

**ЕЩЕ ДО ТОГО,** как Павел Сидорчук стал чемпионом международных соревнований в Дубае и Шардже (соперничали 30 стран), а также серебряным и бронзовым призером, что произошло в марте этого года, до того, как он привез золото с республиканских соревнований, до того, как на него была возложена почетная миссия факелоносца на седьмой зимней Азиаде, которая проходила в Алматы, и его, и его супругу Аллу (а говорить о них отдельно не получается) многие лисаковские тренеры, насколько я знаю, ставили в пример своим воспитанникам. Да даже не считая спортивных достижений эту семейную пару лично я брала за образец в сложные минуты жизни. В качестве того, как можно преодолевать, казалось бы, непреодолимое, тупиково безвыходное, сложное, обреченно запутанное.

Эти люди имеют особенность успешнее и основательнее большинства бороться с грубыми подножками судьбы. А их у них было столько... Хватит не на одну жизнь.

### ОН ДО НЕЕ

Павел родился в Тоболе в 1965 году в семье железнодорожника и был одним из десяти детей у родителей. А это, естественно, накладывало на него особые обязательства: сидеть без дела в подобной семье не приходилось. Уже в 16 лет он устроился монтером пути на железную дорогу. Отслужив в армии, пошел в по-

ла настольно обаятельный человек, что ему легко удавалось довести до загса стольких вот здоровых женщин. Но все это было не то. «Я помню, - как сказал мне однажды Павел, - причины всех своих разводов». Нет, он не говорил, что эти женщины вдруг не выдерживали ответственности - нет. Он из тех людей, кто посамостоятельней многих крепко стоящих на своих здоровых. Просто от женщин он уходил сам, понимая, что ему нужно было что-то большее. Родство душ, что ли. А свои уходы он комментирует, как всегда смеясь: «Да, виноват, бросал я женщин». И вот со своей истинной второй половинкой Павел живет уже 14 лет.

### ОНА ДО НЕГО

Это был 1990 год. Июль. Пятница, 13. Те выходные красивая, молодая девушка, спортсменка, активистка, жительница Петропавловска по имени Алла собиралась провести с семьей на даче. Собра-

более, что у их полностью здоровой была. Я была уверена: стоит только размотать бинты, ноги распрямятся и станут прежними.

- Вернулась домой, - вспоминает Алла, - в начале октября. К подъезду меня несли на носилках, и я больше всего боялась встретить кого-нибудь из знакомых. У подъезда мелькнуло испуганно любопытное лицо соседки, которая быстро юркнула в дверь. «А ведь приходила ко мне обшиваться» (Алла швея), - подумала я.

Целый год я проручилась с ногами. Колено стянула контрактура. Ничего не зажило. В протезном предприятии вынесли вердикт - ходить не сможет.

А дальше не менее страшно и больно: заочный, без ее участия развод с мужем. С тем самым, которого она считала близким человеком, который был отцом ее дочери и который даже ни разу не пришел к ней ни в больницу, ни домой после аварии.

правильное питание, народная медицина. Все это в дополнение к официальной медицине помогло мне «договориться» с травмой головы. Боли уменьшились, начала уверенней двигаться. Смогла даже походить на шейпинг с помощью своей соседки по подъезду. Тренер по фитнесу была очень удивлена и не хотела сначала даже слушать, но я настаивала. Потом нам все-таки выделили отдельное время. А вскоре мы уже занимались в составе основной группы. Реакция у всех была разной. Кто-то шарахался как от прокаженной, кто-то демонстративно не замечал. Но мне было безразлично. Я вырвалась из надоевших стен. Я занималась, и это была моя победа. До аварии я вела активный образ жизни. Ходила в бассейн, занималась бадминтоном. И занятия фитнесом давали мне возможность чувствовать себя прежней. Здоровой. По специальности я мас-

Алла, было непростое. Но интересы, желания были обоюдными, стремление быть вместе и умение идти друг другу навстречу сделали свое дело.

