

- 008 Вступительное слово Романа Романова, директора Музея истории ГУЛАГа, руководителя Фонда Памяти
- 009 Вступительное слово Саши Галицкого, арт-терапевта, художника, писателя, автора идеи «Музея искусства пожилых людей»
- 010 «Птица за птицей»: опыт социально-волонтерской работы с пожилыми людьми
- 015 История Социально-волонтерского центра Музея истории ГУЛАГа
- 018 Об опыте проекта «Психология заботы»
- 020 Заметки психолога. Волонтерское движение и психология

## Подопечные и волонтеры первого набора проекта «Психология заботы»

- 026 Арина Коледова: «Я обрела двух близких людей, которые щедро делятся своим теплом и мудростью, крепостью духа»
- 028 Эльга Юделевна Силина: «Когда брату было 10 лет, он написал маме письмо на Колыму: “Когда уж кончится твоя проклятая командировка?”»
- 042 Майя Яковлевна Боярская: «Вы можете гордиться своим отцом»
- 052 Алексей Стехов: «Чтобы осталась память — такой рефрен был у наших встреч»
- 054 Елена Владимировна Маркова: «Каторжане не имели имен и фамилий — только номера. Я была “Е-105”»
- 060 Ольга Хотимская: «Волонтерам музея приходится иметь дело с живой историей из первых рук»
- 062 Маргарита Даниловна Андриющенко: «Нас связала судьба под названием ГУЛАГ»
- 068 Галина Ускова: «Меня восхищает ее способность расправить крылья и жить»
- 070 Гюльнар Аслямовна Мамлеева: «Что было главным в сознании людей в 1937—1938 годов? Страх»
- 076 Ольга Беляева: «Общение с Зинаидой Платоновной дает мне колоссальные силы, мудрость, осознание ценности того, что мы имеем»
- 078 Зинаида Платоновна Волкова: «Я написала статью “Я никогда не видела глаз своих матери и отца”»
- 086 Анна Удалова: «Я очень боялась на первой встрече задавать вопросы о семье»
- 088 Галина Николаевна Герман: «Когда меня стригли, парикмахер удивлялась: “У девочки седые волосы!”»
- 098 Мария Искрина: «Проект мне понравился, мне было понятно, зачем я там»
- 100 Кима Алексеевна Дандурова: «Отца арестовали 13 февраля 1936 года, а я родилась после ареста, 27 февраля»
- 104 Галина Мазина: «Волонтеров часто спрашивают: почему вы это делаете?»
- 106 Лия Степановна Малинина: «У нас в семье все долгожители, кроме папы — он умер рано, в 62 года, потому что лагеря — это не курорт»
- 108 Елена Касаткина: «Александр Андреевич буквально заряжает жизнью, понимаешь, что со всеми трудностями можно справиться»
- 110 Александр Андреевич Грицаук: «Нас обвиняли в том, чего мы не совершали, но наши оправдания никого не интересовали»
- 116 Светлана Савельева: «Я узнала, что при музее есть Социально-волонтерский центр, и задумалась, смогу ли я быть там чем-то полезна»

- 118 Татьяна Казимировна Анохина: «2 апреля 1939 года мама написала письмо Сталину с просьбой пересмотреть дело мужа. Она не знала, что уже больше года как его нет в живых»
- 122 Евгений Сучков: «Для изменения ситуации в обществе нужно думать не о тех, кто написал донос»
- 124 Алексей Георгиевич Нестеренко: «Моя главная задача — убедить депутатов принять закон “О запрете прославления Сталина”»
- 128 Мария Титова: «“Иногда мне кажется, что это мне 84, а Вам 21”, — сказала я ей. В ответ она просто рассмеялась»
- 130 Елена Николаевна Острина: «Больше она его никогда не видела, его расстреляли в 1937-м»
- 132 Татьяна Кирюхина: «Наши подопечные не живут прошлым, через них протекает река истории»
- 134 Владимир Николаевич Осипов: «9 февраля 1962 года меня осудили на семь лет лагерей. Арест не стал для меня неожиданностью»
- 140 Анна Толстухина: «Возможность соприкоснуться с историей казалась очень важной»
- 142 Алла Владимировна Обуховская: «Мама все время звонила по телефону и требовала свидания с Ежовым»
- 146 Евгения Ершова: «Я очень люблю слушать истории дедушек и бабушек»
- 148 Галина Денисовна Зацепина: «По тем временам, если бы такую фотографию у нее нашли, ее бы саму расстреляли»
- 154 Марина Власкина: «Это был шанс разобраться в себе»
- 156 Елена Константиновна Пугаева: «Радостное детство длилось недолго»
- 162 Ольга Кузнецова: «Для меня тема волонтерства очень близка. Сейчас много возможностей для реализации себя в этой деятельности»
- 164 Ирина Александровна Соловьева: «Каждый раз, знакомясь с каким-то человеком, я должна была думать, а не испорчу ли я ему биографию?»
- 170 Валерий Харламов: «Погружение в частные истории жизни моих подопечных позволило мне больше узнать о репрессиях и их последствиях»
- 172 Ирина Михайловна Крыжановская: «Я понимала, что папа — заключенный, но с самого начала верила в его невиновность»
- 174 Диана Дзис: «Не знаю, как можно объяснить, почему ты идешь помогать людям?»
- 176 Инна Александровна Акдальдер: «Пока живу, надеюсь»
- 188 Вместо послесловия.  
Варвара Усаневич,  
руководитель Социально-волонтерского центра  
Музея истории ГУЛАГа

## Роман Романов, директор Музея истории ГУЛАГа, руководитель Фонда Памяти



проект социально-волонтерского центра

Отделы по работе с волонтерами в музеях уже давно не редкость. Однако Социально-волонтерский центр Музея истории ГУЛАГа — особенный, потому что поддерживает людей, переживших массовые репрессии в СССР.

Волонтеры Музея помогают подопечным по дому, сопровождают в медицинские учреждения, поздравляют с праздниками, организуют посещение музеев и театров, решают юридические вопросы и даже делают макияж во время специальных «Дней красоты».

Для волонтеров поддержка жертв политических репрессий — это возможность узнать больше об истории нашей страны, прикоснуться к последним свидетелям эпохи, а для подопечных — способ поделиться опытом, испытать чувство восстановления исторической справедливости.

На наших глазах устанавливаются межпоколенные связи и зарождается настоящая дружба. Основной заслугой за шесть лет работы Центра стало то, что подопечные могут доверить волонтерам любую просьбу, а Музей считают вторым домом, куда они могут прийти в любое время.



Саша Галицкий,  
арт-терапевт, художник,  
писатель, автор идеи  
«Музея искусства пожилых людей»

Читая эту книгу, я узнаю уходящее поколение старых уже людей, рассказывающее о своей судьбе. Это поколение моих родителей, да и родителей многих моих друзей. Мой отец успел оставить воспоминания, часть из которых тоже посвящена четверем с половиной годам, проведенным в лагере.

До лагеря ему удалось предпоследним эшелонам, пока в противоположный край города Смоленска уже входили немецкие войска, успеть эвакуироваться в Среднюю Азию. Последний эшелон был атакован с воздуха и сожжен. Потом была учеба в техникуме и поисковые экспедиции по розыску нефти для фронта.

Потом Парад физкультурников в Москве, «я Сталина видел», но вместо учебы в институте был неожиданный арест и заключение.

Из его воспоминаний я узнал, к примеру, что он наряду с другими заключенными строил архитектурную гордость сталинской эпохи — здание Московского университета.

Вообще, возвращаясь к проекту и книге, без передачи и сохранения памяти прошлого будущее не имеет смысла, ибо последующие поколения, не чувствуя своей истории, обычно повторяют ошибки предыдущих. Последние 100 лет российской истории были особенно наполнены катаклизмами и потрясениями, пропали без следа семьи, целые деревни и города, сгорели и были намеренно уничтожены архивы и личные документы. Кто из нас может проследить историю своей семьи хотя бы три-четыре поколения назад? А ведь это корни народа и государства, именно на знании прошлого можно построить достойное будущее.

Поэтому волонтерский проект имеет высшую ценность в первую очередь для самих волонтеров, а через них и для всего общества в целом.

# «Птица за птицей»<sup>1</sup>: опыт социально-волонтерской работы с пожилыми людьми

<sup>1</sup> Название отсылает к знаменитой книге Энн Ламотт, которая пишет: «Тридцать лет назад мой старший брат — тогда ему было десять — бился над школьным заданием, которое должен был сдать на следующий день. Им велели описать наших местных птиц; изначально на все отводилось три месяца, но брат ничего не успел. И вот он, чуть не плача, сидел за кухонным столом у нас дома в Болинасе, весь обложенный альбомами, карандашами и непрочитанными книгами про птиц. Объем работы парализовал его. Тогда пришел папа, сел рядом с ним, обнял и сказал: “Птицу за птицей, друг. Описывай птицу за птицей”». Ламотт Э. Птица за птицей: заметки о писательстве и жизни в целом. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. С. 49.

<sup>2</sup> Краснова О. В. Порождение заблуждений: пожилые люди и старость // Отечественные записки. 2005. № 3.

За последние сто лет средняя продолжительность жизни выросла почти в два раза. Если в XIX веке этот показатель варьировался в районе 30—40 лет, то к началу XXI столетия увеличился до 70—80 лет. В то же время изменилось само понятие возраста. Как отмечает Ольга Краснова, кандидат психологических наук и доцент кафедры возрастной психологии Московского педагогического государственного университета, сейчас «пожилые люди» — это категория, которая нуждается в уточнении, и в группе пожилых людей можно выделить самые разные подгруппы. Например, возрастные — от «молодых пожилых» (60—70 лет) до людей старшего возраста (90 или даже 100 лет), гендерные — пожилые мужчины и пожилые женщины, ведь у этих групп старение происходит по-разному.

