

УДК 159.9  
ББК 88.53  
Д18

**Данилов, Алексей Борисович.**  
Д18 Преодоление. Истории о величии человеческого духа / Алексей Данилов, Кристина Сандалова. — Москва : Издательство «Перо», 2018. — 144 с. : ил.

ISBN 978-5-00122-265-1

В книге собраны биографии необыкновенных людей, на долю которых выпали тяжкие испытания, лишения и болезни. Авторы попытались ответить на вопрос: что помогло этим удивительным людям не только одержать верх в борьбе с судьбой, преодолев страшные болезни, но также достичь невероятных высот в жизни и профессии? Своим примером герои книги ярко демонстрируют, что болезнь может стать стимулом для личного роста и самореализации.

УДК 159.9  
ББК 88.53

ISBN 978-5-00122-265-1

© Данилов А.Б., 2018  
© Сандалова К.Ю., 2018

*Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.*

Научно-популярное издание

**Данилов Алексей Борисович  
Сандалова Кристина Юрьевна**

**ПРЕОДОЛЕНИЕ  
ИСТОРИИ О ВЕЛИЧИИ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ДУХА**

Издательство «Перо»  
109052, Москва, Нижегородская ул., д. 29—33, стр. 15, ком. 536.  
Тел.: (495) 973-72-28, 665-34-36

Подписано в печать 12.04.2018. Формат 70x100<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.  
Печать офсетная. Усл. печ. л. 11,67.  
Тираж 100 экз. Заказ



ISBN 978-5-00122-265-1



9

785001222651



В электронном виде книги издательства вы можете  
купить на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

**ЛитРес:**  
Один клик до книги



Алексей Данилов,  
Кристина Сандалова

# ПРЕОДОЛЕНИЕ



Москва, 2018

# ПРЕДИСЛОВИЕ

Тяжелая болезнь – всегда удар. А инвалидность чаще всего – страшный приговор. Пожизненные страдания и отчаяние. Но... не для всех. Именно таким людям, бросившим вызов болезни, несмотря на беспомощность врачей и равнодушные общества, и посвящена наша книга, идея которой родилась после моей встречи с Валентином Ивановичем Дикулем. Я хорошо помню восхищение, охватившее меня в детстве, во время выступления Валентина Дикуля в цирке, когда он поднял на спине автомобиль «Волга». Спустя много лет при личной встрече с Валентином Ивановичем я узнал, что стимулом стать самым сильным человеком планеты для него послужила страшнейшая травма, которая по представлениям врачей того времени должна была пожизненно приковать его к инвалидной коляске. Однако Валентин Иванович не сдался и благодаря многолетней упорной борьбе не только преодолел болезнь, но и стал выдающимся артистом и, главное, врачом: он вернул здоровье сотням людей. После этой встречи я задался вопросом: что же помогает людям справиться с болезнью, преодолеть отчаяние, найти силы для борьбы? Есть ли универсальные механизмы победы над болезнью? Для того, чтобы найти ответ, мы вместе с коллегой, журналисткой Кристиной Сандаловой, прочли десятки статей, просмотрели множество интервью людей, сумевших реализовать себя в жизни, несмотря на трагические обстоятельства или тяжелый недуг.

В итоге получилась книжка, куда вошли 20 историй знаменитых людей, для которых стимулом для саморазвития и самореализации послужила болезнь. Личный подвиг каждого из наших героев поражает, вдохновляет, дарит надежду и заставляет пересмотреть взгляды на жизнь!

