

Жизнь — вызов, примите его

Рената РАВИЧ

Несколько лет назад я случайно открыла журнал «Ровесник» и увидела фотографию: две прелестные девчушки в ночных рубашках, лысые после химиотерапии, дерутся подушками на кровати, и на их лицах такое самозабвенное счастье и радость, что это просто потрясло меня. Так я впервые узнала про лагерь для детей с тяжёлыми, угрожающими жизни заболеваниями, который в Америке открыл знаменитый актёр Пол Ньюман. Он на свои деньги устроил лагерь, где больные дети из разных стран могли бы собраться вместе, повеселиться и побаловаться от души, «повытворять чёрт знает что» (слова Пола Ньюмана), чтобы снова почувствовать вкус жизни и начать бороться за неё с новыми силами.

«Дело не в том, что дети говорят: «Спасибо вам за то, что мы здесь прекрасно провели время». Дело в том, что они говорят: «Спасибо вам за то, что вы изменили мою жизнь», — подчёркивает Пол Ньюман, основавший уже шесть таких лагерей в мире.

... Судьба сделала мне щедрый подарок: меня пригласили поехать бесплатно поработать добровольцем-переводчиком в Летний Лагерь Сорванцов в замке Барретстаун в Ирландии, куда приезжают серьёзно больные дети со всей Европы. В нашу смену (10 дней) там одновременно с группой детей из Москвы (10 человек, которых отбирал Институт детской онкологии и которых мы сопровождали с Наташей, психологом) были дети из Белоруссии, Грузии, Испании — всего 75 человек. В летний период обычно бывает 7 смен. Кроме того, зимой проводятся специальные программы, рассчитанные на работу в помещениях. В этом году были «запущены» два пилотных проекта: неделя проживания для подростков (старше 14 лет) и 4 дня для родителей вместе с больными детьми. Программа Летнего Лагеря специально разработана для детей со злокачественными новообразованиями или другими серьёзными болезнями крови.

По правде говоря, поначалу было страшно даже думать об этом, потому что я много видела детей в детской онкологии и сердце сжималось от страха: чем я смогу помочь им? Тем более что строгие правила отбора сопровождающих требовали забыть про собственные профессиональные интересы и знания и не проявлять никакой инициативы.

Но на первом же собрании в Институте детской онкологии я немного успокоилась: обычные как будто дети, правда, более бледные, правда, слегка заторможенные, правда, более тихие, почти не смотрят в глаза, с трудом отвечают на вопросы. Из Москвы поехали дети в состоянии ремиссии, которые выписались из больницы несколько месяцев назад, у них уже волосы отросли после химиотерапии, анализы пришли более или менее в норму, они уже немного подправились в санаториях. Весь ужас болезни как будто позади. Наши самоотверженные врачи, несмотря на всю скудость финансирования больниц, на самом деле делают чудеса, и **все это должны знать: 70%** детей выписываются в состоянии стойкой ремиссии. Но это спокойствие кажущееся. Душевные шрамы от перенесённых страданий гораздо глубже, чем следы от уколов и шрамы от операций: надо вернуться снова в детство, научиться снова радоваться жизни, перестать бояться всех и всего, заполнить холодную пустоту в душе, образовавшуюся за многие месяцы унылой и мучительной, часто почти неподвижной больничной жизни. Именно психологическая адаптация к жизни, стремление преодолеть зависимость от болезни, показать, что дети многое могут, несмотря на определённые ограничения, разбудить в них творческий потенциал, вернуть стремление радоваться каждому мгновению жизни, почувствовать всеми фибрами души, как замечательна жизнь **сейчас**: вот ради чего создаются эти лагеря. Ребёнок не собирается жить, когда вырастет. Он живёт сейчас, и помочь ему сделать его жизнь более полноценной — это и есть миссия таких лагерей.

День первый.

Итак, мы едем! Собрались в аэропорту Шереметьево: взволнованные родители, последние наставления: «не промочи ноги», «не ешь мороженого!», «не бегай!». Нам всем выдали шапочки-бейсболки, и как только дети надевают их — большинство по последней моде, задом наперёд, у них уже появляется блеск в глазах. К тому же многие впервые летят на самолёте, а «заграницу» видели только в кино. К нам присоединяется группа детей из Волгограда: бледные испуганные девочки, одутловатые (после преднизалона), тихие как мышки мальчишки, все жмутся к своей сопровождающей, держатся особняком. Я чувствую себя, как курица, впервые выгуливающая цыплят, и все время их пересчитываю. Ошеломляющая роскошь магазина беспощинной торговли, взлетающие самолёты — впечатления обрушиваются на детей, привыкших к больничному затворничеству. В самолёте всё интересно: как взлетают, как выглядят облака сверху, можно ли сфотографировать Балтийское море. Один мальчик целый месяц изучал все карты и весь маршрут знает наизусть. Дают наушники, включают телевизор, приносят обед, бесплатно дают кока-колу — это уже «классно!». Благополучная посадка в Шенноне: все хлопают в ладоши. «Заграница» встречает мелким морозящим дождичком: это главная особенность Ирландии. Непременная ослепительная зелень и чистота, которая поражает уже при снижении. Стыдно, но всё, что я успела вспомнить про Ирландию: самая чистая экология в мире и 200 оттенков зелёного. Но уже ясно, что считать их будет некогда.