«Одни пожилые живут в мегаполисах, другие — в маленьких поселках или деревнях. Среди них есть люди с высшим и начальным образованием, академики и безграмотные, семейные и одинокие, профессионалы и те, кто всю жизнь трудился разнорабочим. Наконец, пожилые люди различаются по степени сохранности познавательной сферы: одни обладают хорошей памятью, вниманием, способностью к дальнейшему развитию и обучению, а у других наблюдаются умственные нарушения, спутанность сознания, депрессия или деменция. Все эти факторы влияют на то, как у человека проходит старение, на его самовосприятие как личности и как члена общества. Но влияют они и на то, как старого человека воспринимает общество»<sup>2</sup>.

Вместе с ростом этого сегмента аудитории перед обществом возникают новые задачи: как помочь людям преклонного возраста, чем занять их свободное время и чему новое поколение может научиться у них. В силу сложной истории нашей страны, волонтерские движения в России стали активно развиваться только в последние двадцать лет. Причем, как правило, в основе часто лежала частная инициатива. В 2006 году первокурсница-филолог Лиза Олескина отправилась в фольклорную экспедицию в Псковскую область. В поисках народных песен она решила посетить местный сельский дом престарелых. Бедность, тоска и одиночество стариков в этом доме настолько поразили ее, что, вернувшись, Лиза стала искать благотворительные организации, к которым можно было бы обратиться за помощью. Когда таких не оказалось, Лиза опубликовала пост в социальной сети, пригласив всех желающих отпраздновать День Победы в одном из подмосковных домов ветеранов. Желающих на удивление оказалось много. Волонтеры посетили один дом престарелых, потом другой, иногда персонал просил заглянуть в соседний. Так, в 2011 году волонтерское движение превратилось в фонд помощи пожилым людям и инвалидам «Старость в радость». На данный момент фонд курирует 150 домов-интернатов в 25 регионах России, оплачивает труд примерно 100 дополнительных помощниц по уходу и культработников для самых слабых стариков, оплачивает медикаменты, подгузники, средства по уходу для подшефных домов престарелых и больниц. За прошедшие годы изменился и масштаб социально-волонтерской деятельности в России. Сейчас, к концу 2019 года, на информационной платформе «Добровольцы России» зарегистрировано 20 315 организаций

и 909 641 добровольцев со всей России, многие из них работают с пожилыми людьми.

Однако часто старшему поколению нужна не только физическая и медицинская помощь, но и возможность подстроиться под современный ритм жизни. Интересный подход к решению этой проблемы нашли представители Региональной общественной организации «ЮМИРА», создав проект «Вкус жизни. Связь поколений». В рамках этого проекта ученики старших классов и студенты младших курсов помогают пожилым людям освоить навыки работы с компьютером, научиться работать с программами и пользоваться интернетом. За шесть месяцев проект «Вкус жизни. Связь поколений» смог оказать помощь 90 людям старшего поколения. Во время обучения подопечные не только приобретают новые умения, но и знакомятся, общаются со своими единомышленниками.

Стремление к общению и участию в жизни общества для пожилых людей иногда становится причиной самим вступить в ряды волонтеров. В мире это явление получило название «серебряного» волонтерства. Согласно данным опросов ФОМ, более четверти россиян в возрасте 50+ включены в добровольческую деятельность. При этом исследователи отмечают, что удовлетворенность жизнью напрямую зависит от интенсивности вовлеченности добровольцев в свою деятельность.

В Москве направление «серебряного» волонтерства развивает ГБУ города Москвы «Мосволонтёр». Сейчас более 600 человек в возрасте от 55 лет участвуют в различных социальных проектах Москвы. Кто-то из них навещает детей в больницах, кто-то учит играть в шахматы воспитанников детских домов и интернатов, другие ухаживают за животными в приютах.

ГБУ города Москвы «Мосволонтёр» предлагает для пожилых людей целый комплекс мероприятий, направленных на их вовлечение в социальную жизнь города, чтобы они могли развиваться, интересно проводить свое свободное время. Например, с 2016 года «Мосволонтёр» совместно с МГИМО МИД России проводит для «серебряных» волонтеров специальную программу «Серебряный мост», на которой выпускники и студенты старших курсов МГИМО преподают участникам английский язык. Программа представляет собой комплекс лекционных и семинарских занятий по английскому языку, на каждом из которых участники получают необходимые знания для участия в мероприятиях в сфере добровольчества и повышают свою квалификацию. За 2018—2019 год в рамках реализации программы обучение прошли более 90 «серебряных» добровольцев.

На Западе масштабные волонтерские организации также довольно часто выросли из частных инициатив. В 1954 году несколько добровольцев из Филадельфии объединились для того, чтобы готовить и доставлять еду тем соседям, которые в силу возраста не могли выйти из дома или самостоятельно приготовить себе обед. Первые доставленные ланч-боксы состояли из горячего блюда на обед, холодного сэндвича с гарниром и стакана молока на ужин. Вскоре к волонтерам присоединились школьники старших классов, за что получили прозвище «Ангелы с подносами». Постепенно то, что начиналось как жест сострадания, разрослось в одно из самых масштабных волонтерских движений США Meals on Wheels («Еда на колесах»). Сейчас организация проводит собственные исследования и развивает для пожилых людей по всей стране около 5000 программ, направленных на решение проблем голода и одиночества в пожилом возрасте. Теперь Meals on Wheels не только доставляет еду,

3  
 Галицкий С. Я боялся преподавать старикам и острых стамесок в их руках // Правмир.  
 Ссылка доступа: <https://www.pravmir.ru/hudozhnik-sasha-galitskiy-ya-boyalsya-prepodavat-starikam-i-ostriyh-stamesok-v-ih-rukah/>

4  
 Galitsky S. Seniors Art Museum // Patreon.  
 Ссылка доступа: <https://www.patreon.com/sashagalitsky>

но и занимается обеспечением медицинской помощи, предоставляет подопечным услуги адвокатов и подбирает волонтеров для ежедневного общения. Обратиться в Meals on Wheels может любой американец старше 60 лет, состояние здоровья которого не позволяет ему самостоятельно передвигаться. Доход, наличие визы, грин-карты или гражданства не имеют значения. Иногда участниками программы становятся на непродолжительное время: например, в период восстановления после операции или во время тяжелой болезни. Основное преимущество Meals on Wheels заключается в том, что программа дает возможность миллиону одиноких людей, несмотря на возраст или болезнь, жить в своих собственных домах, не переезжая в дома престарелых. Только в США Meals on Wheels обеспечивает помощью около 2,4 миллиона американцев. Аналоги программы уже существуют в Австралии, Великобритании, Канаде и Ирландии.

Однако социальное волонтерство, то есть помощь в быту и обеспечение потребностей повседневной жизни, далеко не единственный тип помощи людям пожилого возраста. После Второй мировой войны большое развитие получило направление арт-терапии, в основе которой лежит воздействие на психоэмоциональное состояние человека при помощи творчества. Методы арт-терапии, например, использовались в работе с детьми, вывезенными из фашистских лагерей во время войны. Сейчас художественные студии существуют даже при домах престарелых. Одна из таких студий, открытая в Израиле, стала известной в русскоязычном культурном пространстве и послужила основой для создания Музея искусства пожилых людей на волонтерских началах.

Репатриант из России, художник и скульптор, Саша Галицкий начал обучать пожилых людей резьбе по дереву с начала 2000-х годов. Сейчас средний возраст его учеников составляет 80—100 лет, многие из них пережили Вторую мировую войну, Холокост и концлагерь. Занимаясь резьбой по дереву, старики часто рассказывали свои истории: одному удалось избежать Холокоста из-за раздела Польши и эвакуации в тыл России, на глазах у другого нацисты расстреляли всю его семью. «А потом он оказался в списке Шиндлера, — рассказывает Саша в интервью про одного из своих учеников, — затем воевал в Израиле, выучился в престижном техническом заведении и создал первый завод электронной техники, а потом уехал в Америку работать в космической программе. И все это в одной судьбе. А сейчас он сидит и вырезает козликов. Вот это потрясающе»<sup>3</sup>.

«Специалист по межпоколенческим разрывам», как называет себя Саша Галицкий, художник начал публиковать истории учеников на своей странице в фейсбуке, предваряя каждый пост фотографией созданной работы. Блог быстро набрал популярность, люди стали спрашивать, как можно купить произведения, — так возник Музей искусства пожилых людей. «Мы придумали Музей искусства пожилых людей, в котором бесплатно рассылаем на экспозицию по всему миру всем желающим работы по-настоящему старых мастеров», — пишет Саша Галицкий в своем блоге<sup>4</sup>. Желающий получить рисунок, скульптуру или картину должен отправить запрос на электронную почту и оплатить почтовые расходы. За 2018 год основатели Музея Саша Галицкий и Таня Цыткин разослали 43 работы в 9 стран мира. Мы попросили Сашу Галицкого написать предисловие для этой книги. Так мы узнали, что его отец был репрессирован.

