

Тамара Абугова: «Я интересно живу и за это благодарна судьбе»

В раннем детстве Тамара Давыдовна Абугова — сегодня кандидат медицинских наук, главный врач сети салонов «Оптик Сити», член координационного совета Российской ассоциации специалистов по контактной коррекции зрения — мечтала стать летчиком. И у нас нет никаких сомнений, что это был бы прекрасный летчик — такой, о которых пишут в газетах. Однако ближе к окончанию неполной средней школы наша героиня передумала и решила посвятить себя медицине, к счастью для своих будущих пациентов и российской офтальмологической науки. Ну а к нашему счастью Тамара Давыдовна согласилась дать интервью для рубрики «Жизненный опыт», которое мы сегодня с удовольствием предлагаем вашему вниманию.

Факты биографии

Родилась в городе Марксе Саратовской области 18 июля 1950 года.

1968–1974: учеба во 2-м Московском ордена Ленина государственном медицинском институте (ныне Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н. И. Пирогова) на лечебном факультете.

1986: защита кандидатской диссертации в МНИИ глазных болезней им. Гельмгольца.

1974–1990: научный сотрудник отдела контактной коррекции зрения МНИИ глазных болезней им. Гельмгольца и Всесоюзного (позднее Всероссийского) центра контактной коррекции зрения Минздрава СССР (позднее Минздрава РФ).

1994 – наст. вр.: главный врач «Оптик Сити», член координационного совета Российской ассоциации специалистов по контактной коррекции зрения.

— **Есть поговорка: «Человеку в жизни должно повезти три раза: от кого родиться, у кого учиться и на ком жениться». Согласны ли вы с этим утверждением с высоты вашего жизненного опыта?**

— И да, и нет. В вашем вопросе приведена классика, но я считаю, что в жизни мне везло еще очень много раз.

— **Кем были ваши родители? Какой главный жизненный урок они вам преподали?**

— Мои родители, которым я очень благодарна, не только вырастили меня, но и научили всего добиваться самостоятельно и ощущать радость от своих собственных побед. Отец мой был талантливым инженером. Сразу после института он смог преподавать сопромат. А потом началась война, и он был назначен начальником эвакуации мелитопольского Дизелестроительного завода. Завод был быстро перебазирован в Заволжье и начал выпускать дизели для танков. В 1953 году обнаружили, что у папы диплом сельскохозяйственного института, и перевели его на работу директором РТС – ремонтно-тракторной станции. Там он впервые организовал ремонт техники на конвейере, и многие специалисты приезжали перенимать этот опыт. Потом его пригласили работать в Саратов, а вскоре и в Москву, где он тоже проявил себя как грамотный специалист и трудился в главке механизации сельского хозяйства Минсельхоза до 72 лет – сначала руководил отделом новой техники, а потом был заместителем начальника главка. Мама еще до войны стала учителем, а в войну была бухгалтером на заводе. Когда мы переехали, она оказалась бухгалтером без диплома и учителем без опыта. Фактически всю жизнь она отдала нам, своим близким людям.

— **А какое у вас осталось самое яркое впечатление от вашего детства или, возможно, отрочества?**

— Таких впечатлений было много. До 13 лет, пока наша семья не переехала в Саратов, я жила в Марксе – городе на Волге с населением всего двадцать тысяч, и многие люди лично знали друг друга. Семьями выезжали на рыбалки, маевки, ухаживать за огородами и бахчой, собирать урожай. В нашем доме, рассчитанном на 20 семей, у каждого ребенка была своя клумба, с которой мы Первого сентября собирали букеты для школьных учителей. Дети всегда вместе играли, ходили в лес и купаться. Мои ровесницы в девять лет переплывали трехкилометровую Волгу! Двух людей из сво-



Детство нашей героини прошло на Волге – сначала в Марксе, а потом в Саратове. На фото ей три года



В качестве врача студенческого стройотряда Тамара Абугова побывала на разных стройках страны, в том числе и на БАМе в 1973 году



В таком образе Тамару Давыдовну ее коллеги и подчиненные видели едва ли! Фото начала 1990-х годов



У четы Журавлевых (ФИО по мужу) много общих увлечений, в том числе и бардовской песней

его тогдашнего окружения я помню особенно хорошо. Был у нас во дворе любимый, очень добрый и интересный рассказчик – дедушка Муля. Я уже взрослой узнала, что был это Ефим Яковлевич Володарский, в свое время заместитель Якира* в Киве. С формулировкой «просмотрел врага народа» он оказался в заключении, а после реабилитации отказался ехать в Москву и жил в нашем доме до 90 лет. Жена у него была невропатологом и всех нас лечила. Она «пережила» Соловецкий лагерь по «делу врачей» и тоже осталась добрым человеком. А еще в школе у меня были замечательные учителя. Особенно помню учительницу математики Марию Васильевну Серебрякову. Она многих из нас влюбила в свой предмет, в том числе и меня – все мои научные работы с математическим уклоном.