Славные молодые ребята в вишнёвых футболках с эмблемой Барретстауна: зубчатая башня замка, окружают нас (говорят, кстати, по-русски, так что я даже расстроилась, но они утешают — в лагере почти все говорят по-английски), берут наши сумки и ведут в автобус, куда надо заходить с другой стороны: здесь левостороннее движение, это смешно и непривычно. Едем до лагеря 3 часа по довольно тряской и очень узкой дороге. Мелькают кукольные городки: 2–3 улочки, серая громада замка, шпиль вишнёвого костела, масса магазинчиков с яркими вывесками. Слепящая глаз зелень сочных тонов, аккуратные белые и кремовые 1–2-этажные домики, на каждом окошке и на каждом этаже снаружи висят горшочки с нежными лиловыми и белыми цветочками, потрясающая чистота. Посреди улицы цветы и даже ... пальмы. И бесконечная зелень. Ощущение, что попали в городок в табакерке. Мирно пасутся холёные коровы палевого цвета, море овец, меченных синей краской. Тишина, людей и машин мало. После Москвы — так непривычно!

Посередине пути остановка: чистый туалет, тёплая вода, белые столики и скамейки. Каждый получает пакетик: бутерброды, чипсы, сок, фрукты. Дети довольны: чипсы всех сортов, фасонов и цветов. Убирают все сами: всюду плакаты с картинками и лозунг: «Сделаем Ирландию чистой». Вот бы нам начать обустраивать Россию с такой простой идеи: всегда убирай за собой мусор. Впрочем, если бы и у нас начали брать штрафы: 50 долларов за брошенную бумажку, все быстро приучились бы!

По мере приближения к лагерю возникает ощущение, что едешь в сказку: дороги становятся ещё уже, бесконечные повороты, появляются вековые аллеи, высокие стриженные зелёные изгороди, более сочные зелёные дали... Сердце замирает от непривычного ощущения мирного покоя, полного отсутствия суеты и грохота. Наконец появляются серые башни и стены замка, обвитые осенним плющом. Это и есть Летний Лагерь Сорванцов в Барретстауне. Нас окружает толпа молодёжи в вишнёвых футболках с силуэтом замка, ярко расписанные красками лица: цветы на щеках, завитушки на лбу, смех, приветствия — и весь этот живой букет на фоне чистой зелени лужайки (тот самый настоящий английский газон, за которым ухаживают сотни лет!) и серых стен кукольного замка, сразу пленяет душу. Сказочная красота, улыбки и доброжелательность, к которой наши бедные, не избалованные вниманием дети не привыкли, завораживают с первой минуты. Но дети меня не подвели: всю дорогу учили, как говорить «Hello! Hi! My name is..., I am from Russia, I live in Moscow».

Вещи погружают в тележки, а мы идём к врачу, в специальный домик, который называется «Медовый улей». Здесь «командуют» врачи, но ничего похожего на холодную белую настороженность обычной больницы, того, от чего эти дети пострадали, нет. В комнате

ожидания — огромные, в детский рост, мягкие игрушки: Винни-Пух, Иа-Иа, Тигра — всё яркое, уютное, тёплое, так и хочется прижать к сердцу. Девочки визжат от восторга, сразу бросаются фотографироваться.

Врач принимает в отдельной комнате, белого халата нет. Фотографируют для медицинской карты, прямо с игрушкой в руке. Истории болезни, присланные из Лагеря, мы уже давно заполнили, перевели на английский в Москве и послали сюда. Все карты заполнены заранее, у каждого ребёнка свой файл, все бумаги рассортированы по коттеджам, идеальный порядок. Никаких лишних неприятных вопросов. Всё просто: нет ли аллергии на пищу или лекарства, когда приблизительно лежал в больнице, были ли свинка и корь, принимает ли сейчас лекарства. (Если да, то их сдают в медпункт и медсестра аккуратно раздаёт их детям во время еды.) Ребёнок даже не успевает понять, что он был у врача. Тех, кто уже свободен, ведут в столовую. Дети здесь никогда не ходят одни. Их (даже одного) обязательно сопровождает *cara* (по-ирландски, «друг»), наши дети их, естественно, называют вожатыми.

Огромный зал с большим камином и мягкими креслами около него, в дальнем углу бильярд и стол для пин-понга, всё увешано воздушными шариками, весёлыми рожицами, ослепительно красивыми плакатами и яркими панно, разрисованными детьми (каждая группа после окончания лагеря дарит своё панно: обычная простыня, где нарисованы разные картинки и все дети расписываются), фотографиями смеющихся детских лиц, открытками разных городов, из которых приехали *cara*: сюда приезжают добровольцы со всего мира; теперь там есть и Красная площадь.