Алексей Данилов, д. м. н., профессор кафедры нервных болезней ИПО Первого МГМУ имени И. М. Сеченова, исполнительный директор Ассоциации междисциплинарной медицины



# ВАЛЕНТИН ДИКУЛЬ

*Всегда двигаться только вперед!*

Имя Валентина Дикюля, самого сильного человека планеты, сегодня знакомо, наверное, каждому. В нашем детстве все мальчишки мечтали походить на легендарного циркового силача, легко поднимающего автомобиль «Волга» на своих мощных плечах. И мало кто знает, что родился Валентин Иванович недоношенным, в 5 лет осиротел и попал в литовский детский дом, где на его долю выпали суровые лишения и тяжелые испытания. С детьми там обращались жестоко. Однажды после избития, которому маленького Валу подвергли за незначительную провинность, он 3 месяца пролежал в больнице с тяжелыми травмами черепа и переломами. Единственной отдушиной для одинокого ребенка был цирк, куда он убегал из детдома. Праздничная атмосфера, загадочные факиры и ловкие акробаты, задорные клоуны и смелые дрессировщики поразили воображение мальчика настолько, что он твердо решил стать цирковым артистом. Эта мечта в те времена была несбыточной для простого мальчишки, и поначалу Валу ловили и возвращали из цирка в детский дом. Но для Валентина Дикюля не существовало препятствий. Уже тогда он отличался завидным упорством, настойчивостью и железной волей. Всеми правдами и неправдами Валя устроился работать в цирк: помогал устанавливать цирковой шатер, присматривал за животными, мыл полы и чистил манеж. В конце концов, работники детдома отстали от несговорчивого мальчишки, и цирк стал для Валентина вторым домом, настоящей семьей, где его ценили, уважали и тепло относились к нему. Постепенно его стали привлекать к участию в цирковых номерах, поэтому Валя записался в цирковой кружок в каунасском клубе, чтобы серьезно учиться гимнастике, акробатике, жонглированию, фокусам, трюкам. Уже в 15 лет он вышел на арену! Это был номер воздушной гимнастики с невероятно сложными элементами. Вале прочили большое и счастливое будущее... но тут жизнь вновь совершила крутой поворот: однажды во время выступления стальная перекладина, к которой крепилась

## ПРЕОДОЛЕНИЕ

страховка, лопнула, и мальчик упал с высоты нескольких метров. Первые переломы Валя получил еще в воздухе, ударяясь о растяжки, а падение пришлось не на манеж, а прямо на барьер! Тело собирали буквально по частям. Неделю Валя находился в реанимации, а когда пришел в себя, врачи огласили страшный диагноз: компрессионный перелом позвоночника в поясничном отделе, черепно-мозговая травма, множество локальных переломов. Это был приговор, ведь теперь Валентин не только не мог бы вернуться в цирк, но и навсегда был лишен возможности ходить.. Из больницы он выписался с инвалидностью первой группы. О том, как Валентин Иванович пережил тот страшный период, преодолел испытания и сумел противостоять судьбе, он рассказал нам в интервью.

— Валентин Иванович, как вы справились в тот тяжелый момент жизни?

— Для меня психологически невозможно было принять, что я больше никогда не вернусь на арену. Я хотел доказать всему миру, что можно добиться невозможного, чтобы никто не опускал руки, попав в подобную беду. Поэтому я решил, что научусь ходить вопреки всему. Но я отдал этому много лет. Штудировал медицинскую литературу, изучал строение, работу мышц. Заставлял себя работать теми мышцами, которые поддавались, выкладывался до потери сознания. Со мной в палате лежали больные, которые не ходили по 5-6 лет. Смирившись со своей участью, они отговаривали меня заниматься, твердили: «Не мучай себя!». Но я продолжал тренироваться. Через некоторое время после выписки я стал вести цирковой кружок. Днем занимался с детьми, сидя в инвалидной коляске, а вечером, когда все уходило, запирался в зале и тренировался по много часов. Тогда я и придумал программу с применением противовесов: с помощью грузов и жгутов поднимал и разрабатывал «бесчувственные» ноги. Когда я увидел первые результаты, поставил новую цель – научиться выполнять различные движения. Прошло 2 года и 7 месяцев прежде, чем я сделал первый шаг на костылях. А для того, чтобы научиться ходить своими ногами, мне потребовалось 5 лет! 5 лет серьезной работы.