Открытия в собственной семейной истории подчас могут стать основанием для создания волонтерского проекта. В 2017 году Бриттани Бэйр приехала к своей бабушке Грэм в Цинциннати и получила от нее в подарок две автобиографии, написанные прабабушкой и прадедушкой Бриттани. Из них Бриттани узнала, что ее прадедушка во время Второй мировой войны создал первый корпус женской армии американских войск, а после войны стал одним из инициаторов учреждения университета для американских студентов, живущих в Европе. История Второй мировой войны и Америки периода десеграции, рассказанная сквозь призму семейной истории, настолько поразила Бриттани, что она задумалась: как можно помочь другим людям сохранить свои воспоминания? Так родилась идея некоммерческого проекта My Life, My Stories («Моя жизнь, мои истории»). Волонтеры этого проекта помогают пожилым людям не только сохранить, но и опубликовать мемуары в виде книги. Волонтер проводит много времени со своим героем, записывая его воспоминания на диктофон. Затем аудиозаписи расшифровываются, проходят редактуру и публикуются отдельной книгой в твердом переплете. Среди героев проекта люди с самым разным бэкграундом: ветеринарный врач военноморских сил, на 14 лет ушедшая в монастырь, и влюбленная в Одри Хепбёрн эмигрантка из Филиппин, инженер и владелец регги-клуба, ставший бездомным, и танцовщица из Италии. Герои рассказывают о пережитых войнах и трагедиях, о хрусте кринолиновых юбок в младших классах, о жизни в приютах для бездомных и походах в церковь по воскресеньям. В качестве кредо проекта Бриттани любит цитировать фразу известной американской писательницы Энн Ламотт: «Что если однажды ты проснешься в свои 65 или 75 лет, а ты так и не написал роман или мемуары, так и не погрузился в глубину озер или океанов только потому, что твои бедра казались тебе слишком рыхлыми, а живот слишком большим, или, что еще хуже, ты был настолько зациклен на перфекционизме и удовлетворении желаний других людей, что забыл прожить глубокую, сочную, творческую жизнь, полную воображения, глупостей и устремлений в космос, о которых так мечталось в детстве? Это разобьет твое сердце. Не позволяй этому случиться».

Отдельное направление социально-волонтерской деятельности составляют благотворительные фонды и организации, в фокусе которых находятся пожилые люди, пережившие глубокую травму: например, войну, геноцид, Холокост и другие катастрофы XX века. На Западе наиболее крупным представителем подобного направления является всемирная организация Claims Conference. Созданная в 1951 году как Комиссия по еврейским материальным искам к Германии, поначалу организация занималась ведением переговоров с правительством Германии о программе компенсации материального ущерба, причиненного Германией еврейскому народу в период Холокоста. Однако сейчас в сферу деятельности Claims Conference входят не только компенсации, но и социальная помощь, возвращение имущества и активов, просветительская и исследовательская деятельность по истории Холокоста. С момента первого соглашения с Западной Германией, заключенного в 1952 году, организация добилась выплат на сумму более 70 миллиардов долларов США более чем 800 000 жертвам Холокоста. Текущими программами поддержки пожилых людей, переживших Холокост, являются Фонд Article 2, Фонд Центральной и Восточной Европы, Hardship Fund и Фонд «Дети Холокоста». Сейчас Claims Conference — это сеть, включающая около 250 организаций-партнеров, которые помогают 130 000 жертвам Холокоста

5  
Холокост и ГУЛАГ:  
что остается после  
памяти? Постпамять  
без постполитики  
в России:  
как определить  
«виновных»? //  
Гефтер.  
Ссылка доступа:  
[http://gefter.ru/  
archive/17231](http://gefter.ru/archive/17231)

в 47 странах, обеспечивая уход на дому, питание, медикаменты, медицинскую помощь, экстренную денежную помощь, транспорт, юридическую опеку и участие в жизни общины.

В российском пространстве работа с людьми, пережившими сильный травматический опыт, началась в 1990-е годы на пике второй волны десталинизации. Именно тогда Фонд Солженицына запустил программу денежных компенсаций бывшим узникам ГУЛАГа и пострадавшим от политических репрессий.

В отличие от памяти о Холокосте, исторический опыт ГУЛАГа часто вытесняется из семейной и исторической памяти людей, оставаясь непережитым и неосознанным опытом. Как отмечает профессор Лейденского университета Эрнст ван Альфен, отчасти это связано с тем, что в советском контексте существует проблема идентификации понятия жертвы<sup>5</sup>. В разные периоды советской истории палач мог стать жертвой, затем вновь палачом. И даже на несложный вопрос «Кто был виновен?» далеко не всегда можно дать ясный ответ. Как следствие, в России не существует полного списка жертв и палачей, не развита система мемориалов, музеев и памятников. Кроме того, прошло совсем немного времени с момента распада СССР. Несмотря на то, что Холокост продолжался пять лет, а ГУЛАГ просуществовал три десятилетия, временная дистанция между окончанием советского периода и современной Россией все еще слишком коротка. Возможно, нужно подождать еще двадцать лет, чтобы знание истории сталинизма оказалось по-настоящему востребованным.

Тем не менее в последние десятилетия появились организации, специализирующиеся на помощи жертвам политических репрессий. Это направление деятельности началось в конце 1990-х годов и получило свое развитие уже в 2000-е годы. Например, в 2012 году волонтерская социальная служба пермского «Мемориала» запустила социальный проект «Вместе», включающий в себя три этапа. Первый из них был посвящен развитию психологических и когнитивных способностей пожилых людей. На консультациях подопечные обучались инструментам самопомощи в пожилом возрасте, а также работе с посттравматическим стрессовым синдромом — психологической травмой, полученной в результате страданий в годы политических репрессий. В основе второго курса лежала программа медико-социальной помощи пожилым людям с участием волонтеров. Эта работа велась в форме групповых занятий, на которых обсуждались вопросы здорового образа жизни. И, наконец, третий курс был направлен на развитие компьютерной грамотности. Помимо новых знаний в этой сфере, обучение отразилось на улучшении когнитивных функций — памяти, внимании, мышлении. Кроме Международного Мемориала и Фонда Солженицына в современной России пострадавшим от ГУЛАГа помогают Фонд Памяти, Бутовский мемориальный комплекс, Российская ассоциация жертв незаконных политических репрессий, Московская ассоциация жертв политических репрессий, Московский Мемориал и Музей истории ГУЛАГа. Социально-волонтерский центр Музея оказывает не только материальную, медицинскую и социальную помощь своим подопечным, но и способствует сохранению исторической памяти и фиксации устной истории ГУЛАГа.

# Музей истории ГУЛАГа. История Социально- волонтерского центра

Идея создания центра помощи пожилым людям, пережившим массовые репрессии, возникла у директора Музея истории ГУЛАГа Романа Романова в 2013 году. В то время Музей запустил проект «Мой ГУЛАГ», посвященный записи видеointervью с людьми, прошедшими лагерь и ссылку. Героями съемок становились раскулаченные и депортированные, жертвы репрессий и их семьи, дети, родившиеся в лагере, побывавшие в детских домах «особого режима», носившие клеймо сына или дочери «врага народа».

Во время съемок первых видеointervью режиссеры фильмов столкнулись с тем, что многие из героев — одинокие люди пожилого возраста. В силу пережитого травматического опыта не все смогли создать семью и остро нуждались в бытовой и социальной помощи, некоторые из них становились жертвами мошенников и были не в силах противостоять несправедливости в одиночку. Так было принято решение о создании в Музее истории ГУЛАГа Социально-волонтерского центра.

Первым сотрудником Центра стала Александра Ювженко. Саша сформировала анкету волонтера и базу добровольцев, основу которой составили знакомые сотрудников Музея и съемочной группы. Из 100 человек, появившихся за первый год работы Центра, в инициативах Музея поначалу участвовали только 10. Волонтеры навещали подопечных на дому, поздравляли с праздниками, устраивали чаепития в Музее.

В 2015 году руководителем Центра стала Варвара Усаневич. Варя расширила анкету: теперь в ней можно было отметить удобный график занятости и географию передвижений волонтера, а также наиболее интересный для него способ волонтерской деятельности. Музей разместил анкету во входной зоне и на сайте — база стала пополняться.

Сейчас в месяц приходит около десяти новых заявок: одни записываются в Центр после знакомства с экспозицией, другие узнают из интернета, кому-то рассказывают друзья. Координатор Центра встречается с каждым претендентом и проводит небольшое собеседование.

В начале сотрудничества волонтеры подписывают кодекс, в котором зафиксированы основные правила и принципы работы: солидарность, добровольность, вовлеченность, безвозмездность, добросовестность, законность. Одно из условий работы заключается в том, что волонтер получает только одну задачу — пока он ее не выполнит, новая не появится. Доброволец становится лицом Музея, поэтому он всегда должен быть доброжелателен, вежлив, опрятен.

Социально-волонтерский центр курирует 125 подопечных и объединяет 890 волонтеров разного возраста, из которых 210 человек постоянно находятся на связи с Музеем. Центр старается реагировать на все просьбы подопечных и уделять внимание каждому вопросу. Волонтеры помогают людям преклонного возраста с уборкой по дому и покупкой продуктов, сопровождают в больницы и поликлиники, посещают с ними спектакли и выставки. Однажды после смерти одинокой подопечной

Социально-волонтерский центр с помощью спонсоров организовал похороны, установку памятника и уход за могилой — больше этим заниматься было некому. С тех пор Центру неоднократно приходилось повторять этот печальный опыт.

Раз в месяц для подопечных, способных выходить из дома, проводятся мероприятия в Музее истории ГУЛАГа. Гостей приглашают на концерт или просмотр фильма, после чего волонтеры устраивают для них обед. Это очень важные события для подопечных — своего рода «выход в свет», когда есть возможность пообщаться друг с другом и с волонтерами. С 2017 года по инициативе одного из волонтеров Музей организует Дни красоты, во время которых женщины могут воспользоваться услугами косметолога.

С 2016 года при участии аппарата уполномоченного по правам человека в России в Музее проходят Дни правовой помощи: профессиональные адвокаты проводят бесплатные юридические консультации для подопечных Центра. Особое внимание уделяется вопросам о льготах жертвам политических репрессий, социальной помощи репрессированным, защите жилищных и медико-социальных прав и пенсионному законодательству.

