

Жизнь как чудо. Памяти Ю.А. Гурьянова

Автор: Светлана Криволапова

Источник: <http://wildyogi.info/ru/issue/svetlana-krivolapova-zhizn-kak-chudo-pamyati-yuaguryanova>

Этот материал должен был появиться в московском журнале «Йога» еще в 2009, вскоре после ухода из жизни Юрия Анисимовича (18 ноября). Но по причинам преимущественно финансового характера журнал перестал выходить. Однако память о таких подвижниках должна сохраняться в йоговском сообществе – и мы с почтением публикуем этот материал в нашем новом онлайн-журнале.

Гурьянов был советским военным пенсионером, он не занимался йогой с эстрадными звездами и воротилами с Рублевки, не выступал в пошлых телешоу и не выпускал модных линий йоговской одежды. Дорогие фотографии не делали ему фотосессий, да и блестящим выполнением асан он похвастаться не мог. Он даже не раскручивал свой «йога-бренд». Он сначала вылез из критической ситуации сам, а потом упорно, воодушевленно и безвозмездно вытаскивал других – пожилых и молодых, даже тех, на кого медицина махнула рукой. Помните про таких йогов, когда вам охота пожаловаться на жизнь...

Спасибо одному из учеников Гурьянова – преподавателю йоги Михаилу Парфенову из Севастополя, за фото и воспоминания, и преподавателю йоги Светлане Криволаповой из Смоленска – за работу над этой статьей.



Чудо не бывает, не случается само по себе. За любым подобным явлением стоят упорный труд и глубокая, искренняя вера в то, чем ты занимаешься. Не каждому дано совершать чудеса, а вот Юрий Анисимович Гурьянов мог...

1986 год. После длительного боевого дежурства на атомной подводной лодке капитан второго ранга Тихоокеанского флота Юрий Гурьянов попадает во Владивостокский военно-морской госпиталь. Двухмесячное обследование завершилось диагнозом «туберкулез надпочечников» и переводом в Москву в Центральный военный госпиталь. Так началась больничная жизнь боевого офицера, растянувшаяся не на один год. В Москве диагноз был полностью опровергнут, однако квалифицировать болезнь Юрия Анисимовича именитые московские врачи не смогли. Никаких заболеваний нет, анализы и томограммы удовлетворительные. А он терял силы, малейшая физическая нагрузка вроде лечебной физкультуры укладывала его в постель. Порой из одного отделения в другое переносили на носилках. Не добавили ясности ни лечение в госпитале им. Вишневого, ни обследование в госпитале им. Бурденко. Врачи разводили руками и ставили ничего не объясняющий диагноз: затяжной астенический синдром.

Впрочем, никто тогда и не знал, что в середине 1980-х во время боевого дежурства на атомной подлодке возникла внештатная ситуация, из которой удалось выйти только путем переливания

вручную жидкого ракетного топлива – гептила. Кавторанг Гурьянов принимал участие в ликвидации аварии на подлодке, и его состояние имеет вполне определенное объяснение. В течение последующих трех лет все пять членов аварийной команды скончались, а в 1986 ее шестой участник Юрий Гурьянов начал четырехлетнюю эпопею скитаний по госпиталям СССР. В советское время подобная информация была строго засекречена, и только после смерти Ю.А. Гурьянова его ученики узнали подробности.

В своей небольшой автобиографической книжке Юрий Анисимович так описывает те давние тяжелые дни: «При наличии хорошей диагностической аппаратуры в московских госпиталях, при наличии родного брата – начальника отделения одного из центральных госпиталей врачи существенных болезней у меня не обнаружили. Доктор медицинских наук Коновалов В. П. из кремлевской клиники, ознакомившись внимательно с моей разбухшей медицинской книжкой, сказал, что официальная медицина (кроме хирургии) может помочь больным не более чем на 10%, а на остальные 90% больной что-то должен делать сам.

Послушав совет вышеуказанного доктора, я решил большой физической нагрузкой сломать механизм астенического состояния. Это было в феврале, вышел на территорию госпиталя Бурденко и побежал. Пробежал 2,5 – 3км, упал... Доставили в приёмное отделение, а затем в своё на носилках. После этого около недели не мог встать с постели. Механизм астенического состояния сломать физической нагрузкой не удалось.

Я пришёл к выводу, что дальнейшее пребывание в госпиталях мне облегчения не принесёт, и что официальная медицина не такая всемогущая, как мне казалось, даже в московских госпиталях. Написал рапорт на имя главкома ВМФ с просьбой как можно быстрее меня демобилизовать».