Каждый урок у нас начинался с объяснения нового материала, а потом она спрашивала: «Кто докажет теорему другим способом?» Всегда находилось несколько человек, каждый выходил к доске, доказывал свое и получал «пять». Жаль, что сейчас учат по-другому.

— А как случилось так, что вы решили связать свою жизнь с медициной? Произошло ли это по воле случая, или же вы с ранних лет чувствовали, что медицина – ваше призвание?

— В раннем детстве я собиралась в летчики. В школьные годы даже в Саратовский аэроклуб хотела поступать. Потом полюбила математику и думала о мехмате МГУ и вычислительной технике. О медицине вообще не помышляла, хотя родная старшая сестра стала врачом. В девятом классе, уже будучи в Москве, шла по улице Гиляровского и увидела объявление о приеме в медицинское училище. Вдруг поняла, что это мое. С трудом меня уговорили закончить учебу в школе и поступать в медицинский институт. Школу я окончила с серебряной медалью, но с первого раза не поступила – попала в двойной выпуск, и для медалистов был конкурс семь человек на место. Потом год готовилась и поступила во Второй Московский государственный медицинский институт (сегодня это Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н. И. Пирогова. – Е. Ч.). За время подготовки химию выучила за три курса института, на курсах училась и с преподавателем. Дома пытались отговорить, предлагали поискать более легкий путь, но все было бесполезно –

* Ионна Эммануилович Якир – видный военный деятель, осужденный и расстрелянный по делу Тухачевского.

медицину я выбрала навсегда. Также впоследствии шла и в офтальмологию: ходила в научные кружки по терапии и хирургии, в библиотеках много времени проводила, а когда начался цикл по офтальмологии, с первых часов поняла, что это мое, и никогда потом не пожалела о выборе.

— Шестнадцать лет своей жизни вы посвятили работе в Московском НИИ глазных болезней имени Гельмгольца. Не могли бы вы рассказать об этом периоде своей жизни? Чем именно вы занимались в институте, ощущали ли вы ту косность советского мышления, о которой много говорят? Или же косность мышления – это то, что мы имеем сегодня?

— В этот институт я попала по распределению из медицинского института, и в этом мне тоже повезло, так как именно в наш год открыли ВНИИ ГБ РАН (Научно-исследовательский институт глазных болезней Российской академии наук. – Е. Ч.), и мест офтальмологов оказалось много, их хватало даже всем членам кружка глазных болезней. Я сразу оказалась в отделе контактной коррекции зрения врачом, а уже через полгода – младшим научным сотрудником. Что такое косность мышления тогда и сейчас, я не знаю. Зато знаю, что это были лучшие годы жизни. В институте в то время работали великие ученые: Богословский, Кацнельсон, Гундорова, Бунин, Яковлев, Фридман, Майчук, Бровкина, Саксонова и другие. Ходить с ними рядом, слушать лекции, иметь возможность привести пациента на консультацию было настоящим счастьем. В моем отделе тоже были замечательные учителя: Киваев, Бабич, Шапиро, было много интересных научных работ, в которых мы все участвовали. Создавалась российская школа контактной коррекции зрения, и мы были учителями, разрабатывали много нового, участвовали в научных конференциях. Образовался коллектив единомышленников, которым была интересна поисковая научная работа, и все мы на этом росли профессионально.

— Жизнь вашего поколения сложилась так, что вы из общества развитого социализма оказались в формации раннего капитализма. Внесли развал СССР корректировку в вашу жизнь? Легко ли лично вам далась адаптация к новой жизни?

— Наверное, мне опять повезло. Я ушла из института и прошла небольшую школу работы в частных компаниях, а вскоре стала главным врачом компании, которая стремилась к развитию лучших тенденций и новых направлений. В ней я и работаю

сейчас, уже 25 лет. Теперь она объединяет оптическую сеть «Оптик Сити».

