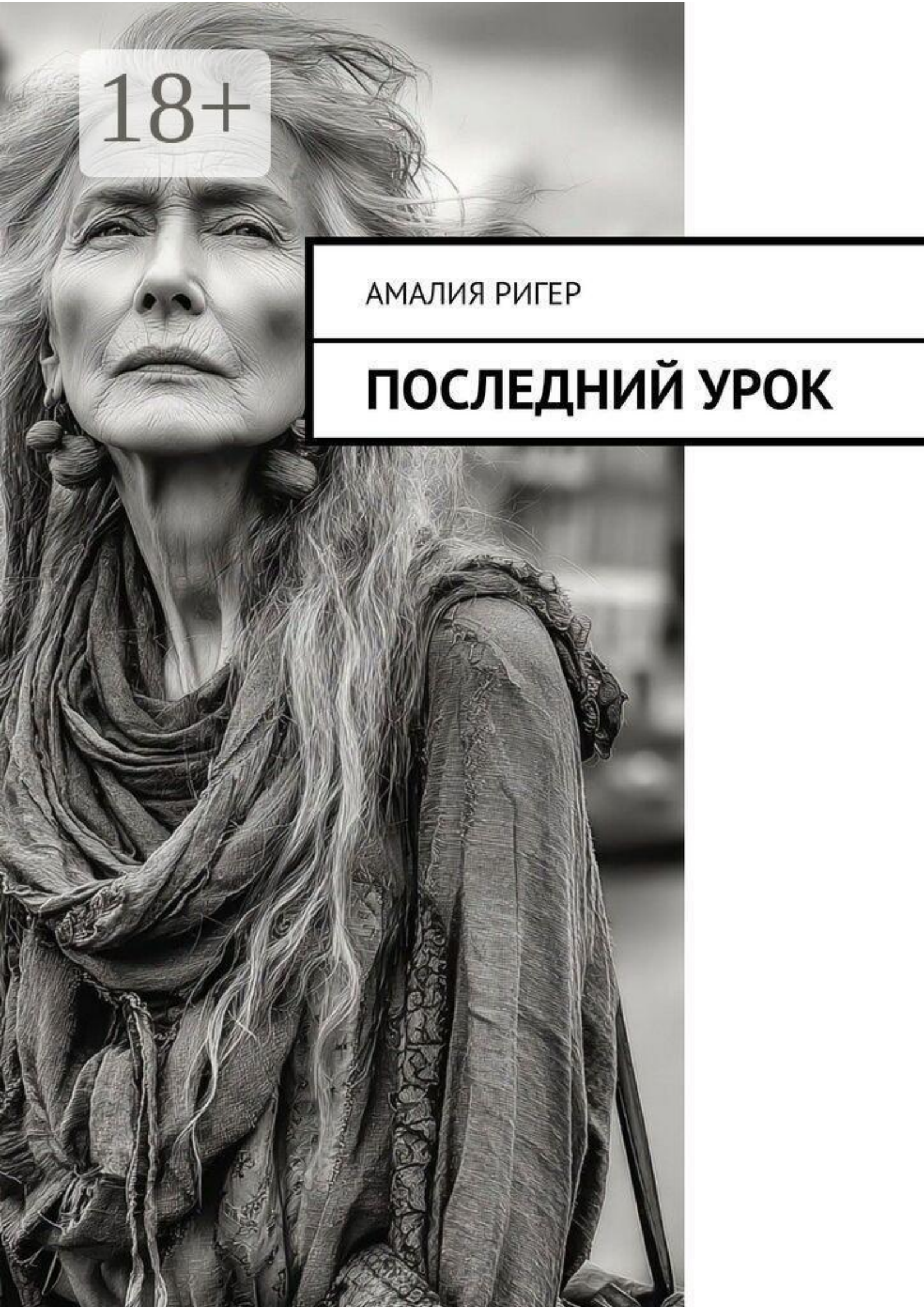




18+

АМАЛИЯ РИГЕР

ПОСЛЕДНИЙ УРОК

Амалия Ригер

Последний урок

«Издательские решения»

Ригер А.