### ОН И ОНА - КАКАЯ СИЛА

Три первых года после трагедии Паша, не скрывает он (вот все бы так честно рассказывали о своей жизни, как бы это помогало не ломаться, подниматься другим!), мотался по больницам, а в свободные дни, не понимая, что делать со своей жизнью, пытался забыть, опьянев. Затем осознал, что от такого ослабления можно потерять себя как человека, начал заниматься спортом. Тем спортом, которым периодически балуются самые активные инвалиды. Выезжал на соревнования небольшого уровня. И чем чаще он это делал, тем сильнее его не удовлетворяло, не вдохновляло то, чем он занимается. Эпизодичес-

Я помню, как, например, однажды над Аллой и Пашей рассиживающие на лавочках пенсионеры чуть не сыграли злую и жестокую шутку. Видимо, будучи «эстетам», они покумекали однажды и капризно потребовали, чтобы Павел убрал портящий, якобы, вид их двора гараж. Взбунтовались не из-за чьих-то пакетов с мусором, не из-за припаркованных на газонах автомобилей, а из-за железной аккуратной коробки, куда Сидорчуки ставили свой автомобиль, так жизненно им необходимый. И тут пришлось держать удар, бороться с людьми, которые считают себя заслуживающим почета поколением.

А бороться-то приходится всегда: когда идешь на родительское собрание в школу, когда преодолеваешь то, что здоровому легко, выезжая на протезирование, на соревнования, на рынок за продуктами. Когда просто учишься не замечать некорректных взглядов ротозеев.

Чтобы не возбуждать в людях нездоровый интерес,

# Вместе - и золото по плечу

ла вещи и поехала в садик за дочерью. Ну а дальше как в страшном, долгом, изматывающем своей мучительностью сне. Или как в фильме ужасов про пятницу, 13-е. Только страшнее, потому что это происходило с ней самой и в реальности.



кие победы в мероприятиях того формата, когда соревнуются люди, вспоминающие о спорте лишь в моменты выезда, его не устраивали. Во-первых, он чувствовал в себе рвущийся наружу потенциал, во-вторых, не пони-

Паша и Алла в течение двух лет ездили на своем стареньком «Запорожце» (сейчас у них «Тойота») тренироваться... на автосвалку за городом. Каждый вечер...

- Уже семь лет помню то ощущение недоумения, которое я испытывала в один из зимних вечеров, когда однажды в парке встретила Пашу на улице, - рассказывает Алла. - Тогда был такой жуткий гололед, что люди предпочитали не выходить на

мощности машины электровоза. А окончив карагандинскую железнодорожную техническую школу, стал работать по приобретенной специальности.

О тех страницах жизни, которые прожиты Павлом до 1994 года, говорить можно было бы и еще. Но после случившейся с ним трагедии они стали для него столь далеким прошлым, о котором вспоминать как о своем собственном уже не получается.

Это была совсем другая жизнь, здоровая и так непохожая на ту, которую вот так в одну минуту предложила ему судьба. Самым ярким воспоминанием того времени остался, конечно же, тот самый день, когда он, крепкий, бесшашанный парень по привычке решил сократить путь через вагоны. Так он делал всегда. А тут... сорвался.

О том, что первое воспоминание из нынешней жизни уже не имело отношения к прежней, в ту минуту он еще не знал. Я говорю о том, когда он очнулся, увидел белый потолок и захотел почесать ногу... Оказалось, под простыней не было ни левой, ни правой. Павел - тот человек, которому сегодня есть чем гордиться и нечего стесняться, и он, не скрывая, рассказывает о том, как пытался залить ощущение безысходности и никчемности горькой. Помню, как смешно рассказывал (да, он умеет говорить со своей трагедии так, что люди смеются, даже когда хочется плакать), как организм подставил его и не позволил ему беззаботно спиться: желудок просто перестал принимать спиртное, а он начал харкать кровью.

Паша хотел себя обмануть попыткой уйти из жизни. Но, наверное, не суждено было. Видимо, жизнь не захотела отпускать того, который в будущем должен был еще так много сделать.

До встречи с Аллой Павел был женат четыре раза. Он

Вот как рассказывает Алла про тот самый день, с которого начался отсчет борьбы за жизнь, за место под солнцем, за счастье (о чем она тогда не могла и мечтать), наконец, за спортивную честь города, области, страны.