— Говорят, что вы испытывали чрезвычайную боль, когда выполняли упражнения.

— Нет, боли я не испытывал, поскольку при такой травме, как

была у меня, чувствительность практически отсутствует. А вот уставал я до такой степени, что не мог даже подняться и сесть в коляску — так серьезно тренировался. Упадок сил был настолько мощным, что ноги «горели». Но это ощущение естественное, наступающее в результате долгих, изнурительных тренировок. Изредка возникали фантомные боли, но я терпел.

— Как вы вернулись на арену после такой травмы?

— Через 7 лет, но не гимнастом, как прежде, а силовым жонглером. По одной-единственной причине: работать воздушным гимнастом мне уже никто бы не разрешил, а подготовленный мною номер «силовой жонглер» с тяжелыми весами удалось отстоять.

— Повторных травм не было?

— Работа с цирке связана со всевозможным риском, и, конечно, были травмы и операции. Но я все равно брал 45 килограммовые шары или гири по 80 кг и продолжал выступать.

Мой номер был создан на пределе человеческих возможностей и был создан именно для того, чтобы продемонстрировать, что человек может совершать чудеса даже после тяжелейших травм. А в 2000 году я установил 4 мировых рекорда по пауэрлифтингу. В общей сложности вес составил 1170 кг.

— Как вы стали помогать пациентам, как пришли к этой идее?

— До меня в стране не существовало ни полноценной реабилитации, не специальных реабилитационных центров. Была лишь послеоперационная реабилитация — легкая послеоперационная растяжка. Когда я работал в цирке на проспекте Вернадского, ко мне потянулись люди, узнавшие мою историю. Некоторых приносили в буквальном смысле на руках. Я не мог отказать этим людям. Как можно отказать человеку, когда ты можешь помочь? Но лишь спустя много лет, в 1988 году, открылся возглавленный





## ПРЕОДОЛЕНИЕ

мною первый в России центр реабилитации, а до того методика в течение 7 лет испытывалась на базе НИИ им. Бурденко.

— Что бы вы могли посоветовать людям, получившим тяжелую травму?

— Никогда не отчаиваться! Надежда есть всегда, пока жив человек. Самое главное – трудолюбие, осознание, что необходимо работать над собой. Помните: чуда не будет, выздоровление – долгий упорный труд, и все зависит от характера, самоотверженности, самоотдачи, веры в то, что ты сможешь это сделать. Конечно, и природные данные важны, но сила воли имеет большее значение!

Сегодня центры врача, артиста цирка, академика РАМН Валентина Ивановича Дикюля открыты во многих городах России. Благодаря его методу тысячи пациентов обрели здоровье, радость жизни и веру в свои силы! Для многих Валентин Иванович стал не только спасителем, но и близким другом, примером яркой, мужественной и сильной личности, путеводной звездой и вдохновителем, который своим жизненным примером доказал, что любая, даже самая смелая мечта может сбыться, если не сдаваться и идти только вперед!

# СТИВЕН УИЛЬЯМ ХОКИНГ (Stephen William Hawking)

*Покоряющий Вселенную*

*Поскольку каждый день может  
стать для меня последним, я стрем-  
люсь выжимать все до последней  
капли из каждой минуты.*

Сегодня имя Стивена Хокинга известно даже детям. Ученый, физик, исследователь черных дыр и популяризатор науки, он стал настоящей звездой поп-культуры, персонажем культовых мультфильмов и телесериалов. Его голос можно услышать на двух альбомах Pink Floyd. По биографии Хокинга в 2004 году был снят фильм с Бенедиктом Камбербэтчем в главной роли, получивший премию «Золотая нимфа». А в 2014 году вышла новая экранизация – «Вселенная Стивена Хокинга», удостоенная Оскара! И, возможно, ничего этого не было бы, если бы не болезнь, постигшая Стивена Хокинга в молодом возрасте и послужившая своего рода толчком к серьезному погружению в науку.