Последний урок / А. Ригер — «Издательские решения»,

Эта книга — о том, что происходит на границе, и о том, чему это учит живых. Первая часть — явления, которые наука фиксирует, но не объясняет. Вторая — пять уроков, которые умирающие преподают снова и снова — тем, кто успевает их услышать. Я написала много книг о смерти. Эта — о жизни. Амалия Ригер

Содержание

ПОСЛЕДНИЙ УРОК	6
Что говорят умирающие о жизни	6
Амалия Ригер	7
Амалия Ригер	8
ПРОЛОГ. ПОСЛЕДНИЙ УРОК	9
Амалия Ригер	10
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ	11
ЧТО ПРОИСХОДИТ НА ГРАНИЦЕ	11
ГЛАВА 1. ОНИ ПРИХОДЯТ ЗА НИМИ	12
ГЛАВА 2. СНЫ ЗА ОДИННАДЦАТЬ НЕДЕЛЬ	15
ГЛАВА 3. ВСПЫШКА ПЕРЕД КОНЦОМ	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Последний урок

Амалия Ригер

© Амалия Ригер, 2026

ISBN 978-5-0070-3342-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ПОСЛЕДНИЙ УРОК

Что говорят умирающие о жизни

Амалия Ригер

*Тем, кто уходил.
Тем, кто был рядом, когда уходили другие.
И тем, кто ещё не понял — что время есть.
Пока есть.*

*Смерть — не враг жизни.
Она её единственный честный свидетель.*

Амалия Ригер

ПРОЛОГ. ПОСЛЕДНИЙ УРОК

Австралийская медсестра Бронни Уэр несколько лет работала с людьми, которым оставалось жить меньше трёх месяцев. Не лечила — сопровождала. Сидела рядом. Слушала.

Потом записала то, что слышала.

Пять сожалений. Одни и те же — у разных людей, в разных обстоятельствах, с разными судьбами. Повторяющиеся с такой точностью, что случайностью это уже нельзя было назвать.

Первое и самое частое: жаль, что я не жил своей жизнью.

Я прочитала её книгу — и не смогла отложить. Не потому что она открыла мне что-то новое. А потому что то, что она описывала, я знала. Слышала сама. Много раз. Из уст людей, которые стояли на пороге.

Но меня занимал другой вопрос.

Почему?

Почему человек понимает, как надо было жить, только тогда, когда жить почти не осталось? Что именно происходит в конце, что снимает все маски, убирает все оправдания — и оставляет только правду?

Я начала смотреть иначе на то, что происходит с умирающими. Не только на то, что они говорят — но и на то, что они видят. Что чувствуют. Что знают в последние недели, дни, часы. Там оказалось очень много — задокументированного, воспроизводимого, реального. Того, о чём медицина предпочитает молчать. Того, что я сама наблюдала много раз.

И вот что стало ясно.

Два явления — то, что умирающие переживают физически и внутренне, и то, о чём они сожалеют — связаны между собой. Они говорят об одном. Просто разными словами.

Оба говорят о жизни.

Эта книга — о том, что происходит на границе, и о том, чему это учит живых. Первая часть — явления, которые наука фиксирует, но не объясняет. Вторая — пять уроков, которые умирающие преподают снова и снова — тем, кто успевает их услышать.

Я написала много книг о смерти.

Эта — о жизни.

Амалия Ригер

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

ЧТО ПРОИСХОДИТ НА ГРАНИЦЕ

О том, что видят, слышат и знают те, кто уходит.

ГЛАВА 1. ОНИ ПРИХОДЯТ ЗА НИМИ

В конце девятнадцатого века сэр Уильям Барретт, профессор физики Королевского научного колледжа в Дублине, услышал от своей жены — акушерки — историю, которая не давала ему покоя до конца жизни.

Её пациентка умирала после родов. В какой-то момент женщина вдруг оживилась. Посмотрела в угол комнаты с выражением, которое акушерка описала одним словом — радость. Не бред. Не страх. Именно радость — такая, которая бывает при встрече с кем-то любимым и давно не виденным. Умиравшая произнесла имя своего отца, умершего несколько лет назад. Потом удивилась: рядом с отцом стояла её сестра. Но сестра жива. Почему сестра здесь?