Шум, гам и хохот, летают бумажные шарики: все стараются попасть в «настоящего» клоуна, который ходит между сливочно-кремовыми деревянными столами и крепкими удобными скамьями и заигрывает с детьми. Масса детей с нежной восковой кожей голого черепа (после химии выпадают волосы), некоторые на костылях, бездонные печальные глаза, но всё это уже живёт нормальной детской жизнью: шутки, смех, грохот тарелок, можно даже выбить барабанную дробь ложками. Никто никого не приструнивает, никаких «занудных» замечаний взрослых, никого не заставляют насильно есть. Единственное строгое правило: дети не ходят на кухню и не носят ничего горячего. Обед: чудовищное изобилие — огромные тарелки, салаты, мясо, ветчина, соки, тосты. *Cara* приносят на стол большие цветные миски, полные всякой всячины: ешь что хочешь и сколько хочешь. С непривычки дети, особенно из глухой Белорусской провинции (девочки в париках), берут себе слишком много и не могут съесть до конца.

Дети после лечения гормонами очень много едят. Так что, кроме трёхразового питания, каждые полтора часа можно перекусить. Соки, чипсы, фрукты, йогурт, иногда конфеты. На отдельном столе стоят десятки коробок с хлопьями, разные кетчупы и потрясающе вкусные соусы и приправы для салатов: на них фотография Пола Ньюмана (у него, оказывается, есть и такая фирма); на всех баночках с соусами написано, что вся прибыль идёт на благотворительные цели. Что может быть важнее такой цели — помочь ребёнку?! И вот эта живая, смеющаяся и жующая со вкусом «цель» тут как тут — в этом году в замке Барретстаун были свыше 600 детей из Европы.

Всё это бесплатно, включая проезд! Пол Ньюман сам нашёл это райское место и вложил первые 2 миллиона долларов, остальное — благотворительные взносы со всей Европы. Колоссальные международные корпорации, знаменитые фармацевтические компании считают за честь для себя жертвовать огромные суммы: список висит на почётном месте. Ирландское правительство сдаёт Замок и все прилегающие огромные территории Благотворительному Фонду Лагеря Барретстаун за 1 фунт стерлингов (!) в год, аренда на 99 лет. И сразу же как огнём обжигает мысль: что, у нас нет знаменитых актёров?! Где наши международные фирмы и банки?! И это после Чернобыля?! А сколько было проворовавшихся и опозоривших саму идею милосердия благотворительных фондов?! Ладно, здесь не стоит о грустном. Но сравнения невольно напрашиваются постоянно.

После обеда расходимся по коттеджам: уютный белый домик, огромная общая комната с камином и круглым столом, все стены увешаны детскими рисунками, полки с книгами, вся-

кими поделками, красками и фломастерами, магнитофон с кассетами и лазерными дисками, игрушки. (Кстати, телевизора нет, да о нём и не вспомнил никто, так все были заняты!) Что ещё нужно для детского счастья?! Большая спальня на десять человек, чистая постель, у каждой кровати деревянный ящик для белья, кроме того, ящики в самой кровати, полки. В потолке стеклянные рамы, масса окон, так что светло, на ночь окно можно закрыть шторкой — для уюта. Отдельно душ и два туалета для детей, а кроме того, есть отдельный душ и туалет для взрослых. Всё сверкает ослепительной белизной и стерильной чистотой. Всегда есть горячая вода, что очень кстати, поскольку на улице моросит мелкий холодный дождичек: стандартная ирландская погода, как нам объясняют. После ужина все так устали, что буквально валяются с ног, но свято соблюдают уговор: принимают душ по очереди, чистят зубы — вовсю стараются быть на европейском уровне аккуратности. Тут выясняется, что у одной из белорусских девочек нет ноги, но подружки помогают ей: просто и естественно несут её протез из ванны, а она ловко и быстро скачет за ними. У другой рука плохо двигается после операции, но это не мешает ей лучше всех убирать в столовой. Они так похожи, что я думала, что сёстры; нет, подружились в больнице, в Минске. Кстати, без париков они обе просто очаровательны, сразу вспоминаются египетские красавицы, которые, оказывается, брили голы. Через пару дней девчонки чувствуют себя настолько естественно, что вообще забывают про свои парики.

Очень важный принцип лагеря: никто не жалеет, никто не нянчится, не помогает чересчур.

Главная идея Лагеря: дать детям право выбора, помочь преодолеть трудности жизни и болезни, научить их радоваться каждому моменту жизни и ценить её, научить их брать на себя ответственность за свою жизнь, перестать себя жалеть и стараться понять и почувствовать: «Я всё могу» и преодолевать, преодолевать любые трудности, пусть для начала маленькие, и радоваться победам. Не зря же известный психолог А. Маслоу утверждает, что самоактуализация, т.е. стремление проявить себя как полноценную личность и реализовать заложенные в каждом человеке способности и таланты, — это основной инстинкт, не менее важный, чем голод и жажда.

Каждая маленькая победа — это событие: самим убрать постель, принять душ, причесться, отнести посуду, вытереть стол до сливочного блеска — только тот, кто сам страдал от больничной беспомощности и был унижен рабством болезни, может осознать, как важны такое преодоление и возвращение независимости.

