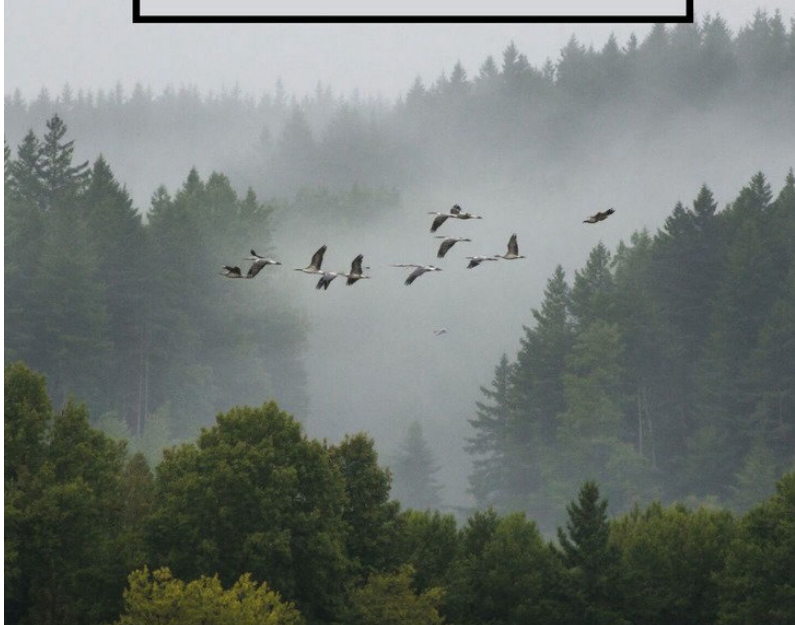


18+ ВИКТОРИЯ ГЛИНСКИХ

Журавли вокруг нас

ОТКРОВЕННЫЙ НОН-ФИКШН
О ТОМ, КАК ПЕРЕЖИТЬ ГОРЕ
УТРАТЫ



Виктория Глинских
Журавли вокруг нас.
Откровенный нон-
фикшн о том, как
пережить горе утраты

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72836222
ISBN 9785006867185*

Аннотация

«Журавли вокруг нас» – сложная книга с простой целью. Она хранит откровенные истории из жизни автора, которые помогают читателю прикоснуться к своей подлинной (часто подавленной) боли. Книга деликатно направляет к пониманию того, что даже в самые темные времена есть место для надежды и восстановления. Это руководство по выживанию души, написанное с глубоким сочувствием и пониманием человеческой уязвимости.

Содержание

Журавли вокруг нас	5
Сложная книга с простой целью	6
Введение	9
1. Темная весна	12
2. То, что запомнилось про деменцию	15
3. Отец постепенно уходит в небытие	18
4. Как «лечат» в провинциальных больницах	21
5. Дома и стены лечат. Или нет?	25
6. Когда одно накладывается на другое	29
7. Когда ты что-то предчувствуешь...	34
8. Откровение сына, потерявшего отца	38
Конец ознакомительного фрагмента.	42

**Журавли вокруг нас
Откровенный нон-
фикшн о том, как
пережить горе утраты**

Виктория Глинских

© Виктория Глинских, 2025

ISBN 978-5-0068-6718-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Журавли вокруг нас

Откровенный нон-фикшн о том, как пережить горе утраты

Моим любимым мужу и маме, которые так же, как и я пережили боль своей утраты и вернулись к жизни. А также моей дочери, которая помогла мне заглянуть в тему смерти под другим углом.

Сложная книга с простой целью

Однажды моя шестилетняя дочь произнесла: «Эти журавли – они вокруг нас! Правда, они стеклянные, поэтому мы их не видим». Мой ребенок в шесть лет узнал о смерти. А я в свои 30 с хвостиком посмотрела на суть смерти под другим углом.

Ваш близкий человек, которого вы потеряли, мерещится вам в незнакомом силуэте? Вы вдруг видите его в запотевшем окне мимо проезжающего автобуса? Или вам, словно нарочно, машет рукой кто-то, кто невероятно похож на вашего любимого человека? Или вы догоняете кого-то со спины и думаете: «Молю, обернись! Это же ты!»

Сначала вы находите это нелепым, абсурдным и даже бредовым стечением обстоятельств. Но позже, с чувством глубокого огорчения понимаете: «Его больше нет. Это не он». Но почему вы раз за разом ошибочно принимаете посторонних людей за того, кого недавно потеряли? Потому что это... журавли! Души наших близких. Они вокруг нас... И даже если они умирают, их образ остается жить в нашей памяти, нашем воображении и наших сердцах настолько долго, насколько мы сами можем себе это позволить.

Говорят, что дети видят умерших, ангелов и прочие сущности, которые не видны нам, взрослым. И если нам только мерещится, то дети-то уж точно знают, как устроено все в на-

шей жизни и за ее пределами. Во всяком случае это не доказано, а значит, мы с вами можем выбрать – верить в это или нет. Так я решила дать своей первой книге название, отражающее детское восприятие жизни и смерти. Ну чтобы не испугать вас на первых порах, как говориться! Ведь цель у меня совершенно иная...

Фраза «Журавли вокруг нас» отражает вечность всего сущего, а также взаимосвязь жизни и смерти. Я не стала употреблять в самом названии книги слово «смерть», хотя содержание подробно раскрывает ее суть и особенности.

