

Viena diena ar redzes invalīdu jeb redzēt ar sirdi

Egita Terēze Jonāne

Pateicoties vasaras žurnālistikas skolas pasniedzējai BBC krievu redakcijas žurnālistei Oļesjai Gerasimenko, savulaik pārliecinājos, ka ar raksta varoni pavadīt vienu dienu ir tas pats, kas «iekāpt viņa korpēs», jo tā var pienākt solīti tuvāk cilvēka sirdij, kaut mazliet ar paša sirdi sajust viņa dzīves priecīgos un grūtos mirklus. Šoreiz mana raksta varone ir daugavpiliete Natalja Muravjova (58 gadi). Viņa strādā par sociālo rehabilitētāju, vada dejas nodarbības, sniedz masāžas palpojumus, kā arī ir uzņēmusies Latvijas Neredzīgo biedrības Daugavpils nodaļas priekšsēdētāja vietnieces pienākumus.



Natalja neredz kopš dzimšanas, tomēr viņa saka, ka jau ir iemācījusies redzēt ar sirdi, prot savu un mīļu cilvēku ikdienu sākotnēji tā, kā to dara redzīgie. «Mums, neredzīgajiem, ir tāda pati dzīve kā redzīgajiem. Mēs mostamies, vingrojam, dzeram rīta kafiju... mācāmies... strādājam... mīlam... svinam svētkus. Bet ir brīži, kad ir vajadzīga redzīgo palīdzība. Ja mēs lūdzam vai pat ja nelūdzam to, tad, lūdzu, palīdziet mums!»

Satiekamies pie ezera

Sazinoties telefoniski, sarunāju ar Natalju, ka tiksimies Stropu ezera centrālajā pludmalē kādā piektdienā plkst. 9.00, jo viņai patīk peldēt. Es ierodos daudz ātrāk, baudu rīta sauli, pēc tam pirms noliktā laika zvanu, kur Natalja ir. Viņa atbild, ka nāk pa Stropu ezera promenādi. Kad satiekamies, Natalja neļauj paņemt viņu pie rokas, uzdod retorisku jautājumu – vai es vēlos šo vienu dienu būt gudrs, prasmīgs asistents redzes invalīdam? Piekrītu mācīties.

«Mums, redzes invalīdiem, svarīgs ir virziens un orientieris. Jūs sakiet man, kur man jāiet, un, ja redzēsiet kādu zīmīgu orientieri, kas man jau rīt palīdzēs veikt šo maršrutu patstāvīgi, tad norādiet to. Palīdzēt otram cilvēkam, iemācīt un iemācīties kaut ko jaunu – tas ir forši. Es pati izmācījos par sociālo rehabilitētāju, jo vēlos palīdzēt tādiem pašiem kā es,” saka Natalja.

Mēs tuvojamies Stropu promenādes līkumam, saku, ka tagad būs mazliet jāpagriežas pa kreisi, to norāda priekš, kas aug līkumā tuvu ietvei. Natalja ar balto spieķi atrod priekš, saka paldies un mēs dodamies tālāk. Atkal ir līkums, šoreiz pa labi, un Natalja vēlreiz pateicas, ka ar balto spieķi var sataustīt citu manis pastāstīto orientieri – vingrošanas laukuma segumu. Vēl tālāk viņas baltais spieķis atrod jau pludmales volejbola laukuma smiltis, kas Nataljai ļauj saprast, ka ietvei atkal ir mazs līkums uz kreiso pusi. Ejam tālāk, saku, ka tagad dodamies taisni līdz āra baseinam, jo, kā teica Natalja, tur ir trepītes, kas viņai palīdzēs ērti nokļūt ezerā.

Kad esam āra baseinā, Natalja stāsta, ka jau ir uzvilksusi peldkostīmu, lai nav jāiet ģērbtuvēs (tas prasīstot papildu laiku iepazīt jaunu ceļu un orientierus, iestarpina viņa). Un pirmo reizi viņa paņēma mani pie rokas, lai es aizvedu viņu līdz trepītēm.

«Mēs šobrīd domājam Latvijas Neredzīgo biedrības Daugavpils nodaļas vārdā iesniegt priekšlikumus valdībai, un viens būs šāds – ja redzes invalīdam ir vajadzīga palīdzība, tad viņš paceļ augšā balto spieķi, bet apkārtējie saprot, ka viņš sauc pēc palīdzības, jo ne jau visi prot mutiski lūgt palīdzēt. Piemēram, es paceltu balto spieķi tad, kad pati nevarētu nokļūt līdz baseina trepītēm. Taču tādas palīdzības lūgšanas zīmes pagaidām nav.

