

УДК 617(092)(73)
ББК 5г
Д70

James R. Doty, MD

Into the Magic Shop. A neurosurgeon's quest to discover the mysteries of the brain and the secrets of the heart

Copyright © 2016 by James R. Doty

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form. This edition published by arrangement with Avery, an imprint of Penguin Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC

Под рецензией А.Л. Звонкова

Доти, Джеймс.

Д70 Компас сердца. История о том, как обычный мальчик стал великим хирургом, разгадав тайны мозга и секреты сердца / Джеймс Доти ; [пер. с англ. И. Чорного]. — Москва : Издательство «Э», 2018. — 272 с. — (Медицина без границ. Книги о тех, кто спасает жизни).

ISBN 978-5-699-90126-5

Пролистав первые страницы книги Джеймса Доти, читатель наверняка подумает, что перед ним — очередные мемуары врача. И... ошибется. Ознакомившись с первыми главами, читатель решит, что перед ним — очередная мотивационная книга, в которой рассказывается, «как заработать миллион». И... опять ошибется. Да, есть в книге и воспоминания об успешных операциях на головном мозге, и практикум по визуализации желаний, и история бедного мальчишки из американского захолустья, который получил все, что захотел, включая пресловутый миллион, а точнее десятки миллионов. Но автор пошел гораздо дальше: он рассказал, что делать в ситуации, когда заветная мечта исполнилась, а счастья в жизни так и прибавилось.

УДК 617(092)(73)
ББК 5г

© Иван Чорный, перевод на русский язык, 2016
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2018

ISBN 978-5-699-90126-5

ОТЗЫВЫ

«Эта книга рассказывает замечательную историю нейрохирурга, стремящегося разгадать тайну связи между нашим мозгом и сердцем. Жизнь Джеймса Доти показывает, что каждый из нас может сделать мир более сострадательным. Я уверен, что многие читатели будут тронуты этой вдохновляющей историей, смогут открыть свои сердца и увидеть, что они тоже могут помогать другим».

Его Святейшество Далай-лама

«“Компас сердца” — это просто чудо! То, что ребенок из такой бедной семьи смог стать профессором нейрохирургии и основателем центра по изучению сострадания и альтруизма, а также предпринимателем и филантропом, само по себе довольно поразительно, однако именно лирическое описание Доти его жизни вкупе с его желанием поделиться тем, чему он научился на ее протяжении, делает эту книгу жемчужиной».

Абрахам Вергезе,

доктор медицины, автор «Cutting for Stone».

«Раз в поколение находится человек, способный так изложить свою загадочную жизнь, что это захватывает воображение других людей и вдохновляет их обратиться к самым глубинам своей души, воплотить лучшее, что в них только заложено. В этой книге полно магии, однако самое главное чудо заключается в том, что Джиму помогли встать на этот путь в возрасте двенадцати лет, и он доверился ему достаточно для того, чтобы так никогда полностью с него не сбиться, даже в самые тяжелые времена своей жизни. Смотрите, во что это теперь обернулось».

Джон Кабат-Зинн,

PhD, автор «Самоучитель по исцелению».

«Когда ведущий нейрохирург открывает свое сердце, чтобы поговорить о своем тяжелом детстве, полном одиночества, страха, гнева и стыда, рождается невероятно трогательная и поучительная история о страданиях и уязвимости человеческого разума. Эта прекрасно написанная, чрезвычайно оригинальная и невероятно трогательная книга — практическое руководство по «магическим» приемам для успокоения и развития своего разума. Здесь рассказывается, как совладать с непростой реальностью жизни, с которой каждому из нас приходится сталкиваться. Зерна сострадания были посеяны — теперь нужно их вырастить».

Пол Гилберт,

PhD, OBE, автор «The Compassionate Mind»

«Настоящее исцеление происходит одновременно и на биологическом, и на духовном уровнях. Когда человек испытывает истинную любовь и чувство сострадания, его организм переходит в состояние гомеостаза и саморегуляции. Исцеляя себя, исцеляешь и окружающих. Обратное тоже верно. Совершая добрые поступки и проявляя сострадание, мы исцеляем этот мир. В этой исключительной книге доктор Джеймс Доти показывает, как это делать».

Дипак Чопра,

доктор медицины, соавтор книги «Совершенный мозг»

«Компас сердца» — трогательная и вдохновляющая история про преобразование. Она учит нас быть добрее и проявлять больше сострадания».