Чтобы расширить способы взаимодействия волонтера и подопечного, в Социально-волонтерском центре существует большая культурная программа. Центр сотрудничает с ведущими театрами и музеями Москвы и Московской области. Среди постоянных культурных партнеров: Театр имени А. С. Пушкина, Театр на Таганке, Театр наций, «Сатирикон», «Современник» и многие другие.

Раз в три месяца волонтеры вместе с руководителем Центра посещают достопримечательности, после чего отправляются в кафе и обсуждают свою работу, делятся впечатлениями. Общение волонтеров друг с другом важно для поддержания духа сообщества, психологической разгрузки и обмена опытом.

Кроме участия в жизни подопечных, волонтеры помогают зрителям в залах Музея во время крупных мероприятий, расшифровывают интервью для проекта «Мой ГУЛАГ», переводят тексты на иностранные языки, участвуют в издательской программе Музея, а также в комплекции и описании фондов. Так, волонтеры вместе с сотрудниками отдела хранения Музея разбирали и описывали объекты, привезенные из экспедиции в бывший лагерь «Бутугычаг» Магаданской области, где с середины 1940-х годов силами заключенных добывали урановую руду для создания первого советского ядерного оружия.

Волонтеры ежегодно участвуют в субботниках на бывших расстрельных полигонах и местах массовых захоронений жертв репрессий в Бутово и Коммунарке.

Для мотивации волонтеров Музей истории ГУЛАГа совместно с ведущими музеями Москвы разработал карту лояльности «Спутник», которая дает право бесплатного прохода на крупнейшие площадки и постоянные экспозиции Третьяковской галереи, Политехнического музея, Музея современного искусства «Гараж», Государственного исторического музея, Дарвиновского музея и других. Помимо этого, карта предоставляет бонусы партнерам программы.

Социально-волонтерский центр Музея истории ГУЛАГа дважды становился победителем конкурса «Доброволец Москвы» — в 2016 году в номинации «Культурное волонтерство», а в 2018 году в номинации «Лучший волонтерский проект». На XX Международном фестивале «Интермузей» Центр был признан «Лучшим проектом, направленным на социальное взаимодействие».

Сегодня в Центре работают три человека. В 2018 году Центр выиграл грант Мэра Москвы на реализацию проекта «Психология заботы». В рамках проекта каждый волонтер ежемесячно получал помощь профессионального психолога и навещал подопечного один раз в неделю на протяжении четырех месяцев. Во время встреч волонтеры записывали воспоминания подопечных, которые и легли в основу этой книги.

# «Психология заботы»: об опыте проекта

Для того чтобы улучшить качество помощи, а также найти индивидуальный подход к волонтерам и подопечным, был разработан проект «Психология заботы».

Его суть заключается в том, что за одним подопечным закрепляется один волонтер. На протяжении четырех месяцев доброволец навещает пожилого человека каждую неделю, оказывает ему бытовую помощь, а также записывает воспоминания.

Кроме того, волонтеры в течение месяца слушают специально разработанные лекции клинического психолога. Ежемесячно проводятся групповые психотерапевтические сессии, где участники проекта могут обменяться опытом.

Чтобы воплотить проект в жизнь, весной 2018 года Социально-волонтерский центр подал заявку на Конкурс грантов Мэра Москвы, который проводит Комитет общественных связей и молодежной политики города Москвы.

10 октября 2018 года проект «Психология заботы» получил грант Мэра Москвы. Началась работа. Первым делом были организованы встречи со студентами вузов, в которых есть волонтерские движения, а также проинформированы волонтеры, которые уже взаимодействовали с Центром.

Следующим шагом стало привлечение подопечных в проект. Это было непросто: не каждый пожилой человек согласится пускать кого-то к себе домой каждую неделю. Важно подробно рассказать о проекте и его возможных положительных результатах.

О датах и времени проведения лекций и психотерапевтических сессий сообщалось в закрытой группе в Facebook, там же публиковались фотографии и видеозаписи лекций для волонтеров.

В ноябре 2018 года для 32 волонтеров начались лекции психолога Валерия Наумова. Он разработал цикл, состоявший из следующих тем: «Типология личности и характера. Возрастная психология, особенности работы с пожилыми людьми», «Психология утраты и травмы», «Особенности травматизации в историческом контексте репрессий на территории СССР», «Профессиональное выгорание; методы психогигиены для волонтера». Во время кофе-брейков у волонтеров была возможность обсудить с психологом личные ситуации, возникающие во время проекта.

После итоговой лекции было проведено собрание, на котором волонтеры выбрали себе пару из подопечных, согласившихся принимать участие в проекте. Немаловажным в выборе был территориальный признак, а также личные истории и прежние знакомства, если они уже состоялись.

Сразу же после обучения волонтеры начали посещать подопечных один раз в неделю. Особенно полезным было получение обратной связи и постоянное общение: ребята писали руководителю проекта небольшие отчеты о посещениях, присылали фотографии, а также рассказывали

о просьбах, возникавших у подопечных. Благодаря этому Центр стал больше узнавать о бытовых условиях и проблемах каждого подопечного, быстрее реагировать на их запросы.

В конце каждого месяца центр проводил психотерапевтические сессии. Психолог Валерий Наумов назначал несколько часов приема, чтобы разделить волонтеров на группы — это давало возможность создать камерную обстановку. Волонтеры знакомились между собой, рассказывали о своих визитах, делились радостями и сложностями: что делать, если подопечный постоянно старается угостить едой или чрезмерно опекает? Как быть с различиями в мировоззрении? Были рассказаны и забавные случаи.

С каждой психотерапевтической сессией ребята чувствовали, что они не одни, находили ответы на свои вопросы в опыте других волонтеров, а иногда и успешно разбирались с личными переживаниями.

К концу первого этапа проекта образовалось семь пар подопечных и волонтеров, которые стали настоящими друзьями и продолжают общаться между собой.

В завершение Центр провел итоговое собрание для всех участников проекта, на котором показал отчет о работе и фотографии. Волонтеры получили памятные подарки от Музея и карту волонтера «Спутник», позволяющую в течение года посещать 17 крупных музеев Москвы бесплатно. Поощрение волонтеров — важная часть любого волонтерского проекта. По итогам первого этапа Музей и Фонд Памяти признали проект «Психология заботы» успешным и открыли новый набор и начали обучение волонтеров.

# Валерий Наумов: заметки психолога

## Волонтерское движение и психология

Участие психолога в программе, реализуемой в рамках волонтерского движения, — явление достаточно новое для нашей страны. Психологическая поддержка волонтерства имеет более сложившуюся историю за рубежом, где специалисты в области психологии и психотерапии участвуют как на стадии обучения волонтеров, так и на этапах реализации различных волонтерских программ. Причины для этого очевидны: некоторое погружение в нюансы такой работы как на стадии подготовки, так и в процессе работы позволяет избежать неожиданностей, риска травматизации и выгорания. Менеджеры волонтерских команд также учатся замечать сигналы, свидетельствующие о травматизации команды, использовать методы ее преодоления и понимать, когда просить о помощи.

Однако если отечественное волонтерское движение неуклонно развивается в самом широком смысле, психологические компоненты еще далеко не всегда вписываются в культуру волонтерства. Да и практическая психология еще не всегда успевает за нарабатываемыми исследованиями и методиками поддержки. При этом многомерная картина целого ряда важнейших аспектов психологии человека, раскрывающаяся в рамках, например, такого замечательного проекта, как «Психология заботы», заинтересовала бы любого профессионального психолога. Связь поколений и трансгенерационная передача травмы, особенности психологии преклонного возраста, психические механизмы совладания с утратой и травматизацией, особенности организации личности и характера человека, увлеченного волонтерским движением, формы психологической поддержки, требующейся для более безопасной работы волонтера, — пылкий психолог-исследователь и неутомимый практик в области психологии найдет в этом проекте все это и многое, многое другое. Таким образом, не только психология может помочь в реализации такого проекта, но и сам проект — подарок для современной отечественной практической психологии, которая постепенно находит все новые области, где она может быть востребована.

Такое взаимно обогащающее переплетение волонтерского движения и психологии может быть для нашей сегодняшней реальности роскошью. Со временем это становится более доступно, но пока далеко не везде, наверняка не в большинстве волонтерских проектов. Как и в других аспектах опыта Государственного музея истории ГУЛАГа, в части такого взаимодействия социально-волонтерским центром накоплен определенный опыт, которым лидеры проекта всегда готовы делиться. Насколько психологическая поддержка окажется доступной, зависит от многих факторов. Однако при всей ее очевидной полезности не психология как наука и не психотерапия как ремесло определяют успешность и ценность проекта для подопечных и волонтеров. Смыслообразующим центром всего является коллективная личностная зрелость и готовность команды волонтеров осуществлять такую работу.

«Дороги, которые мы выбираем»: что ищет и находит для себя каждый участник проекта «Психология заботы»?

