

**Н**Е ТОТ сценарий рисовался у меня в голове, когда наши читатели поставили передо мной задачу написать как о светлом человеке о Михаиле Киневе. Не тот.

Я ведь как раньше дела Михаила Михайловича то там, то тут с его докторским чемоданчиком? Я ведь всегда жалела его. Когда пришлось вызвать на дом, помню, краснела от мысли, что поступаю как-то не совсем прилично, позволяя себе потревожить доктора вызовом, находясь далеко не в коме. Такой комплекс, что не можешь доковылять сам до больницы койки, испытывали, наверно, многие. Такой комплекс в меня лично вбивали не раз другие доктора, которых, по их мнению, можно было и не беспокоить "по всяким там пустякам". И мне всегда казалось странным, что Михаила Михайловича те больные, к которым он спешит через весь город, совсем не раздражают.

Когда у меня, благодаря заданию наших читателей, выпал случай поинтересоваться у него самого, почему же мы,

больные, и порою капризные, его вроде как бы и не гневает, он долго смеялся. Мой вопрос Михаилу Михайловичу показался и забавным, и угрюмым. Как выяснилось, таковые понятия, как раздражение и гнев его давно лишь потешают. А потому их, потешливых, из своего характера он просто изгнал. Говорит, глупости эти, согласно кодексу здоровья ВОЗ и его личной жизненной заповеди, опасны для человеческой психики. А значит - и для его организма в целом. И выписал мне

убедиться.

Согласно рецепту №2 от Михаила Кинева, человек, сумевший понять, что для того, чтобы быть здоровым, бегать и прыгать мало, переходит во вторую фазу своего развития и начинает вести "душевно-здоровый образ жизни". И тогда бегает, и прыгает он уже с радостью, с оптимизмом. Начинает и осознать, и замечать, что подаренная им кому-то улыбка, любовь возвращаются к нему. Причем, всегда и обязательно.

Как и полагается терапевтивному доктору, Михаил Михайлович разложил мне философию своего рецепта по полочкам на том самом примере, с которого я начала свой с ним разговор, вызов врача на дом!

Оказывается, Михаил Михайлович убедил себя когда-то в том, что это не просто тяжелая беготня по морозу, жаре и дождю, а приятное приключение. Скажем, тусовка или поход по гостям. Да, - смеясь, говорит душевно уж

спрашивается. Но при этом обязательно-веселый доктор следует философии: дабы не заныть, стоит помнить о том, что болен не только пациент, но немножко и сам доктор, и ты, и он, и весь мир. А значит, можно порою и согласиться с пациентом, что, например, не только ему, но и доктору и нравится, и хочется и пить, и курить. Только вот ему, доктору, стыдно это делать. А значит, и труднее. Но он крепится, чего и другим желает (рецепт, помогающий отточить силу воли).

Михаил Кинев убежден, что пустой забавой является стремление выкраивать жизнь под себя. Чтобы она тебе улыбнулась, к ней просто надо относиться правильно (рецепт, помогающий превратить, что жизнь прекрасна), видя в ней только лучшее. Как тот солдат, который, понимая, что его сейчас раздавит танк, закричал: "Какое счастье! Моя мама будет мною гордиться, ведь я стану Героем Советского Союза". С этим солдатом

справедливо и даже естественно. Просто и это не надо воспринимать, как какую-то тяжелую обузу" (этот рецепт помогает людям не терзать себя за доброту).

Странно, но не согласился мой собеседник с тем, что в жизни, быть может, все же легче тому, кто хотя бы внешне (рецепт поможет родителям не заставлять детей обязательно быть "настоящими мужиками"), ну, хотя бы в детстве берет верх своим воинствующим видом, лидирующим крутым темпераментом. Не испытывал, говорит Михаил Михайлович, он от своего желания быть доброжелательным и мягким дискомфорта никогда. Даже в юности. Дружил со многими и всеми. И с хорошими, и с "плохими". Еще тогда, пройдя жесткую школу тренировок тяжелой атлетики и бокса, начал подозревать, что не бывает людей абсолютно плохих. Еще тогда понял, что огьявленная двоюродная Таня может быть, скажем, хорошим другом. А в своих предположениях позже и убедился. Уроженец Денисовского района, совхоза "Путь к Коммунизму" Михаил Кинев, наш лисаковский доктор, который стал лисаковским

# Считай недостойным сердиться

● Проект 2009 года:  
«Ищем Светлого человека вместе»

точно счастливый человек - Михаил Кинев, - я каждый рабочий день хожу в гости! И представьте себе, очень много нахожу для себя полезного в этих визитах! У своих пациентов я учусь. Многие из них становятся моими истинными учителями.

И как теперь мне уже кажется, ну просто влюбленный в своих больных доктор приводит пример:

- Вызывает 84-летняя С. Прихожу. А она сидит и разгадывает кроссворд. Не могла отгадать медицинский термин и пригла-



рецепт №1: "Хочешь здорově вернуть и не ведать болезней, тягость забот отгони, ...считай недостойным сердиться..."