Сестра умерла за три недели до этого. Пациентке не сообщили — берегли от потрясения.

Барретт был учёным. Он не имел права игнорировать то, что не поддавалось объяснению. Он начал собирать свидетельства. В 1926 году вышла его книга — «Видения у смертного ложа». Первая серьёзная документация явления, которое существовало всегда — но о котором предпочитали молчать.

С тех пор прошло почти столетие. Явление не исчезло. Зато появились исследования.

Умиравшие видят. Почти все. Почти одно и то же. Независимо от страны, культуры, религии, возраста. Независимо от того, верят они в загробную жизнь или убеждённые материалисты. Независимо от того, принимают ли они сильные лекарства или нет.

Они видят умерших близких. Они видят свет. Они видят — и это повторяется снова и снова в свидетельствах со всего мира — что кто-то пришёл за ними. Что пора. Что там хорошо.

И почти никогда — не боятся.

Это то, что в медицине называют *deathbed visions* — видениями у смертного ложа. Явление настолько распространённое, настолько задокументированное — и при этом настолько последовательно игнорируемое официальной медициной, что само по себе это игнорирование становится темой для отдельного разговора.

Первое масштабное исследование провели в 1959—1973 годах парапсихологи Карлис Осис и Эрлендур Харальдссон. Они опросили десятки тысяч умирающих и медицинского персонала в США и Индии — двух странах с принципиально разными религиозными и культурными системами. Результат был одинаковым в обеих странах: около 50% умирающих сообщали о видениях умерших родственников. В 79% случаев — и в Индии, и в США — видение сопровождалось одним и тем же ощущением: пришли, чтобы забрать.

Не напугать. Не предупредить. Именно забрать. Как забирают того, кого ждали.

В 2024 году в «Нью-Йорк Таймс» вышел большой материал о видениях умирающих. Редакция получила сотни откликов читателей. Медсестра хосписа с десятилетним стажем написала: когда пациенты говорят, что им нужно идти, или что кто-то пришёл за ними — для нас это как ещё один жизненный показатель. Мы знаем: конец близко. Люди регулярно видят умерших родственников и домашних животных.

Центр хосписной и паллиативной помощи в Буффало под руководством доктора Кристофера Керра провёл одно из самых детальных исследований. Керр и его команда опросили несколько сотен умирающих пациентов. Цифры таковы: от 50 до 60 процентов пациентов хосписов сообщают о видениях умерших близких в последние дни жизни. Большинство описывают эти видения как реальные — не как сны, не как галлюцинации — а как встречу. Настоящую.

Характерная деталь, которую фиксируют исследователи: эти видения почти всегда снижают тревогу. Люди, которые за несколько дней до этого были охвачены страхом, успокаивались. Становились тише. Как будто получили ответ на вопрос, который мучил всю жизнь.

Наука предлагает объяснение: гипоксия мозга, всплеск нейромедиаторов, работа умирающих нейронных сетей. Возможно. Но вот что нейрохимия не объясняет: почему человек, находящийся в состоянии кислородного голодания, видит именно того родственника, о смерти которого ему не сообщали? Почему содержание видений так стабильно — независимо от культуры и убеждений? Почему эти переживания в большинстве случаев позитивны, а не случайны — как должны быть галлюцинации?

Исследование, опубликованное в *Journal of Palliative Medicine*, зафиксировало ещё один устойчивый элемент: в видениях умирающих почти никогда не появляются живые люди. Только умершие. Это противоречит логике галлюцинации — мозг в стрессе, как правило, воспроизводит актуальные образы, а не образы тех, кого давно нет. Но умирающие видят именно ушедших.

Чаще всего — тех, кого любили больше всего.

Медицина называет это симптомом. Я называю это встречей.

Я стояла рядом с умирающими много раз.

