

## Ja žēlošu sevi, dzīve vieglāka nekļūs

**RAIMONDS BEGINSKAS** ir divdesmitgadnieks, kuram ir darbs, kas interesē, draugi, ar kuriem ir par ko runāt, un vaļasprieki, starp kuriem lielākais ir basketbols. Viņš ir optimisma pilns, mīl jokot un bieži, gandrīz nepārtraukti smaida. Tāds pats kā simtiem un tūkstošiem viņa vecuma jauniešu. Vienīgā atšķirība - Raimonds pārvietojas invalīdu ratiņos. Pirms četriem gadiem liktenīgā autoavārijā viņš guva muguras traumu un zaudēja spēju pārvietoties. Tomēr Raimonds necenšas dramatisēt situāciju un nejūtas kā cietējs vai apdalītais. Mūsu saruna bija gaiša, jo patiesībā viņš ir tāds pats kā citi jaunie, tikai pārāk agri bijis spiests saprast daudzas lietas, ko viņa vecumā parasti vēl nesaprot.



- **Ar kompjūteriem saistītas Raimonda nākotnes ieceres, šajā jomā viņš strādā arī ikdienā.**

- **Kad zvanīju, lai vienotos par intervijas laiku, teicāt, ka pa dienu būsiet darbā.**  
- Strādāju SIA «Livengoft» sadzīves tehnikas veikalā, mans darbs saistīts ar datortehnikas apkalpošanu. Piemēram, veikals saņem pasūtījumu - datortechniku, savukārt pircējs nāk ar savām vēlmēm, ko viņš grib redzēt nokomplektētu iegādājamajā datortehnikas komplektā. Tad nu es veicu šo komplektēšanu, detaļu salikšanu un tamlīdzīgas lietas. Darba diena man nav normēta. Strādāju tādā režīmā, kāds man ir ērtāks - reizēm pa dienu, reizēm vakaros. Priekšnieks, SIA «Livengoft» direktors Leonīds Jefremenko ir ļoti pretimnākošs cilvēks. Tieši viņam esmu pateicīgs, ka varu strādāt, jo mūsdienās pat veselīem un izglītotiem cilvēkiem nav viegli atrast darbu. Mūsu pazīšanās sākās vēl tad, kad mācījos Līvānu 2. vidusskolā, un «Livengoft» bija mūsu komandas sponsors televīzijas spēlē «Lielā balva». Pēc avārijas šefs pats mani atrada, piezvanīja un piedāvāja darbu. Sākumā šaubījos, vai varēšu tikt galā ar darba pienākumiem. Taču tagad esmu ļoti apmierināts, paldies viņam.

- **Kā jums radās interese par kompjūteriem?**

- Tas notika tūlīt pēc avārijas. Ar kaut ko taču vajadzēja nodarboties. Ārstējoties rehabilitācijas centrā Maskavā, dzīvoju pie onkuļa un tieši tur pirmo reizi pa īstam iepazinu datoru pasauli. Neteiksim, ka esmu «saslimis» ar kompjūteriem, taču man iepatikās. Sāku lasīt izglītojošo literatūru un atklājās arvien vairāk iespēju, ko kompjūters sniedz.

- **Ko no šīm iespējām pats izmantojat savā ikdienas dzīvē?**

- Izvēle ir ļoti liela. Piemēram, mājas lapu veidošana internetā, programmēšana, grafiskā modelēšana. Man vairāk interesē tieši datora grafikās iespējas. Ar datorspēlēm gan neaizraujos. Ir pieslēgums internetam, un tas ir milzīgs informācijas apjoms, kur iespējams atrast atbildi gandrīz vai uz katru jautājumu. To izmantoju gan darbā, gan arī ikdienā - man ir internetā draugi gan Krievijā, gan Lietuvā. Jautrāk

strādāt. Ja saskāros ar kādu neskaidru jautājumu, varu lūgt palīgā, — kāds no draugiem noteikti zinās atbildi. Arī ar radniekiem citās valstīs sazināties pa internetu.

#### - Parunāsim par lielo vaļasprieku - sportu.

- Ar basketbolu aizrāvos jau skolas laikā, kad mācījos Līvānu 2. vidusskolā. Bija izveidota spēcīga komanda, ar mums strādāja treneris Guntis Endzelis, un mūsu labākais sasniegums bija 2. vieta augstākajā jaunatnes līgā basketbolā. Šajā sporta veidā nopietni trenējos astoņus gadus, līdz pat vidusskolas beigšanai. Toreiz gata-vojos studēt, biju jau iestājies Rīgas Aviācijas augstskolā, lai kļūtu par inženieri, un būtu turpinājies nodarboties ar basketbolu Rīgā, uz kuriem aizgāja arī mūsu treneris, taču viss notika citādi, jo cietu avārijā.

Sportošanu neesmu pametis. Uz treniņiem Līvānu 2. vidusskolas sporta zālē eju joprojām. Tur gan ar ratiņiem ir pagrūti iekļūt — jāpārvar pakāpieni, taču draugi palīdz.