Только на первый взгляд удивительно, насколько разными могут быть волонтеры. Казалось бы, идеология помощи нуждающимся, внимание к определенной категории подопечных — жертвам политических репрессий, находящимся в преклонном возрасте, — должны объединять какую-то предсказуемо определенную группу единомышленников. Ожидаемо, что участием в проекте могут заинтересоваться историки и культурологи, начинающие или состоявшие литераторы и журналисты. Однако опыт работы в проекте показывает, что в действительности проект объединяет людей с самыми разными интересами и судьбами. «Есть ли какой-то определенный профиль волонтера проекта “Психология заботы”, соответствую ли я этому профилю?» — это вопрос, который могут задавать себе те, кто размышляет об участии в проекте или подобном начинании в любом другом городе. Оказывается, что не соответствовать невозможно: команду составляют люди самых разных возрастов, рода занятий, мнений и убеждений. Наверное, в этом есть и свой, не сразу бросающийся в глаза, дополнительный ресурс, который придает этому проекту ценности и жизнеспособности. Именно индивидуальность каждого, некоторая непохожесть друг на друга, оказывается фактором, который сближает команду. Наверное, в этом гораздо больше логики, чем можно было бы ожидать. Молодые делятся современным взглядом на мир и общество, зрелые — богатым жизненным опытом. И впечатления, и переживания от работы с подопечными во многом зависят от личной истории волонтера, но во многом и разделяемы всеми, независимо от принадлежности к определенному поколению. Невероятно интересными становятся обсуждения в группах! Если кто-то отваживается говорить о трудностях, с которыми сталкивается во время работы, другие участники с облегчением обнаруживают похожие переживания и охотно делятся собственным опытом взаимодействия с подопечными, какими-то находками, позволившими им преодолеть свои сложности. Частые переживания на тему, как именно говорить с подопечными, что говорить, собственная стеснительность — все это уходит уже после первых двух-трех встреч с подопечным, придавая волонтеру совершенную уверенность в себе и своей ценности. Быстро становится очевидным, что полезность волонтера не в отсутствии стеснительности, не в каких-то особых словах, которые «нужно обязательно найти», а в том самом обычном человеческом присутствии в жизни человека с трудной, но такой содержательной историей.

Многие волонтеры именно с приходом в проект могут найти то, чего им не хватает: друзей, единомышленников, собеседников, человека, который в них нуждается, наконец. Поэтому вопрос «Почему я стал волонтером?» не так однозначен. Быть полезным другим — важная составляющая ощущения собственной значимости, самоуважения, чувства удовлетворения от своей деятельности. Вместе с тем каждый волонтер находит и что-то, в чем сам нуждается: в более широком и объективном понимании истории своей страны и своего народа, в смелом взгляде на свое собственное будущее и итоги своей жизни, что-то смыслообразующее в каждом проживаемом дне. Такое сообщество, в котором реализуются и свобода мышления, и свобода общения, и разница мнений без присущего этому явлению напряжения, найти удается достаточно редко. «Психология заботы» предоставляет такую возможность любому, как и возможность создать похожую команду

единомышленников там, где объединиться в единый организм неравнодушным людям из разных слоев общества и разных поколений почти невозможно.

### Кто Я?

Счастлив тот, кто может без труда ответить на этот вопрос. Формирование уверенного представления о самом себе происходит всю жизнь, дополняется новыми смыслами, не терпит тайн и неизвестности. И один из важнейших факторов — это понимание себя как представителя нового поколения, которое унаследовало опыт, трудности, боль, достижения поколений предшествующих. Без преемственности поколений не может сложиться полноценное представление о себе, и притвориться, что в каждом из нас нет пустоты, связанной с незнанием жизнеописания наших предков, невозможно. Знание о ранах, стыде, боли наших предшественников не страшно — страшно незнание. Большое число психологических трудностей, с которыми может столкнуться человек, вообще связано с защитной попыткой «не знать». Если очень упрощать, с этим связан и феномен трансгенерационной передачи травмы, унаследования последующими поколениями механизмов, как будто и позволяющих жить, изолируя в своем внутреннем мире и игнорируя какие-то пустоты. Но тайна о таких пустотах сохраняется в каждом новом поколении, становясь все более и более значительной, крадущей свободу мышления, чувств, самореализации во всех смыслах этого слова. Часто бывает, что человек страдает от мысли «со мной что-то не так». Причиной же для этого вполне может быть переживаемая с детства невозможность опереться на достоверное знание чего-то очень важного о своих родителях, дедушках и бабушках, прадедушках и прабабушках. «Психология заботы» открывает волонтерам возможность узнавать, думать, осмысливать опыт предыдущих поколений, и, как ни парадоксально, в равной степени для потомков репрессированных и потомков тех, кто осуществлял репрессии. Было бы ошибкой думать, что пострадали только те, кто был неза заслуженно обвинен. Незаживающие раны образовались и у тех, кто был «на другой стороне», и это такая же травма для души, и она так же не будет давать покоя потомкам. Соприкосновение с этой историей, смелое ее исследование оказывают неоценимое влияние на собственное душевное благополучие. В конце концов, здоровая завершенность картины мира включает все цвета. Попытка «не сталкиваться» с какой-то частью реальности, прошлого, настоящего, «не увидеть» или «побороть» то, что не нравится, ведет к ошибкам в понимании самого себя. Велик соблазн присвоить знаки «плюс» или «минус» событиям прошлого и отрицать минусы, однако отрицание части прошлого неизбежно ведет к искажению настоящего. Проект «Психология заботы» в том числе и способ написать свою картину мира без смысловых ограничений и искажений.

Возможно, и этот аспект работы волонтера в проекте «Психология заботы» делает свой вклад в то, какими становятся волонтеры к окончанию работы в проекте. Их суждения становятся более сложными, возникает впечатление, что они даже говорят медленнее, с постоянным взглядом внутрь себя и смелостью задавать себе вопросы, на которые они пока могут и не знать ответа. Это означает, что, став поддержкой для другого, человек и свои тайные душевные «пустоты» смог наполнить жизнью во всех ее проявлениях.

### О смысле жизни

В этом заголовке заключена ирония, смысл жизни — неисчерпаемая и, наверное, не до конца постижимая тема, столь же древняя, сколь древним может являться человеческое сознание. Наверное, серьезнее было бы сказать о «еще одном смысле жизни», который обнаруживается каждым волонтером и которому каждый волонтер дает свое собственное название. Страх своего старения зачастую заставляет нас отворачиваться даже от родных нам стариков. Но страх определяет ограничения, тогда как преодоление страха определяет свободу. Осмысление жизни человека, находящегося в преклонном возрасте, могло бы столкнуть нас с тем, чего мы боимся: с отчаянием и одиночеством. В действительности же очень приятно слышать, когда волонтеры говорят о том, насколько содержательным, насыщенным, самодостаточным предстает перед ними бытие их подопечных. И уже не столь удивительным становится «неожиданный» феномен: притом что подопечные нуждаются в нашей поддержке, они же являются для нас примером неукротимой способности человека преодолевать даже самые тяжелые события в своей жизни или жизни своих близких, сохраняя и зачастую преумножая силу своего характера для самоопределения, самореализации, профессиональной и личностной. Такое обнаружение помогает и волонтеру в его или ее непростых вопросах собственного будущего.

Существует и еще один немаловажный аспект в жизни каждого думающего человека: попытки с течением времени снова и снова задавать себе вопрос, насколько наша жизнь наполнена смыслом. С этим часто сопряжены и так называемые возрастные кризисы, когда мы не обнаруживаем, в какую область мы могли бы вложить свою душу и время. Профессиональная реализация, образование нам помогают лишь отчасти: к сожалению, далеко не все могут испытывать счастье посвящать свою жизнь тому делу, которое они могли бы искренне любить. Для многих из нас даже поиск такого дела в своей собственной фантазии затягивается на десятилетия. И волонтерская деятельность привлекает большое количество людей в том числе и потому, что дает каждому возможность такое дело найти. Груз ответственности за свою жизнь и за благополучие наших близких оказывается не столь тяжелым, когда мы можем снова и снова выходить из предсказуемой рутины нашего бытия и обнаруживать себя тем незаменимым человеком, которого всегда ждут наши подопечные.

Арина Коледова, Эльга Юделевна  
Силина, Майя Яковлевна Боярская;  
Алексей Стехов, Елена Владимировна  
Маркова; Ольга Хотимская, Маргарита  
Даниловна Андрющенко; Галина  
Ускова, Гюльнар Аслямовна Мамлеева;  
Ольга Беляева, Зинаида Платоновна  
Волкова; Анна Удалова, Галина  
Николаевна Герман; Мария Искрина,  
Кима Алексеевна Дандурова; Галина  
Мазина, Лия Степановна Малинина;  
Елена Касаткина, Александр Андреевич  
Грицаюк; Светлана Савельева, Татьяна

Казимировна Анохина; Евгений Сучков,  
Алексей Георгиевич Нестеренко;  
Мария Титова, Елена Николаевна  
Острина; Татьяна Кирюхина, Владимир  
Николаевич Осипов; Анна Толстухина,  
Алла Владимировна Обуховская;  
Евгения Ершова, Галина Денисовна  
Зацепина; Марина Власкина, Елена  
Константиновна Пугаева; Ольга  
Кузнецова, Ирина Александровна  
Соловьева; Валерий Харламов, Ирина  
Михайловна Крыжановская; Диана  
Дзис, Инна Александровна Акдальдер

# Арина Коледова:



## «Я обрела двух близких людей, которые щедро делятся своим теплом и мудростью, крепостью духа»

Я пришла в волонтерский проект «Психология заботы» со своими «корыстными» целями психологического характера. Поначалу я даже не представляла, какую могу оказать поддержку своим подопечным, которые сами очень опекающие и в этом смысле самодостаточные люди. Я решилась на этот опыт, чтобы проникнуть в историю их детства. Так сложилось, что у меня с родителями нет близких и доверительных отношений. В семье было много отвержения и насилия, в первую очередь эмоционального, и в этой связи меня всегда волновали вопросы: почему так устроена жизнь внутри общества, семьи и как это связано?