Tagad es iešu ūdenī (Natalja jau ir sataustījusi trepes – E.T.J.), bet kad došos atpakaļ, jūs runājiert ar mani. Dzirdot jūsu balsi, zināšu, ka trepes ir šeit. Kad pludmalē esmu viena pati, nolieku nelielu radio, lai skan, tas ir mans skaņas orientieris, kur atrodas trepes,» skaidro Natalja.

Viņa ūdenī pavadā nepilnas desmit minūtes, un visu šo laiku mēs runājamies par peldēšanas pieredzi cilvēka veselībai. Vēlāk tiešām Natalja pēc manas balss atrod trepes, turpat pie trepēm vingro ūdenī, joko, ka tā viņa cīnās pret liekajiem kilogramiem.



Natalja izkāpj no ūdens un atkal pēc manas balss atrod solu, kur noliktas drēbes un teic: «Tagad parādišu vēl vienu triku, kas ļauj pārgērbties, neizmantojot ģērbtūvi. Man ir nedalītais peldkostīms, kas ļauj ātri novilkt augšdaļu un uzlikt krūšturi. Tagad uzģērbšu garos brunčus, un jau esmu uzvilksusi sausas biksītes. Beigu beigās atkal esmu garajās biksēs, vējjakā, slāpās drēbes ielieku maisā un varam dzert kafiju.»

Pirmā kafijas saruna



Rīta kafiju un sauli baudām turpat Stropu pludmalē pie āra kafijas automāta. Ir jau gandrīz plkst. 10.00. Aicinu Natalju pastāstīt par sevi.

«Esmu dzimusi Krievijā, bet Latvijā ar nelieliem pārtraukumiem dzīvoju no 1969. gada. Man paveicās, ka tētis Vladimirs bija redzes invalīds (un neskatoties uz savu akumu viņš kļuva par vadošo programētāju), viņš man varēja iemācīt, kā dzīvot tad, ja esi neredzīgs. Tētis man stāstīja un rādīja, kā uzvesties kafejnīcā. Mēs toreiz dzīvojām Rīgā, un tur bija jaukas kafejnīcas «Aija», «Daile» u.c. Vienreiz izlēju buljonu, tētis man teica – tev viss ir jādara nevis labi, bet vislabāk, tu neko nedrīksti nemācēt, nomest, izliet. To esmu ielāgojusi uz visu mūžu. Mamma Ludmila bija redzīga, strādāja par sākumskolas skolotāju, viņa ļoti mīlēja, sargāja mani. Kad paaugos, mācījos redzes invalīdu skolā Rīgā, vēlāk vecāki atdeva mani toreizējā Ļeņingradas vidusskolā (dzīvoju internātā), pēc tam pabeidzu redzes invalīdu medicīnas koledžu Kislovodskā. Skolās es jutos labi, jo biju starp savējiem,» pastāsta Natalja.

Taču ārpus skolas viņa jutusies nelāgi, jo bieži iedomājusī, ka, esot neredzīga, neiederas redzīgo pasaulē. Tad kādā žurnālā «Jums, Sievietes», ko padomju laikā izdeva redzes invalīdiem, Natalja izlasījusi, kādai ir jābūt sievietes gaitai. Un sākusi mācīties staigāt skaisti un pareizi, lai audzētu drosmi atzīt, ka arī viņa ir skaista sieviete. Pēc koledžas Natalja sāka strādāt par masieru ar redzīgiem cilvēkiem Rīgas ostas slimnīcā, un atkal kā lietuss mākonī uzmācās kompleksi, ka neesi pilnvērtīgs cilvēks. «Tikai tad, kad apprecējos ar redzīgu vīrieti un kad mums piedzima redzīga meita, tikai tad es pārstāju domāt, ka esmu dabas klūda,» atzīstas Natalja.

Natalja lepojas ar savu gribu mācīties, tā viņu ir pilnīgi atbrīvojusi no visiem kompleksiem. Viņa mācījās un ieguva sociālā rehabilitētāja diplomu, lai gan tobrīd viņai bija muguras trauma, kuras dēļ nav varējusi strādāt.