День расписан по минутам: завтрак, обязательная уборка коттеджей, занятие, перекус, опять занятие, обед, отдых в коттеджах, творческие мастерские, перекус, ужин, общелагерное мероприятие, перекус, подготовка ко сну в коттеджах, на ночь надо обязательно посидеть перед горящим камином и поговорить по душам с *cara*. Каждый день ребята убирают в своих коттеджах, обязательно в резиновых перчатках: протирают пол, моют туалет, пылесосят коврики. Висит расписание с картинками, какую работу кто сегодня делает. За десять дней ни разу никто не возразил, не закапризничал, не отказался. Я им объяснила, что чистота и начинается с того, что — как маленький принц — каждый день подметаешь свою планету. Будем надеяться, что они воспользуются этим уроком и дома.

Активные занятия: катание на каноэ, верховая езда, стрельба из лука, рыбалка, приключения чередуются с творческими и познавательными, но спокойными: искусство и ремёсла, театр, творческое письмо, музыка. Каждое занятие — это победа над собой, своей немощью, своим страхом, своим неумением, своей неловкостью. Зато чувство преодоления очень важно для повышения самооценки, без этого человек в любом возрасте не справится с болезнью. Как важно воспитывать это чувство в детях с самого начала жизни! И как мало эта самооценка развита у наших детей, да что там — у взрослых в России. Когда испанская девочка на костылях, в красивом платье с бантом объявляет номера во время представления и весь зал ей хлопает, это повышение самооценки. Когда белорусский мальчик 13 лет, измученный химиотерапией, заявляет, что он обязательно будет врачом и будет лечить детей от рака, это значит, что у него не только высокая самооценка, но и есть цель в жизни, ради которой он

будет жить. Вот что говорят психотерапевты супруги Саймонтон в книге «Возвращение к здоровью»: онкологические больные, ставящие перед собой **цель в жизни**, живут в несколько раз дольше, чем те, у кого низкая самооценка и, соответственно, нет смысла и цели в жизни.

День второй.

Первое занятие:

на лужайке перед замком. Дети учатся работать в единой команде: они переплетают руки, образуя настоящий клубок. Взрослые стоят во внешнем круге, чтобы поддержать, если понадобится. Инструктор объясняет, что делать, одновременно идёт перевод на русский, грузинский и испанский. Медленно, но верно дети начинают реагировать на взгляды и движения друг друга, понимая друг друга без слов. Клубок неожиданно распадается, и все валятся на траву, изнемогая от хохота, хотя мне так и не удаётся понять фокус. Я вспоминаю слова из книги Нормана Казинса «Анатомия болезни глазами пациента», которую я переводила: «Смех — музыка жизни». Норман Казинс вылечился от коллагеноза (хотя был признан врачами безнадежным) в частности тем, что очень много смеялся. Смех — одно из самых лучших лекарств на свете! Вот что он обнаружил после первого же сеанса «смехотерапии»: *«Это сработало! Я с радостью обнаружил, что десять минут безудержного смеха до коликов дало анестезирующий эффект и позволило мне проспать два часа без боли ... Насколько научно обоснована была моя вера, что смех — так же, как и все положительные эмоции в общем — повлияет на биохимические процессы, сдвинув их в лучшую сторону? Если смех в самом деле оказывает целительный эффект на химизм тела, казалось — по крайней мере теоретически — что он усилит способность организма бороться с воспалением. Поэтому у меня проверяли РОЭ прямо до «сеанса смеха» и через несколько часов позже после серии сеансов.*

Каждый раз цифра снижалась как минимум на пять единиц. Само по себе падение было несущественным, но важно, что РОЭ продолжало падать и эффект накапливаться. Я был окрылён тем открытием, что древняя теория, согласно которой смех — это хорошее лекарство, имеет под собой физиологическую базу.»

После публикации его книги смехотерапия стала одним из признанных (и эффективных) методов помощи больным. В Японии, например, в туберкулёзных больницах специально проводят, с большим успехом, сеансы смехотерапии. В Австрии есть такая профессия — доктор Клоун: врачи обучаются некоторым несложным трюкам и в костюме клоуна приходят к больным детям прямо в палаты.

В Лагере Барретстаун смех звучит постоянно, *cara* специально разучивают всякие фокусы и шутки, а клоун — непременный участник всяких карнавалов и праздников. Впрочем, вся жизнь в Лагере — сплошной праздник и развлечения.

Развлечение — серьёзное дело

Здесь американское выражение: to have fun — развлекаться, веселиться, имеет самое глубинное и осмысленное **терапевтическое** значение. Особенно когда видишь, как тяжелобольные дети веселятся настолько от души, что забывают, насколько они нездоровы. **Веселье — дело серьёзное.** Всякое тщательно продуманное и спланированное по минутам развлечение в Лагере подразумевает три аспекта: **вызов — по выбору**, который надо принять и преодолеть больному ребёнку: пролезть через сетку, удержаться на бревне, вскарабкаться на дерево, сыграть в футбол, грести в лодке, скакать на лошади, раскрасить футболку, выступить на сцене в театре, танцевать на дискотеке (и на костылях!), развести огонь, поджарить наостре тосты — это трудно, но одновременно весело, интересно и заманчиво, хотя всё это сложно для ребёнка, который долгое время провёл в мире серьёзных страданий и в больничном затворничестве.