Я выросла благодаря своим бабушкам — заботились и по-настоящему мною интересовались именно они. Однако став самостоятельной и взрослой, я заметила, что по-прежнему ощущаю себя заложницей той «тюрьмы», и родительская модель воспроизводится мною теперь уже по отношению к самой себе. Так я обнаружила острую потребность в поддержке, доверии и принятии. И, к счастью, такая возможность пришла в мою жизнь.

Я наконец нашла ответ на давно мучивший меня вопрос — стало очевидным влияние травматичного прошлого на жизнь уже взрослой личности. Это повсеместное притеснение из поколения в поколение, а в особенно отчаянные времена истребление инакомыслящих, перешло в подсознательный, животный страх высунуться и заплатить жизнью за правду. Страх думать, страх говорить. Мне видится здесь закономерность в глобальном и локальном «отмораживании» чувств и рассудка — почему у нас столько разных «отношений» к прошлому и оправдания зверств — нет разрешения себе на правдивое и страшное признание и называние вещей своими именами, такая игра в прятки под громкие лозунги.

Участие в проекте позволило мне узнать из первых уст, как мои подо-

печные — Майя Яколевна Боярская и Эльга Юделевна Силина, — имея в детстве и юности столько ограничений в правах и возможностях, все же смогли стать и остаются по сей день активными и счастливыми людьми. При всех сложностях, при всем чудовищном страхе, который и сегодня до конца не ушел, они остались чуткими, человечными и здравомыслящими. Для меня это очень жизнеутверждающий и вдохновляющий пример того, как много значит опора, которая формируется из любви, заботы, радости, бескомпромиссной честной жизни — всего того, чему научили и что оставили им в наследство их отцы, преступным образом вырванные из жизни. У обеих подопечных были удивительные матери, которые через всю жизнь пронесли образ любящего и любимого мужа и отца. И я убедилась, что счастливое детство не может оборваться из-за разрыва физической связи, не может исчезнуть бесследно, даже если времени, когда все были вместе, так ничтожно мало, что почти не сохранилось в памяти. Пока есть этот образ, он питает и охраняет от подлости, трусости, лжи и насилия, поддерживая твою жизнь.

Помочь зафиксировать устные воспоминания пострадавших в годы репрессий для меня огромная

психология заботы  
**аккаунт-менеджер  
 в архитектурной  
 компании,  
 27 лет**

честь. И я благодарю за этот подарок — кроме знакомства с замечательными семьями, я обрела двух близких людей, которые щедро делятся теплом, мудростью и крепостью духа.

Первая встреча с Эльгой Юделев-ной Силиной произошла 14 декабря 2018 года, в 59-ю годовщину ее назначения на должность лекционного ассистента, начала ее научной деятельности. На тот момент ей было 87 лет, сейчас уже 88. Мы много говорим о репрессированных и их удивительном наследии — книгах.

Иногда мы меняемся ролями — Эльга Юделевна не так хорошо владеет современными средствами связи, детали и неочевидные операции уже запоминает с трудом и иногда просит меня помочь решить тот или иной вопрос, для меня совершенно пустячный. Я всегда делаю это с радостью, потому что всякий раз вижу ее неподдельное восхищение. Научила ее паре «фишечек» в обращении с техникой и интернет-серфингом — вот и мне удалось почувствовать себя хорошей учительницей. Однажды она встретила меня словами: «Пойдем, я в фейсбуке репостнула одну статью, тебе точно будет интересно».

Еще один очень дорогой мне человек — Майя Яковлевна Боярская. Она недавно отметила 94-й день рождения. Майе Яковлевне «повезло» чуть больше — ее отца арестовали, когда ей было 14 лет. Она запомнила его как эталон правдивости, мужественности, интеллигентности. По профессии Майя Яковлевна врач-ревматолог, она спасла сотни жизней. В этой хрупкой и миниатюрной женщине столько выдержки, силы и любви! История с одной ее пациенткой из Грузии — Ниной — позволила мне многое понять. Нина страдала от порока сердца, в операции ей

отказывали из-за большого риска для жизни. Майя Яковлевна проявила себя как проницательный и чуткий доктор, добилась, чтобы ее пациентку осмотрел хирург, и убедила его в необходимости оперативного вмешательства. Ниночку прооперировали, все прошло хорошо, она поправилась и уехала домой. Иногда они переписывались. Майя Яковлевна со многими пациентами поддерживала связь после их выздоровления. Позже вместе с мужем они навещали Нину в Грузии, их встречали как дорогих гостей. Ниночка вышла замуж, ждала ребенка, но жизнь ее все же оборвалась в 27 лет. Когда Майя Яковлевна рассказывала о ней, я еще не знала, чем закончится эта история, но по ее глазам я видела, как ей до сих пор горько от того, что Ниночка прожила немного. И такая пациентка у нее не единственная.

Майя Яковлевна всю свою жизнь занималась спортом, много путешествовала, ходила в походы. С мужем они объездили всю Россию и бывшие советские республики, а после его смерти она освоила Европу и побывала в Канаде. Однако у нее осталась неосуществленная мечта — Байкал. Когда я спросила, хотелось бы ей туда поехать, она ответила: «Есть стимул дожить до лета».

Мою волонтерскую историю можно назвать «Возвращение» — так же, как историко-литературное общество, которое вместе с другими «колымчанами» основала мама Эльги Юделевны — Ольга Адамова-Слиозберг. Она про отношения, про взросление в них, про раскрытие сердца и осмысление своего влияния на других, про признание ценности в близости. И это постоянное обращение заботы друг о друге — суть человеческого взаимодействия и большое счастье для меня.



## «Когда брату было 10 лет, он написал маме письмо на Колыму: “Когда уж кончится твоя проклятая командировка?”»

Мои родители познакомились в Москве, мама училась в университете, а папа там преподавал. Отец, Захгейм Юдель Рувимович, родился в 1898 году в Витебске в религиозной семье, учился в еврейской школе, потом в гимназии и демонстрировал по всем предметам блестящие успехи, за исключением русского языка. Когда выехал из черты оседлости, русского он не знал. Но папа был очень способным, довольно быстро выучил язык и в 1922 году поступил в Академию коммунистического воспитания им. Н. К. Крупской. Отец был атеистом, но интересовался различными религиями и хорошо в них разбирался, и еще во время обучения его пригласили читать лекции по истории религий. Учась на четвертом курсе, папа начал преподавать курс по истории биологии на биологическом факультете. Он был прекрасным лектором, рассказчиком и собеседником. Не ограничивался лекциями и семинарами,

водил своих студентов на концерты и выставки, а в музеях вокруг него собирались толпы экскурсантов. Он был прирожденным педагогом и настоящим энциклопедистом.

Мамины предки имели право жить вне черты оседлости и поселились сначала в Москве, но после покушения на царя, в котором участвовал еврей, из Москвы изгнали всех евреев. Так семья Слиозберг оказалась в Самаре, где в 1902 году и родилась моя мама Ольга Львовна.

Родители поженились в 1929 году, но официально брак не регистрировали. В то время так было принято и даже поддерживалось властью. В 1930 году родился мой брат Саша, а я появилась в 1931-м. Когда я родилась, мама думала, как меня назвать. К отчеству Юделевна было непросто подобрать звучное имя. Маме очень нравилось имя Ольга, но у евреев принято не называть детей именами



## Арест отца был для нас совершенно неожиданным. Его обвинили в том, что он троцкист-террорист, участвующий в заговоре против Сталина.

живых близких родственников. Она объясняла происхождение моего имени так: «Я взяла “Ольгу”, из “О” вырезала кусочек, положила поперек, и получилась Эльга». Домашние меня зовут Элла. Так и мама меня всегда звала. Фамилия Закгейм, которую я носила 25 лет, на идиш означает «семья их священо». Получается, и я из святых потомков. И среди атеистов могут быть святые, это же не чисто религиозные вещи, это облик человека высочайшей нравственности.

В 1930-е годы папа был доцентом и заместителем декана биологического факультета университета. Проводилась какая-то кадровая проверка преподавателей, в ходе которой выяснилось, что у доцента Закгейма нет научной степени. Отца вызвал директор и предупредил, что ему нужно срочно защитить диссертацию, иначе будут неприятности, вплоть до увольнения. Задача казалась почти невыполнимой: у отца было

свойство — рассказывал он блестяще, а писал очень трудно. Тогда мама предложила: давай, ты будешь мне рассказывать свою мысль, а я буду писать... И вот папа ходит по комнате, носит при этом меня, может быть, под мышкой, говорит маме какой-то тезис, она записывает. Кажется, через месяц диссертация была готова, и отец ее блестяще защитил. Эта проблема отпала. Но возникла другая — вскоре папу арестовали.

Арест отца был для нас совершенно неожиданным. Его обвинили в том, что он троцкист-террорист, участвующий в заговоре против Сталина. У них в университете действовал своего рода кружок, где обсуждали политическую ситуацию в стране. Туда входили не только студенты, но и преподаватели. Студенты не могли не интересоваться всем этим, потому что молодежь во все времена хочет все знать. Хотя папа не занимался политической работой, не был членом пар-



## Совершенно явно убирали тех, кто понимал, куда все идет. Сталин боялся людей, могущих составить ему конкуренцию.

тии, его оценка ситуации, конечно, могла влиять на студентов. Они его очень любили.

В деле отца — в протоколах допроса и очной ставки — я читала о том, что во время обсуждения возможного покушения на Сталина (пока тот едет в машине) отец настаивал на том, что принципиально против терроризма. «Изучайте историю, никогда и нигде террор ничего хорошего не дал», — говорил он. Узнать, когда Сталин едет в Кремль, было проще простого. Мой отец жил на Арбате, и Сталин каждый день проезжал мимо его дома. Этих слов оказалось достаточно, чтобы обвинить его в организации покушения на вождя.