Эта книга – мой первый писательский опыт. Также эта книга – мое большое откровение. Это сложное, хоть и короткое повествование. Оно не для всех, а лишь для тех людей, которые прямо сейчас или недавно пережили опыт утраты близкого человека. Или пережили давно, но рана так и не затягивается... Я вас крепко обнимаю!

Почему я решила выйти к вам, дорогие мои читатели, именно с такой сложной темой? Это искренний шаг, если так можно выразиться, *исповедь*, которая была необходима мне. Мне важно было поставить некую точку в своих собственных переживаниях, чтобы их окончательно принять, исцелиться и двигаться дальше. Первую часть книги я писала исключительно для себя. А кто пишет свои книги не для себя? Когда ты переполнен, тебе просто необходимо этим с кем-то поделиться, иначе утонешь, ну или перегоришь. А вот вторая часть книги наполнена полезными инструментами, по-

могающими восстановить свои внутренние ресурсы тем, кому сейчас плохо и больно.

Это книга-терапия. И это некий поворот, рубеж, проходя через который, я меняю свое направление. Больше таких тяжелых и сложных для эмоционального восприятия книг у меня не будет. Как говорится, всему свое время. Я решила двигаться дальше. И в писательском мире, в том числе.

Публикации ожидает моя следующая книга. Горькое лекарство необходимо запить сладким сиропом. Книга уже не будет касаться темы смерти. В ней вы найдете много моих философских, мотивирующих, вдохновляющих мыслей. Она точно нужна каждому! Даже тем, кто не любит читать, потому что текста там мало. Как же хорошо будет держать эту книгу на своем письменном столе, в гостиной, на прикроватной тумбе, в своей барсетке, чтобы в любое время можно было открыть ее на любой странице и прочесть буквально несколько слов, которые украсят ваш день. Полезная пища для здоровья ума – вот что там будет. Гарантирую ноль переживаний и страданий! Только польза и удовольствие!

А теперь позвольте мне начать свое откровенное повествование...

Введение

Не говорить о смерти, избегать ее, бояться – все равно, что отрицать неизбежное. Как если бы мы с вами отрицали восход солнца, свет звезд в ночном небе или выдох, следующий за каждым вдохом. *Это случится так или иначе.*

Я пишу эту книгу в 2025 году. За последние пять лет в мире случилась пандемия, ряд вооруженных конфликтов, ряд природных катаклизмов разного масштаба, экономический, энергетический кризис, политические перестановки, космические открытия, рекордное развитие соцсетей, внедрение и бум искусственного интеллекта, новые типы тревожностей и форматы взаимоотношений между людьми.

Но все это перестает иметь какую-либо значимость, когда ты теряешь навсегда того, кого любил. Личное горе утраты способно перекрыть любые события, творящиеся в мире прямо сейчас.

В этой книге мои дорогие читатели узнают о событиях 2020 и 2025 года в моей личной жизни. Я поделилась здесь тем, о чем обычно предпочитают не говорить на такую широкую аудиторию. Смерть близких – это то, что обычно переживается узким семейным кругом. Часто скрывается или замалчивается, чтобы, как мы думаем, не расстраивать других и не создавать неудобные паузы в общении. Ведь мы не привыкли по-настоящему проживать моменты утраты

другого и, в основном, ограничиваемся стандартными фразами: «Как же так? Мне очень жаль! Прими мои соболезнования!»

Я описываю здесь три истории, объединенные общим финалом, но абсолютно разные по своему содержанию. Такая разная смерть...

Один уходит дома, в атмосфере тепла и заботы от близких. Другой – в холодной больничной реанимации, вдали от родных.

Один уходит в небытие постепенно и не осознает конец жизни. Другой – своими ногами идет в больницу, откуда больше не вернется никогда.

Для родных одного смерть – это то, к чему можно подготовиться, потому что происходит постепенное и предопределенное истощение организма. Для родных другого смерть – полнейшая неожиданность на операционном столе.

И предшествует этим двум историям еще более потрясающее даже самую устойчивую психику событие, когда в стенах роддома умирает новорожденный ребенок. Мой сын.

Вот так за короткий период времени в маленьком мире одной семьи могут произойти разные трагедии. Важным в такие моменты всегда остается то, чтобы смочь преодолеть эти трудности вместе, найти силы и новые смыслы продолжать жить.

Возможно, какие-то страницы этой книги будут тяжело даваться к прочтению. Возможно, кто-то из вас через исто-

рии на этих страницах переживет и переработает свои тяжелые чувства. Именно для этого, в том числе, и писалась первая часть книги. Да, это сложная книга. Но у нее есть простая цель – помочь! И поэтому, читая вторую часть книги, вы обязательно обретете тихое и светлое чувство надежды, посмотрите на тему смерти под другим, метафоричным углом, а также узнаете о том, как сделать так, чтобы случившееся горе не подчинило себе всю оставшуюся жизнь. В книге приведены эффективные и простые приемы самопомощи или помощи горюющему, которые вы сможете использовать уже во время прочтения. И помните, я рядом! На каждой странице и в каждом слове. «Журавли вокруг нас» – не учебное пособие и не волшебная таблетка. Это про каждого из нас. И пусть здесь каждый найдет что-то, что ему поможет.

1. Темная весна

Иногда жизнь весьма искусно заставляет усомниться в том, что прямо сейчас дарит вам радость ожидания и обладания.

Когда вы съедаете пятую ложку клубничного варенья, вы не думаете, что она вдруг окажется горькой.