Вот тут-то в судьбе Ю. А. Гурьянова возникает первая подсказка. В ожидании приказа о демобилизации он случайно, как пишет сам: «...скорее всего от безысходности» оказался в Иволгинском буддийском монастыре, который находится недалеко от озера Байкал между городами Чита и Улан-Уде. Монастырь расположился в таежных лесах, так далеко от цивилизации, что советская власть со своими репрессиями до него не сильно добралась. Почти все монахи были бурятами, но прекрасно говорили по-русски. Некоторые учились в Индии. Юрий Анисимович попал на прием к одному ламе.

«Едва взглянув на меня, он хитро сощурился: «Да у тебя, браток, дырка в биополе». «А чем же ее латать, эту дырку?» – удивился я. «Йогой!» – убежденно сказал монах. Он начал заниматься со мной асанами, давал пить специальные травяные настои и талую воду – около двух литров в день.

Монастырь напоминал мне госпиталь, асаны ассоциировались с упражнениями ЛФК в госпиталях. Употребление талой воды и настоев трав – прихоть ламы. Трёхмесячное пребывание в монастыре, к моему сожалению, я не воспринял серьезно. Тогда судьба предоставила мне шанс познакомиться с хатха-йогой, но я этого не оценил. Позднее я пришёл к выводу, что случайных вещей в жизни не бывает. Всемирный разум подсказывает нам, направляет нас, но мы часто его не слышим».

Через три месяца монастырь пришлось покинуть, так как пришел приказ о демобилизации, и Ю.А. Гурьянов вместе с женой и сыном вернулся в родной Севастополь.

Переезд дался тяжело. К тому же резкая смена образа жизни, бытовая неустроенность вкупе с болезненным состоянием привели к резкому ухудшению здоровья – сильным головным болям, бессоннице, депрессии. Появилось постоянное чувство тревоги. Из-за слабости росло раздражение, и от этого слабость ещё больше увеличивалась. Юрий Анисимович неделями лежал в постели, не находя сил дойти до туалета. Перестал нормально общаться с людьми, хотя по природе был веселым, общительным человеком, умеющим ценить добрую шутку. Обстановка в семье становилась невыносимой. Стал терять веру в себя, и порой в голову приходили самые чёрные мысли. После очередного бесполезного пребывания в местном госпитале Юрий Анисимович решил с медициной завязать и умереть, если ему суждено, дома. Но, видимо, не такую участь готовила ему судьба, и выполнение главной миссии было впереди.

В конце 80-х – начале 90-х хатха-йога перестала быть в нашей стране «terra incognita». В 1988 году министр здравоохранения СССР Чазов даже отправил в Индию официальную делегацию для изучения хатха-йоги и йогатерапии. К сожалению, с развалом СССР перспективный проект канул в лету. Однако в специализированных печатных изданиях стали появляться публикации о том, что в США и многих странах Западной Европы существуют центры хатха-йоги при больницах, церквях, предприятиях и школах. Занятия хатха-йогой повышают производительность труда, концентрируют

внимание, сосредоточенность. Материалы о йоге печатали и в газете «Советский спорт». Там под рубрикой «Хатха-йога для всех» помещали уроки директора Парижского центра йоги Айенгара Фаека Бириа, и эта газета попала Юрию Анисимовичу в руки.

Он сразу узнал асаны, которым в монастыре учил его лама, и решил вновь начать заниматься. Однако нагрузка оказалась слишком велика, каждое занятие лишало сил и укладывало в постель. Пришлось опытным путем искать темп, который был бы приемлем для измученного тела. Через некоторое время оптимальный режим занятий был найден и возведен в регулярность. Юрий Анисимович упорно занимался год, и в один прекрасный день свершилось чудо, одно из многих в его жизни – чудо передвижения на своих ногах без падений и носилок.

«Я без отдыха дошёл от памятника Ленину до гастронома на улице Суворова (850 шагов), купил буханку хлеба и вернулся домой. Это была большая победа над собой в психологическом плане. Я перестал быть тунейдцем дома. Я дал себе слово, что если выйду из этого состояния, то остаток своей жизни посвящу тяжелобольным людям».