И каждый раз — без исключения — в какой-то момент что-то менялось в пространстве. Не резко. Не театрально. Просто — иначе. Как будто в комнату вошёл кто-то ещё. Кто-то, кого не видно глазами — но чувствуется так же отчётливо, как чувствуют сквозняк в закрытой комнате. Что-то есть. Откуда — непонятно. Но есть.

Умирающий в этот момент, как правило, оживал. Взгляд, который уже несколько часов был направлен внутрь, вдруг фокусировался — но не на ком-то из живых. Мимо. Чуть выше. В угол. В пустоту, которая не была пустой.

Иногда они улыбались. Иногда — говорили имена.

Один старик — я помню его хорошо — за несколько часов до конца вдруг сказал внятно, совершенно ясным голосом: «Марья пришла. Долго ждала, Марья». Его жена, Мария, умерла двенадцать лет назад. Родственники, которые сидели в комнате, переглянулись. Медсестра пожала плечами — бред, мол. Я не пожала плечами. Я видела, как изменилось его лицо. Это не было бредом. Это было узнавание.

Он умер через четыре часа. Спокойно. Почти — радостно.

Я не буду убеждать вас в том, что умершие буквально приходят в комнату. Я не знаю механики этого явления. Никто не знает. Но я знаю, что это явление — реальное. Воспроизводимое. Задokumentированное тысячами свидетелей в тысячах случаев на протяжении столетий. И я знаю, что оно меняет умирающего. Не пугает — успокаивает. Не разрушает — завершает.

Вот что меня поражает больше всего.

Не сам факт видений — хотя он достаточно поразителен. А то, что умирающие, получив его, перестают бояться. Люди, которые за несколько дней кричали от ужаса перед смертью, успокаивались. Не потому что им дали лекарство. А потому что кто-то пришёл.

Что это говорит нам, живым?

Что смерть — не прыжок в темноту. По крайней мере — не для большинства.

Что там кто-то есть. Что тех, кого мы потеряли — не потеряли окончательно. Что встреча возможна.

Я не прошу вас в это верить. Я прошу вас об одном — отнестись к этому серьёзно. Потому что за этим стоит не мистика. За этим стоят тысячи умирающих людей, которые говорили одно и то же.

И никто из них не возвращался, чтобы сказать, что ошибся.

Женщина умирала тихо — три дня уже почти не говорила.

На четвёртый день открыла глаза и сказала дочери отчётливо: «Там хорошо. Не плачь».
Закрыла глаза.

Через час её не стало.

Дочь пришла ко мне через полгода.

Она сказала: «Я не могу понять одного. Она не боялась. Совсем. Я боялась за неё — а она не боялась. Как это возможно?»

Я ответила ей то, что отвечаю всегда.

Она знала что-то, чего ты ещё не знаешь. Но узнаешь. Все узнают. Просто — позже.

ГЛАВА 2. СНЫ ЗА ОДИННАДЦАТЬ НЕДЕЛЬ

Доктор Кристофер Керр пришёл в медицину после смерти отца.

Ему было десять лет, когда отец умирал в больнице. В какой-то момент тот вдруг ожил, стал говорить — ясно, подробно — о том, как они вместе ловили рыбу в лесах северной Канады. О конкретных местах, о конкретных днях. Как будто не умирал — а вспоминал лучшее, что было в жизни. Рядом с ним, в том воспоминании, был его сын.

Вошёл священник. Остановил разговор. Объяснил мальчику, что отец бредит, что ему не нужно это слышать, и вывел его из палаты.

Отец умер следующим утром. Они не договорили.

Прошло больше сорока лет, прежде чем Керр смог говорить об этом вслух. К тому времени он был уже главным врачом хосписа в Буффало. И понял — то, что он видел тогда в больничной палате, было не бредом. Это был особый вид сна. Сна умирающего. Который, как выяснилось, снится почти всем.

Он начал исследовать. То, что обнаружил, изменило его понимание смерти — и жизни.

Умирующие видят особые сны. Не похожие на обычные. Они начинаются задолго до конца — за недели, иногда за месяцы — и становятся более частыми и более яркими по мере приближения смерти. Их содержание устойчиво и повторяется у разных людей с поразительной точностью. Умершие родственники. Путешествие. Подготовка к дороге. Встречи с теми, кого давно нет. Воспоминания о моментах, которые оказались главными.