Дети должны смеяться, они созданы для этого. Они смеются, дурачатся, вытворяют всякие глупости и учатся через смех. Причём исключительно важно, что ребёнок здесь сам

может выбрать то, что ему по силам, поскольку не может делать, что хочет.

Второй аспект развлечения — **успех** в решении этой трудной, но обязательно весёлой и на самом деле посильной задачи (если только преодолеешь страх, а в этом тебе помогут заботливые взрослые) — исключительно важен. Болезнь рисует невидимый круг страха, который ребёнок не решает и боится переступить: он привык уже болеть и всего опасаться. Но если он добился успеха и пролез через верёвочную паутину, выстрелил из лука, поймал рыбу, влез на канат один раз, значит, он (или она) сильный и не такой уж безнадёжный больной и ещё раз, и ещё много раз добьётся таких же замечательных успехов.

Девочка, которая после химиотерапии боится всего на свете, впервые в жизни проехала три круга по озеру и гребла сама. Вылезая из каноэ, она вдруг понимает, что ей больше не страшно: ведь она плавала в лодке по этому самому озеру и проплывала под этим самым мостиком. Это ощущение преодоления и победы она возьмёт с собой домой. Она сделала колоссальный шаг к победе над своей болезнью.

Третий важный аспект терапевтического развлечения в Лагере — это **обсуждение** вечером перед сном у камина с ребятами и *cara*: «Что ты чувствовал, что ты думал при этом, хочешь ли ещё?» Дети осознают, что преодоление приносит успех, а один успех ведёт за собой другой, и если ты перешагнул ограничивающий тебя круг в одном месте, ты сможешь этого добиться и в другом, более важном: ты добьёшься здоровья. Напрямую о болезни при этом никто не говорит. Но эта мысль есть всегда, поскольку в этом лагере все такие. Главное, что ребёнок сейчас преодолевает свою слабость и свой страх.

Никакого специального медицинского лечения в Лагере не ведётся, только поддерживающая терапия; хотя есть изолятор, врачи — при любой жалобе тщательно смотрят ребёнка, если надо, берут мазок из горла и делают анализы крови и посылают их в Дублин. При необходимости детей доставят в самые лучшие больницы. Но в нашу смену никаких ЧП не было.

Второе занятие.

Стрельба из настоящего лука настоящими стрелами в настоящую мишень. Мальчишки изнемогают от нетерпения. Девочки сохраняют внешнее безразличие, но также быстро входят в азарт. Маленькая истощённая испаночка, волосы только начинают отрастать, неожиданно для всех и себя в первую очередь, попадает в мишень: такое ощущение, что её сбрызнули живой водой. Ощущение, что веру в себя она впитывает, как увядшее растение живительную влагу. Все десять дней я буквально чувствую, как с каждым часом она наливается силой и уверенностью, как распрямляется её сутулая спинка и начинают сиять влажным блеском грустные глаза. В последний день на закрытие — *Grand Finale* — она появляется в прелестном платье из синего бархата с белоснежными кружевами, и тут уж ошибиться невозможно: танцует настоящая испанка. Это и есть волшебное преображение, ради которого с азартом работают все сотрудники и добровольцы этого лагеря. А их, между прочим, больше ста человек! Кстати, мелкий дождичек — наш неизменный спутник, но почему-то никто на него уже не обращает внимания!

Третье занятие.

Катание на каноэ. Лодки разукрашены яркими рисунками и подписями, вёсла тоже, все надевают оранжевые спасательные жилеты. Короткий инструктаж на суше, и лодки с детьми спускают на воду. Мне немного страшно за них: дождь, сыро, но, увидев шальную радость в детских глазах, я успокаиваюсь и умоляю взять меня тоже. Все просто счастливы. Учимся грести вперёд, назад, поворачивать. Главное: научиться грести **вместе**. Вообще идея обучения **совместной** работе в команде, несмотря на различие в возрасте, языке, силе, росте — всячески культивируется в Лагере. День насыщен до предела. Катаемся на лодке, гребём вперёд и назад, проплываем под крохотным мостиком, кружим вокруг маленького островка, пристаём правильно — прошла целая вечность, а на самом деле всего 1 час. Во время занятий, хотя инструкторы и *cara* постоянно присутствуют и следят за всеми, чёткая тенденция — помогать тем, кто слабее, но **ни в коем случае не делать за них их работу**. Преодоление себя, повы-

шение самооценки, умение уважать себя и считаться с другими — вот цель всех тщательно продуманных занятий.

Многое внешне может показаться банальным тем, кто бывал в наших пионерских лагерях в прежние годы: подумаешь, на лодках кататься! Но надо постоянно помнить, что это дети, страдающие болезнями, угрожающими их жизни, дети, прошедшие реальные муки операций, ампутаций, общего наркоза, облучения, химиотерапии, дети, распухшие от гормонов, слабые и потерявшие вкус к жизни. Поэтому задачи, которые ставятся воспитателями и, главное, успешно достигаются, что показал четырёхлетний опыт Лагеря в Ирландии и опыт других лагерей такого типа, на самом деле исключительно важны не только для детей, но и для взрослых.