Когда вы что-то приобретаете, вы не ожидаете, что вскоре это утратите.

Эта весна – самое темное время, которое мы пережили. Это была первая весна, в которой мы не заметили ни новых проталин, ни распускающихся почек, ни пения птиц, ничего из того, что до этого так сладко предвкушали и ждали.

Пять лет назад, когда мы с мужем потеряли своего новорожденного ребенка, мы думали, что это самое трагичное событие в нашей жизни. Мы утешали себя тем, что теперь никаких страданий и болезненных переживаний больше точно не будет. Но, как оказалось, мы ошибались. Иногда жизнь бьет лежачего.

Прошло пять лет. И пока я пишу книгу про утрату ребенка, я потеряла еще двоих самых близких людей – любимого свекра и мою самую любимую, добрую и светлую женщину – бабушку. Мою ба.

Никогда еще тема смерти не была так близка и не занимала столько места в нашей жизни. Смерть – это часть жизни.

ни. Кто-то уходит, кто-то продолжает жить. Так всегда было, есть и будет. С одной лишь разницей – когда умирает кто-то незнакомый и далекий, нам кажется, что это где-то далеко и не про нас. А когда мы теряем близких, кажется, что и от нас отсекают навсегда какую-то часть.

Люди, которые по долгу профессии часто сталкиваются со смертью (врачи, спасатели и т.п.), со временем приобретают так называемый навык потерь. Они обрастают «бегемотовой кожей», становятся менее чувствительными и почти равнодушными к уходу людей из жизни. Когда много-много раз наблюдаешь одно и то же, это становится привычным – будь то долларовые купюры, яичница на завтрак либо смерть. И все равно мы страдаем гораздо больше по тем, кто был ближе. Если, конечно же, психика не включает свои защиты.

Эта весна забрала у нас двух очень близких, родных людей. Как обычный человек я очень горюю и скорблю. Я ощущаю каскад разнообразных чувств – от тяжелой грусти, боли и злости до опустошения, отрешенности и беспомощности.

Иногда мне кажется, что это совершенно не заслуженно и несправедливо. И в то же время я успокаиваю себя тем, что наши родные успели пожить и ушли, освободив место на этом свете для кого-то или чего-то другого, нового. Утешаю себя тем, что это естественно, когда сначала уходят те, кто старше, намного старше нас. И это правильно. Поскольку смерть одних и последующее одиночество других – это

экзистенциальная данность. Хуже, когда происходит наоборот. Например, когда родители хоронят своих детей...

Получается, что в нашем случае вариант «хуже» случился.

Что ж, начну по порядку.

2. То, что запомнилось про деменцию

Мой любимый свекор уходил очень долго и последовательно. Сначала практически незаметно. У него была деменция – прогрессирующее и необратимое заболевание, при котором происходит нарушение когнитивных способностей.

Все начинается с того, что человек потихоньку забывает то, из чего состоит его жизнь. Снижается память, пропадает речевой навык, то есть речь становится запутанной, забываются отдельные слова, сужается словарный запас. Пропадает логика и способность принимать решения. Затем ухудшаются навыки бытового самообслуживания. Это доставляет крайнее неудобство и трудности близким людям, которые начинают ухаживать и дохаживать больного. Также деменция может сильно влиять на изменение эмоционального состояния. Больные могут стать буйными, крайне беспокойными, могут уходить из дома, бродяжничать. Их приходится искать и возвращать домой чуть ли не с боем, доказывая, что вы друг другу не посторонние люди.

У нас, слава Богу, таких сложностей не было. Свекор просто потихоньку переставал заниматься тем, что делал обычно. Или делал, но не так. Сильно это замечалось в сезон посадок на огороде. Он мог оставить лопату в каком-то месте, а потом мы все дружно ее искали полдня. Ему казалось, что его инструмент кто-то спрятал или украл, хотя он сам просто

забывал, где его оставил.

Затем он начал забывать, что, например, полчаса назад он позавтракал. Спускался в кухню и спрашивал у жены: «Когда мы будем есть?» Были и странные, хоть и довольно милые «ритуалы». Например, он мог часами разглаживать какую-то тряпочку или платочек. Еще помню, как мы уезжали в магазин, а свекор оставался в доме один. И когда мы его просили закрыть дверь на ключ, он уверенно кивал головой, но потом не менее уверенно закрывал дверь на шпингалет. Моему мужу приходилось попадать в дом через забор.

Повторюсь, нам удалось избежать каких-то чрезвычайно опасных ситуаций, которые способна создать деменция. Но мы успели собрать от своих знакомых и соратников по несчастью весьма экстравагантные примеры трудностей и нелепостей, с которыми им пришлось столкнуться, когда у кого-то из близких была диагностирована деменция. Например, одна бабушка периодически пыталась напасть на свою внучку с ножом, думая, что это мошенница. В другой семье сын вынужден был садиться за руль автомобиля в поисках вечно пропадающего отца, который бродяжничал по области, не помня о том, как вернуться домой. Кто-то страдал от того, что больной щеголял по дому в том, в чем мать родила. Кто-то отказывался напрочь от базовых гигиенических процедур или делал это как-то «по-своему». Еще я слышала о дурном поведении, выражающемся в неуместных и агрессивных комментариях, неприличных шутках и наме-

ках. В любом случае, деменция – огромное испытание, которого не пожелаешь и врагу.