— Что хорошего, на ваш взгляд, осталось в той эпохе, которая закончилась с распадом Союза? Чего из той эпохи не хватает вам в этой или же так нельзя ставить вопрос?

— Мне всего хватало и тогда, и сейчас. Думаю, главное – не эпоха, а способность найти себе дело в любой ситуации. И можно сказать, что и в этом мне повезло, потому что я не потеряла свою профессию, как это случилось у многих людей.

— Помимо того что вы – кандидат медицинских наук, член координационного совета Рос-



«Оптик Сити», 1998 год: обмен опытом с итальянским коллегой-оптометристом. В белых халатах – Тамара Давыдовна (справа) и кандидат медицинских наук Марионэлла Владимировна Зеленская



На конференции «Рефракция-2011» в Самаре. Тамара Давыдовна – в составе президиума



Фото из поездки в Лондон, организованной для офтальмологов компанией CIBA Vision, 2014 год



Со студенческих лет наша героиня всегда оказывалась в компании людей, играющих на гитаре

сийской ассоциации специалистов по контактной коррекции зрения, один из ведущих в России экспертов по проблеме кератоконуса, вы также являетесь специалистом по цветотестированию и цветокоррекции и даже разработали свою методику, позволяющую выявить нарушения зрительного восприятия и откорректировать их с помощью цветных линз. Как так случилось, что вы увлеклись темой цветокоррекции?

— Опять случайно. Я узнала об этой методике от Натальи Ринской, преподавателя оптометрии, ко-

торая заочно познакомила меня с работами Иана Джордана из Великобритании (Иан Джордан считается создателем метода цветокоррекции. – Е. Ч.) и с сотрудником его лаборатории Евгенией Киселевой из Шотландии. Мы познакомились, и со временем тема меня сильно заинтересовала, что потребовало изучения большого материала, сотрудничества со многими специалистами. К тому времени я уже написала книгу по кератоконусу* и подготовила учеников, которые справлялись с работой, связанной с этим заболеванием.

— Нарушения, многие из которых, если я правильно понимаю, поддаются коррекции цветными линзами, связаны с особенностями работы мозга. Я не так давно прочитала утверждение одного ученого о том, что с нашей стороны очень самонадеянно говорить: «Мой мозг», потому как кто тут господин, а кто слуга, пока вопрос открытый. Вы с этим согласны? Можете ли вы поделиться своими личными открытиями, которые были сделаны вами в процессе работы с пациентами с когнитивными расстройствами?

— Мозг – это очень интересно, и еще многое ученым предстоит открыть. Работе помогает изучение литературы, обучение и сотрудничество со многими специалистами: неврологами, нейропсихологами, дефектологами, логопедами, психологами и другими. Сейчас я уже понимаю, что образовался серьезный пробел: офтальмологи не занимались вопросами зрительного восприятия, нарушениями обработки зрительной информации вторичной зрительной корой мозга и возможностями их коррекции, а специалисты, указанные выше, надеялись от нас эту информацию получить, а не получив, вели только свою коррекционную работу. Единичные научные работы на эту тему есть, но они мало известны широкому кругу специалистов. Со слуховым анализатором, в отличие от зрительного, дело почему-то обстоит гораздо лучше. Сегодня мы пытаемся обобщать приобретаемый опыт, вести совместные работы с нейропсихологами, дефектологами и неврологами, чтобы понять, на что влияет цветокоррекция. Уже сегодня ясно, что мы можем диагностировать и исправлять цветом зрительные и зрительно-пространственные нарушения, а это, в свою очередь, оказывает значительное положительное влияние на чтение, речь, письмо, память, восприятие эмоций, баланс и координацию движений, вегетативные нарушения.

* Речь идет о книге «Кератоконус. Клиническая лекция для врачей-офтальмологов и оптометристов» (СПб. : ООО «РА «Веко», 2015).



На фестиваль авторской песни «БардАкадемия» – всей семьей. Но когда ты сопредседатель его оргкомитета, расслабляться нельзя!

