

Глава 1. КАК ВСЕ НАЧИНАЛОСЬ

Объявление, которое все изменило.

Иногда жизнь меняет не драматическое событие или судьбоносная встреча, а обычное объявление на стене.

В тот день я зашла в офис компании «Greenday» на Киевской всего лишь за заказом: мятное мыло, витаминный коктейль, салфетки для мытья посуды — мелочи, бытовые штрихи повседневности. В воздухе витал кофейный аромат и запах типографской краски. На столе стояли стопки каталогов, а где-то тихо пищал принтер. Мир жил своим спокойным будничным ритмом. И вдруг взгляд зацепился за лист бумаги, приколотый к стене кнопкой. На нём крупными буквами было напечатано:

«ТРЕБУЕТСЯ МУЖСКАЯ ОДЕЖДА ДЛЯ ГОСПИТАЛЯ всех размеров: футболки, свитера, штаны, шлепанцы. Можно б/у, но чистое».

Бывает, что одно слово, одна случайная фраза что-то меняет в тебе, что-то внутри вдруг щелкает, и тебя уже нет. Нет тебя прежнего. Это был именно такой случай.

Я стояла у стены и не могла отвести глаз. В объявлении говорилось, что бойцы поступают в госпитали почти совсем без вещей — прямо с поля боя, с кровью и пылью на коже. Сердце сжалось: а ведь где-то там, на койке, лежит человек, которому сейчас холодно, и возможно, не только телу, но и душе.

По дороге домой я все думала об этом объявлении — если в госпитале не хватает одежды, значит, там не хватает и рук. И если у меня есть пара свободных дней в неделю и я могу помочь кому-то, то почему бы не сделать этого прямо сейчас?

Тогда я не умела называть происходящее и не искала слов. Просто было ощущение, что меня как будто тихо позвали. Позже я узнала, что в православии это называют «призывающей благодатью»: когда человек ещё не решил, не понял и не сделал окончательный выбор, но уже откликнулся.

Я вспомнила годы волонтерства — больше пятнадцати лет являюсь членом московского Клуба Волонтеров. Мы посещаем детские дома и интернаты, в том числе дома-интернаты для детей с глубокой умственной отсталостью, проводим там мастер-классы- рисуем на футболках, плетем браслеты, мастерим скворечники, играем в настольные игры. Также мы устраиваем более грандиозные мероприятия, например, фестиваль «Расправь крылья», и футбольный турнир для воспитанников детских домов по всей РФ «Турнир твоей мечты». Я всегда верила, что добро — это движение: от сердца к сердцу, от взгляда к взгляду. И сейчас, стоя перед тем объявлением, я почувствовала то же самое движение — только еще глубже.

Старая волонтерская закваска отозвалась тихим зовом: **будь там, где нужнее.**

Душа требовала действий, и я начала искать возможности стать волонтером в

госпитале. В интернете нашла информацию о курсах сестер милосердия при больнице Святителя Алексия. Это было именно то, что я искала. Я заполнила анкету и отправила. Потом почти забыла, как забывают посеянное семя, пока не появится росток. Три месяца пролетели незаметно, и вдруг пришло письмо: электронное приглашение на собеседование со священником, отцом Андреем.

Собеседование

Я немного нервничала — совсем не понимала, чего ждать. Но в назначенный день отправилась в больницу Святителя Алексия. В приёмной уже толпились такие же, как и я — «желающие стать начинающими». В основном женщины, но были и мужчины. Одни сидели на диванчиках, другие шушукались у стены, третьи только подходили и как будто осторожно прислушиваясь к царящему вокруг воодушевлению. Люди прибывали и прибывали. В воздухе витала атмосфера радостного оживления. Я радовалась, что таких, как я, очень много — людей доброй воли, или «добрых самаритян», как сказала бы мама...

Наконец, настал мой черед, и я вошла в нужный кабинет. Отец Андрей встретил меня спокойно. Его голос был ровным, внимательным. Он задал несколько вопросов: о моём семейном положении, есть ли дети, сколько мне лет, сколько у меня бывает свободного времени в будние дни. Затем спросил, посещаю ли я храм и как часто причащаюсь. Рядом сидела его помощница и аккуратно делала пометки в ведомости. Меня это слегка напрягло — будто я сдаю экзамен на добросердечность. Но внутри возникло тихое понимание: так нужно.

В конце отец Андрей просто сказал: «Вам позвонят». И вскоре действительно позвонили, сказали, что через неделю стартует новый поток на курсах по уходу за ранеными при той же больнице. Я, конечно, сразу записалась, улыбаясь себе, ощущая тихую радость и предвкушение того, что впереди.

Медицина с человеческим лицом

Курсы продолжались два месяца, дважды в неделю: два занятия в будний день и четыре занятия в субботу. Это было и интересно, и познавательно, и даже весело.

Занятия проходили в учебном классе на кафедре медицины катастроф.

В классе имелись больничные кровати, манекены, бинты, подушки, подгузники для взрослых, противопролежневые матрасы, специальные тазики для мытья головы прямо на кровати, катетеры, «скользящие» простыни- то, что потом станет нашей «палитрой ухода». Всё это создавало особую атмосферу: одновременно строгую и уютную, где можно было учиться без страха, но с уважением к будущей ответственности. Я часто ловила себя на мысли, как важно сохранять спокойствие и доброжелательность, ведь через нас проходит энергия заботы и будущих навыков.

Нашу группу вела удивительная женщина- Екатерина Адамовна — сестра милосердия, с глазами, в которых жили мудрость и весёлый огонёк. Она

прошла московские и фронтовые госпитали, науку ухода знала не по книгам. Мы учились ухаживать за больными. В роли пациентов выступали сами. Мы бинтовали друг другу ноги, «меняли» подгузники,

«позиционировали»: обкладывали подушками в позе на спине и на боку, это практикуют для профилактики пролежней. Мы учились аккуратно перекладывать человека с кровати на каталку и пересаживать с кровати на коляску. Когда мне впервые это удалось, я поняла как многого не знала о собственных руках.

«Если человек чувствует себя чистым, сухим, побритым, подстриженным, ухоженным, аккуратным, то даже при наличии серьёзных ранений, он начинает ощущать себя по-другому, по-человечески. И это даёт стимул жить дальше, тянуться к выздоровлению», — говорила Екатерина Адамовна, и еще:

«Иногда поднять человека с постели и внушить ему желание жить может одно только доброе слово или маленькое доброе действие»,

Эти слова звучали внутри меня долго, как тихая мелодия, напоминая, что главное — внимание, забота и душевное тепло, а не только навыки и умения.

По окончании курсов началась практика — в одной из московских городских больниц. Там было по-настоящему тяжело. Реанимация, уход за тяжелыми, а иногда и агрессивными пациентами. Случались моменты, когда я стояла в коридоре и не знала, как переступить порог палаты. Но мы учились не только ухаживать, но и не бояться. Учились быть рядом, не суетясь, помнить, что главное — не «спасти», а просто быть.

После восьми дежурств практика была засчитана. И я наконец-то «впорхнула» в госпиталь. Так началось моё служение.

Сначала — вроде бы случайное объявление. Потом — как будто формальные курсы.

И в результате — я словно всю жизнь ждала, чтобы оказаться именно здесь.

Так я и появилась в госпитале. Для кого-то незаметная женщина с тележкой, для кого-то незаменимый помощник, для кого-то искренний слушатель, а для кого-то ещё и лучший друг. А для меня это была искра новых свершений — маленькая, тихая, едва заметная, но способная разжечь свет внутри.