- Я открыла глаза и увидела белый потолок... Маша! Мысль была настолько пронзительной, что заболела голова. Она же в садике. Судорожно пытаюсь пошевелиться, чтобы понять, где я, что же у меня болит, но ничего не чувствую. Это немного успокаивает. Раз ничего не болит, значит, и лежать здесь не буду, твердо обещаю я сама себе... Приходит медсестра, и меня на каталке везут по коридору, потом поднимаемся на лифте. Потом я чувствую, как мне привязывают руки и зачем-то надевают на голову платок. Я хочу закричать, хочу вырваться из цепкой чужой хватки, но тело уже не слушается меня. Чей-то тихий ласковый голос шепчет мне: «Потерпи, потерпи». И опять я пытаюсь сказать, что мне очень больно. Но неведомая сила втискивает меня в какое-то подобие кубика-рубика, и я, проходя, а вернее протекая через грани, испытываю неимоверную боль. И опять убаюкивающий голос уговаривает меня потерпеть. Наконец, грани заканчиваются, я выливаюсь в некое пространство и лечу вверх в светящемся потоке.

Не хочется открывать глаза. Болит голова, невыносимая боль в ногах. Опираюсь на руки, с трудом приподнимаю голову и на миг цепенею. Что это? Что они сделали? Так замотали бинтами мои ноги, что они стали коротенькими? Вот почему мне так больно?

Ног уже не было, но сознание отказывалось воспринимать действительность, тем



Кто знает, что такое предательство, понимает: содрогнуться есть от чего...

Несмотря на вердикт врачей, уверенных, что Алла не сможет передвигаться на протезах, она хоть с трудом, но это делает. Это я позже скажу, что ко всему этому Алла еще и кандидат в мастера спорта по толканию ядра. Но это позже. Тогда, кроме осознания того, что придется и жить по-новому, одной растить маленькую дочь, у Аллы не было ничего. Даже собственного жилья. Но был и есть особенный характер.

А какая есть Алла, можно порассуждать, даже не забегая вперед, где она добьется больших успехов в жизни: и в спорте, и в профессиональной карьере. Приведу в пример замеченные многими ситуации, когда у нас здоровые женщины, бросают детей, впадая в истерику из-за того, что их либо бросил любимый, либо просто их не понимают. А Алле почему-то в голову такая блажь не пришла. Наоборот. Она решила бороться и непременно побеждать. Не ради себя. Ради дочери, мамы.

- Мне очень повезло с друзьями, - рассказывает Алла о том, как ей это удалось. - Причем, откликнулись и помогли те, кто были не близкими, а просто знакомыми. С их помощью попала в Москву, где мне сделали операцию, протезы, и я смогла ходить. Вернулась домой, составила свой распорядок дня: физические упражнения,

тер верхней женской одежды, работала в ателье и была приятно удивлена, когда мои давние клиенты начали интересоваться, буду ли я работать снова. Постепенно начала подрабатывать дома.

## Они

Чтобы понять, что лисаковцу и жительнице Петропавловска есть большой и важный смысл быть вместе, им понадобилась одна встреча. Алла тогда, правда, о том, чтобы опять связать свою судьбу с мужчиной, и думать не хотела. Но Павел - молодец, сумел убедить.

Познакомились они на протезном заводе. У них был всего один день. Протезы Павла уже были готовы, а она только поступила «на ремонт». Но хватило и этого. Когда, прощаясь, он сказал, что будет звонить, она, конечно же, не придала этому значения. Более того, хотела побыстрее закончить разговор, так как не видела смысла во всем этом общении. А он действительно стал настойчиво звонить. Днем, ночью, целый месяц. И она согласилась приехать к нему в гости в Лисаковск. Это было в конце июня 1998 года. Во второй раз через месяц Алла приехала уже с дочерью. После чего ей пришлось возвращаться домой за вещами уже одной. Павел и Маша быстро нашли общий язык, и это было убедительным доказательством решения Аллы.