В Московском университете была истреблена почти вся профессура. Мама вспоминала, как следователь спрашивал ее об одном профессоре, а она, думая, что спасает его, отвечала: «Это блестящий ученый, гордость страны — будущий второй

Тимирязев». На что этот мальчишка, который, не знаю, когда научился читать, глядя ей в глаза, сказал: «А нам такие и нужны, нам дураки не нужны». Совершенно явно убирали тех, кто понимал, куда все идет. Сталин боялся людей, могущих составить ему конкуренцию.

6 октября 1936 года папу расстреляли, но нам сообщили приговор — «10 лет без права переписки». В 1942 году мы получили известие о том, что наш отец умер от сердечной недостаточности. Тогда всем рассылали ложные свидетельства. Все эти годы мы думали, что он где-то есть, раз «без права переписки»... Но оказалось, все кончилось еще в 1936 году. Я лишилась отца, когда мне было 4,5 года, а брату 6 лет.

Через полтора месяца после папы арестовали и маму. Бабушка, как тысячи и тысячи родственников осужденных, сутками про-





## 6 октября 1936 года папу расстреляли, но нам сообщили приговор — «10 лет без права переписки».

1  
Каганович  
Лазарь Моисеевич  
(1893—1991) —  
советский  
государственный  
хозяйственный  
и партийный деятель,  
входил в ближайшее  
политическое  
окружение  
И. В. Сталина.

стаивала в очередях, чтобы хоть что-то узнать. В обвинительном заключении у мамы было написано: «Могла слышать антисоветские разговоры и не донесла», а также что она участвовала в заговоре об убийстве Кагановича<sup>1</sup>. Почему Кагановича, никто понять не мог. Потом это обвинение убрали. Маме дали 8 лет тюрьмы и 5 лет поражения в правах. Она отбывала срок наказания в тюрьмах на Соловках, в Казани и Суздале, в лагере на Колыме.

Из детской памяти у меня мало что осталось, но я помню, что у нас с братом было счастливое детство. Мама и папа были страстные родители, обожали нас. Когда их арестовали, мы попали к маминим родственникам. Нас любили, жалели, и поэтому, хоть мы и остались без родителей, я считала, что мы живем хорошо. Тем более долгое время мы вообще не знали, что они арестованы. Когда брату было 10 лет, он написал маме пись-

мо на Колыму: «Когда уж кончится твоя проклятая командировка?» Лагерные пункты, где заключенные валили лес, как известно, назывались «командировками»... Мама вспоминала, что они с женщинами горько смеялись, читая это письмо. Мы действительно очень долго были уверены, что наши родители в командировках. И тем более не знали, что отец погиб. Потом началась война, которая вообще все списала. Ни у кого не осталось отцов, все погибли.

Я встретилась с мамой в 1946 году, уже в 8-м классе. С той, именем которой меня столько лет воспитывали. Когда прибыл состав и она вышла из поезда, я наконец увидела ее и произнесла это слово: мама. Свое состояние я могу выразить только одним словом — «странно». Я плакала и смеялась одновременно. Странно было видеть маму и называть ее так, я не привыкла к ней и к этому обращению, нам нужно было знакомиться заново. Конечно,



## Маме дали 8 лет тюрьмы и 5 лет поражения в правах. Она отбывала срок наказания в тюрьмах на Соловках, в Казани и Суздале, в лагере на Колыме.

были и письма, и в семье много говорили о ней, но это было другое. Мама была здесь, рядом с нами, и в это было трудно поверить. Мы так привыкли ждать ее из «проклятой командировки».

Мама стала центром внимания всей семьи: несчастная, пострадавшая, любимая. Мамины родственники принимали огромное участие в нашей жизни и маминой судьбе, и никто не боялся об этом открыто говорить. Муж сестры Полины, член правительства, взял на себя ответственность за детей, хотя мог за это пострадать. Шел на большой риск, когда хлопотал за маму, ее брат Михаил Львович, главный инженер военного завода. Я видела отношение к маме и понимала, что она — самый главный для меня человек, мама — божество. Я всегда была в ее внимании — это для мамы, мама будет недовольна и т. п. Получается, она через своих родственников занималась моим воспитанием.

Маме не разрешалось жить в Москве, только за «сто первым километром». Она прописалась в Гусь-Хрустальном у хорошей женщины, которой платила за квартиру. Они договорились, что если мамой начнут интересоваться, хозяйка тут же даст знать: все-таки за 100 км в один день вернуться можно. И мама жила с нами, пряталась от каждого звонка, боялась всего. Все три года мы ждали с минуты на минуту, что за ней придут.

Мама взвалила на себя основную работу по хозяйству и нашему воспитанию. У нее были замечательные руки, она прекрасно рукодельничала. Сшила мне беленькое платьице из какой-то простыни. Пояс от этого платья, весь вышитый гладью, я отдала в Музей истории ГУЛАГа. Мама очень любила литературу, не могла жить без книг и очень страдала от того, что я мало читаю. Мы с ней много разговаривали,





## В обвинительном заключении у мамы было написано: «Могла слышать антисоветские разговоры и не донесла».

2  
В 1948 году начались повторные аресты бывших политических заключенных. В соответствии с Указом Президиума Верховного Совета СССР от 21 февраля 1948 года «О направлении особо опасных государственных преступников по отбытии наказания в ссылку на поселение в отдаленные местности СССР» и на основании решений Особого совещания при МГБ СССР бывшие заключенные («повторники») направлялись в бессрочную ссылку на поселение.

она рассказывала о своей жизни в заключении, о людях, с которыми свела ее судьба. Я была первой слушательницей ее будущей книжки. У нее оказался писательский талант, о чем она не подозревала. Мама так легко записывала свои рассказы, их и редактировать было не нужно. Первый вариант книги она сделала еще в 1946—1949 годах, когда вырвалась с Колымы. Писать о лагерях было большой смелостью, поскольку при освобождении давали подписку о неразглашении, и в любой момент маму могли арестовать повторно. Рукописи мы помещали в бутылки и закапывали на даче. Когда мама вернулась через пять лет после второго ареста, мы ничего не нашли. Но она очень легко все восстановила и дописывала книгу еще 36 лет, до конца жизни. Мама писала о лагерях, о любимом муже, не предполагая, что книга будет художественным произведением. Ей было важно объяснить своим детям, как все было.

Я никогда не скрывала того, что мои родители репрессированы. Об этом знали все, об этом с самого начала знал и мой будущий муж Володя, с которым я познакомилась в десятом классе. В 14 лет, вступая в комсомол, на школьном комитете я заявила, что мои родители — умные, талантливые люди, ни в чем не виновны и осуждены ошибочно. Я в этом была твердо убеждена. Когда окончила институт, выяснилось, что у многих была такая же биография, но никто об этом не решался говорить.

Во второй раз маму арестовали 28 августа 1949 года. Она была на даче с больной бабушкой и почти слепым дедом. Они умерли практически сразу после ее ареста, просто не вынесли горя. Маму арестовали, как и всех «повторников»<sup>2</sup>, просто так, ни за что. Брали всех, выживших после 1937 года, ходили слухи, что по алфавиту. Мама на Колыме вышла замуж за Николая Адамова



## Мы с мамой много разговаривали, она рассказывала о своей жизни в заключении, о людях, с которыми свела ее судьба.

и фамилию поменяла, стала Адамова. Когда начались аресты, думала, ей это поможет — не помогло. Знали все, за всеми следили. В декабре 1949 года маму приговорили к бессрочной ссылке в Караганду. Потом она вернула девичью фамилию и стала Адамова-Слиозберг.

Мы с мамой были очень близки, я с ней делилась всем на свете, в том числе делами сердечными. Когда мама была в ссылке, кто-то пустил слух, будто отец Володи — полковник КГБ. Он действительно ходил в военной форме, был майором войск связи, а работал простым бухгалтером. Никакого отношения к КГБ, конечно, не имел. Мама знала, что мы с Володей уже шесть лет дружим, все идет к свадьбе, и была в ужасе от того, что я попаду в семью к кгбешнику. И в это время, весной 1954 года, Наум Коржавин<sup>3</sup>, который не был ссылкой, а жил в Караганде по собственной воле,

поехал в Москву. И мама этому необыкновенно умному человеку поручила разузнать, что за семья у Володи, а если действительно отец — кгбешник, как-то на меня повлиять. Я помню, мы ехали с ним в электричке на дачу, и он меня расспрашивал. Выяснив, что отец Володи майор связи и бухгалтер, Эмка сказал: «Да что ж они с ума сходят! Мама считает, что он полковник КГБ!» В общем, он успокоился по этому поводу и успокоил мою маму. «Женись!» — сказал своим неподражаемым тоном. Вот так мы и поженились в декабре 1954-го, когда мамина ссылка была отменена, и она смогла приехать на свадьбу. Мы прожили с мужем вместе еще 53 года, до конца его жизни.

Мама вернулась из ссылки в 52 года. У нее была пеллагра, больная печень, выпали все зубы, но в целом она была достаточно бодрой. Максимально, насколько могла, мама помогала своим уже





## Штampы «дети врага народа» и «еврей» очень повлияли на нашу с братом жизнь.

3

Наум Моисеевич Коржавин (14 октября 1925, Киев — 22 июня 2018, Дарем, Северная Каролина, США) — поэт, прозаик-публицист, переводчик, драматург, мемуарист

4

Дело врачей — 1951—1953 гг. — последний сфабрикованный процесс. Ведущие врачи-профессора Лечебно-санитарного управления Кремля обвинялись в заговоре, злонамеренном лечении и даже убийстве ряда советских руководителей. После смерти Сталина дело было закрыто, врачи освобождены.