Стивен родился в 1942 году в многодетной семье ученого в Оксфорде. Родители переехали из Лондона, опасаясь бомбежек немецкой авиации.

Он рос умным, любознательным, легко увлекающимся. Как-то отец смастерил кукольный домик для его сестры, и мальчик проложил в нем трубы и провел свет. По воспоминаниям близких, Стивен страстно любил интеллектуальные игры и всегда стремился к победе. Сперва увлекся шашками, но однажды, когда его родная сестра выиграла партию (всего один раз!), он был так раздосадован, что... переключился на шахматы. «Больше я не могла у него выиграть», – смеется Мэри Хокинг.

В доме царил атмосфера любви и свободы, а постоянные дебаты на философские, религиозные и научные темы с первых лет жизни научили Стивена все подвергать сомнению. Родители стремились не просто дать детям достойное образование, но научить размышлять и сомневаться. Несмотря на обширные

## ПРЕОДОЛЕНИЕ

познания и всестороннее развитие, учился Стивен неважно. Тем не менее в школе среди одноклассников он прослыл Эйнштейном, поскольку плохие отметки не помешали ему интересоваться физикой, математикой и даже изобрести компьютеры для решения логических задач, что по тем временам казалось фантастикой.

После школы Стивен поступил в Оксфорд, однако долго не мог определиться со специальностью: отец настаивал на медицине, а сам Стивен больше склонялся к математике. В итоге он получил высший балл по физике, заработав стипендию, и таким образом сделал выбор. Как ни удивительно, старательно учиться в Оксфорде было не принято, и Хокинг, по его собственному утверждению, тратил на учебу не более одного часа в день. Учащиеся проводили время в праздных развлечениях, а Стивен, умевший произвести впечатление за счет своего остроумия и красноречия, быстро стал завсегдатаем вечеринок. После того как согласился стать рулевым в команде по гребле – традиционном для Оксфорда виде спорта – он завоевал большую популярность среди студентов. Именно тогда будущий ученый впервые заметил странные симптомы: иногда он становился невероятно неуклюжим, тело словно переставало его слушаться. Несколько раз без причины падал с лестницы. В конце концов, обратился к врачу, который ничего необычного не обнаружил и посоветовал употреблять поменьше пива.

После успешного завершения учебы в Оксфорде Стивен поступил в Кембридж с целью получения ученой степени по физике. Именно тогда он увлекся теорией Большого взрыва, которая была непопулярной в отличие от господствовавшей теории стационарной Вселенной, которая гласила, что Вселенная существовала и будет существовать всегда. Но здоровье все больше беспокоило Стивена, его движения становились скованнее, а тело – неуправляемым. В какой-то момент родители заподозрили неладное и настояли на обследовании в Лондоне. В больнице провели тщательное обследование, которое длилось несколько часов, и диагностировали амиотрофический латеральный склероз (АЛС) – заболевание двигательных нейронов. Стивену дали от 2 до 3 лет жизни, не больше. Эта новость вызвала шок.

Стивен впал в депрессию, замкнулся в себе и потерял всякий интерес к учебе. Целыми днями он сидел взаперти и слушал



## ПРЕОДОЛЕНИЕ

оперы Вагнера. Но тут случилось неожиданное: болезнь, которая сперва быстро прогрессировала, вдруг резко замедлилась. В тот же период Стивен встретил Джейн Уайлд, которая с первой встречи влюбилась в молодого физика и готова была разделить с ним жизнь, невзирая на тяжелую болезнь. Очевидно, чувства Стивена к 21-летней Джейн были настолько сильны, что послужили стимулом к продолжению учебы и исследований. Ведь для того, чтобы жениться, молодому Хокингу требовались средства. И Стивен погрузился в научные изыскания: часами сидел над рукописями, книгами, сосредоточившись на изучении черных дыр. Он даже встречался с известным тогда ученым Рождером Пенроузом, изучавшим понятие сигнатурности. В результате Хокинг выдвинул предположение, что у Вселенной существует начало. Эта теория впоследствии дала возможность получить докторскую степень, и в июле 1965 года Стивен смог жениться.