Пол Экман,

PhD, автор книги «Психология эмоций»

«Время от времени попадает книга, от которой нельзя оторваться, пока не дочитаешь до конца. «Компас сердца» — одна из таких книг. У вас захватит дух от этой трогательной и увлекательной истории. Она вызовет у вас смех и слезы, потрясет ваш

разум, распахнет ваше сердце и встряхнет вашу душу. Доктор Джеймс Доти, выдающийся нейрохирург, с помощью сдвоенного скальпеля мудрости и сострадания оперирует на нашем сознании. Он хирург души — атеист, который заставит вас воскликнуть «Бог ты мой!». Эта книга — всплеск милости и просветления».

Раввин Ирвин Кула,

сопрезидент национального центра иудаизма

«Джим написал по-настоящему удивительную книгу. Он делится с нами подробностями своего тяжелого детства, наполненного болью, отчаянием и стыдом, рассказывает о том, как ему был показан путь к самореализации, любви и мудрости. «В лавке чудес» делится с каждым из нас этим даром. Я преклоняюсь перед тем, насколько искусно Джим передаёт нам его посредством магии этой книги.

Шерон Зальцберг,

автор книги «Медитации для молодости, снятия стресса и укрепления отношений»

«Захватывающий рассказ, наглядно демонстрирующий, как с помощью сострадания можно изменить не только жизнь отдельного человека, но и целый мир. Яркая и трогательная книга».

Чип Конли,

автор книги «Эмоциональные уравнения.

Простые формулы счастья и успеха»

«Яркая книга доктора Доти наглядно демонстрирует, что вера и сострадание выходят далеко за рамки религии, расовой или национальной принадлежности, что они способны помочь отдельному человеку преодолеть жизненные трудности и ограничивающие обстоятельства. Она вдохновляет».

Шри Шри Рави Шанкар,

духовный лидер и основатель международной организации «Искусство жизни»

«Я не могу вспомнить ни одной другой книги, в которой были бы также гениально изложены все перипетии жизни автора: история ребенка из благополучной семьи, ставшего блестящим нейрохирургом и богатым предпринимателем, трогает до глубины души — сначала он спасал жизни своих пациентов с помощью скальпеля, а затем стал обогащать жизни окружающих посредством своего полного сострадания сердца. Глубокая, трогательная и полная эмоций книга»

Филип Зимбардо,

PhD, автор книги «Эффект Люцифера.

Почему хорошие люди превращаются в злодеев»

«Редко когда книга захватывала меня так быстро и так сильно — я не мог от нее оторваться. «Компас сердца» демонстрирует, чего можно добиться с помощью отзывчивого сердца и храброго духа».

Марси Шимофф,

автор книг «Счастье без причины.

Как добиваться всего несмотря ни на что»,

«Магнит любви. Как притянуть в свою жизнь

любовь, гармонию и счастье»

«В этой прекрасной и глубокой книге доктор Доти на примере своей жизни преподносит самые важные уроки: что счастье невозможно без страданий, что сострадание рождается из понимания наших собственных мучений и мучений окружающих, и что только чувство сострадания способно принести настоящее счастье».

Тит Нат Хан,

автор книги «Миф в каждом шаге.

Путь осознанности в повседневной жизни».

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление: прекрасные вещи.....	13
Часть первая. В ЛАВКЕ ЧУДЕС	
1 Настоящее волшебство	25
2 Расслабление тела.....	36
3 Мысли о мыслях	65
4 Преодолевая боль.....	85
5 Три желания.....	107
Часть вторая. ТАЙНЫ МОЗГА	
6 Поступить любой ценой	131
7 Неприемлемо.....	150
8 Шевели мозгами	174
9 Султан без гроша.....	201
Часть третья. СЕКРЕТЫ СЕРДЦА	
10 Отдать, чтобы получить	217
11 Алфавит сердца.....	229
12 Сила сострадания	245
13 Лик Божий	260
Благодарности.....	268

— Бабушка помолилась за меня. Она помолилась и за вас тоже.

Я слышу, как при этих словах его мать резко вдыхает и выдыхает, и я знаю, что она пытается держаться мужественно ради сына. Ради самой себя. Возможно, даже ради меня. Я треплю его волосы. Они каштановые, длинные и тонкие... совсем еще малыш. Он говорит, что недавно у него был день рождения.

— Хочешь, я объясню тебе, что произойдет сегодня, чемпион? Или ты готов? — Ему нравится, когда я зову его чемпионом или приятелем.

