

Сломанный, но не сломленный **Метод жизни и здоровья Валентина Дикуля**

Сегодня метод Дикуля помогает многим преодолеть последствия травм и ДЦП, его изучают и внедряют повсеместно, а когда-то не было никого, кто верил, что 15-летний мальчишка, рухнувший с 13-метровой высоты, снова сможет ходить... И то, что называют его методикой, родилось из невероятной воли к выздоровлению.

Жизнь Валентина Дикуля действительно похожа на легенду – тяжелое детство, большая мечта о карьере циркового гимнаста, страшная травма, негибемая воля к выздоровлению, чудесное исцеление, триумфальное возвращение на арену и, наконец, возможность помогать другим, тем, кто оказался в столь же отчаянных обстоятельствах...

Трудное детство

Свою борьбу за жизнь Валентин Иванович начал уже с рождения. В апреле 1948 года Анна Дикуль намного раньше срока родила маленького Валу, который весил чуть больше килограмма. В то время не было настолько развитой медицины, способной выхаживать таких детей. Можно считать настоящим чудом, что малыш, который с самого первого дня проявил удивительную волю к жизни, не только выжил, но и стал нормальным развитым ребенком.

Новый удар поразил эту семью уже через два года. Отца Валентина убили бандиты, мать осталась с сыном одна, но еще через два года смерть забрала и ее. Вот так в возрасте четырех лет наш герой остался сиротой. Однако у мальчика оставалась бабушка, к которой его и отправили. Но и у нее малыш надолго не задержался. Там была своя большая семья, так что ни кормить лишний рот, ни, тем более, собрать мальчика в первый класс родственники не могли. Так, в возрасте семи лет Валентин стал воспитанником детского дома...

Мечта всей жизни

Когда будущему целителю было всего 9 лет, он сбежал на представление в цирк. Это событие перевернуло его жизнь! Валя моментально влюбился в арену, в цирковые представления, в гимнастов, жонглеров, силачей. С того дня он готов был мыть полы, носить инвентарь, присматривать за животными – делать что угодно, лишь бы не прогоняли и дали возможность хоть слегка прикоснуться к заветной мечте – стать цирковым артистом. Тогда же Дикуль стал тайком убегать на тренировки. Смотря на гимнастов, Валентин Иванович принялся сам разрабатывать номера, а спустя некоторое время записался в цирковой кружок, где занимался различными направлениями, и уже с 14 лет начал выступать под куполом цирка. Мечта стала явью, и жизнь, казалось, наладилась.

Но когда Валентину шел пятнадцатый год, произошло то, что раньше считалось практически невозможным: на выступлении лопнула стальная перекладина, к которой крепилась страховка... 13 метров свободного падения...

Учимся жить заново

Позже в своей книге Валентин Дикуль писал, что он так и не понял, как тогда все-таки выжил. Диагноз был неутешительный – компрессионный перелом позвоночника в поясничном отделе, черепно-мозговая травма, множество локальных переломов. Врачи сказали молодому парню, что он парализован ниже пояса и никогда не сможет ходить. Любому человеку было бы невыносимо такое услышать, а юноше, у которого вся жизнь впереди, тем более. Но сильный духом гимнаст решил действовать вопреки прогнозам врачей. Он поверил, что невозможное возможно. Поверил, что все зависит от его желания! Ведь, как говорится, нет неизлечимых болезней – есть неизлечимые больные.

Еще лежа в больнице, Валентин Иванович стал неотступно делать упражнения, тренируя мышцы груди, спины и рук. И однажды ему в голову пришла революционная мысль: «Нужно задействовать в упражнениях парализованные части тела, в том объеме, как если бы они функционировали полноценно». Тогда Валентин привязал к ногам веревки и начинал их таким образом двигать и разминать. Вскоре он разработал собственную систему противовесов, а его друзья установили ее в палате – тренировки продолжились. Параллельно выполнению упражнений Дикуль стал изучать медицинскую литературу, исследовал строение позвоночника. Через восемь месяцев пребывания в больнице его выписали инвалидом I группы.

Жизнь в инвалидной коляске не предвещала ничего радостного... Но упорные люди всегда получают награду за свое упорство. Как это ни удивительно, Дикуля взяли работать руководителем циркового кружка! Вечерами, когда все расходились отдыхать, он продолжал заниматься до изнеможения, тренируя все мышцы тела, первое время подбирая упражнения интуитивно. И можно считать это чудом, но уже через 7 месяцев таких непрекращающихся упражнений к пальцам ног возвратилась чувствительность! А это значит, что все старания оказались не напрасны, и через пять лет наш циркач снова встал на ноги!

Конечно, эти годы были не самыми простыми... Еще в больнице Валентин предпринимал попытки самоубийства, а врачи и знакомые постоянно уговаривали его прекратить бессмысленные, по их мнению, занятия, но он все-таки не сдался!

Помог себе – помогай другим

Через некоторое время Валентин Иванович триумфально вернулся в цирк уже в роли силового жонглера. Тренировки дали ему невероятную силу, цирковые номера были очень сложными – чего только стоил подъем автомобиля «Волга» весом 1570 кг! В 1999 году Дикуль был занесен в Книгу рекордов Гиннеса, ему присвоили звание народного артиста России, он установил множество мировых рекордов. Прослышав о чудесном методе восстановления, многие люди потянулись к этому удивительному человеку. Так как официальная медицина долгое время не признавала его метод, помогать страждущим Дикулю приходилось тайком, прямо в цирке. Однако после того, как Валентин сумел открыть свой центр за рубежом, министерство здравоохранения позволило провести апробацию данного метода в клинике им. Н.Н. Бурденко. А когда эффективность данной системы была доказана, В.И. Дикуля назначили директором Всесоюзного центра по реабилитации больных с последствиями травмы позвоночника и ДЦП. Позже он получил докторскую степень, запатентовал свой метод и открыл несколько собственных реабилитационных центров в Москве. На данный момент уже более 4000 человек, которые по всем медицинским показаниям больше не должны были ходить, полностью восстановились и живут новой счастливой жизнью. Сам Валентин Иванович о своем методе сказал следующее: «Я могу говорить Вам, как делать упражнения, но без Вашего

желания мои слова не принесут успех. Даже если мое оборудование было бы из золота, Вы никогда не будите ходить, если у Вас нет уверенности».

Эта история – пример того, что сильных духом сломить невозможно, и для всякого, кто по-настоящему решится идти до конца и не отступать, не существует такой преграды, которую нельзя было бы преодолеть!

Ева СЕРГЕЕВА