Брак они зарегистрировали в сентябре 1998 года. Притираться, не скрывает

мал, как можно совмещать дневную абы как спорт с вечерним обмыванием невысоких результатов. Ему хотелось большего. А тут он встретил Аллу, волевою, сильную, независимую, имеющую более серьез-

ные достижения в том же спорте. И упрямый Павел согласился с ней: надо стремиться к большему. Согласился с ее условиями отказаться от вредных привычек, приобрести гири, гантели. И жизнь наполнилась смыслом. Мудрая Алла взяла в свои руки их скрупулезный, состоящий на тот момент лишь из пособий по инвалидности и одной Пашиной зарплаты бюджет. Ему удалось добиться, чтобы в него поверили и взяли на работу (пришлось пообивать пороги акимата, предпрятий). Акимат помог - ТОО «Арай-Холдинг» приняло его оператором ЭВМ. Здесь Павел работает и по сей день. Они взяли в аренду дачу и в первый же год поразили всех соседей богатством урожая. Тех самых соседей, которые все лето с недоумением разглядывали чудаковатых, как им, наверное, казалось, «ползающих (как говорит Алла) на пятой точке черепашек». Вторыми ногами для Сидорчуков стал купленный ими «Запорожец». Тогда же Алле удалось, обучаясь на дому, сдать на права.

В неродном для себя городе, не имеющая возможности свободно передвигаться и имеющая первую группу инвалидности Алла тоже не пожелала сидеть в четырех стенах, она начала вести спортивную страничку в газете «Бизнес-Пресс-Лисаковск». И сегодня она имеет кроме дополнительного заработка массу знакомых и находится в курсе городских событий. Удача? Везение? Нет. Один из итогов работы над собой.

И тут я вижу идущего на протезах Павла и невольно чуть ли не вскрикиваю: «А ты-то куда в такой гололед?» (вот попробуй ответить на все такие некорректные возгласы). И помню, под каким впечатлением пребывала весь вечер от услышанного: «В «Спарту» (из третьего в пятой микрорайон) иду, на тренировку надо!».

В «Спарте» Павел занимается уже более десяти лет. В свое время его туда пригласил депутат маслихата Валерий Мельничук. Ну и опять же, сидел бы Паша на диване, кто бы его знал, кто бы позвал? Но и здесь ведь все было непросто. Надо было поломать себя, чтобы вот так зайти в коллектив здоровых людей, снять свои протезы, увидеть, как те шарахнулись. Надо было сильно и жестко ломать себя, свой характер.

Паше и Алле условия для занятий на тарелочке никто не преподносил. Все знают, что в нашем обществе к инвалидам только начали относиться как к полноценным членам общества. В последние годы стал развиваться спорт для физически ограниченных людей, пошли финансовые вливания со стороны государства. Поэтому просить на законных основаниях тогда не очень получалось, так как не полагалось, не предусматривалось. Хотя я знаю, что Павел, ломая себя, ходил по инстанциям, искал спонсоров для выездов. И все же впервые на него и Аллу обратили внимание только тогда, когда вошедшие в состав сборной области они привезли золото с республиканских соревнований. А сразу же после этого Павел выполнил норматив мастера спорта международного класса (в России) по толканию ядра и метанию копья, завоевав в личном зачете серебряную и бронзовую медали открытого международного чемпионата по легкой атлетике, где участвовало пять стран.

(Окончание на 14 стр.).

# И ЗОЛОТО ПО ПЛЕЧУ

(Окончание. Начало на 8 стр.).

А Алла там же выполнила норматив кандидата в мастера спорта в толкании ядра. После этого легче стало вести диалог со спонсорами и заговаривать о спортивном питании. Доплату за него Павлу удалось получить только с января этого года (а без дополнительных витаминов и микроэлементов в большом современном спорте сегодня нереально на что-то надеяться). За что Павел говорит спасибо акимату.

А вот еще одна небезынттересная деталь из жизни Сидорчуков. Уже два года, как в их однокомнатной квартире живет мама Паши. Та самая женщина, которая родила и вырастила десятерых детей, которая к старости оказалась более всего нужной лишь сыну, имеющему статус инвалида. У всех остальных на больную, требующую постоянного ухода женщину сил не хватило. Хотя пребывают в полном здравии, живут лучше...