— Я сейчас усну, а вы достанете эту гадкую штуку у меня из головы, чтобы она больше не причиняла мне боли. После этого я снова увижу маму и бабушку.

«Гадкая штука» — это медуллобластома, самый распространенный вид злокачественной опухоли мозга у детей, и располагается она в задней черепной ямке — прямо у основания черепа. Слово «медуллобластома» и взрослому-то непросто произнести, что уж говорить о четырехлетнем ребенке, каким бы одаренным он ни был. К тому же детские опухоли мозга — действительно гадкие штуки, так что я ничего не имею против такого названия. Медуллобластомы те еще уродливые паразиты, своим безобразным видом нарушающие изящную симметрию головного мозга. Они зарождаются между двумя долями мозжечка и растут, постепенно сдавливая не только мозжечок, но и ствол головного мозга, пока в конечном счете не начинают мешать циркуляции жидкости в мозге. Человеческий мозг — одно из самых прекрасных явлений, которые мне доводилось видеть, и я высоко ценю возможность исследовать его тайны и пытаться всяческими способами исцелить его.

— Что ж, по мне, так ты готов. А теперь я надену свою маску супергероя, и мы встретимся с тобой в яркой комнате.

Он улыбается мне в ответ. Хирургические маски и операционные могут напугать любого ребенка. Поэтому сегодня я буду называть их маской супергероя и яркой комнатой, чтобы мальчику не было страшно. Разум человека — забавная штука, но я не собираюсь объяснять четырехлетнему малышу ненужные подробности. Среди самых мудрых пациентов — да и людей в целом, — которых я когда-либо встречал, было немало детей. У ребенка открытое сердце. Дети всегда говорят, что их пугает, а что делает счастливыми, что им в тебе нравится, а что нет. Они ничего не скрывают, и тебе никогда не приходится гадать, что же они думают или чувствуют на самом деле.

**Мама мальчика верит в меня. Бабушка верит в Бога.
Я верю в свою команду.
Мы сделаем все, чтобы спасти его.**

Я поворачиваюсь к его матери и бабушке:

— По мере надобности вам будут сообщать о том, как проходит операция. Я планирую провести полную резекцию и думаю, что все пройдет без осложнений.

Это не просто успокоительная банальность, которую хирурги говорят перед операцией, зная, что родственники пациента хотят услышать нечто подобное. Я действительно рассчитываю аккуратно провести успешную операцию и полностью удалить опухоль, а после отправить ее небольшой кусочек в лабораторию, чтобы там определили, насколько гадкая эта «гадкая штука».

Я понимаю, что мать и бабушка мальчика напуганы. Я по очереди беру их за руку, чтобы немного успокоить и подбодрить. Это никогда не дается легко. Головная боль, тревожащая малыша по утрам, стала настоящим кошмаром для родителей. Его мать верит в меня. Бабушка верит в Бога. Я верю в свою команду.

Вместе мы попытаемся спасти жизнь этому мальчику.

* * *

После того как анестезиолог погружает мальчика в наркоз, я кладу маленького пациента лицом вниз и закрепляю его голову в стереотаксической раме. Я достаю машинку для стрижки волос. Хотя обычно подготовкой пациентов к операции занимается медсестра, я предпочитаю брить им голову сам. Такой у меня ритуал. Итак, я неторопливо приступаю к стрижке, думая об этом драгоценном маленьком мальчике и прокручивая в уме все детали предстоящей операции. Я срезаю первую прядь волос и протягиваю ассистенту, чтобы тот положил ее в пакетик, предназначенный для матери ребенка. Это первая стрижка малыша, и пускай прямо сейчас его мать думает о чем угодно другом, позже — я знаю — ей будет важно сохранить эту прядь.

Первая стрижка — одно из тех событий в жизни ребенка, которое хочется запомнить. Первая стрижка. Первый выпавший зуб. Первый день в школе. Первая поездка на велосипеде. Первая операция на мозге обычно не входит в этот список.