— Я всегда с большим интересом читаю ваши посты в группе «Цветные очки от ваших проблем» в «Фейсбуке» и считаю ту работу по цветокоррекции, которую вы ведете, невероятно важной. И даже в кругу моих знакомых есть люди, которым вы лично смогли помочь. Но знаю, что, помимо работы, у вас есть увлечения, в частности бардовской песней. Не могли бы вы рассказать о том, как и когда зародилось это увлечение?

— Наверное, я шла к этому еще со студенческих лет – всегда оказывалась в компаниях людей, поющих и играющих на гитаре. А по-настоящему пришла в бардовское движение в 1994 году, когда не стало родителей, вышла замуж старшая дочь и появилось некоторое время для себя. Это мое хобби очень разнообразно: люблю слушать песни, появилось много очень интересных и талантливых друзей, я 20 лет была членом и даже сопредседателем большого и популярного фестиваля авторской песни «БардАкадемия» и уже 13 лет являюсь модератором известного сайта этого фестиваля. Даже медаль получила – за вклад в движение авторской песни.

— Интересно, чье творчество вам особенно близко? Чьи записи вы включаете, когда у вас плохое настроение?

— В авторской песне есть классика, и ее очень много, но самое интересное, когда у костра или в пансионате появляются новые люди и новые песни и когда творчество – новый дуэт или новая песня – рождается на твоих глазах. В трудную минуту песнями не очень развлекалась, когда дома что-то



С одним из ведущих бардов Борисом Кинером после его домашнего концерта, 1996 год



Торжественный момент! Вручение Тамаре Давыдовне медали «За вклад в движение авторской песни», выпущенной к 50-летию этого движения, его ветеранам Игорем Каримовым и Ириной Алексеевой



Тамара Давыдовна со старшей дочерью Евгенией на фестивале бардовской песни, 2018 год



Тамара Давыдовна – не только счастливая мама, но и бабушка

случалось, отвлекалась работой, а когда на работе – домашними делами или находила себе какие-то новые занятия.

— А разделяет ли муж ваше увлечение?

— Муж у меня полиграфист по профессии и бард, очень интересный и начитанный человек. Он пишет музыку к песням, отбирает очень хорошие стихи, любит дуэты, поэтому в нашем доме часто были репетиции. Мы почти во всем вместе – фестивали, путешествия, встречи друзей. Это я разделяю его увлечения. А по жизни даже, наверное, хорошо, что он не врач, а я не пою.

Общаться с Тамарой Давыдовной всегда интересно, причем вне зависимости от того, о чем конкретно мы говорим. Однако за сегодняшнее интервью мы особенно признательны нашей героине. Признательны за то, что она позволила нам прикоснуться к своим воспоминаниям, поделилась своими мыслями, являясь одним из тех редких людей, кто формирует правильное пространство вокруг нас, — пространство, в котором всё на своих местах: люди, помыслы, чувства и слова.

— Быть может, так вы дополняете друг друга. Знаю, что еще одно ваше общее хобби – это коллекционирование.

— Да, у нас несколько коллекций. Сейчас мы собираем сувенирные колокола из храмов и мест, которые посетили, фигурки музыкантов с инструментами, выполненные из дерева, стекла, металла, и еще у нас есть коллекция на кухонных досках – коты с гитарой.

— Тамара Давыдовна, вы производите впечатление очень деятельного человека с активной жизненной позицией. Вы – занятой человек, который, тем не менее, кажется, находит время на все. Как вам это удается?

— Не знаю. Я просто интересно живу и за это благодарна судьбе.

— Вы – мама и бабушка. Хочу спросить вас тоже как мама. Что, на ваш взгляд, сегодня необходимо, чтобы воспитать разностороннюю личность?

— Мне кажется, что очень важно быть примером для своих детей. Если дети тебе подражают, принимают твои принципы и твою жизненную позицию, значит, тебе что-то хорошее удалось сделать. Хотелось бы, чтобы то, что мы делаем для детей, отзывалось в их душе желанием делать хорошее для нас. А разносторонней личностью, по-моему, делает общение с интересными людьми, желание профессионального роста и та среда, в которой мы живем.

— Совершенно с вами согласна. Что вы считаете своими главными жизненными достижениями?

— Мне кажется, что достижения – это вообще не главное. Важнее самооценка, удовлетворение от всей прожитой жизни, добро, которое осталось людям, твои разработки, которые проживут дольше тебя, твоя семья, которая будет с тобой в радости и в горе, – это и есть настоящее счастье.