## НУ А ТЕПЕРЬ О ГЛАВНОМ ПОВОДЕ

О спорте непосредственно. Сначала Павел участвовал в гонках на колясках, затем ушел в тяжелую атлетику - жим лежа.

- Первая его победа в этом виде спорта, - рассказывает Алла, - была в августе 2003 года на областных летних параолимпийских играх в Костаное, следующая - в декабре этого же года. А в марте 2004 года он решает ехать на республику. Едет один. Тогда еще никто из инвалидов Лисаковска не выезжал на соревнования такого уровня. Первая поездка, на которую сам нашел спонсора, - и сразу успех - бронзовый призер республиканского чемпионата.

С 2005 года Павел и Алла решают заняться легкоатлетическими видами - толкание ядра, метание копья и диска. Начинали с нуля. Здесь необходим специальный инвентарь, особое место для тренировок.

Можно было бы сказать, что благодаря спорту они посмотрели что-то в мире, посетили Китай, Куала-Лумпур, Арабские Эмираты, Россию. Но буду честной и не скажу. Потому что безногие параолимпийцы, как правило, в шопингах, культурных экскурсиях для своих делегаций не участвуют. Попробуй попутешествовать на протезах! В море за месяц последнего пребывания в Арабских Эмиратах Павел, например, искупался лишь раз. Нельзя, говорит, перед выступлением, вода расслабляет. А нужны результаты. На сегодня Павел и Алла имеют 14 золотых, 6 серебряных, 3 бронзовые медали республиканского значения, 8 - международного. А награды областного значения они уже не подсчитывают. В прошлом году было 30 золотых, 7 серебряных и шесть бронзовых. При-

бавьте к ним награды городского, районного значения... Оба они участники Азиатских игр, которые проходили в Китае в декабре 2010 года. Лучшим результатом Павла на тех соревнованиях стало шестое место в толкании ядра. Учитывая, что бороться пришлось с прямыми конкурентами в борьбе за путевки на параолимпийские игры 2012 года в Лондоне, результат можно считать блестящим.

В этом году в Шымкенте проходили третьи параолимпийские игры Республики Казахстан. Участвуя во всех трех своих видах - толкание ядра, метание диска, копья - Павел принес в копилку Костанайской области три золотых медали, выполнив при этом норматив мастера спорта международного класса и в очередной раз установив рекорд республики в своем классе.

В декабре 2011 года в городе Шардже (ОАЭ) проводились всемирные игры ампутантов. Здесь Павел стал серебряным призером в метании копья, а также завоевал бронзу в толкании ядра и получил путевку на параолимпийские игры в Лондоне. Как я уже говорила, в марте этого года он взял золото, серебро и три бронзы в международных соревнованиях в Дубае и Шардже (ОАЭ).

Все это результат вот такого распорядка жизни, рассказала Алла: тренировки до и после работы, в субботу. В воскресенье - дача, возня с внуками. Их у Аллы и Павла двое. К слову скажу, что мальчишки не только с удовольствием примеряют награды своих именитых бабушки и дедушки, но в свои четыре года занимаются дзюдо и любят играть с дедушкой в футбол. Павел стоит на воротах, а те с азартом закидывают его мячами.

Все это и впечатляюще, и вместе с тем сложно. Однако, на мой вопрос: зачем вам это бремя? - они отвечают так: во-первых, человек должен быть чем-то занят, чтобы не деградировать по выходным с пивом на диване, во-вторых, именно движение позволяет им чувствовать вкус жизни.

- По-другому уже невозможно, - отвечает на мой вопрос, подобный которому ей задавали уже десятки раз менее легкие на подъем знакомые. - Хочешь изменить мир - изменись сам. А мы поневоле стали примером для многих, и опускать планку нельзя. За нами не только внуки, за нами дети, не успевшие узнать полноценной жизни, за нами те, кто оказался в сложной жизненной ситуации. И они должны знать, что всегда есть выход и есть выбор, есть люди, готовые помочь. Надо только верить и всегда идти вперед. Только остановишься, и все - ты на обочине жизни, а для нас это непозволительная роскошь.

**Е. СПОДАРЬ**