Однажды мы сидели со свекром в машине, ждали моего мужа. У нас завязался диалог. Свекор в последнее время часто предавался воспоминаниям о своем детстве. Удивительно, как он точно помнил события 65-летней давности, и не мог вспомнить, например, о чем мы говорили 10 минут назад. Он с трудом подбирал слова, а когда пауза затягивалась, то уже я начинала перебирать то, что он, по моему предположению, хотел сказать. Иногда угадывала, иногда нет. И тогда он махал рукой и говорил «да и хрен с ним».

Так вот, тогда в машине, пока мы ждали Вову, свекор вдруг сказал: «Как мне не хочется, чтобы было вот так...» Это был проблеск осознания. Такой щемяще грустный и безнадёжный. Я даже не представляю, сколько нужно иметь внутренних сил, чтобы это озвучить и осознать. Что личность твоя приняла и переживает неизбежный поворот в развитии назад. Мне стало очень грустно...

3. Отец постепенно уходит в небытие

Прошел очередной рабочий сезон. В конце сентября мы с мужем и дочкой вернулись домой. Началась «последняя осень», такая теплая, сухая и полная почти ежедневных удивлений. Свекор забывал большую часть слов. Речь стала похожа на что-то, типа: «Ты... Эээ... Как его...», «А где... Тут был...»

За минувшее лето он забыл, когда родился, сколько ему лет, имена всех своих ближайших родственников. Помнил только свою любимую жену и младшего сына, которые всегда были рядом. Иногда, тем не менее, случались проблески, и свекор мог встретить меня со словами: «О, Вика! А где маленькая...», имея ввиду свою внучку Сашу. Не в состоянии вспомнить имя, он четко показывал рукой уровень ее роста. И тогда все тут же понимали, о ком речь.

Примерно раз в месяц мой муж возил своего отца на замену катетера. Отец боролся, ко всему прочему, с раком. Довольно успешно, надо отметить! Как-то зимой Вова с отцом забрали меня после художественной школы, и мы втроем поехали до родительского дома. Я села назад, за мужем, и со спины смотрела на свекра. Модный, красивый, в молодежной куртке, смотрит вперед. В жизни не подумаешь, что он прямо сейчас находится во власти этой жуткой и страшной болезни. Этого не видишь, пока человек молчит. Стоит

задать один вопрос. Любой. И тут все становится ясно.

Но в тот вечер меня насторожило еще одно обстоятельство. Когда мы приехали домой, свекор начал выходить из машины, и я увидела, как силы, физические силы начали его покидать. Ему было достаточно сложно отстегнуть ремень в машине. И еще более сложно было подняться по лестнице на крыльцо...

Муж поддерживал его под локоть, а я видела, как тяжело свекру дается каждый шаг. Достаточно сильная дрожь и некоторая потеря ориентации в пространстве. Как только мы зашли на порог, муж скомандовал громким голосом: «Разуваемся! Давай, снимаем чоботы! Правый! Левый!» И хочется верить, что именно такой боевой настрой и помог свекру раздеться-таки без каких-либо промедлений. Мне его жаль. Очень жаль! Даже сложно представить, как... Но в то же время я отдаю себе отчет в том, что должна до последнего верить в его мужество, силу и непокорность! И верю!

Я вижу, как не хочет и не может принять всю трагичность положения дел мой муж. Он кричит и ругается на отца: «Да как так ты не можешь вспомнить?», «Да почему так сложно понять?», «Куда ты дел инструмент? Чего молчишь?» и так далее. И чем громче крик, тем больше отчаяния, боли и страха в нем прячется.

Не так быстро! Не так скоро! Только не с тобой! Только не со мной...

Полнейшее отсутствие принятия. Бунт. Беспомощность.

4. Как «лечат» в провинциальных больницах

В конце января мой свекор упал с кровати и сломал кость бедра. Что означает перелом костей бедра в возрасте 75 плюс? Если вы еще не знаете, то это означает, что человек ляжет и больше не встанет. В 99 процентах случаев так и происходит. Наш случай входит в этот процент. К такому статному возрасту кости становятся весьма хрупкими. Плюс накапливается достаточно хронических заболеваний. Все это – прямые противопоказания к операции.

Боль и невозможность встать вынуждают нас везти свекра в местную больницу. В сопровождении сына и супруги свекор благополучно заселяется в отделение травматологии, в палату. Тут же ему делают вытяжку ноги. Ну и на этом, собственно, пока заканчиваются какие-либо манипуляции со стороны докторов.

К этому моменту свекор уже почти ничего не говорит, а его руки практически все время что-то делают, перебирают. Если в зоне доступа есть какой-то кусок ткани, он непременно будет использован в «хозяйственных» целях. Разглаживание ткани по сгибам остается ведущей деятельностью.

Уход и присмотр за немобильными пациентами в нашей городской больнице невозможен, поэтому врачи настоятельно рекомендуют кому-то из родственников остаться. Вова

отвозит маму домой и возвращается к отцу. Так проходит первая «незабываемая» ночь в палате больницы.

Как на утро мне расскажет муж, за все время к ним с отцом ни разу никто не подошел! К слову, такое безалаберное отношение было ожидаемым. Ближайшие дни мы жили будто в каком-то бреде. Мой Вова приезжал домой на пару часов в сутки, чтобы принять душ и поесть. Каждая наша встреча дома была усыпана возмущениями, злостью и глубоким, искренним удивлением, как же такое возможно в 21 веке... Мы оказались в западне. Все, что нам оставалось делать – верить врачам. Но видя некомпетентность, наплевательское отношение к пациентам и их близким, выгорание и отсутствие мотивации, очень сложно было сохранять веру в то, что у нас получится. Только спустя пять дней мы узнали по результатам узи, что у свекра тромб болтается буквально «на ниточке», и что необходимо его как можно скорее «рассосать» определенными препаратами. И только тогда, по мнению местного врача, будет возможна операция по восстановлению кости.

