



РЕКЛАМА **ОБЪЯВЛЕНИЯ/CLASSIFIEDS** BUSINESS PAGES – КАТАЛОГ КОМПАНИЙ КОНТАКТЫ БИЛЕТЫ НАЙТИ ГАЗЕТУ

Search...




АНГЛИЯ
Weekly Russian Newspaper

Недвижимость Деньги Ваше право Образование Мир парадоксов **Интервью** Наши на острове Жизнь в UK

Наши на старте Англomania Культура Кино Читать! Путешествия Детское Неовсянка Красота и здоровье Спорт

Болезнь – опыт со знаком плюс, способный сделать жизнь интереснее

In **Главное, Интервью**

09.05.2017



Совсем скоро, 27 мая состоится London Brighton Challenge – испытание воли и физических сил. Игнатий Дьяков, петербуржец, лингвист и коуч, готовится пройти дистанцию в 100 километров за 24 часа в пользу подопечных Gift of Life, которые лечатся от рака в российских больницах. Мы задали Игнатию несколько вопросов

– Игнатий, что вдохновило вас на этот поход?

– Победа над собственной болезнью и желание помочь детям. Примерно в конце мая 2015 года мне диагностировали рак языка. Я вылечился и хочу доказать, что рак – это не приговор. Это испытание, способное закалить характер и дать человеку жизнь, в которой ощущаешь ценность каждого момента. Я заболел в 31 год, когда уже был состоявшимися лингвистом, с изданными книгами, действующим культурно-образовательным проектом, опытом менторства с сфере бизнеса, карьеры и образования... Я считаю важным, чтобы дети поправились, выросли и реализовались.

– 100 км преодолеть непросто. Как будете настраиваться, чтобы дойти до финиша?

– Для меня это будет испытанием на выносливость, которую я считаю более полезным качеством, чем силу. Это будет сродни жесткому техосмотру всего организма. Выдержать его – уже хорошая мотивация. Слушать музыку и аудиокниги не планирую, не люблю носить наушники. Мой пример покажет, что рак излечим, и после выздоровления можно пройти вот так 100 км. Надеюсь, это поможет собрать средства на лекарства для детей.

– Какие чувства вы пережили в момент беседы с врачом в мае 2015-го?

– У меня нет предубеждений к слову «рак». Я всегда концентрировался на выздоровлении. Но принять такой диагноз было очень сложно. Болезнь пришла неожиданно, ведь рак языка встречается крайне редко. В Великобритании на 600 тысяч заболеваний раком в год лишь 6000 приходится на рак ротовой полости. Большинство заболевших – курильщики и люди, злоупотреблявшие алкоголем и жареным красным мясом. Ни один из факторов ко мне не применим, и тем не менее я заболел. Я не мог сдержать слез, когда врач подтвердил подозрения на онкологию. Как человеку, воспитанному в постсоветской культуре, где мужчина плакать не должен, мне было очень стыдно и некомфортно. Отрицательные эмоции накрывали меня стихийно, и лишь через полгода после лечения я смог полностью их контролировать.

– У вас не было мысли, что недуг – это наказание?

– Нет, я интуитивно начал задаваться вопросом зачем, а не почему. Пытался понять, что хочет сказать вселенная, разгадать этот знак. Я лингвист, и, лишившись возможности говорить, перестал бы существовать в профессии. Шансов, что я смогу говорить после операции, было мало. При выборе терапии важно услышать второе мнение. Здесь мне очень помогла Елена Николаевна Грачева из фонда AdVita, посоветовавшись по моему

случаю со специалистами в России и других странах. Выбрав лечение на основании заключения нескольких врачей, чувствуешь себя увереннее. После двух операций и шестинедельного курса облучения от химии я отказался, и, как потом признали врачи, решение было верным. В Guy's Hospital в ходе первой операции мне сохранили 65% языка. По сути врач «слепил» новый язык, с которым я научился есть и говорить заново. И для меня рак – это не злой рок, а выход на новый уровень понимания предназначения. В Гималаях, куда я поехал для избавления от стойких побочных эффектов облучения, Кармапа сказал, что я должен преподавать. И сейчас я стараюсь развиваться именно в направлении преподавания и коучинга.



