

## «Устань і йди»

БОГДАНА МАТІЯШ

19 ЧЕРВНЯ 2019

У мене вдома від кімнат до кухні чи ванної кімнати веде чотириметровий коридор. А від нього до вхідних дверей треба подолати іще зо три метри. Якось увечері подумала: «Скільки разів упродовж дня я проходжу цим коридором? Десять? Двадцять? Більше?» Не рахую цього, як і більшість із нас. Ми звикли, що, відколи навчимося ходити, ходіння дається нам легко, і сприймаємо його як даність. Якщо в нас болить нога, якщо вивихнемо її чи натремо до крові, а може, зламаємо, втрачаємо звичну легкість і певність ходіння. Не раз відчуваємо роздратування, що не можемо йти швидко чи взагалі мусимо якийсь час побути вдома; а часто й просто нарікаємо. У нашому уявленні про те, яким мусить бути життя, немає місця проблемам із ходінням. Але хто сказав, що в житті щось узагалі «мусить» бути і що ходіння – це даність?



Фото: Raquel Chicheri

Я не рахую, скільки разів за день проходжу коридором із кухні до своєї кімнати, зате за допомогою додатка у смартфоні рахую пройдени містом за день кілометри, хочу знати, яку відстань долаю за тиждень і за місяць. Радію, коли вдається перевершити попередній місяць. І ця радість не даремна. Радію кожному крокові й дякую за можливість іти, бо вже знаю, як це – не ходити зовсім або ходити дуже мало, і коли цей стан триває не день-два і навіть не тиждень чи місяць, а кілька років.

Усе трапилося під час Майдану, точніше, після розстрілів на Майдані наприкінці лютого. Коли я поверталася додому після волонтерства, мені стало недобре: почало калатати серце, ноги зробилися ватяні, а сила ніби просто витекла з мене. Якщо дуже коротко, того дня в мене «полетіла» нервова система. Тіло цілковито знесиліло. Зранку наступного дня я ще змогла вийти надвір і походити біля дому, а коли повернулася до кімнати й лягла в ліжку, то наступна спроба встати й подолати бодай метр-два увінчалася невдачею. Дуже крутилась і боліла голова, була несамоविта тахікардія, безліч страхів і брак сили – у руках, ногах, у всьому тілі. До цього не можна було бути готовою – до такого тотального безсилля. До того, що не можеш вийти в кухню чи у ванну кімнату, до того, що жодного разу на день не можеш пройти чотириметровим коридором, яким роками ходила щодня. Що єдине, що можеш робити, – це

лежати в ліжку. Неможливо бути готовим до того, що перестанеш могли ходити, станеш лежачим хворим і навіть не знатимеш, чи колись відновиш уміння ходити, уже зовсім не сприймаючи його як даність – тільки як дар. Перший лікар, який консультував мене, сказав, що, можливо, відновлення триватиме місяць, і я подумала: «Як це неймовірно довго!» Насправді ж процес реабілітації розтягнувся на п'ять років – і досі остаточно не завершився.

Сили поверталися дуже повільно. Мої найперші успіхи в ходінні були зовсім негероїчні: один раз на день пройти, тримаючись за стіни, коридором до кухні й ванної, побути там трохи, на скільки вистачить сил, і повернутися назад, зовсім виснаженою. Згодом був перший вихід надвір. А до міста я вперше змогла виїхати аж у липні, але зовсім на коротко, і кожен крок тоді був таким непевним... Я то сильнішала, то слабшала. Дуже швидко втомлювалася, а будь-яка робота – особливо та, що пов'язана із сидінням за комп'ютером, – неймовірно виснажувала мене. Найменше хвилювання – не кажучи вже про стрес – відбирало сили. За ці постмайданні роки була сила-силенна днів, коли вийти до магазину чи до міста вдавалося лише з підтримкою чоловіка, тримаючись за руку. Чи я повірила б, що таке взагалі можливо, якби ця історія була не моя? Навіть не знаю... Але це був (досі є) досвід, який дав мені зрозуміти щось дуже важливе про себе. Про моє тіло, яке раптом відмовилося ходити і стало таким немічним. І про саме ходіння. У цей час я, як ніколи раніше, відчула, як це, коли кожен крок – такий непевний і болісний, бо м'язи ніг довго були дуже слабкі, – може стати молитвою.