Если переводить на народный язык, нас отправляли домой пить таблетки и ждать долгого и мучительного конца.

Никому.

Ничего.

Не нужно.

Препараты назначили на три месяца. Видя, как сильно резко сдал свекор за неделю «постельного режима» в боль-

нице, мы с трудом представляли, как вообще будет возможным дожить до операции. Тем не менее, надежда умирает последней! Таблетки куплены. Машина до дома заказана. Свекор возвращается домой...

Кстати, из пережитого опыта с местной больницей хочется сказать, что наша больница совершенно не приспособлена к ведению таких сложных, но не редких пациентов. Из-за неимения необходимого оборудования, лекарств и персонала врачу проще отправить пациента домой. А дальше – пускай родственники решают. Только почему-то, в понимании этих самых докторов родственники обязаны знать все азы оказания медицинской помощи по своему вопросу, а также быть осведомленными по всем возникающим в ходе болезни вопросам. Это жуть, как несправедливо, неправильно, не по-человечески!

Только сейчас понимаешь, что нужно было сразу же звонить во все инстанции, искать связи, находить выходы на грамотных и заинтересованных в человеческом здоровье и жизни врачей. Может, тогда бы у нас все получилось... Но тогда мы были просто растеряны, не понимали, что и за чем следует, ведь никто нас не учил и не объяснял, что делать в таких ситуациях.

После пережитого у меня действительно созрело убеждение по поводу того, что уже со школы детям необходимо преподавать знания об оказании медицинской помощи себе и другим, о том, как вообще устроены болезни и как их ле-

чить или предотвращать.

5. Дома и стены лечат. Или нет?

Спустя неделю, проведенную в больнице, свекор вернулся в свой дом. История о том, как свекор и мой муж добились до дома, заслуживает также отдельного примечания. В больнице им было сказано: «Ждите, как скорая освободится с вызовов, вас увезут». Мы рассчитывали на час-два ожидания, но когда мои родные провели в больнице пять часов, естественным образом возник вопрос, с которым мой муж и подошел к дежурной по этажу. Он спросил, не забыли ли про них? На что та ответила, что вообще не в курсе, чего они здесь делают до сих пор. Скорой не будет. Добирайтесь, мол, сами.

Хвала платным услугам перевозки немобильных пациентов! Так, за определенную плату, мои родные доехали до дома.

На следующий день муж купил специальный противопролежневый матрац, «сапожок» на ногу и таблетки. Которые, к слову, свекор еле глотал. Периодически он забывал, как отрыть рот. Маме нужно поставить памятник при жизни! Ей было невероятно тяжело. И ни разу она об этом не сказала.

Мы все были уверены в том, что отец пройдет терапию по рассасыванию тромба, ему сделают операцию, и он встанет...

Первые дни мы были несказанно рады, что отец оказался

дома. Все-таки дома и стены лечат. Мама подготовила ему кровать. Вова перенес телевизор в комнату. Мы все настроивались на монотонные, долгие, трудные дни.

Расскажу немного о своем любимом свекре. Надо отметить, насколько в этом 78-летнем человеке кипела жизнь! Он всегда был активным, деятельным, решительным. Просто сидеть и уж тем более лежать – эта история совсем не про моего свекра! Я не знаю точно, что это – темперамент, послевоенное воспитание, когнитивные амбиции или все вместе, но благодаря такому сочетанию качеств характера, умений, навыков, желаний и целей свекор сумел и дом построить (и не один), и трех сыновей вырастить и воспитать настоящими мужчинами, и поля деревьев высадить, и еще много чего полезного и интересного в своей жизни сделать. Хотя сейчас молодые люди считают, что никто никому и ничего не должен. А рожденные сразу после войны люди – так называемые бумеры – это поколение эпохи оптимизма, демографического всплеска, трудоголизма и стабильности. Послевоенные люди жили традициями семьи, где мужчина – добытчик, женщина – хранительница, а дом – это крепость. Свекор для меня – эталон мужественности и мужества, а также пример неимоверной жадности жить, непокорности, крепкости.

Тогда я смотрела на свекра и понимала, что даже сейчас, когда он не может встать, он не устает делать регулярные попытки, преодолевая боль. Многие условно здоровые люди не могут похвастаться столь отважным намерением жить

и что-то в этой жизни продолжать делать.

Как-то я прибиралась в доме, взяла пылесос и направилась в комнату к свекру. Мама его предупредила: «Вика сейчас пропылесосит, и у тебя будет чисто. Но пока будет шумно, поэтому потерпи!» Мы с мамой не были уверены, понял ли он вообще суть, но, когда свекор ответил: «Ух, ты! Девки пришли!», то рассмеялись обе в голос! Было смешно сквозь слезы. Ты вроде смеешься, но тут же ком в горле стоит.

Прошло еще несколько дней, и мы все привыкли к таким нашим новым реалиям. Муж бывал в родительском доме каждый день, а иногда и не по разу. Я была там реже. Не хотелось дочку возить туда. Думаю, этот опыт для ее детского понимания и осознания был бы не совсем простым. Хотелось уберечь от травмирования детскую психику. Поэтому я приезжала в дом тогда, когда дочь была в детском саду.