Скорее всего, советы подобного рода получила и пациентка, которая вышла из его терапевтического кабинета до меня. Видимо, так. По крайней мере, бабуля смеялась, и, наверное, кто-то из тех, кто грустно ожидал в коридоре приема к другим докторам, ей позавидовал - на обреченную больную она была мало похожа. А может быть, секрет ее состояния и вправду кроется в особой методике ее участкового доктора? Наука точной резолюции по сему поводу пока не выносила. Но вот Михаил Михайлович, исходя из личной, почти тридцатилетней, практики, видя в этом оправданный смысл, старается в свою основную деятельность вводить и смехотерапию. Говорит, при дефиците времени на прием одного больного (их у него только на участке 25-30 в день) агитационно-профилактические плакаты, развешанные за его спиной, лучше и быстрее "усваиваются" вкупе с анекдотами на соответствующую тему. В его арсенале есть тематические анекдоты практически к каждому виду человеческого недуга. И я в этом смогла, знаете ли,

#### Анекдот в тему:

- Доктор, мне не нравятся ваш рецепт!
- Почему?
- Он сильно сокращает мой больничный.

сила...

Михаил Михайлович полагает. А бабушка, в свою очередь, рассказала, как она тренирует память.

- Представляете, она пишет всем близким стишки к праздникам, всех помнит и поздравляет. Ведь это здорово! - Восхищаясь, закончил Михаил Михайлович и назвал С. своим еще одним наставником, который научил его не бояться старости.

В доказательство тому, что гневу, обидам и раздражению вообще несправедливо давать право на существование, доктор приводит еще один убедительный пример:

- Одна женщина обручила меня за то, что я написал рецепт "как курица лапой". А я посмотрел, попытался прочитать, - улыбаясь, продолжил Михаил Михайлович, - и понял: а она ведь права! Переписал крупным почерком, печатными буквами. Согласитесь, сердиться в этом случае было бы и нелепо, и непрофессионально.

Ну, а если, предположим, пациент иликакой-либо другой собеседник, гневаясь, переходит все границы, Михаил Михайлович легко пускает в ход снисхождение. Говорит, а как же не быть снисходительным к людям больным, их ведь пожалеть нужно.

Можно, как в театре, посмотреть на то, как не умеет держать себя в руках другой человек и потешить себя тем (рецепт №3 помогает владеть собой), что ты-то вот умеешь. И станет еще интерес-

в том анекдоте и в том окопе был и другой, тот, который заплакал. Но он не герой киевского романа...

Не сдержаться и погорячиться? В детстве Михаил Кинев, признается, дрался. Хотя и весьма неохотно. Приходилось побеждать, ведь он занимался боксом. Об этом, правда, Михаил Михайлович распространяться не любит. Смеясь, говорит: "А то скажут: не доктор, а хулиган какой-то".

Вспылить? Это Михаил Михайлович приветствует. Но лишь в женщине. Женский гнев воспринимает как любовь и неравнодушие. Говорит, чтобы он получил свое доброе продолжение, мужчине надо просто промолчать и уступить. Этому правилу (еще рецепт) он следует всегда и говорит, это помогает и ему самому (у М. Кинева жена и две дочери) в личной жизни, и его пациентам мужчинам. Наладить мир в чужой семье бывает, оказывается, подвластно и терапевту. Он берет и за это.

Умеет находить общий язык и с коллегами. Это подтверждает проработавшая с ним на одном участке более пяти лет медсестра Алина Мустафина. Говорит она о своем шефе так, что в искренности ее слов я нисколько не сомневаюсь, но у меня созревает вопрос к Михаилу Михайловичу: "А не "ездят" ли на нем, таком добродушном и позитивном?". На что получаю ответ: "А как же! Если хочешь быть ко всем добр - с тебя и спрос должен быть боль-

только потому, что хотел своим возвращением сделать приятное маме, в своей жизни ведь успел побывать не только интеллигентом. До поступления в медицинский работал и монтажником, и разнорабочим на строительстве СШ №4. И чем больше он видел разных людей, тем больше ему хотелось изучить человека как такового, а еще лучше и профессионально. Готовился, репетировал сдачу экзаменов перед зеркалом, уже тогда соznаявая, как важен будет экзаменаторам медицинскому не только его умственный багаж, но и эмоциональный. И он легко сдал экзамен. Так же легко и улыбаясь, как и старается идти сегодня по жизни. На мой вопрос: «Может, Вы другой, и Вам все дается легче, чем другим?», - отвечает опять же стихами: "Так же, как все, как все, как все я по земле хожу, хожу. Так же как все, как все, как все счастья себе прощу..."

...После посещения терапевтического участка я попробовала мыть посуду играючи. Азарта хватило ненадолго. Но справедливиости ради хочу отметить, получается. Только мастерство жить душевно здорово надо оттачивать и оттачивать. Так что будем тренироваться, раз уж доктор прописал.

#### Е. СПОДАРЫ.

**К читателям:** свою кандидатуру для рассказа о светлом человеке вы можете предложить по телефону 3-08-16.