После такой нагрузки обед: вкусно, сочно, ярко, цветная посуда, жёлтые и синие кружки сочных тонов. Дети едят с удовольствием — активная работа усиливает аппетит. Особенно красивы огромные плетёные корзины с фруктами. Каждый сам подходит и выбирает по вкусу.

После обеда отдых в коттеджах: дети пишут письма домой, рисуют, многие засыпают: устали и опьянели от свежего, кристально чистого воздуха. Тишина. Ощущение полной осмысленности происходящего.

Очень интересно наблюдать за юношами и девушками, приезжающими сюда работать на всё лето или на одну смену. Всем очень здесь нравится. Фармацевт: «Не ожидала, что так интересно работать с детьми». Программист: «Если бы я знал заранее, как замечательно быть с детьми, я никогда не занялся бы компьютерами». Секретарша: «Моя жизнь теперь изменится полностью». Врач: «Здесь учатся все: и молодые, и старые». Особенно трогательны молодые испанцы, постоянно играют с детьми, носят их на плечах, трогательно о них заботятся. Правда, в их группе самые тяжёлые дети, некоторые прямо из больницы. Да и малышей больше, чем у нас. На детей особенно благотворно действует присутствие мужчин, да и наши девочки всё время виснут на «клоуне» Юджине, который пользуется особой любовью. Нашим детям катастрофически не хватает мужского общества. Это особенно чувствуется в поведении мальчишек. Но и они уже оживают, начинают озорничать, поддразнивать и задевать девочек — все явно стараются наверстать время, проведённое в больницах, среди боли, слёз и страданий.

Театр: настоящий, со сценой, шикарным занавесом, кулисами, с софитами, сложнейшей аппаратурой, с компьютерным управлением светом и музыкой. В последний день я с изумлением увидела, что неизвестно откуда в нём появились мягкие стулья в виде амфитеатра. Оказывается, они где-то скрыты, чтобы всё пространство было свободным, и автоматически выдвигаются в нужный момент. На театр собирали деньги по всему миру, и на его открытие приезжали самые знаменитые актёры и музыканты. Благотворительный билет на открытие стоил почти 500 долларов, и благодаря этому собрали деньги на отдых детей в течение всего лета. А человек, имя которого носит театр, преподнёс на открытие сюрприз: 250 тысяч фунтов стерлингов. Господи, а у нас на что тратятся миллионы, стыдно рассказывать!

Сегодня первое занятие в театре. Руководит юноша, актёр: удивительно пластичный, прекрасно владеющий пантомимой. Дети в таком же восторге, как и я. Потом он говорит мне, что русские дети очень талантливы и любят театр гораздо больше, чем другие: «У вас традиции: Мейерхольд, Маяковский». Наши дети схватывают всё на лету. Даже скептически настроенные мальчишки с азартом включаются в игру. И этому очень помогают взрослые — *cara*, которые стараются изо всех сил, но у детей всё равно получается лучше.

После ужина весь лагерь поёт всякие незамысловатые песенки без слов, главное, ритм: хлопают себя по коленкам, по плечам, сначала тихо, потом орут от всей души, во всё горло, так что в ушах звенит. Дети на глазах сбрасывают с себя стресс страха и болезни, державший их в напряжении долгое больничное время. Кстати, психологи подчёркивают, что громкие крики снимают стресс и исключительно полезно поплакать и даже покричать от всего сердца, не сдерживать вечно в себе боль и гнев. Снять стресс помогают также физические нагрузки: помыть пол, постирать, дрова нарубить, да мало ли что. Здесь очень помогают детям песенки-вопилки и шумелки.

Вечер: по плану — общелагерный костёр, но поскольку идёт дождь и холодно, все собираются в театре. На сцене освещённый занавес, где спроецирован светящийся силуэт Замка — эмблема лагеря. Дети — около 75 человек — сидят на полу на огромных подушках всех цветов радуги. Юджин — психотерапевт и клоун одновременно с выразительной мимикой, веселит всех, пытаясь повторять слова детей на их родном языке, кстати, с совершенно верной интонацией. Игра: четырёх детей одевают в фантастические одежды огромных размеров, и надо засунуть под эту одежду (шинель, или бальное платье, или халат) как можно больше надутых воздушных шариков. Азарт нарастает, когда клоун начинает прокалывать шарики и все считают на разных языках. Гам стоит такой, что понять ничего невозможно, но цель достигнута — дети забыли про всё на свете, кроме игры.

Ребята уже усвоили остроумный «международный» жест, когда надо замолчать: три пальца, сложенные с большим, похоже на закрытый клюв. Это действует быстрее и, главное, гораздо эффективнее любых приказов. Вообще я впервые оценила, насколько детям нравятся пантомима, выразительные жесты и живая мимика, окрики на них, видно, давно уже не действуют.