Я даже не пытаюсь проанализировать, насколько это правильно или неправильно! А кто скажет, как правильно? Никто! Было еще столько моментов, наполненных сомнениями. И каждый раз мы выбирали пойти тем путем, который был удобен нам, а не окружению. Это важно! И абсолютно не имеет значения, что подумают люди. Делайте так, как легче вам! Все-таки это вам жить свою жизнь, а не другим. Это вам работать с последствиями каждого своего выбора. И это вам нести ответственность за свой выбор.

Свекор перестал называть по имени кого-либо. К своей

жене он обращался на Вы.

6. Когда одно накладывается на другое

Тем временем, моя бабушка ждала вызова на операцию.

Как сейчас я понимаю, у нее уже очень давно было больное сердце, которое давало некоторые осложнения на работу организма. Это проявлялось в хроническом кашле, невозможности нормально спать, сильнейшей отдышке в последнее время.

Моей бабушке было 75 лет. И ни разу она не пожаловалась на то, как ей было, на самом деле, невыносимо трудно и тяжело. Говорила об этом, как оказалось потом, только своим подружкам. Она держалась крепко и уверенно, как всегда. Вообще у нашей бабушки было крепкое здоровье. И еще более крепкий нрав! Она относилась к той категории людей, для которых в любой ситуации существовало два мнения – «мое и неправильное». И если с чужими людьми она могла просто промолчать (но по лицу все равно все читалось), то с нами она особо не церемонилась. Особенно, со своими детьми. Мне, как внучке, кажется, досталась просто львиная доля бабушкиной любви, заботы и неподдельного интереса. Мы могли подолгу разговаривать с ней о жизни. И хоть эти разговоры сильно смахивали на допрос, мне было очень хорошо, легко и тепло рядом с моей ба.

До последнего бабушка была активной, где-то даже черес-

чур. В свои 70 с плюсом она могла забраться на стремянку, чтобы помыть окна, например. Периодически она двигала тяжёлую мебель просто потому, что захотелось сделать в доме перестановку. По улице она шагала так быстро, а в машину она садилась так юрко и ловко, что я не успевала и глазом моргнуть. Ее разговоры прерывались таким громким кашлем, что, кажется, слышали все соседи, но потом бабушка продолжала нести смысл сказанного до адресата. При этом бабушка с неподдельным интересом смотрела телепередачи о пользе и важности правильного питания, выписывала рецепты в свою тетрадочку и при первой возможности рассказывала о них мне. Она никогда не просила о помощи! Куда-то съездить, что-то перевезти, что-то узнать – со всем она справлялась сама. Из этого следует один очень важный урок – учите своих бабушек и дедушек, своих родителей просить о помощи! Нам все кажется, что мы еще «Ого-го!», все сумеем, везде залезем, нам хватит сил... Но тело стареет и ему все сложнее становится реализовывать наши смелые планы. Нам кажется, что это «просто спину прихватило, сейчас пройдет», а надо бы показаться врачу. Мы думаем, что время лечит, а оно медленно отравляет. И порой без помощи близких мы теряем последнюю возможность себя спасти.

Возраст начал давать о себе знать.

Бабушке предстояла операция по замене сердечного клапана. Вроде стандартная операция, у нас в городе Е. такие де-

лают «конвейерным способом». Также, когда бабушка спрашивала у местного врача, что ее ожидает, если операцию не сделать, он ей ответил: «Вас ждет долгая и мучительная смерть. Нехватка кислорода будет ощущаться все ярче, а вы уйдете на свет иной под кислородной маской в больших и продолжительных муках».

Ну, такой прогноз нас, конечно же, не устраивал. И мы все настраивались на операцию. Сосудистый хирург не увидел никаких серьезных противопоказаний (а они были). И бабушка приняла решение делать операцию.

Хотя очень боялась.

Естественно.

Мы ее поддерживали. Никто не настаивал на операции, но и никто не пытался отговорить. Мы руководствовались хорошими отзывами и историями выздоровления. Лично у меня не было никаких сомнений, была стойкая вера в то, что все сложится наилучшим образом!

Пока бабушка ожидала звонка из областной больницы, мы несколько раз даже успели обратиться к ней за помощью. Свекру необходимо было менять катетер намного чаще, чем раз в месяц. Он теперь немобильный, поэтому встал вопрос – либо вызывать каждый раз медсестру, которую еще нужно найти в нашем городе, либо обратиться к моей бабушке. А бабушка моя, всю жизнь проработавшая медсестрой, знала, как это делается. Так она еще несколько раз успела поменять свекру катетер.

Мы с мужем приезжали за ней, отвозили в дом и там уже бабушка производила необходимые манипуляции со свекром. Потом они со свекровью могли долго-долго о чем-то болтать. Это была хорошая возможность отвлечься. Для одной – от рутинных и тяжелых будней с присмотром и уходом за мужем, для другой – от предстоящей операции на сердце.

Наступил март. В конце марта у моего мужа День Рождения. Естественно, учитывая реалии, мы не строили никаких планов.

У свекра начал пропадать аппетит. Маме все сложнее было его накормить хоть чем-то. Мы стали покупать детское питание в баночках и протертый творог. Пил он из трубочки. Иногда он просто держал рот крепко закрытым и вообще не реагировал на просьбы своей жены съесть хотя бы ложку, сделать хотя бы глоток воды. Он просто забыл, как есть и пить. Свекор стал подолгу спать.