– Коучинг стал естественным шагом после выздоровления?

– Сначала я не называл это коучингом. Скорее искал соломинку, способную меня удержать. Доступным инструментом стали вопрос «зачем я живу» и обещание себе не сдаваться. Уже позднее стало звучать слово «коуч» применительно к моим навыкам и опыту, которые могут помочь другим. Я стараюсь открыто говорить о болезни, делиться информацией, рассказывать, где искать помощь.

– Расскажите о жизни в горах на севере Индии, пожалуйста.

– Лучевая терапия сожгла не только раковые клетки, но и слюнные железы и вкусовые рецепторы. Отсутствие слюны очень затрудняло способность говорить, есть и даже дышать. Я постоянно чувствовал слабость, спал по 8 часов ночью и обязательно еще днем. Западная медицина меня вылечила, но восстанавливаться я поехал на Восток. И в моем случае это сработало: после терапевтического курса на основе тибетских трав и массажа через 5-6 недель в Гималаях я смог водить машину, свободно путешествовать и есть почти все, что хотел. На этом этапе я занялся волонтерством. Я преподавал английский тибетским беженцам, монахам и светским людям. Это был важный момент реабилитации, вернувший веру в себя как преподавателя. Еще одна задача поездки – узнать новое о регионе, тибетской и индийской культуре. Если до болезни аюрведа, акупунктура и рейки вызывали во мне снисходительную улыбку, то сейчас я знаю, как это работает. В процессе лечения важно пробовать разные подходы, обязательно обращаться к традиционной медицине и осторожно подбирать методы устранения побочных эффектов. Я изменил подход к питанию. После 18 лет вегетарианства перешел к веганству, с отказом от всех животных продуктов.

– Болезнь изменила ваше отношение к жизни?

– Главное сейчас – жить настоящим моментом. Я стал больше ценить время, почувствовав, как мало его может остаться. Именно поэтому ценю работу, приносящую удовольствие. Я выбираю самое интересное, путешествую, знакомлюсь с новыми культурами, общаюсь «вживую», почти не пользуюсь соцсетями. Много читаю русских авторов, у Григория Чхартешвили учусь литературному мастерству и правильному отношению к жизни. Недавно открыл для себя роман «Лавр» Евгения Водолазкина, потрясающую книгу с точки зрения принятия цикличности жизни. Я рассматриваю болезнь как второе рождение, шанс, данный мне для новых достижений. Кредит личных и

профессиональных побед обнулится, нужно зарабатывать его заново и ценить каждый момент.

– Ваше напутствие пациентам Gift of Life на пути к выздоровлению?

– Ребята, которые лечатся, я прошу задаваться вопросом «зачем». Он мобилизует силы и помогает искать выход. Важно также принять нового себя, поверить, что жизнь станет ярче. Чтобы это произошло, нужно думать о будущем и повторять: «Я буду другим и у меня будет новая интересная жизнь».

Беседовала Марина Мосякова

Фото: Ольга Котилевская

Поддержать кампанию

Игнатия можно здесь: justgiving.com/fundraising/ignaty100km

Share:



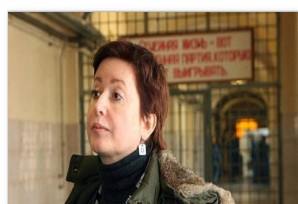
**EARN MORE
RUNNING A FRANCHISE!**

Be your own boss.

Franchise Opportunities
in Highest Demand:

- Deep Cleaning
- Gardening
- Pest Control
- Window Cleaning
- Carpet Cleaning





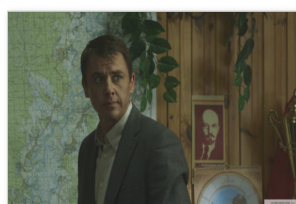
Лекция Ольги Романовой «Как власть на зоне влияет на власть в России»

07-06-2019



Владимир Путин призвал перевернуть страницу в отношениях с Британией

07-06-2019



В России будет свой сериал о Чернобыле

07-06-2019