«Gribu palīdzēt tādiem kā es, tāpēc mācījos. Turklāt man jau ir sakrāta pašas dzīves pieredze. Stāstu redzes invalīdiem, kā nezaudēt drosmi dzīvot, mācu praktiskas iemaņas, kā gatavot ēst, uzkopt māju, apkopt sevi utt., dalos ar informāciju, kāds ir valsts atbalsts. Vadu arī dejas nodarbības (dejas apgūstu pašmācības ceļā). Tas viss ļauj redzes invalīdiem pielāgoties dzīvei tā, lai dzīve nešķīst tik smaga kā akmens, ko nevar panest,» uzsver Natalja.

Ceļš uz bibliotēku un mājām



Nataljai iesaku līdz Neredzīgo biedrības ciemam braukt ar tramvaju, vēlos redzēt, kā viņa adaptējas transportā. Viņa piekrīt, un, kad piebrauc tramvajs, droši iekāpj un uzturas tramvajā, saka, ka bieži brauc ar to.

Kad izkāpjam laukā, Natalja apstājas uz speciāli ietvē iebūvēta rievota jeb taktila brūga laukumā, kas redzes invalīdus brīdina, ka ir jāapstājas. «Šajā vietā stāvu ilgāk, mazliet pat uztraucos, klausos, vai netuvojas tramvajs. Un kad dzirdu tramvaja skaņu, tikai tad šķērsoju sliekšņus. Tālāk līdz mājām ved ietves metāla norobežojums, ko sataustu ar balto spieķi vai ar roku. Vispirms iesim uz Latvijas Neredzīgo bibliotēkas Daugavpils filiālbibliotēku. To es saucu par savas dvēseles baznīcu, bet bibliotekāres Janu un Skaidrīti, kuras ir lieli palīgi mums, redzes invalīdiem, – par mūsu smadzeņu dievietēm. Viņas sameklē vērtīgus rakstus, iesaka saturīgas grāmatas. Tagad filiālbibliotēkas atdos pašvaldībām. Es ceru, ka Daugavpils pašvaldība finansēs mūsu Daugavpils filiālbibliotēku, tā mums ir vajadzīga kā gaiss un kā ūdens,» saka Natalja.

Ienākam Daugavpils filiālbibliotēkā, sastopam jau pieaugušos un bērnus, kas atnākuši pēc jaunām grāmatām. Kad tās vadītāja Jana Šlapaka atbrīvojas, Natalja konsul-



tējas, kādas dejas varētu iemācīt meistarklasē Neptūna svētkos, kas notiek katru gadu turpat Neredzīgo biedrības ciemā. Tāpat Natalja man nodemonstrē, cik ātri viņa lasa grāmatas Braila rakstā.



Tad no bibliotēkas dodamies uz Nataljas dzīvokli. Viņa atkal orientējas pēc ietves metāla norobežojumiem, sataustot tos ar balto spieķi.

Otrā kafijas saruna un bieziņa plācenīši

Ienākam Nataljas mājās. Ir jau pusdienlaiks, tāpēc Natalja teic, ka vārīs kafiju un ceps bieziņa plācenīšus.

Kamēr vārās kafija, Natalja nodemonstrē savus ikdienas palīgus – runājošu pulksteni, runājošu mobilo tālruni, audio pildspalvu, runājošu diktofonu (tur Natalja iedzied dziesmas un ierunā jaunas dejas) u.c. Šos un citus palīgtrīkus redzes invalīdi var saņemt Latvijas Neredzīgo biedrībā par simbolisku samaksu, atgādina Natalja. Viņa arī uzspēlē uz klavierēm un ģitāras.

«Kafija ir gatava. Tagad mēs cepsim bieziņa plācenīšus. Saviem redzes invalīdiem stāstu, ka bieziņu var



nopirkt vairāk, jo to var sasaldēt saldētavā. Te man ir svaigi nopirkti bieziņš. Pieliksim divas karotes miltu, iesīfīsim olas dzeltenumu, jā, vēl cukurs un sāls, un samaisīsim. Un karsējam cepšpannu. Kā es zinu, ka panna jau ir karsta? Re, uzšļakstinu ūdeni, un karstā panna šnāc. Tagad ieliešu eļļu, salikšu bieziņa plācenīšus ātri, lai pirksti neapdeg,» stāsta Natalja, kamēr rokas darbojas.