Через некоторое время Стивен закончил и диссертацию, печатать которую ему помогала супруга – пальцы уже плохо слушались его. Следующее открытие произошло осенью 1970 года, когда Стивен, ставший отцом двух детей, полностью погрузился в исследование черных дыр. Именно это открытие принесло Хокингу известность в мире науки. Тем временем физическое состояние ученого становилось все хуже: он уже не мог самостоятельно передвигаться и обходиться без помощи посторонних, не мог есть и даже говорил с трудом. Но чем хуже становилось его здоровье, тем активнее и плодотворнее была исследовательская деятельность!

В 1974 году изыскания Стивена привели к тому, что он выдвинул новую идею, объединившую квантовую теорию, термодинамику и теорию относительности. Это открытие, которое ошеломило коллег Хокинга, теперь носит название «излучение Хокинга». За этой теорией последовала теория Взрыва черных дыр. Идеи молодого физика были настолько неожиданными и революционными, что некоторые ученые не могли поверить услышанному, но доказательства и рассуждения Хокинга были так убедительны, что его в конце концов пригласили в Королевское научное общество, а папа Павел VI даже вручил ему золотую медаль науки Пия XI.

В итоге Стивен получил престижную работу в Калифорнийском университете, а вместе с ней высокий уровень дохода, отличные бытовые условия и почет.

Но в то же время семейная жизнь Стивена начала разваливаться. Джейн с каждым днем становилось труднее ухаживать за детьми и прикованным к инвалидной коляске Стивеном, самочувствие которого после переезда резко ухудшилось. Однако паралич стал новым толчком к внутреннему развитию.

«Лишившись мелкой моторики рук, я был вынужден исследовать вселенную своего разума... Пока люди вокруг меня вели бесчисленные разговоры, я уносился в свои мысли, пытаюсь понять, как работает Вселенная».

Отношения в семье становились холоднее, Джейн стало казаться, будто ее жизнь, ее личность «затягивает в черную дыру». А Стивен ничего не замечал, он по-прежнему был полон идей, и решил написать научно-популярную книгу о зарождении Вселенной. «Я хотел создать бестселлер, который прочтут миллионы людей по всему миру». Когда наброски рукописи увидели издатели, они наперебой принялись уговаривать Стивена отдать право на издание книги именно им. В конце концов Стивен взялся за работу вплотную. Но она продвигалась не так быстро, как хотелось бы. Во-первых, изложить многие сложнейшие теории языком, доступным обывателям, оказалось непросто. То что казалось банальным Хокингу, было чрезвычайно трудно воспринимать среднестатистическому читателю. В итоге работа застопорилась. Решив развеяться, Стивен отправился на отдых в Швейцарию, откуда вернулся с пневмонией. Его забрали из аэропорта в тяжелом состоянии и сразу доставили в госпиталь, где врачи приняли решение ввести Стивена в искусственную кому и подключить к аппарату поддержания жизни. Однако осложнения после пневмонии были настолько тяжелыми, что врачи отчаялись помочь ученому и предложили Джейн отключить мужа от аппарата. Но Джейн не желала сдаваться и настояла на том, чтобы Стивена перевезли в Кембридж. Эта идея казалась врачам безумной, они отчаянно переубеждали Джейн, но в итоге уступили. И это спасло Хокинга.

Вернувшись домой, он ощутил такой мощный душевный подъем, что болезнь отступила. Однако Хокинг был по-прежнему подключен к аппарату искусственной вентиляции легких и утратил способность говорить. Для семьи неспособность Стивена к нормальному общению стала очередным ударом: он больше не мог диктовать тексты, как это было раньше, вследствие чего не мог и работать. Казалось бы, мечтам, новым идеям и карьере пришел конец.