

На руках у Фредерики

Несколько историй про хоспис и любовь



Она родилась в Индонезии, выросла в Голландии, в молодости переехала в Лондон. Православие приняла в 1977 году, после встречи с митрополитом Сурожским Антонием. После разговора с ним же наконец решила на то, о чем давно мечтала — уехать в Россию и быть рядом с теми, кто умирает. Фредерика де Грааф. Наш разговор с ней — о смерти, любви и людях, которых она встретила за 12 лет работы в Первом московском хосписе.

Пока они умирали

— В одной из бесед митрополит Антоний приводил слова французского философа Марселя: «Сказать человеку «Я тебя люблю», значит сказать «Ты никогда не умрешь». А как Вы понимаете их смысл?

— Я думаю, если речь идет о настоящей любви — то да, они справедливы. Если о Божьей любви к нам — да, конечно. Тогда эти слова означают: мы вместе будем в вечности. Но так любить не каждому дано. Наша любовь... Она ведь чаще всего довольно эгоистична. Она смешана с другими чувствами, когда мы чего-то хотим от человека для себя: поддержки, защиты, чтобы нас ценили... Часто, если мы говорим «я люблю тебя», мы на самом деле говорим: я хочу тобой владеть, как собственностью. Любить, ничего не желая для себя — для этого нужно уметь себя отдавать. Без Бога мы этого не умеем, потому что... без Бога это слишком страшно.

— Вы в хосписе работаете... Вам не приходилось видеть здесь примеры любви, описанной Марселем?

— Приходилось. Думаю, здесь это встречается чаще, чем в обыденной жизни. Когда человек стоит перед чем-то высоким, перед переходом в вечность, то маски отпадают, фальшь уходит. Здесь кто-то становится более искренним. Я видела такую любовь у подростков. Их в обществе часто ругают, а я перед ними преклоняюсь. Знаете, они, умирая, вообще не думают

о себе, не думают, что им больно, что они хотели бы жить, а их не станет. Они думают только о том, как же страдает мама, как же она будет справляться. Это настоящая жертвенная любовь. Я видела такую любовь и у мам умирающих детей, у пожилых людей, которые прожили вместе 60 лет, и у молодых тоже, которые, любя, отпускают человека, не держат его в этой жизни ради себя.

— В каком смысле — не держат?

— Я помню, у нас лежал мужчина среднего возраста, который очень любил свою жену. Она много работала и не могла быть с ним постоянно. Но когда он уже умирал, она приезжала и сидела рядом с ним. Было видно, что она



Подпись: xxcvbcvb
xxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxx

испытывала чувство вины. А он, когда в полусознании поднимался и смотрел на нее, — у него такая боль была оттого, что ей тяжело... Мы ничем не могли ему помочь, обезболивающие не действовали, потому что это была боль души, а не физические страдания. И вот, когда эта женщина приехала в последний раз, она очень долго, много часов сидела с ним и все не могла его отпустить. Я сидела рядом, видела это. Рассказала ей похожую историю, про женщину, которая умирала, а муж все ее не отпускал, и она мучилась, но не могла умереть, пока не

Тепло, которым мы окружаем человека, очень помогает ему. Но наша любовь может быть и удушающей...

отпустил. Эта женщина выслушала меня молча. Ночевать я поехала домой, она осталась. И в эту ночь ее муж умер. Когда я была на похоронах — я редко, но бываю, — она подошла ко мне: «Помните, вы рассказывали историю... Среди ночи я вдруг поняла, что это про меня. И тогда я сказала мужу: я тебя отпускаю. Он был без



Подпись: xxcvbcvb
xxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxx

сознания, не мог слышать. Но в ту ночь он умер».

Знаете, часто бывает, настолько часто, что я могу об этом говорить, что жена сидит рядом с мужем, никак не может отпустить его, а потом отойдет на минуту выпить кофе — и в этот момент он уходит. Это не халатность ее, это не значит, что она что-то сделала не так. Это он, напротив, ждал, чтобы уйти незаметно. Слишком больно уходить при близких, которые тебя так держат своей любовью. Часто при этом родственники испытывают чувство вины: если бы мы были рядом в тот момент, он бы не умер... Но это напрасно. То, что любимый человек ушел незаметно — это его последний дар, чтобы близким было не так больно. Тепло, которым мы окружаем человека, очень помогает ему и облегчает страдания. Но наша любовь может быть и удушающей...