В середине круга появляется актёр, который рассказывает историю Зевса, пира богов, Гефеста, Прометея, укравшего огонь для людей, орла, прилетающего каждый день клевать печень, любопытной Пандоры, открывшей ящик, из которого вылетели все несчастья. По ходу дела он наобум вытаскивает ребятишек из круга и заставляет их играть то, о чём он рассказывает (одновременно идёт перевод на четыре языка: русский, испанский, грузинский и обратно на английский). Настоящий урок древнегреческой мифологии. Дети быстро включаются в игру и выразительно «играют», с ходу подхватывая движения актёра. Несколько молодых ребят начинают обучать весёлым ритмичным песенкам (без слов) — ведь здесь перебывали дети со всех стран Европы, — но каким-то чудом все понимают эту абракадабру, весело подхватывают, азартно хлопают в ладоши и приплясывают: дети «выпускают пар». Клоун в центре зала вдруг кладёт сложенные ладошки под щеку и начинает храпеть. Всем ясно без слов: пора по коттеджам. 9 часов вечера, режим соблюдается неукоснительно.

Подготовка ко сну: чистить зубы, умыться, причесаться — девочки уже стараются выглядеть получше. В пижамках и ночных рубашечках все садятся около уютно горящего камина. Каждый, кто хочет, рассказывает, что понравилось сегодня, что хочет делать завтра, что хочет увидеть во сне.

День третий.

У нашей группы — *рыбалка*. Настоящие спиннинги, наживка из хлеба, а в пруду вообще-то 600 форелей, но дети пока этого не знают. Однако правила рыбалки очень строгие: поймал рыбу, замечательно, но из воды её нельзя вытаскивать, а инструктор бережно освобождает её от крючка и отпускает обратно. Вдруг происходит чудо — солнце заливаёт всё: сверкает вода, белое брюшко трепещущей на крючке рыбы, вопли восторга и сияние глаз девочек, которые впервые ловят рыбу. Инструктор шутит: «Вам никто не поверит, что вы видели солнце в Ирландии». Все наперебой хвастаются, у кого какой улов, все довольны, счастливы, им постоянно интересно.

После рыбалки спокойные занятия: искусство и ремёсла. Можно лепить: десять разных сортов глины; можно рисовать сочной гуашью и (или) фломастерами, можно (надев халат) работать на настоящем гончарном круге. Очень увлеклась Наташа — быстро и ловко всё делает, вылепила красивую вазочку, аккуратно наносит скальпелем рисунок, полностью погружаясь в работу. Потом, после обжига в печке, её можно будет раскрасить. Остальные никак не сосредоточатся, всё время норовят подсмотреть у других. Надо честно признать, что у российских детей инициатива более скованна, чем у испанских, с которыми мы в одной группе. Но если уж наши ребятки войдут в азарт, то получается просто замечательно, хотя сначала приходится их и уговаривать, и даже заставлять.

Во второй половине дня — **приключения**. Занятия ведёт общий любимец Юджин —

девочки в восторге. Цель занятия одна: научить ребят слаженно работать в команде. Два ярко раскрашенных бруса с верёвками, завязанными узлами. Если две команды правильно координируют свои движения, они могут вместе «шагать», передвигая эти брусья. Простая и остроумная наглядная агитация того, что такое команда. Или другое упражнение: вся команда стоит на бревне, а один должен передвигаться между ними, при этом никого не свалив на землю. Естественно, что это сразу не получается. Хохот стоит гомерический. Кстати, довольно трудно, особенно если учесть, что у одной девочки — протез. Висячая верёвка, надо за неё схватиться и перескочить на деревянную платформу, не свалив тех, кто это уже сделал раньше. В этом весь фокус: почти каждый из наших детей ловко может перескочить сам, но обязательно растолкает или собьёт других. У нас все хотят быть лидерами, но повести за собой других, помочь, уметь считаться с другими, работать в команде — с этим у российских детей плоховато. Простая игра — паутина из верёвок: каждый должен пролезть только в свою ячейку, не задев верёвку. Необходим расчёт и стратегия для всей группы. Совещаются и, даже не слушая перевода, быстро понимают друг друга, постепенно привыкая работать вместе.

Вечером после ужина общелагерная игра «Поиск звука». Продолжается она до глубокой ночи, и дети входят в такой азарт, что побеждают в себе страх темноты, а заодно и другие страхи. Главное условие: во что бы то ни стало держаться одной группой. Конечно, детям немного подыгрывают, но не слишком; я бы в темноте ничего не нашла, тем более что Юджин залез на высоченное дерево. Но **вместе** они могут всё. Причём надо найти все шесть звуков и «они» должны расписаться. Азарт нарастает: всё громче звенят голоса, мелькают фонарики, все шарахаются из стороны в стороны, дикое «ура!!!» на всех языках раздаётся гулким эхом. Время от времени появляются «подсказчики» в фантастических костюмах: например, летучая мышь с бубенчиками, пират в маске. «Надуй шарик, сядь на него, и пусть он лопнет с громким звуком, тогда подскажу, куда идти». Или: «Спойте песенку на своём родном языке, тогда подскажу». В конце концов ребята даже в кромешной темноте находят все «звуки», одетые в самые невероятные костюмы (в артистической — настоящей, с зеркалами и софитами, замечательные театральные костюмы, которые присылают в подарок со всех концов Европы), и ликут во всю силу своих лёгких. Кстати, игра (как и всё в Лагере) рассчитана по минутам. Дети ещё успевают перекусить в столовой и вернуться в коттеджи до 9.30, где уже так славно потрескивают ветки в камине и можно рассказать о своей семье и о своих любимых животных.

