

Возрождение фрау Кох

Сила психологии против силы болезни

«Несчастье бывает пробным камнем характеров...» Именно этот афоризм Бальзака всплывает в памяти, когда узнаешь историю Лилии Кох. Однажды эта красивая хрупкая женщина услышала слова, которые для многих звучат, как приговор:

– Фрау Кох, – произнес доктор на немецком, держа в руках результаты ее анализов, – у Вас рак...

Но то, что для других стало бы знамением конца, для Лилии Кох оказалось началом новой страницы ее жизни!

Казанские встречи

В столицу Татарстана, где мне и удалось познакомиться с Лилией Кох, психолог приехала ради общения с пациентами Республиканского клинического онкологического диспансера, с теми, кто ведет непростую борьбу с недугом, подобную той, что и она вела много лет назад... Тот опыт своих сражений Лилия подробно описала в автобиографическом романе-дневнике «100 дней между жизнью и смертью».

Думаю, для каждого, кто пришел на встречу с Лилией Кох, ее личность стала откровением. С какой честностью она рассказывала о том, как через год после переезда на ПМЖ в Германию из родного Омска в результате стресса, вызванного этой эмиграцией, у нее обнаружили быстро растущую опухоль груди! С какой внутренней силой она делилась опытом преодоления болезни, призывая всех жить без страха и радоваться каждому дню! Какую надежду она вселяла своим примером: «Если я смогла пройти этот путь и победить, сможете и Вы!»

Еду я на Родину...

«Поймать» известного психолога и задать ей несколько вопросов мне удалось в здании Минздрава Республики Татарстан после ее встречи с министром, посвященной все той же реабилитации онкобольных.

– Лилия, Вы рассказывали на встрече с пациентами, что первые годы жизни в Германии дались Вам непросто?

– Это был нереально сложный период... – голос у Лилии звонкий и мягкий одновременно. – И для меня стало полной неожиданностью, что эмиграция – это так тяжело. Мой папа из поволжских немцев, все наши родственники были уже в ФРГ, да и время в конце 90-х – начале 2000-х было не самое лучшее в России. Так что мы решили попробовать пожить на исторической родине. «Давайте посмотрим... Понравится – останемся, нет – вернемся назад», – говорили мы себе. И дело было даже не в экономических причинах, в Омске мы прекрасно жили, просто хотелось чего-то нового.

– То есть ехали Вы с желанием?

– Да, мы с папой стремились, но мама сопротивлялась до последнего... А в результате ее больше никогда не тянуло назад, а мы с отцом слезы лили и страдали. Причем очень многие, переезжая, не испытывают никаких проблем: «О, как тут замечательно!». А я когда приехала: «И это то, где хотят оказаться?» Период адаптации длился у меня года три. Я просыпалась среди ночи, смотрела в потолок и думала: «Где я?» Именно там поняла, какой я, оказывается, патриот, и как я хочу домой... При этом в

социальном плане у меня все хорошо складывалось: после обязательных курсов языка я сразу нашла работу гримером в кино в Берлине и стала одним из лучших специалистов. Но в Германии у людей менталитет очень отличается от нашего: немцы консервативны, педантичны. Это совершенно другие люди, другой мир. Позже я научилась притираться к этому новому миру, а точнее, я стала выстраивать внутри него свою реальность...

История болезни... и исцеления

– А когда Вас постигло известие о том, что Вы больны, насколько серьезной была ситуация?

– Я не могу сказать точно название опухоли, ведь диагноз был написан на немецком, но это был какой-то гормональный рак, между третьей и четвертой стадией. Динамика была очень плохая, опухоль быстро росла. Когда я пришла к врачу, был июнь, он направил меня на маммографию, но мне дали талон на октябрь! Такая была очередь. Когда врач узнал, то воскликнул: «Какой октябрь?! Вы уже умрете к тому времени...» И стал договариваться со знакомым доктором, чтобы сделать обследование в тот же день. А через три дня мне уже сделали операцию. Так что я запрыгнула в последний вагон уходящего поезда...

– Я правильно понимаю, что вся эта ситуация с болезнью и ее преодолением так на Вас повлияла, что Вы даже профессию сменили и стали психологом?

– Я с детства говорила, что хочу делать людей красивыми. Именно поэтому еще в России освоила профессию гримера, специализировалась на спецэффектах и историческом кино, это же продолжала делать и в Берлине. Мы переехали в ФРГ в 2002 году, а в 2011-м мой муж получил предложение возглавить компанию в России, и мы переехали сюда, а точнее стали жить на две страны. Мне снова надо было начинать все с нуля. И я в свои 36 лет, столько мне было тогда, поступила в университет на факультет психологии. Правда, еще в юности мне многие задавали вопрос: «Ты психолог?» И потом часто спрашивали: «Вы давно занимаетесь психологией?» Я всегда отвечала: «Давно, с рождения!» Так что это призвание. Мне кажется, что гример делает человека красивым внешне, а психолог – внутренне, поэтому, по сути, я профессию не меняла! Но мое общение с людьми я принципиально не называю психотерапией, ведь помогают не техники. Это встречи, на которые люди приходят не за знаниями. Они и так все знают и могут найти любую информацию. Люди приходят, чтобы получить вдохновение, веру в себя, желание жить!

Сгореть и возродиться

– Получается, все, что происходило с Вами, выразилось в Вашем подходе к психологической помощи: Вы учите людей «возродиться», «восставить из пепла»?

– Да, возрождение – тема, которая была актуальна для меня на протяжении всей жизни. Болезнь, переезды – все это сопровождалось сгоранием и восстанием из пепла. Нам нужно понять, в какой именно области нашей души кроется причина, приведшая к болезни. Ведь зачастую бывает, что пациент, или, как я говорю, «онковыздоравливающий», чувствует себя «недолюбленным», и его желание получить любовь и вызвало эту болезнь. Тогда важно переключить его внимание на определенную область жизни, чтобы он проработал эту сферу – сферу любви. Такая работа помогает людям обрести свежесть и свободу мышления!

Все ко благу

– Вы часто повторяете, и в Вашей книге, и во встречах с людьми, что благодарны за любой опыт. В чем же ценность негативных событий?

– Я абсолютно уверена, что все, происходящее в жизни, происходит не с нами, а для нас! Мы можем не понимать, почему душа выбрала именно такой путь, но проходит время, и становится понятно, в чем плюсы этого пути. Конечно, мало найдется таких людей, которые в тот момент, когда им только объявили диагноз, смогут интерпретировать это как нечто положительное. Но проходит время, и мы понимаем, что без тех трудностей мы не стали бы теми, кем стали, не встретили бы людей, которые так важны для нас сегодня. Это очень важно, и мне нравится то, какая я сейчас. Нам нужно учиться смотреть глубже, чтобы видеть, что любой опыт – полезен, и неправильно считать что-то негативным опытом. Таким позитивным восприятием реальности человеческая личность должна заполниться на всех уровнях – воли, разума, чувств! Представьте себе, что будет, если удастся вложить такой взгляд в сознание человека?! Да он все болезни победит!

Роман УСАЧЕВ

ИНФО

Лилия Кох

Дипломированный психолог, лайф-коуч и НЛП-мастер.

Автор бестселлера «100 дней между жизнью и смертью», автор психологической игры-возрождения «Феникс».

Работает в России, Германии, США и других странах.