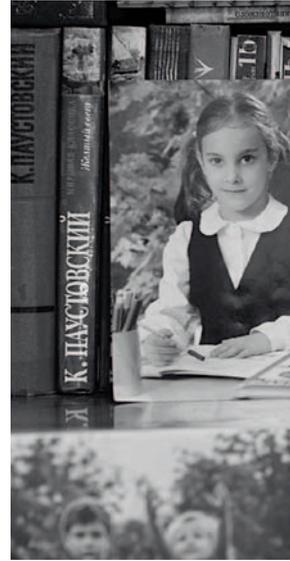
пожилым сестрам. Старалась как-то отблагодарить их за то совершенно неоценимое, что они сделали, воспитав двух ее детей.

Для прописки в Москве маме была нужна справка о реабилитации. Когда в 1956 году пришла за ней к следователю, тот показал на шкаф, где сплошь стояли папки «Дело №...», и сказал: «Там больше ста, и все это — университет. Я же не могу сразу разобраться». Мама спросила: «Много ли среди них живых?» «Ну, есть некоторые», — ответил он. «Нельзя ли с них начать? Я не имею права жить в Москве, у меня здесь дети, с которыми я столько лет была в разлуке...» Через неделю ей позвонили и сказали, что все готово и можно приходить за реабилитацией.

В 1949 году развернулась широкая кампания по борьбе с космополитизмом, на фоне которой резко усилился государственный анти-

семитизм, его вершиной стало знаменитое «Дело врачей»<sup>4</sup>. Целью этой кампании была депортация еврейского народа — надеялись, что евреи-«врачи-убийцы» так возмутят народ, что потребуется переместить всех их в далекий Биробиджан, чтобы спасти от неистовства толпы. Эта кампания очень повлияла на мою семью. Выросшая нас тетя была врачом и заведовала поликлиникой. От увольнения ее спасла огромная любовь пациентов поселка Нагатино, они не позволили ее уволить.

Штampы «дети врага народа» и «еврей» очень повлияли на нашу с братом жизнь. Моего чрезвычайно талантливого брата не приняли с золотой медалью в университет. Меня не приняли с золотой медалью в два пединститута — потом я узнала, что в 1949 году ни в один пединститут ни один еврей не был принят. А я с раннего детства так мечтала быть учительницей...

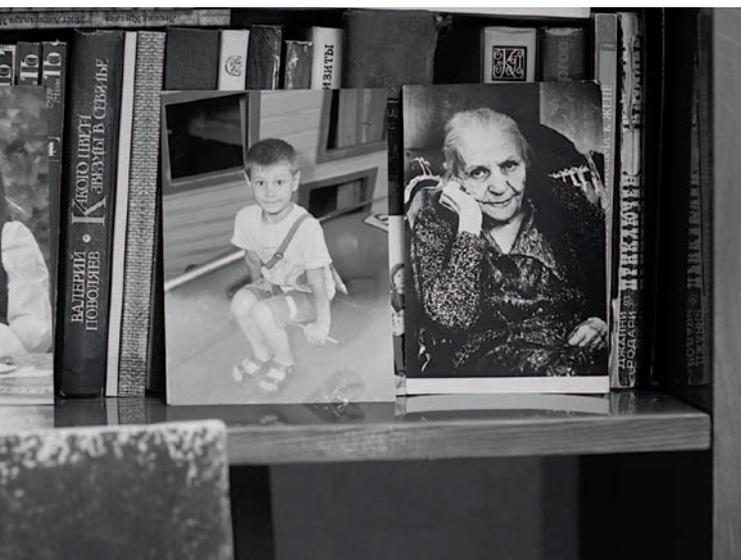


## Окончив институт с красным дипломом, я оказалась без места работы. Завод, на который меня распределили, от меня отказался.

Нас с братом приняли в Химико-технологический институт им. Д. И. Менделеева. Окончив институт с красным дипломом, я оказалась без места работы. Завод, на который меня распределили, от меня отказался. Я никак не могла устроиться на работу, ходила из одного места в другое, заполняла анкеты, а на следующий день мне неизменно сообщали, что вакансия уже закрыта. И так в пяти-шести местах. Мне было очень важно остаться в Москве, чтобы не лишиться квартиры: в то время должна была вернуться моя мама. Володя говорил: «Давай распишемся». Я отвечала: «Ты знаешь, Володь, твоя мама антисемитка в душе, она вообще недовольна, что я, дочь “врагов народа”, с тобой дружу — это может помешать твоей карьере. Она никогда в жизни не поверит, что я вышла замуж по любви, а не потому, что мне надо остаться в Москве. Я хочу сначала устроиться на работу, а потом мы с тобой спокойно распишемся,

это решено». В конце октября мне позвонила моя тетушка: в школе, где учился племянник, срочно требовался учитель химии. Я связалась с завучем, и на следующий день меня взяли на работу.

В 1959 году я решила поступить в аспирантуру. Все лето готовилась к экзаменам. По английскому языку и химии получила пять, а по истории партии — четыре. В сентябре мне сообщили, что я не прошла. Были приняты два человека, которые получили все пятерки — Зина Лещинская, мы вместе учились в институте, и парень по фамилии Епихин. Как-то мне позвонила Зина и сказала, что Епихин не мог получить пятерку по английскому: их распределяли по группам, и он попал в самую слабую, начального уровня. Я была довольно активная и настояла на том, чтобы ознакомиться с протоколом экзаменационной комиссии. Оказалось, что у него вместо пятерки стояла тройка. «Бывает, это ошибка,



## «На прощание я хочу Вам сказать, что Вы — антисемит». Он на меня пристально посмотрел и спросил: «Почему Вы так?»»

но сделать я ничего не могу», — сказал ректор. Забирая документы, я напоследок заглянула к проректору по научной работе, аспирантура была в его ведении. «На прощание я хочу Вам сказать, что Вы — антисемит». Он на меня пристально посмотрел и спросил: «Почему Вы так?» — «Потому что я не вижу других оснований меня не принять. Я получила одну четверку и две пятерки, у меня есть тема, есть руководитель, и у вас по институту недобор. Какие же у Вас еще могут быть причины, чтобы меня не взять?» В тот год действительно был сильный недобор в аспирантуру. Проректор, видимо, очень смутился и вдруг спросил: «Пойдете лекционным ассистентом?» Это была преподавательская должность. Три года выплачивалась зарплата в размере аспирантской стипендии, шел стаж работы (аспирантам не шел). Так же назначался руководитель, так же утверждалась тема, как и положено аспирантам. Так набирали «блат-

ных» — без экзаменов и с трудовым стажем. Я согласилась и уже в декабре 1959-го стала лекционным ассистентом — впервые в жизни «по благу».

Как бы там ни было, я все же стала преподавателем, пусть и без педагогического образования. Я была хорошим учителем, могу точно сказать. Во всяком случае, мои лекции были достаточно интересные, я никогда их не читала по бумажке. Наверное, это у меня от папы — он был блестящий педагог. Если говорить о моих регалиях, я — доцент, кандидат химических наук.

Моя мама всю свою оставшуюся жизнь поддерживала связь с женщинами-колымчанками, их в Москве оказалось довольно много. Они собирались каждую неделю по 8—12 человек, разговаривали, вспоминали. На одной из таких встреч в 1989 году мы с мамой были вместе и познакоми-



## Мамина книга «Путь» оказалась необыкновенно хорошей: она пережила пять изданий, много тысяч людей ее прочли.

лись с Семеном Самуиловичем Виленским<sup>5</sup>. Как всегда, было много воспоминаний, рассказов. Он тогда сказал маме: «Ольга Львовна, Вы так хорошо рассказываете, Вы не пробовали писать?» Мама сказала, что не только пробовала — все уже написано. Мамина рукопись давно «ходила» в самиздате. Очень многие откликнулись на книгу, напрашивались в гости. Никаких записывающих устройств тогда не было, но с мамой говорили часами. Однажды, еще в 1964 году, у нас дома раздался телефонный звонок: «Ольга Львовна, это говорит Маршак». Мама обомлела. Она потом передала их разговор, цитирую по памяти: «Вы написали хорошую книжку, сейчас ее не напечатают, но она будет жить. Завет старика: не давайте редактировать, у Вас замечательный язык. Вас захотят подправить и испортят хороший текст. Я сейчас болею, вот поправлюсь, и приходите в гости». Он так и не поправился, вскоре умер.

Виленский прочел мамины рукописи и понял, что должен включить их в книгу «Доднесь тяготее», составленную из воспоминаний узников ГУЛАГа, выходящую в августе 1989 года. Он сумел уговорить Баруздина — редактора журнала «Дружба народов» — напечатать журнальный вариант маминой книги в июльском номере, так как в августе уже было невозможно — после издания книги печатать в журнале нельзя.

Мамина книга «Путь»<sup>6</sup> оказалась необыкновенно хорошей: она пережила пять изданий, много тысяч людей ее прочли, и огромное количество отзывов получила мама, а после ее смерти — и я. Главная оценка в отзывах: «Книга потрясает».

У мамы была удивительная старость: к ней тянулись молодые люди, появлялись новые друзья. Жизнь ее была наполнена интересом и любовью. Ее снимали

5  
Семен Самуилович Виленский (13 июня 1928, Москва — 23 апреля 2016, там же) — бывший заключенный, советский диссидент, поэт, мемуарист и издатель. Основатель и глава историко-литературного общества «Возвращение» и журнала узников тоталитарных систем «Воля».

6  
Адамова-Слиозберг О. Путь. М.: Возвращение, 1993, 2002, 2009, 2015; АСТ, 2018. Воспоминания о двадцати годах жизни от ареста до реабилитации.