## Бог – незмінний супутник на всіх наших дорогах.

Знайомі, нічого не знаючи про ці «пригоди», запрошували мене піти на прощу до Унева, але про такий подвиг я не могла навіть мріяти – особливо в час, коли за день не проходила й кілометра. Та якось вирішила, що теж розпочну дуже особливу прощу: у намірі одужання пройду сто кілометрів, відстежуючи відстань за допомогою додатка на смартфоні – хоч скільки часу й зусиль це в мене забере. І моє паломництво розпочалося. Це відстань, яку в Києві здорова людина легко може пройти за десять днів (а хтось і швидше). Я ж її пододала, здається, за два з половиною місяці. Із болем, безсиллям, слізьми, безліччю запитань, на які не отримувала відповідей... Виїхавши до міста, не раз мусила викликати таксі, щоб дістатися додому, коли раптово наставало знесилення. Жодне паломництво не є легким. І моє теж було серйозним випробуванням, аж часто здавалося, що воно мені зовсім не до снаги.

І це після численних походів у гори, подорожей Україною й іншими країнами, у яких я не потребувала підтримки й допомоги. Після щоденного ходіння пішки додому, замість їхати

автобусом, і після довгих прогулянок лісом. Навіщо так сталося? Я не знаю. Знаю тільки, що насправді й далі страшенно люблю ходити пішки. Роздивлятися світ довкола, думати щось важливе – те, на чому тримається мій внутрішній світ. Ходити – це мати додатковий час на думання, а отже, на глибше внутрішнє життя. Як для людини, яка пише, хода для мене дуже пов'язана з письмом. Ідучи, часто продумую сюжети: маю час зосередитися на них, мене ніщо не відволікає. Ходіння – це завжди значно більше, ніж просто переміщення в просторі. І на самоті, і разом із кимось. Скажімо, коли поруч найрідніша людина, коли тримаєш її за руку і знаєш: це величезний дар – ось так іти. І хочеш берегти того, хто поруч, як найкоштовнішу – оту євангельську – перлину.

Зараз на прогулянки я найчастіше ходжу зі своїм чоловіком. Ми багато говоримо, сміємося, розповідаємо одне одному про подумане чи прочитане, ділимося тим, що нам дороге й цінне. Так і має бути. І це теж хода – наша спільна хода як подружжя. Наша дорога не завжди рівна. На ній бувають горбки і вибоїни, ми не лише радіємо, а й утомлюємося, але завжди, як і на кожному іншому шляху, тут можна почути Боже: «Устань і йди». Й оці слова найважливіші. І тоді, коли не маєш сил фізичних, і коли не маєш сил моральних, озивається Бог – незмінний супутник на всіх наших дорогах. Після Його слів думаєш собі, що, може, найважливіше в ходінні якраз і є те, що ми ніколи й ніде не йдемо наодинці. Що всі наші кроки не самотні. Що Бог виходить до нас – як до малих дітей, які не мають сил, які втомилися або заблукали, – і бере нас на руки. Або просто йде поруч, як добрий приятель. У цьому таємниця всіх доріг і всієї ходи, навіть тієї, яка дається найважче. А може, особливо тієї – вистражданої і зболеної. У якій кожен крок є не більше й не менше – молитвою. Яка ніколи не даність, а завжди дар.

БОГДАНА МАТІЯШ

19 ЧЕРВНЯ 2019

**Warning:** count(): Parameter must be an array or an object that implements Countable in </home/kairosbo/verbum.com.ua/www/wp-includes/post-template.php> on line **284**