Восемьсот пятьдесят шагов – переломный момент, который зажег путеводную звезду в жизни Ю.А. Гурьянова. Он поверил в йогу, понял, что она работает, что может помочь многим. Юрий Анисимович готов был поделиться своим открытием с людьми, однако сознавал, что нужны знания, что без образования он не овладеет основными принципами метода, да и привычка к системному подходу во всем сделала свое дело. Недолго думая, Гурьянов пишет письмо в Московский центр йоги Айенгара тогдашнему директору Елене Федотовой и получает в ответ приглашение на учебно-практический семинар. На дворе стоял апрель 1992 года, Юрию Анисимовичу было 55 лет, за плечами три года самостоятельной практики по весьма скудным источникам.

Для ищущего человека никакие расстояния не помеха. Живя в Севастополе, Юрий Анисимович находил возможность продолжать учиться в Москве. Однажды в Москву приехал директор Парижского института йоги Айенгара Фаек Бириа, и Юрию Анисимовичу посчастливилось попасть на семинар.

«Я был самым «молодым» участником семинара. Видимо из-за моего возраста Ф. Бириа согласился быть моим учителем и порекомендовал зарегистрировать в Севастополе центр йоги, получив предварительно согласие на использовании фамилии в названии центра Б.К.С. Айенгара».

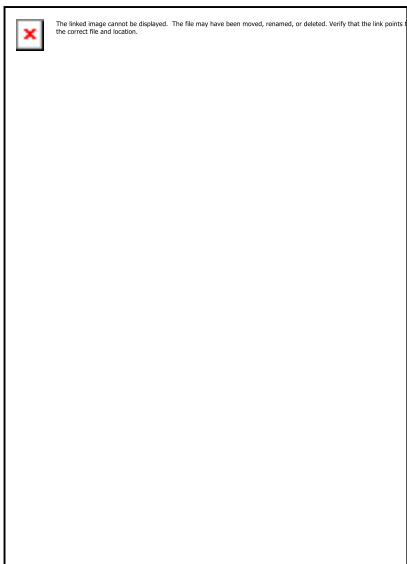
Юрий Анисимович очень воодушевился предложением, увидев в нем перспективы развития и пропаганды йоги в Севастополе. Он активно взялся за дело, привлек сослуживцев, прошел необходимые инстанции, и в апреле 1993 года Севастопольский центр йоги Айенгара был зарегистрирован. Показательна программа Центра: «Физическое, умственное и духовное развитие человека. Воспитание здорового молодого поколения, повышение умственного потенциала, расширение интеллектуальных возможностей, достижение психического равновесия людей. Воспитание любителей йоги в духе доброжелательности и доброты ко всему живому в мире. Привлечение широких масс населения г. Севастополя к систематическим занятиям йогой Айенгара, используя её как средство внедрения в жизнь людей основ здорового образа жизни. Организовать занятия хатха-йогой с воспитателями детских садов, с учителями начальных классов с тем расчётом, чтобы они через год занятий стали использовать элементы хатха-йоги при занятиях с детьми с согласия родителей. Занятия со всеми желающими».

Не будем критично относиться к идеалистической составляющей этого плана, она, без сомнения, была продиктована самыми искренними намерениями. Обратим внимание на то, что, так сказать, практическая часть стала немедленно воплощаться в жизнь. Юрий Анисимович ходил по школам, детским садам, разъясняя необходимость хатха-йоги для детей, давал интервью севастопольским газетам, принимал участие в организации встреч с жителями города, рассказывая свою удивительную историю. Конечно, многие, воодушевившись таким ярким примером, хотели заниматься, и Ю.А. Гурьянов с радостью шел навстречу – ведь в этом и была его цель.

Для пропаганды хатха-йоги Гурьянов неоднократно приглашал в Севастополь преподавателей Московского центра йоги Айенгара и Московского центра Классической йоги, сам активно принимал участие в таких семинарах, постоянно учась и работая над собой. Постепенно Юрий Анисимович становится известным в городе преподавателем. Его горячая убежденность в необходимости хатха-йоги для всех делает свое дело. Он ведет занятия в детских садах – и с детьми, и с воспитателями, с учителями начальных классов. Ему удалось организовать группу врачей и получить от них положительные отзывы о занятиях. К нему начинают обращаться с серьезными проблемами в здоровье – аденома предстательной железы, туберкулез, бронхиальная астма и сахарный диабет. А в

1995 году Детский фонд г. Севастополя пригласил Юрия Анисимовича заниматься с детьми-инвалидами. Гурьянов с энтузиазмом берется за дело и не только приобретает бесценный опыт работы с большими ДЦП, но и добивается отличных результатов.