Керр и его команда провели масштабное исследование — опросили 66 пациентов хосписа, наблюдали их на протяжении месяцев, записывали сны ежедневно вплоть до смерти. Результаты были опубликованы в *Journal of Palliative Medicine*. 88 процентов пациентов сообщили как минимум об одном сне или видении с участием умерших близких. Почти все описывали эти сны как абсолютно реальные — не как обычный ночной сон, а как встречу. Как что-то, что происходило по-настоящему.

Но самое важное — не содержание этих снов. А то, что они делали с умирающими.

Пациенты, которые видели такие сны, переставали бояться. Это фиксировалось измеримо. Страх смерти снижался. Тревога уходила. Люди становились спокойнее — не потому что смирились, а потому что что-то внутри них менялось. Как будто они получали ответ, которого ждали всю жизнь, но не знали об этом.

Керр описал один случай — мужчина, умиравший от рака, видел во снах свою жену, умершую несколькими годами раньше. Она всегда была одета в голубое. Она приходила, улыбалась, махала рукой — и уходила. Ничего больше. Никаких слов, никаких объяснений. Но каждый раз после такого сна мужчина просыпался другим. Тише. Легче. Как будто что-то тяжёлое — страх, или тоска, или незавершённость — уходило вместе с видением.

Другой пациент — священнослужитель, всю жизнь работавший с умирающими — рассказывал, что накануне собственной смерти к нему в снах приходили люди, которых он провожал на протяжении многих лет. Они не говорили ему ничего страшного. Они просто были рядом. Как будто собрались вместе, чтобы встретить его. Он описывал это не как бред и не как страх. Он говорил: это было похоже на возвращение домой после очень долгого пути.

Исследователи зафиксировали ещё одну закономерность, которую трудно объяснить с материалистической точки зрения. По мере того как смерть приближалась, сны менялись — и менялись определённым образом. На ранних стадиях умирания пациенты чаще видели во снах живых — родных, друзей, знакомых. Но чем ближе был конец, тем реже в снах появлялись живые и тем чаще — умершие. Как будто что-то внутри человека начинало переориентироваться. Разворачиваться в другую сторону. Готовиться.

Параллельное исследование, проведённое в Европе, подтвердило эту закономерность. Сны с умершими родственниками нарастали по частоте и интенсивности в последние недели жизни. Пациенты описывали их как самые яркие переживания за все годы. Ярче, чем воспоминания юности. Ярче, чем события реальной жизни. Ярче — потому что в них было что-то, чего нет в обычных снах. Присутствие. Настоящее, осязаемое, тёплое присутствие тех, кто давно ушёл.

Медицина объясняет это работой умирающего мозга. Угасающие нейронные связи, активация участков, отвечающих за эмоциональную память, изменение биохимии сна. Всё это, возможно, верно. Но объяснение механизма ничего не говорит о смысле. Почему именно эти сны — а не случайные? Почему именно умершие — а не живые? Почему они приносят покой — а не ужас?

Эти вопросы медицина предпочитает не задавать.

Я задаю.

Я не врач. Я не исследователь. Я человек, который стоял рядом с умирающими достаточно долго, чтобы понять: то, что происходит в последние недели — это не распад. Это подготовка.

Я видела, как меняются люди, когда начинаются эти сны. Как что-то в них размягчается. Как уходит напряжение, которое копилось годами. Как они начинают говорить о тех, кого давно нет, — легко, почти радостно, как говорят о тех, кого недавно видели. Не с тоской, а с узнаванием.

Одна женщина, которую я сопровождала в последние недели, каждое утро рассказывала мне, кто к ней приходил ночью. Её мать, умершая тридцать лет назад. Старший брат, погибший в молодости. Подруга, с которой они поссорились и не помирились до её смерти. Она описывала их так, как описывают людей, которых видели вчера. Детали одежды. Цвет глаз. То, как они стояли. Как смотрели.

Я спросила её однажды — как ты себя чувствуешь после таких снов?