Я аккуратно срезаю тонкие светло-каштановые локоны, надеясь, что моему маленькому пациенту удастся испытать все это. Мысленно я вижу его щербатую улыбку. Я вижу,

как он идет в первый класс с рюкзаком чуть ли не больше его самого. Я вижу, как он впервые едет на велосипеде — впервые испытывает волнующее чувство свободы, истинно крутя педали, а его волосы развеваются на ветру. Я думаю и о собственных детях, продолжая стричь его волосы. Зрительные образы всех этих событий предельно отчетливы, и я даже представить себе не могу, что может быть по-другому. Я не хочу видеть в его будущем больницу, лечение рака и дополнительные операции. Ребенка, пережившего опухоль мозга, непременно будут наблюдать врачи, однако я отказываюсь видеть его таким, каким он был прежде. С тошнотой и рвотой. Падающим на ровном месте. Просыпающимся на рассвете с криками о помощи, потому что «гадкая штука» давит на мозг, причиняя боль. В жизни и без того хватает горя. Я срезаю ровно столько волос, чтобы они не мешали моей непосредственной работе, а затем отмечаю две точки у основания черепа — здесь мы сделаем разрез — и провожу между ними прямую линию.

Любая операция на мозге сложна, а операция на задней черепной ямке сложна вдвойне, особенно когда на операционном столе маленький ребенок. Размер опухоли велик, и хирург работает медленно и скрупулезно. На протяжении часов глаза смотрят в микроскоп, фокусируясь на одной точке. Хирурги учатся игнорировать реакции своего организма во время операции. Мы не выходим в туалет. Мы не едим. Мы не обращаем внимания на зуд в спине и судороги в мышцах. Помню свой первый раз в операционной, когда я ассистировал известному хирургу, славившемуся не только талантом, но также агрессивностью и заносчивостью. Стоя рядом с ним, я сильно нервничал, и пот струился у меня по лицу. Я тяжело дышал под хирур-

гической маской, и мои очки запотели. Мне не было видно ни инструментов, ни операционного поля. Я так усердно учился и работал, столько всего преодолел — и вот теперь, участвуя в настоящей операции (как всегда мечтал), не мог ничего разглядеть!

А затем произошло невообразимое. Огромная капля пота скатилась у меня по лицу и упала прямо на стерильное операционное поле. Мой наставник обезумел от ярости. Это была моя первая операция, и она должна была стать одним из самых запоминающихся моментов в моей жизни, однако вместо этого меня быстро вытурили из операционной. Этот эпизод навсегда отпечатался у меня в памяти.

Сейчас мой лоб прохладен, и мне все прекрасно видно. Пульс медленный и равномерный. Все приходит с опытом. В операционной я не беру на себя роль диктатора. Во мне нет агрессии или заносчивости. Я одинаково ценю всех членов команды: каждый из них незаменим, каждый сосредоточен на своей задаче.

Анестезиолог следит за кровяным давлением пациента и содержанием кислорода, за уровнем его сознания и сердечным ритмом.

Хирургическая сестра занята инструментами и вспомогательными материалами, с тем чтобы все необходимое непременно было у меня под рукой. К шторкам прикреплен большой пакет: он свисает у мальчика под головой, собирая стекающую кровь и жидкость для промывания. К пакету крепится трубка, ведущая к большому аспирационному аппарату, который непрерывно измеряет количество поступившей в него жидкости, чтобы мы в любой момент могли узнать, сколько именно крови потерял пациент.

Мне ассистирует ординатор, проходящий стажировку по специальности. Он работает с нами недавно, однако не меньше меня сосредоточен на кровеносных сосудах и тканях мозга, а также на всех деталях столь сложного процесса, как удаление опухоли.

Мы не можем позволить себе думать о планах на следующий день, о больничных правилах, о своих детях или о домашних проблемах. Мы становимся сверхбдительными, полностью сосредотачиваясь только на операции, — это даже чем-то напоминает медитацию. Мы тренируем собственный разум, а разум, в свою очередь, тренирует тело.

В хорошей операционной бригаде все работают синхронно, и операция протекает на удивление плавно и ритмично. Наши тела и головы действуют сообща, словно нами руководит один большой коллективный разум.

Я удаляю последний кусочек опухоли, который прикреплен к одной из крупных эмиссарных вен, залегающих глубоко в тканях мозга. Кровеносная система задней черепной ямки невероятно развита, и мой ассистент непрерывно отсасывает жидкость, пока я аккуратно рассекаю остатки опухоли. Он отвлекается буквально на мгновение, и в это же мгновение отсос разрывает вену. На долю секунды все замирает.

А потом все выходит из-под контроля.

Кровь из разорванной вены заполняет полость резекции и начинает литься из вскрытой головы. Анестезиолог кричит, что кровяное давление быстро падает и он ничего не может поделать с потерей крови. Мне нужно зажать вену и остановить кровотечение, но она залита кровью, и я ничего не вижу. Моего отсоса недостаточно, чтобы справиться с кровотечением, а у ассистента руки трясутся так, что он ничем не в состоянии помочь.