Веря в целительную силу йоги, Юрий Анисимович занимается даже такими тяжелыми случаями, как рак лимфосистемы и аутизм. И что?.. О чудо? Да, снова обыкновенное чудо ежедневных занятий пациента на грани одержимости, упорного труда, психического напряжения, терпения и веры инструктора и надежды обоих. Когда с молодого севастопольца Антона был снят страшный диагноз лимфогранулематоза, семья посчитала этот день вторым днем рождения, а врачи не верили своим глазам.



Случай с больным аутизмом Лешей описывался и в севастопольских СМИ, и в докладе Ю.А. Гурьянова на пятой Конференции журнала «Йога» в Севастополе. Благодаря занятиям с Юрием Анисимовичем, а также необыкновенной стойкости и терпению его мамы мальчик выбрался из черноты, которая его окружала, хотя и отстаёт в развитии от сверстников. Как жаль, что этот уникальный эксперимент с уходом Гурьянова прекратился.

Основной целью и смыслом жизни Юрия Анисимовича была помощь людям. Он говорил: «Занятия хатха-йогой позволили бы каждому человеку без особых финансовых затрат укрепить собственное здоровье и растить детей здоровыми. Если мы (наше общество, государство) не примем меры по оздоровлению детей сегодня, завтра будет поздно что-то менять. Проблема здоровья будущих поколений через несколько лет сработает, как мина замедленного действия».

Чудо или нет, но Юрий Анисимович Гурьянов, человек без медицинского образования, сумел реально помочь многим людям, в особенности детям, когда врачи опускали руки, и тому есть документальные подтверждения. Он не жалел ни времени, ни сил, занимаясь с детьми-инвалидами, тщательно готовился к занятиям, много читал, всегда находил минутку на уроке, чтоб рассказать о каком-то нюансе или «чуде» исцеления практикой йоги. И результаты порой просто поражают. Его знали большинство заведующих детскими садами, главврачи городских больниц, где Юрий Анисимович предлагал методики по реабилитации больных и восстановлению при помощи йоги, а не через дорогостоящие лекарства или операции... Он старался сдружить всех йогов Севастополя, предлагая обмениваться опытом. Неумолимо собирал информацию о том, какую пользу приносит йога для здоровья и при каких болезнях конкретно. Стараясь обобщить эти знания и свой опыт, выпускал методички «Хатха-йога лечит сахарный диабет» и т.п.



На конференции журнала «Йога», Севастополь, июнь 2008 г.

Сотни людей в Севастополе благодарны Юрию Анисимовичу Гурьянову и будут помнить его до конца своих дней. Вот строки из письма ученика Гурьянова Михаила Парфенова:

«Юрий Анисимович был веселым, энергичным человеком. Он всегда находил доброе слово для всех, кого встречал. Хранил записи о днях рождения друзей и учеников и старался позвонить, поздравить и подбодрить теплым словом и доброй штукой. Он замечательно проводил занятия, с родительской опекой и одновременно уверенной твердостью. Сам Юрий Анисимович много работал, хотя тело, конечно, не позволяло ему выполнять некоторые базовые асаны. Тем не менее он, не щадя себя, практиковал, стремясь хоть и не идеально, но показать многие позы самостоятельно, по выносливости и времени выдержки асан легко обходя молодых парней и женщин.

После аварии Юрий Анисимович прожил еще почти 25 лет, бросив вызов судьбе и смерти. Все же возрастные изменения накапливались в его организме, и в последние полгода эта борьба перешла в решающую фазу. Он сообщил, что ему «пора». И однажды просто вышел на улицу, сел на лавку... Прохожие вызвали скорую, он пробыл в коме два дня и «ушел»...

В практике Юрия Анисимовича были случаи, когда люди от собственной лени или отсутствия веры в себя отказывались заниматься йогой. Это бывали и дети, и взрослые, в том числе онкобольные, для которых йога оставалась единственной возможностью... Конечно, он расстраивался за таких людей, за их нежелание принять его помощь. В случае с детьми помогали мамы, а вот со взрослыми... Но личный пример часто многое менял. Юрий Анисимович брал деньги только в случаях, когда необходимо было оплачивать аренду помещений в садах и школах, но и тогда это была мизерная сумма. Он жил на пенсию, а на вырученные деньги выпускал методички, помогал инвалидам. В нашей памяти он остался большим, великодушным «дедушкой Юрой», который принес практическое понимание йоги для многих и многих в Севастополе и за его пределами. Он остался для нас Учителем с большой буквы! Наш Гуру Гурьянов».