Она подумала. Потом сказала просто: легко.

Именно это слово. Лёгко.

Керр в своей книге «Смерть — это только сон» пришёл к выводу, который звучит почти как поэзия, хотя написан учёным: любовь, которую его пациенты находили в умирании, приводила их в место, которое одни называют просветлением, другие — Богом.

Я бы сказала иначе. Та любовь, которую они не успели прожить при жизни, — находила их в конце.

Сны умирающих — это не симптом. Это завершение. Незакрытые истории дописываются. Непрощённые — прощаются. Несказанное — говорится. Не словами — присутствием.

Вот о чём эти сны на самом деле. Не о смерти. О том, что осталось незавершённым в жизни.

И вот почему они важны нам, живым — не только умирающим. Потому что то, что человек видит в конце — это то, что имело значение. Не должности и не достижения. Лица. Встречи. Моменты, когда кто-то был рядом — или должен был быть, но не стал.

Сны умирающих — это карта того, что важно.

Нам бы научиться читать её раньше.

Мужчина умирал несколько недель.

Каждое утро он рассказывал медсестре один и тот же сон: он плывёт на лодке. Река спокойная. На берегу стоят люди — он их знает, но назвать не может. Они машут ему. Он плывёт к ним, но никак не доплывает.

На последней неделе он сказал: сегодня я почти доплыл.

На следующий день говорить уже не мог.

*Через два дня его не стало.
Медсестра потом сказала мне: я думаю, в ту последнюю ночь он доплыл.
Я думаю — тоже.*

ГЛАВА 3. ВСПЫШКА ПЕРЕД КОНЦОМ

Это называется терминальная ясность.

Человек лежит без сознания несколько дней. Или живёт уже несколько лет в глубокой деменции — не узнаёт детей, не помнит своего имени, не может произнести связного предложения. Родные давно привыкли к этой тишине. Давно перестали ждать.

И вдруг — он открывает глаза. Смотрит осознанно. Называет имена. Говорит. Иногда — подробно, ясно, точно. Просит прощения за то, что было сорок лет назад. Говорит то, что никогда не говорилось при жизни. Прощается.

Родственники бегут за врачом: он пришёл в себя, ему лучше, он выздоравливает.

Врач знает. Опытный — знает.

Это не выздоровление. Это вспышка перед концом.

Исследование, изучившее существующие истории болезни, обнаружило, что 84% людей, переживших эпизод внезапной ясности перед смертью, умирают в течение недели. 43% — в течение двадцати четырёх часов.

Явление известно давно. Термину более двухсот пятидесяти лет — но систематического изучения почти не было. О нём писали врачи девятнадцатого века как о диагностическом признаке — коротком просветлении, за которым следует быстрый упадок. Замечали, фиксировали — и не знали, что с этим делать.

Сегодня исследований больше. Ответов — по-прежнему мало.

Новозеландское исследование ста последовательных смертей показало: около шести процентов пациентов демонстрировали эпизод ясности перед смертью. Британское исследование хосписов обнаружило, что семь из десяти сотрудников хосписов наблюдали неожиданную умственную ясность у умирающих пациентов хотя бы раз за свою профессиональную карьеру. К настоящему времени исследовательские группы собрали около 400 историй болезни практически из всех регионов мира.

Первое проспективное исследование этого явления провели в нескольких крупных медицинских центрах США. Из 151 пациента с умеренной и тяжёлой деменцией 93 человека — то есть 61,6% — испытали эпизоды ясности. Среди наблюдаемых проявлений: правильная ориентация в событиях — у 67,8%; возвращение старых воспоминаний — у 34,8%; возвращение утраченных функциональных способностей — у 27,7%.

97% пациентов с деменцией, переживших эпизод полной ясности, умерли в течение семи дней после него.

Что происходит с мозгом в эти часы — наука пока не может объяснить убедительно. Исследования мозговой активности в момент умирания показывают, что мозг, лишённый кислорода, становится более активным. Он меняется таким образом, что человек может получить доступ к когнитивным способностям, которые, казалось, были утрачены навсегда.

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.