Novēroju, ka viņa savā virtuvē orientējas kā bite bišu dravā, nekļūdīgi atrod bļodu, bieziņu, karoti, cukuru, sāli, eļļu. Vienīgi, atdalot olas dzeltenumu no baltuma, olas masas nolīja blakus traucīnam, nevis traukā. Bet Natalja smejas – re, arī mums gadās tāds pats «cepē», kāds gadās redzīgajiem.

Kad ēdam bieziņa plācenīšus un dzeram kafiju, Natalja mani mudina cienāties un stāsta, kā viņa iepazīnās ar savu mūža lielāko mīlestību Georgiju.

«Ja blakus ir mīļš cilvēks, tad var gāzt kalnus»,

saka Natalja, uzsākdama stāstu par vīru Georgiju: «Kādreiz man viens puisis teica, ka manu acu dēļ neviens mani nemīlēs. Bet viņš kļūdījās. Georgijs ir mans trešais vīrs. Viņam ir saglabāties redzes mazumiņš, tāpēc viņš strādā par sētnieku bērnudārzā Rīgā. Jau pieminētajā pirmajā laulībā dzīvoju ar redzīgu vīru, taču viņš nomira no alkohola, vēlāk otrreiz apprecējos pasteidzoties. Tagad man ir trešā laulība, un vienu dienu pirms intervijas ar jums mēs ar Georgiju svinējām kāzu sudraba jeb 25 gadu jubileju. Satikāmies tad, kad cemojos pie mammas Krievijā (viņa turp devās pēc tēva nāves). Izdomāju, ka jāapmeklē arī skolas draugi Lugas pilsētā, no kurienes vilciens kursēja uz Daugavpili. Un tur pie draugiem bija Georgijs, kurš mācījās tajā pašā Ļeņingradas skolā, kur mācījies es, tikai divus gadus jaunāks. Skolā Gošu sauca par plānprieti, bet es viņu vienmēr aizstāvēju (viņš kļuva redzes invalīds pēc galvas traumas). Pie draugiem Lugā biju skaisti sagērbusies (toreiz meitenes nēsāja īsus svārkus), klausījies savu mīlāko mūziķi Gariju Mūru, un tanī brīdī istabā ienāca Georgijs. Viņš vēlāk visu vakaru ar mani koķetēja, pēc tam mēs satikāmies arī nākamajā dienā, jo viņš mani uzaicināja pastaigāties, un kad pienāca vakars, Georgijs teica, lai nākšņoju pie viņa. Tā nu no tās dienas esmu kopā ar Georgiju jau 25 gadus. Mūsu mīlestībai ir bijuši arī lieli pārbaudījumi. Gribu tos izstāstīt, lai citi neredzīgie pāri zina, ka, ja blakus ir mīļš cilvēks, tad var apmānīt nāvi un apgāzt kalnus.»

Kad Natalja un Georgijs apprecējās, viņiem piedzima neredzīgs puika. Natalja saka, ka toreiz nav vēlējusies dzīvot.

Pirmajā laulībā piedzima redzīga meita Marija (viņai ir 37 gadi, Marija ar vīru un mūsu divām mazmeitām dzīvo Sanktpēterburgā), un es no laimes lidoju. Vīrs nomira, meitiņu audzināju viena pati, nebija viegli. Tad bija otrās laulības – manis pašas klūda. Vēlāk satiku Gošu (tā es mīli saucu savu vīru), un mums piedzima aklis puisēns, ar paralīzi, sirds kaiti... Vīrs mani atbalstīja, teica, ka mīl, taču man tobrīd gribējās izlēkt pa logu. Ja nebūtu Georgija, nebūtu arī manis. Biju ar puisti Georgiju sanatorijā un redzēju, ka daudzi vīrieši neizturēja un pameta sievas ar neredzīgiem bērniem, iespējams, viņi jūtas vainīgi vai vēlas veselus mantiniekus,” teic Natalja.

Pēc brīža viņa pastāsta citu pārbaudījumu, kas viņas un vīra laulību padarīja vēl stiprāku. Nataljai atklāja vēzi, tobrīd arī dēlam Georgijam bija seši gadi un vairākas kājas operācijas, turklāt vīrs sāka lietot alkoholu. Natalja bija atteikusies no operācijas, jo nogura cīnīties par sevi un mīļajiem.