Каждый вечер *cara* предлагают новую тему. Эти минуты душевного общения помогают ребяташкам заново пережить день и рассказать о своей семье и своих любимых животных. Если бы родители понимали, как важны эти ежедневные вечерние беседы, насколько они улучшают взаимопонимание, может, не было бы этой вечной проблемы «отцов и детей»!

Вечером, перед самым сном, раздаётся сигнал по телефону: «Готовьтесь к бою!», и в наш коттедж врывается группа испанских мальчишек с подушками. «Война» продолжается считанные минуты, но счастливы все, включая взрослых *cara*. Даже мне достаётся, когда я пытаюсь сфотографировать это упоение в бою.

День четвёртый.

Долгожданная мечта сбывается: занятия на лошадях. Сначала инструкторы учат детей чистить лошадей щётками, потом показывают, как надевать седло и уздечку, потом все выходят в маленький манеж, надевают каски и по очереди садятся в седло. Один ребёнок и инструктор ведут лошадь, другой сначала едет на лошади шагом, а потом скачет, подпрыгивая в седле, три круга по зелёному полю. Потом они меняются. Лошади смирные. Сильные лошади с жеребятами мирно пасутся на многочисленных лугах, иногда прямо у самого Лагеря, их можно покормить яблоками и чипсами, погладить прямо через забор. Это ощущение мягкой бархатистости и тепла кожи долго сохраняет рука. Детей (помните, тяжелобольных детей!) учат наслаждаться всеми чувствами и ощущениями **сейчас, не дожидаясь их полного выздоровления**. Дети радуются каждой минуте своей жизни, и это так важно для их выздоровления. Правда, жизнь редко бывает так интенсивна и спрессована, как здесь.

Второе занятие после обеда: рукоделье и рисование. Можно раскрашивать футболки: сначала их скручивают определённым образом, потом красят в специальных чанах. После выставки в последний день их можно взять домой. Другие разрисовывают футболки специальными карандашами и гладят горячим утюгом (под присмотром). Раскрашивают красками фигурки из глины, которые лепили на прошлом занятии и обжигали в печке. Час пролетает, как одно мгновение.

Занятия после 4.45 называются «Для чокнутых и ленивых», а есть ещё «Ранние пташки» — до завтрака, с 8 до 9 утра: каноэ, рыбная ловля, баскетбол, теннис, стрельба из лука — надо только записаться заранее. «Чокнутые и Ленивые» могут заниматься фотографией, изготовлением кукол, приготовлением блюд в кухне замка, шитьём, английским и Бог знает ещё чем — выбор огромный. Главная цель Лагеря — время должно быть насыщено до предела, никакого безделья. Но наши российские дети, конечно, хотели бы «вольной» жизни: соблюдать дисциплину им очень трудно. Им хочется обязательно плыть против течения, даже если по течению — куда веселей и интереснее. Но может, это хорошо, что они шалят, значит, здесь им явно становится лучше!

Интересно поговорить с теми, кто здесь работает с детьми. Есть сотрудники офиса, которые организуют работу всего Лагеря (это огромное хозяйство), есть сотрудники Благотворительного Фонда Лагеря, которые ведут трудную, кропотливую и неустанную работу по добыванию денег для детей. Можно только восхищаться тем, насколько профессионально они это делают. Сбор благотворительных взносов — это серьёзный бизнес, как объяснил мне директор Лагеря. Иначе и не обеспечишь бесплатный проезд и проживание 600 детей и плюс к этому воспитателей за лето, поддержание Замка, порядок в многочисленных хозяйственных службах. Всё под контролем. Я видела отчёты Благотворительного Фонда Лагеря в Барретстауне. Кто сколько денег пожертвовал, когда получены, на что потрачены, копии всех чеков, когда написан отчёт, кто отвечает за этот конкретный проект. Всё учтено до копейки. На заседании Совета директоров каждый получает копию отчёта за прошедшее с прежнего заседания время со всеми финансовыми выкладками.

Каждый здесь делает только своё дело и не пытается руководить другими. Воспитатель не хватается за мытьё полов, потому что это делают другие, и знает, куда надо позвонить (и немедленно придут!), если перегорела лампочка в коридоре. У того, кто занимается детьми фактически 24 часа в сутки, не болит голова, что он будет есть на обед и кто будет мыть посуду.

Садовник постоянно украшает этот райский уголок. Газоны стригутся каждый день, цветы в Секретном саду сияют всеми цветами радуги. Наши девочки захотели посадить цветы перед коттеджем. Мы пришли, а грядка уже вскопана, и цветы в горшочках стоят. Надо только надеть резиновые перчатки (это правило неукоснительно соблюдается) и посадить их. Машина организации всех служб в Лагере работает безотказно, остаётся только завидовать и учиться. Самое главное — делать своё дело честно и хорошо и не совать нос в дела других людей. Вот и весь секрет. Наверняка есть и свои «подводные камни», но за всё время, что мы там были, не было сбоя ни в чём. А ведь они работают всего 4 года! Так хочется, чтобы и у нас получилось.