Когда человек страдает, и ты любишь его, ты можешь ему сказать: да, мне больно, но сейчас лучше, чтобы ты перешел в вечность, чем еще два дня вот так. А бывают люди... Когда я спрашиваю: вы хотите, чтобы ради вас он еще пожил, хотя он будет страдать? — и они отвечают: да. И он страдает, потому что существует

какое-то единство между умирающим человеком и его близкими. Умирающий не может уйти, пока его не готовы отпустить.

— Вы о таких вещах говорите... Можно возразить, что человек умирает, когда у него отключается мозг. Причем тут родственники, любовь, «отпускаю — не отпускаю»...

— ...и где тут рациональное объяснение? Его нет. Если бы мы были только телом... Но мы ведь — тело и душа, и это одно целое.

Знаете, самое поразительное, что я вижу, — когда мама может отпустить своего ребенка, чтобы он больше не страдал. Я помню одну маму, которая сидела рядом и пела сыну любимые песни, пока он умирал. Я смотрела на нее со слезами в душе. Человек может иметь такое мужество, такую собранность — пять ради ребенка, чтобы ему было хорошо, спокойно...

— Она при этом понимала, что происходит?

— Да, конечно. Это и удивительно. Знаете, однажды у нас умирал пятилетний мальчик, его мама была беременна, он лежал без сознания, мы с ней сидели рядом с ним. И вдруг он

открыл глаза, посмотрел на потолок и начал говорить. Он полчаса разговаривал с невидимым миром. И это было с таким трепетом... Он улыбался, у него были совсем другие глаза — не страдающего человека, а сияющие глаза. Потом он снова ушел в небытие. Мама осталась с ним, я вышла из палаты, через полчаса вернулась. Это был момент перед самой его смертью, последний вздох. И я слышала, что когда он умер, его мама сказала: «Спасибо тебе, Господи». Это был единственный раз за всю мою медицинскую практику, когда я слышала, что мама так сказала. Она как будто через его глаза увидела невидимый мир, с которым он говорил, и увидела, что ее ребенку там хорошо. Вечером мы долго сидели с ней здесь, и она рассказала, что в тот момент, когда я ушла, она сказала сыну: «Если ты сейчас с Боженькой, тогда бери Его за руку, я тебя отпускаю».

Крик против смерти

— А человек всегда так глубоко осознает, что происходит, когда он умирает или когда ➔

отпускает кого-то? У Вас не бывает людей, которые задаются вопросом, за что им это, обвиняют Бога и окружающих?
— Такое часто бывает. Человек кричит от боли, и в нем в этот момент говорит именно боль. Это крик не против Бога, это крик против смер-

Я часто говорю: если бываете с больными, сначала будьте с ними как человек с человеком, а не как врач с пациентом.

ти. Даже если в этот момент человек говорит, что он в Бога не верит.
У нас был случай. Умирал парень 22 лет, и его мама никак не хотела этого признать. Ему было очень больно, он догадывался, но она с ним об этом не говорила и запрещала нам говорить, не хотела верить. Когда он умер, она даже не могла до него дотронуться. Она так кричала, на весь хоспис... Она кричала, что не верит в Бога, Который мог такое допустить, чтобы ее сын так страдал и умер. Это был крик очень сильной боли.
Владыка Антоний говорил, что в такие моменты надо просто быть рядом с человеком. Больше ты ничего не сможешь сделать. Не надо утешать — это невозможно и неуместно.



Подписьzvxcvcbv
xxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxx

Человек в аффекте, в эмоциях, он не услышит. Нужно просто быть рядом, очень спокойно. Или оставить человека одного, если он хочет.
— Почему люди настолько по-разному воспринимают уход близких?
— Я не знаю. Это может быть связано с внутренней зрелостью человека, это, может быть, зависит от его веры, от опыта жизни. Я видела старых людей, которые прошли через две мировых войны, революции... У них было спокойствие. Они принимали смерть как часть жизни. Когда человек так кричит, это может

быть потому, что он никогда раньше не думал, что тоже умрет, что смерть — это часть жизни. Пока люди об этом не думают, они будут жить робко, неглубоко, будут «жертвами судьбы», будут кричать: «За что? я ведь был хорошим человеком, почему я умираю», вместо того чтобы принять смерть как факт и жить глубиной жизнью, жить настоящим, со всей опорой, стопроцентно. Если так жить, то каждый поступок и событие имеет другой смысл, и ты живешь с радостью. Странно, что не все это понимают. Не зря ведь единственное, что мы знаем про себя точно, — это то что мы умрем.