Мой муж продолжал обрабатывать пролежни, которые успели-таки проявиться в двух местах на теле отца. Он выполнял гигиенические процедуры, а мама помогала ему. Одна бы она не справилась точно. Мою помощь он тоже не принимал, говоря: «лучшая помощь – не мешать!»

В один из дней, когда мы приехали в дом вдвоем, то заметили у свекра на костяшках одной руки красные пятна. Как будто он отлежал руку, подкладывая ее под голову. Логически мы это объяснили себе именно так. На следующий день ситуация не изменилась. И тогда я рассказала об этом маме.

Она, к слову, тоже уже приобщи́лась к выхаживанию отца. Так как у него поднялась температура, мы вызвали на дом врача. Тот сказал, что в организме началось какое-то воспаление, и неплохо было бы проставить пять дней антибиотик в уколах. А уколы в нашей семье умеет ставить моя мама. Бабушка тоже умеет, но ей уже сложнее. Маме эти манипуляции даются очень легко.

Так вот, когда мама сама увидела эти пятна на руках у свекра, то поделилась этим с моей тетей. Тетя уже потеряла обоих своих родителей, и знает, что означают такие пятна. Она сказала: «Как бы тяжело не было это принимать, но... ждите ухода в ближайшие дни. Это такие пятна, предсмертные...»

Когда моя мама поделилась этим с нами, мы как раз ехали в дом. Все всё услышали, но остались в своих мыслях.

Пятый день и пятый укол. Отец уже даже не реагирует. Он практически всегда спит. На мгновение мы задумались, а может, уже и не ставить этот укол. Не хотелось уже колоть и мучать болючими лекарствами... Но ощущение какого-то внутреннего долга выиграло у сомнений. Доведем начатое до конца, чтобы потом не сожалеть и не сомневаться о том, что, возможно, какой-то укол был решающим. Мы сделали все, как положено.

7. Когда ты что-то предчувствуешь...

21 марта.

Накануне вечером муж встречался с другом. Он прилично задерживался домой. Позвонил мне, когда мы с дочкой уже спали.

– Все хорошо! Я в дом поехал. Заночую там, – сказал он.

– Хорошо, – ответила я сонным голосом.

Именно так и проявляется предчувствие. Ты просто делаешь какие-то вещи по наитию. Ты не можешь их как-то объяснить. Но что-то тебя будто тянет и ведет.

На следующее утро я отвела дочку в садик, позавтракала, поработала немного и набрала мужу, узнать, как обстановка в доме.

Он ответил, что все в порядке, сейчас мама будет кормить отца. После обеда муж собирался вызвать такси и приехать домой. А вечером мы хотели забрать Сашу из садика вдвоем.

В 14:30 звонит мой телефон. Я беру трубку и слышу какие-то чуть ли не вопли: «Отец всё!»

Шок, смятение, растерянность.

Ничего внятного я не могу ответить, только мычу что-то в ответ. Вова говорит, что перезвонит позже. Я тут же перезваниваю своей маме, прошу ее приехать к нам, забрать Сашу из садика. А сама уезжаю в дом.

Захожу. Меня встречает мой любимый муж. Он держится

молчком, всем своим вниманием погруженный в телефон. Будто пытается спрятаться от реальности в экране. Нужно делать хоть что-то, чтобы поскорее адаптироваться и признать реальность.

Я тем временем прохожу в гостиную и вижу маму со спины. Она ищет какие-то документы в серванте. Я подхожу ее обнять, она поворачивается ко мне и начинает плакать. Но быстро успокаивается.

– Иди, – говорит, – посмотри на него, успеи попрощаться, а то сейчас заберут его, уже больше не увидим.

Я захожу в спальню. Свекор лежит, а Вова сидит рядом с ним. Я наклоняюсь к свекру, присаживаюсь на коленки, дотрагиваюсь рукой, и меня тут же уносит взрывной волной эмоций! Реву навзрыд. Обнимаю его, целую его в лоб. Тут же спиной слышу, как плачет Вова.

– Мы его только покормили. Мама ушла на кухню, а я сижу и начинаю прислушиваться. И слышу, как будто он дышит через раз. Потом отец открывает глаза, поворачивает голову, смотрит на меня в последний раз, снова поворачивает голову прямо, закрывает глаза... Заходит мама. Отец делает еще два вдоха и перестает дышать. Насовсем. Я еще несколько раз перепроверил дыхание. Это были какие-то попытки отрицать ситуацию, переиграть реальность, но нет. Все случилось...

Далее Вова начал обзванивать всех, кому считал нужным позвонить. Также позвонил в скорую, в полицию, чтобы те

приехали и зафиксировали факт смерти. Затем позвонил знакомому ритуальному агенту, чтобы тот все организовал. Люди не каждый день хоронят своих близких, и, разумеется, в такие моменты ты испытываешь полную сумятицу и не можешь сориентироваться, с чего начать, как продолжить... И как же это удобно, что сейчас появилась такая нужная профессия, как ритуальный агент. Это человек, профессионал, который, опуская эмоциональный компонент, пройдет с тобой все моменты времени, начиная от факта смерти и заканчивая уже непосредственно похоронным процессом.

