подруга Ангелина. Последние месяц-два перед тем, как отойти, она была прикована к постели. Но когда находишься рядом с ней – ощущаешь радость в душе, тебя будто заряжает энергией. При этом ты понимаешь, что человеку очень плохо, она была очень слаба, но никогда не отказывала в общении, спрашивала о чём-то, волновалась за других, поддерживала, обод-

ряла даже, с юмором общалась. Благодаря ей, я пришел к Богу, к вере.

– А какой был переломный момент для тебя в приходе к вере?

– Опять же, общение. Когда уже окончательно определился мой диагноз и нужно было ложиться на первый курс химиотерапии. Я тогда, кажется, расплакался прямо в коридоре и вдруг впервые увидел Ангелину. Я весь подобрался, стыдно плакать перед девчонкой. Она была с палочкой, в косыночке, без волос (ровесница мне, но была уже на третьем курсе химии), но при этом весело что-то мне рассказывает, светится вся. Когда на лице человека нет волос, глаза особое выражение принимают, они ещё более открытые. Всё это меня так поразило. Она дала мне акафист иконе Пресвятой Богородице «Всецарица», в котором я ничего не понимал, но стал читать его просто так. Позже мы стали молиться вместе, она рассказала мне много о вере. Общение и дружба с ней и привели меня к Богу.

Мы не относились к вере как к волшебному исцелению: помолился – и всё прошло. Мы старались подходить к ней осознанно.

Ангелина написала мне краткий конспект о вере с цитатами из Святых отцов. Я его до сих пор храню и перечитываю иногда в моменты уныния.

– В чем смысл болезни для человека, как ты думаешь?

– Вообще, тяжелая болезнь учит любви – и заболевшего и

его окружающих. Я знаю многие семьи, которые укрепились в любви, когда ребёнок там заболел.

А ещё, преодолевая её, мы становимся сильнее. Когда человек попадает в больницу, ему кажется, что он упал в колодец и никак нельзя выбраться, не за что зацепиться. Выход есть, свет наверху – но как до него добраться? И постепенно, успокаиваясь, ты видишь какие-то мелкие зацепки, способы подниматься вверх – и таким образом выбираешься.

Любые проблемы даны нам для познания – что такое хорошо, что такое плохо. Когда мы эти проблемы решаем, то понимаем это лучше и лучше. И с этим опытом мы учимся ценить жизнь, беречь её, находить радость в ней.

И, в конце концов, благодаря этой болезни человек приходит к Богу.

В смертельной болезни ты учишься жить. Владимир Гурболик

– Скажите, как человек осознаёт болезнь? Как изменяется его жизнь?

– Ты начинаешь жить иначе: изменяется круг интересов, круг чтения, ты начинаешь другое смотреть, слушать, другое изучать. Изменяются и отношения с людьми, с близкими, с новыми знакомыми, с которыми сталкиваешься в жизни. Очень важно то, что сама жизнь начинает меняться, причем в лучшую сторону. Ты меняешься в лучшую сторону. Потому что вынужден думать, как тебе жить.

– Почему человек меняется в лучшую сторону, ведь вроде бы любые усилия и изменения уже бессмысленны, жить-то осталось всего ничего? Какова природа этих изменений?

– Я не хочу сказать, что человек *обязательно* меняется в лучшую сторону. Я думаю, что в любом случае теперь он знает о жизни намного больше, чем тогда, когда у него не было такого диагноза. Это однозначно. Когда человек болен, он перестает мыслить с позиции силы. Он ценит возможность хоть какой-то поступок совершить самому. Он лучше понимает, что состояние здоровья, которое мы считаем нормой, – это дар, это чудо.

Кроме того, если человек правильно судит о себе, он на-

чинает вспоминать, как он вел себя по отношению к другим людям. И понимает, что сейчас, вдруг, получает от многих людей, о которых он вообще забывал, тепло, поддержку, сострадание, помощь. Его это потрясает. У него появляется время проверить свою совесть. Его совесть говорит ему: «Ты ведь так не поступал, для этих людей ты не делал ничего. Они все это *дарят* тебе. Почему? Да просто потому, что они почему-то тебя любят, умеют тебе сострадать. А ты?»

И ты, возвращаясь к себе, понимаешь свое недостойнство, у тебя появляется благодарность не только к Богу, но и к людям, которые тратят на тебя время, пытаются тебе помочь. Это могут быть совсем незнакомые или те, о ком ты даже забыл думать или сам с ними когда-то поступил плохо. И в этот момент такая благодарность может избавить человека от всей гордости, от той позиции силы, которую он считал нормальной для себя, от невнимания к другому человеку. Чем более ты понимаешь, как ты можешь страдать, как ты не можешь владеть своим телом, тем больше ты к другому человеку исполняешься этими чувствами. Ты видишь помощь и поддержку со стороны других, причем среди них есть и те, кто болеют вместе с тобой и ещё хуже тебя болеют и страдают. Среди них есть мужественные добросердечные люди, которые вместо того, чтобы заниматься своими проблемами, помогают тебе. Разве это может не изменить человека?

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.