— А Вы видели людей, которые менялись, когда понимали это?
— Да, часто. Многие говорят о переоценке смысла жизни. Я вспоминаю сейчас молодую женщину, у нее был рак груди с распадом. Она мне говорила, что была очень жестоким человеком, хотела пить, гулять, требовала от мужа, чтобы он зарабатывал больше денег... И вдруг она поняла, что идет не туда. Тогда она сказала Богу: делай как хочешь, но останови меня. Вскоре она заболела раком груди. Она с сияющими глазами мне говорила: «Я понимаю, почему заболела. Я сейчас стала другой, я стала лучше, мягче, я понимаю, для чего». Через два-три месяца она поехала домой на юг, там она умерла. Но она уже была совсем другим человеком. Она была в каком-то смысле исцелена душой.

Увидеть человека

— Вы очень глубоко погружаетесь в людей. Этого требует работа? Или это Ваше желание?
— Я рефлексотерапевт, хотя работаю без иголок, пальцами. Пациентам такая терапия дает, прежде всего, физическое облегчение. А для меня эта работа хороша тем, что я могу сидеть с каждым человеком по сорок пять минут, пока слушаю пульс и определяю диагноз. Я долго сижу. Они изучают меня, и я их тоже изучаю. Это очень близкий контакт, при котором начинаешь чувствовать, что происходит с человеком. Люди часто доверяются. Я от них ничего не требую, я просто их слушаю. Они раскрываются, не сразу, конечно, и не всегда, только когда захотят. Но они чувствуют, в том числе через прикосновение, что они мне важны, что они значимы. Тогда они расслабляются. Поэтому я часто говорю: если бываете с больными, сначала будьте с ними как человек с человеком, а не как врач с пациентом. Важно услышать, что происходит внутри человека, узнать что-то про него. Не только про его болезнь, а про него самого.

— Опять же, владыка Антоний говорил, как важно именно увидеть человека...
— Да, именно увидеть суть. Узнать, что перед тобой уникальный и действительно важный человек, и передать ему это без слов — своим лечением или даже взглядом. Глазами очень многое можно передать.



Подписьzvxcvcbv
xxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxx

Однажды у нас лежала молодая женщина, и ей так все нравилось, она говорила: какие здесь все приветливые, ласковые, грубости нет — и прочее. А потом добавила: но это все механически. И мне стало так больно, потому что... да, можно механически улыбаться, механически все правильно делать, с улыбкой ставить укольчики... Но при этом — не увидеть человека, не посмотреть на него с трепетом.

Владыка еще говорил, что люди нуждаются в тишине, в молчании, и нуждаются в вере не через слова, но в вере, что есть человек, который сам крепко верит в то, что есть жизнь после смерти. Необязательно об этом с ним говорить, но это все равно дает утешение. Я думаю, с умирающими очень важно просто быть, пребывать. Наше состояние очень сильно влияет на человека. Ему может стать легче или напротив — тяжелее.

.....реклама.....

**Паломнический центр
Донского ставропигиального
мужского монастыря**

Паломничество к Святым местам библейских стран
(Израиль, Иордания, Египет), России (Соловки,
Валаам, Дивеево, Оптина и др.), Италии,
Франции, Греции, Святой Горы Афон и др.
Группы сопровождает православный священник.
Мы работаем ежедневно с 9.00 до 18.00
www.donskoi.org; e-mail: pravpilgrim@mail.ru

**8 (495) 952-02-63;
+7 919-10-090-10**

Это касается и родственников, потому что они иногда больше страдают, чем сам больной. Беспомощность родственников — это очень нелегкая задача, им тоже нужно помогать, облегчать их страдания, физические и эмоциональные. Не знаю, насколько уместно сказать — духовные, это очень большое слово. Если они спрашивают про Бога, я с ними об этом говорю. Но моя задача — не проповедовать, а просто быть с ними и быть со Христом, как умею. Тогда, может быть, будет понятно без слов, что есть другой способ жизни и другая жизнь.

Для меня очень много значит, когда человек, который не улыбается, вдруг начинает улыбаться. Такое не очень часто, но бывает.