Спустя два часа с момента фиксации смерти за телом свекра приехала специальная бригада. Двое мужчин зашли в дом. Они держали в руках большой черный пакет. «Что за кощунство? Какой еще пакет?» – спросите вы. Дело в том, что тело через какое-то время после смерти начинает естественным образом избавляться от различных жидкостей и газов. Оно буквально начинает подтекать. И в целях гигиены, чтобы не запачкать белье и одежду, тело кладут на непромокаемый пакет. Вот такими совершенно для них обыденными моментами делятся патологоанатомы. Спустя несколько мгновений они погрузили свекра в этот самый черный пакет и на руках вынесли его в специальную машину. Повезли в морг.

Мы стояли, наблюдая за всем этим и глотая свои тихие слезы.

Позже я, по всей видимости, находясь в состоянии аф-

фекта, начала собирать простыни, полотенца, на которых лежал свекор. Мама аккуратно меня одернула. Сказала не торопиться. Ведь запах и тепло на постели от отца еще здесь, в доме.

Они прожили вместе 53 года.

Пускай побудет с нами еще...

8. Откровение сына, потерявшего отца

Поминальный обед проходил в местном кафе. Приехали родственники, соседи, друзья. В фойе мы с мужем в какой-то момент встретились с его двоюродным братом, с которым они очень близки.

– У меня голова болит, – пожаловалась я. И не желая оставлять паузу на этой ноте, перевела вопрос к своему мужу. – А у тебя что болит?

– Душа! – ответил он...

Что творилось в этой душе, одному Вове известно.

Я так и не увидела его слез навзрыд. Скупая мужская слеза в день смерти отца, затем на прощании у гроба и, наверное, это все...

Моя бабушка, несмотря на наши рекомендации не ездить с нами на похороны и на прощание, все же решила приехать, поддержать. Мы все видели, что ей тяжело физически все это выдерживать, но она словно отважный и самый надежный друг провела эти моменты с нами. Мы с мамой очень переживали за эмоциональное и физическое состояние бабушки. Хотелось уберечь ее от лишних переживаний перед операцией, но... Бабушка решила по-своему. Козерог!

Далее последовали девять дней, которые по дате пришлись на День Рождения Вовы. Время, прошедшее со дня

похорон до этой даты, просто пролетело в суете и хлопотах. Добавим сюда еще первую стадию горевания, характеризующуюся шоком и отрицанием, и мы получим некую прострацию, в которой пребывали мама Света, Вова и я. Я описываю только наши переживания потому, что собственными глазами, всем телом это видела и ощущала. Как именно переживали эту утрату остальные близкие, я не знаю, но уверена, всем было тяжело.

Что чувствует человек, когда на его глазах умирает кто-то близкий и родной?

Спустя некоторое время мой муж уже мог говорить об этом, делиться своими чувствами.

Вот что он говорил:

– Я, безусловно, понимал и отдавал себе отчет в том, что мой отец уходит. Медленно, день за днем физические силы и разум покидали его. Это было видно. У нас были не идеальные отношения, было всякое. И я был зол на отца за какие-то моменты. Он многому нас с братьями научил, много чего успел сделать, но также в моем сердце есть место и для обид. Но когда отец слег, и мы с мамой вдвоем выхаживали его, я начал чувствовать щемящую беспомощность и необратимость его состояния. Каждый раз, меняя подгузники, обрабатывая пролежни и пытаясь его покормить, я чувствовал все больше сил в себе и все меньше силы в нем. И именно в эти моменты я начал потихоньку прощать своего отца... А потом в моей голове засело это дурацкое слово «никогда».

Такое страшное, от которого мурашки бегали по телу. Он больше никогда не встанет с кровати, никогда не улыбнется, никогда не позвонит, не откроет двери, никогда не ответит мне что-то внятное, никогда не поймет меня. Когда я буду отъезжать от дома на машине и буду смотреть в боковое окно, я больше никогда там не увижу своего отца, который провожая нас, машет рукой... В день смерти отца я долго не мог уехать домой, к жене и дочери. Крутил телефон в руках, но никак не решался вызвать такси. Вот как-будто что-то меня сдерживало. Мы с мамой покормили отца обедом. Он еще так хорошо поел. И через полчаса его не стало... Я сидел на стуле возле кровати и все смотрел на него. Отец лежал с закрытыми глазами. И вдруг он поворачивает голову, смотрит на меня несколько мгновений, затем снова поворачивает голову прямо. Заходит мама. Отец делает еще два вдоха и все. Он ушел. И я ловлю себя на мысли, что ты, *весь такой сильный, подготовленный*, даже с некоторым ожиданием наступления конца, сидишь на стуле и видишь, как практически на твоих руках уходит твой отец. Ты думаешь: «я сильный, я справлюсь», но эмоции тут же глушат любые попытки мозга рационально все принять. Нет! Ты не можешь это принять! Даже, казалось бы, ту смерть, которая приближалась постепенно, своим ходом, ты не можешь встретить со всей готовностью и непоколебимостью. Маленький мальчик внутри меня выходит наружу и начинает громко плакать.

В этот самый момент просто необходимо дать волю всем эмоциям – слезам, боли, тяжести, истерике, злости...

Иначе, как говорят, невыплаканными слезами плачут наши органы.

Своей дочери, к слову, мы не стали ничего говорить. Пока. Она не спрашивала, мы не рассказывали. Я думаю, для разговора с ребенком сначала нужно отыскать в себе достаточно твердости и стойкости духа. Говорить ребенку о смерти близкого, при этом захлебываясь своими слезами, не очень хорошая затея. Кого тут ребенку придется жалеть больше, вас или того, кто ушел?

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.