«Nolēmu, ka nolaidīšu spārnus, lai nelidotu vairs. Taču daktere man skarbi, bet patiesi teica – labi, tu vari mirt, tā ir tava izvēle, gan jau dēls ar šo dzīvi tiks galā. Un tad es aizdomājos, bet ja nu arī dēls padosies un nolaidīs spārnus. Es saņēmos un piekritu operācijai. Pēc nedēļas sajutu, ka esmu brīva no tā, kas mani grauza no iekšienes, tobrīd sajutu dzīves garšu. Arī Goša nobijās, ka manis vairs nebūs,



un pārstāja dzert. Mēs abi izturējām arī šo pārbaudījumu. Tagad dēls Georgijs ir jauns vīrietis (21 gads), Rīgā pabeidzis 1. Tālmācības vidusskolu ar komerciālu novirzienu un remontē velosipēdus. Viņš spēlē klavieres un ģitāru, apmeklē savu kulta grupu «Metallica» un «Rammstein» koncertus Tallinā. Viņam blakus ir jauka draudzene Jana (viņa ir redzīga) un mēs (Rīgā dzīvojam vienā mājā). Esam ļoti laimīgi vecāki,» pauz Natalja priecīgi.

Viņa bieži atkārtu intervijā sacīto – redzes invalīds ir tāds pats kā redzīgs cilvēks, tikai dažreiz (sevišķi no piedzimšanas brīža, skolā, kamēr sāk patstāvīgu dzīvi) viņam ir vajadzīga lielāka vecāku, līdzcīvēku un valsts uzmanība nekā citiem. «Būt neredzīgam – tā nav laime, taču neredzīgais var pielāgoties dzīvei un var būt laimīgs,» ir pārliecināta Natalja.

Kas ir vajadzīgs redzes invalīdam?

Natalja ar skumjām atzīst, ka valsts nedrīkstēja redzes invalīdiem atņemt asistentus, jo viņi redzes invalīdiem palīdzēja integrēties sabiedrībā: «Es pati nekaurejos palīgāt palīdzību citiem, taču ir redzes invalīdi, kuri baidās uzrunāt otru, lai palīdz viņam. Tāpēc ir vajadzīgs asistents. Tāpat redzes invalīds nevar saņemt valsts apmaksātu rehabilitācijas pakalpojumu, jo viņam nav asistenta, kurš palīdzētu nokļūt līdz šim centram, apmeklēt tur pieejamos speciālistus.»

Savukārt lielviekalos būtu jāpamāca to darbinieki, kā palīdzēt redzes invalīdam atrast un iegādāties konkrētu preci, uzsver Natalja.

«Daugavpilī, tostarp arī Neredzīgo biedrības ciemā infrastruktūra ir draudzīga redzes invalīdiem, Liepājā, Rīgā un citās pilsētās gan vēl daudzviet nav skaņas luksforu, ar speciālu bruģi aprīkotu ietvju utt. Daugavpils ir manas pasaules galvaspilsēta. Mūsu Neredzīgo biedrības ciemā Ludmila Borska ar atbalstītājiem izveidoja Sajūtu dārzu, tur kokos iekārti zvaniņi, lai mēs, kuri neredzam, varam viegli orientēties šajā paradīzes salā. Daugavpilī, tāpat mūsu ciemā notiek svētki, kur iesaistās redzes invalīdi. Daugavpilī sāku dzīvo patstāvīgi 23 gadu vecumā, šeit kļuva tāda, kāda esmu šodien. Vienu gan varētu izdarīt pašvaldība – ierīkot taktilo līniju no tramvaja/ autobusa pieturas «Slimnīca» līdz Stropu ezeram, lai redzes invalīdi varētu droši pārvietoties stāvlaukuma teritorijā,» lepojas Natalja.

Tāpat Natalja atbalsta valsts finansētu psiholoģisko palīdzību redzes invalīdu piederīgajiem un cilvēkiem, kuri palīdz redzes invalīdiem, lai viņi mācētu atbalstīt, integrēt redzes invalīdus.

«Tagad ar jūsu avīzes starpniecību aicinu vecākus, kuriem bērni ir redzes invalīdi, vai pieaugušos, kuri ir redzes invalīdi, taču līdz šim ir kautrējušies lūgt palīdzību, – zvaniet man (tāl. 28211311). Mēs kopā varam izdarīt ļoti daudz! Vajadzīga tikai vēlēšanās, un mēs palīdzam praktiski, un, ja vajag, kužinām valsts institūcijas,” teic Natalja.

Autores foto