Подпись:zvxcvbn
xxxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxxxx

Какой смысл рисковать

— Расскажите про владыку Антония. Каким он был, чем он для Вас важен?
— Одним словом трудно сказать... Он привел меня ко Христу. Наша первая с ним встреча была, когда он приехал читать лекции о молитве к нам в университет в Гронинген, это в Голландии. Я училась на отделении славистики филфака. Это был первый раз, когда я видела человека в черном. Помню, мне стало немножко не по себе, но я как-то чувствовала: то, о чем он говорит, будет для меня важно. Во время учебы я прочитала роман «Братья Карамазовы». Наверное, это было первым толчком навстречу Богу. У меня было чувство, что Достоевский открыл во мне какую-то другую грань жизни. Но куда с этим идти — я не знала. Это было сродни кризису, но в хорошем смысле. Если хватает мужества, то кризис — это возможность измениться. Мне не с кем было говорить о тех вопросах, которые передо мной стали после этого романа. У нас на факультете больше внимания обращали на структуру предложений, не говорили о сути. Для меня это было скучно. В жизни и так многое поверхностно и гладко. Но должно быть доверие, чтобы расслышать какой-то другой

призыв и идти искать ответы. Тогда ответы обязательно будут.
Когда я оказалась на встрече с владыкой Антонием, то впитывала все, что он говорил о Боге, буквально как губка. На лекции он объявил, что для православной общины Гронингена вскоре будет говение — так он называл особое время, когда можно помолчать, время для молитвы и для глубокого взгляда внутрь себя. Иными словами, это время, чтобы побыть с Богом. Я не была тогда православной, но почему-то знала, что мне нужно быть на этих говениях. И я пошла. Там я поняла, что могу найти ответы на свои вопросы.
Позже я перебралась в Лондон: за две недели раздала все свои вещи и с двумя чемоданами переехала. Я не знала, куда еду и чем буду заниматься, но все устроилось. Я получила медицинское образование, работала в больнице. В 1977 году я была в Москве и приняла там крещение. После этого снова вернулась в Лондон.
И вот в 1990-е к нам стало приезжать много больных детей из России. Им требовались операции на сердце или другая сложная помощь. Многие умирали, потому что приезжали уже в очень тяжелом состоянии. Я тогда думала: как это трудно, вот мама привозит ребенка на Запад, они едут с надеждой, что все будет хорошо, но им не всегда могут помочь... Лондонские врачи иногда даже отказывались браться за тяжелые случаи, если думали, что ребенку все равно не выжить. Так было с Денисом. Ему было восемь лет, они с мамой приехали из Нижнего Новгорода, и им отказали в операции. Мне было очень их жалко, и я предложила: давайте попробую что-то сделать, может быть, станет легче. И как ни удивительно, Денису правда стало легче. Потом, когда я приезжала в Москву, мы виделись с этой семьей и со многими другими, и я поняла, что в России огромная потребность в помощи. Я спросила владыку Антония, не переехать ли мне в Москву. Он долго, лет пять или шесть, не благословлял меня, говорил: давай еще подумаем. И вот однажды, после литургии, я снова задала ему этот вопрос, и он сказал: переезжай. Так я оказалась в Москве. 12 лет как работаю в хосписе.
Не знаю, как это объяснить... Он видел образ Божий в каждом человеке, он через человека общался со Христом. Он подолгу, иногда по пятнадцать часов в день говорил с людьми, и таким образом как будто еще глубже узнавал Христа.
— Вы так умеете?
— Не умею. Довериться человеку в больнице — это одно, это проще. Но когда я на улице или в метро, мне очень трудно не замечать грубость или хамство. И гораздо труднее бывает разглядеть человека. Когда я только переехала в Россию, первые пять лет мне было очень тяжело. Я чутко чувствую энергетику людей, осуждение, пренебрежение. Поэтому первая реакция у меня — тоже замкнуться. Потом я поняла, что если так поступать, то лучше уез-



Наша сосредоточенность на себе мешает видеть образ Божий в каждом человеке. И мешает любить.

жать и жить на Западе. Быть открытой — это риск, но если на него не идти, то разобщенности меньше не станет.
Владыка Антоний всегда говорил, что грех — это болезнь, и если научиться видеть, что зло, или пренебрежение, или осуждение — это тоже болезнь, ты будешь к этому иначе относиться. Но научиться этому конечно — самое сложное.

— Вы знаете, как учиться?
— Мне кажется, наша сосредоточенность на себе мешает видеть образ Божий в каждом человеке. И мешает любить. Но когда человек стоит перед переходом в вечность, борясь или не борясь за свою жизнь, — сострадание к нему сильнее, чем мысли о себе. И поэтому иногда этот образ Божий в нем тебе открывается. Не всегда, но часто. Не благодаря тебе, а благодаря ему. Этот человек учит тебя любить. Еще неизвестно, кто кому больше помогает... ☙.

Беседовала Алла Митрофанова

Мастерская церковной утвари «КОЛОКОЛ»

Пазлы

Свечи

Православные настольные игры. Фигурки сделаны вручную.

8-800-100-41-98 (звонок бесплатный на территории России) Тел. в г. Калуге: (4842) 901-053, 901-055 www.kolokol-kaluga.ru