Šogad esmu guvis arī pavisam jaunu pieredzi — mani uzaicināja trenēties Latvijā vienīgajā ratiņnieku basketbola komandā Tukumā. Vismaz reizi mēnesī cenšamies satikties treniņos, taču iespēja tur nokļūt cieši saistīta ar finansēm, transportu, jo esam no dažādām Latvijas vietām. Šāda iespēja radās, kad pirms pusgada saņēmu vēstuli ar piedāvājumu piedalīties sporta nometnē, uz ko bija uzaicinātas arī līdzīgas basketbola komandas no Viļņas un Kaunas. Kaimiņvalsts komandas ir daudz pieredzējušākas, sportisti trenējas jau septiņus gadus. Latvijā basketbola komanda tikai šogad sāka veidoties, un nometnē mēs visi satikāmies pirmoreiz. Pirmoreiz arī mēģinājām kopā spēlēt. Ir bijušas spēles ne vien Latvijā, bet arī Lietuvā.

Nenožēloju, ka izmantoju šo iespēju, man patika. Pirmās divas dienas pavadījām treniņos, pēc tam sekoja spēles. Bija vērtīgi satikties ar lietuviešu puisiem, iztaujāt viņus par to, kā paši sākuši. Arī viņi sākotnēji spēlējuši, izmantojot parastos ratiņus, kas domāti nevis sportam, bet ikdienas vajadzībām, taču tagad gandrīz visiem ir sporta ekipējums.



- **Raimonds (pirmajā rindā no kreisās) kopā ar saviem basketbola komandas biedriem un treneri Gunti Endzeli (otrajā rindā otrais no labās) Līvānos.**

#### - Ar ko sporta ratiņi atšķiras no parastajiem?

- Pirmkārt jau ar dizainu, riteņi ir citādāk veidoti, arī svara ziņā sporta variants ir ievērojami vieglāks. Var ērtāk manevrēt, straujāk uzņemt ātrumu un veikt pagriezienus, kas laukumā ir ļoti būtiski. Protams, tie ir arī daudz dārgāki. Šos ratiņus pēc pasūtījuma katram sportistam individuāli, ņemot vērā izmērus un katra vajadzības, izgatavoja Šveicē. Pie tam, bez maksas, jo pašiem tādu naudu sameklēt būtu grūti.

**- Vai Līvānos izveidot savu ratiņnieku basketbola komandu nebūtu iespējams?**

- Ko jūs! Te taču gandrīz nevienu ratiņos uz ielas neieraudzīt. Cilvēki sēž mājās un laukā nerādās. Esmu gandrīz vai vienīgais, kas regulāri pārvietojas pa Līvāniem, jo uz darbu man jādodas katru dienu.

**- Vai esat atradis arī citus vaļaspriekus?**

- Adīt neadu. (*Smejas.*) Esmu mēģinājis, bet tas nav priekš manis. Patiesībā darāmā man pietiek, es negarlaikojos, drīzāk izjūtu laika trūkumu. Vai redzat istabas stūri savdabīgus zābakus, trenažieri? Tie domāti treniņiem, rehabilitācijai. Jo biežāk es trenēšos, jo ātrāk varu gaidīt rezultātus un veselības stāvokļa uzlabošanos. Cerības, ka varēšu atsākt staigāt, man ir, tikai pašam uz to mērķtiecīgi jāvirzās. Pēc avārijas ārstējoties Maskavā, man bija iespēja sastapties ar ārstu un vienlaikus arī cirka mākslinieku Valentīnu Dikuļi. Viņš pirms 15 gadiem bija guvis tādu pašu mugurkaula traumu un muguras smadzeņu bojājumu, cirka arēnā krītot no 15 metru augstuma. Vairāku gadu laikā, diendienā neatlaidīgi trenējoties līdz pat spēku izsīkumam, viņš sevi atkal nostādīja uz kājām. Šis cilvēks ir izstrādājis savu rehabilitācijas programmu un metodiku, ko Maskavā viņa vadībā apguvu arī es.

Saprotu, ka vairāk 'laika jāveltī šiem treniņiem, būtībā vajadzētu pamest visu pārējo - darbu, draugus - un nodoties tikai šai lietai, jo viss ir atkarīgs no manis paša.

**- Cik viegli vai grūti ratinkrēslā ir nokļūt, piemēram, veikalā, aptiekā vai vienkārši pārvietoties pa ielu?**

- Grūti, protams. Man ir vieglāk, jo esmu iemanījies vajadzības gadījumā balansēt tikai uz aizmugurējiem diviem riteņiem, priekšējos divus paceļot augšā, lai pārvarētu sliekšni, pakāpienu vai citu šķērslī. Tam, kas to nevar, manuprāt, vienam vispār nav iespējams pārvietoties. Mums ir dzīvoklis pirmajā stāvā, un man nesagādā īpašas problēmas pārvarēt tos piecus pakāpienus no ieejas līdz dzīvokļa durvīm. Grūtāk ir pēdējam tikt pāri, jo nav, kur pieķerties. Taču iekšā mājā varu tikt pats, to esmu iemācījies, un man vairs nevajag bezpalīdzīgi gaidīt, kad kāds pienāks un palīdzēs iekļūt dzīvoklī.

Ar uzbrauktuvēm pilsētā ir milzīgas problēmas. Būtībā nav gandrīz nevienas ēkas, kur iekļūšanai būtu izveidota pareiza uzbrauktuve. Ja arī tā ir, tad tik stāva, ka bez palīdzības pa to uzbraukt vienalga nav iespējams. Nav saprotams, kādēļ tā, jo uzbrauktuves taču būvē, lai nodrošinātu piekļūšanu bez citu palīdzības. Diemžēl slīpās virsmas pie ēku ārdurvīm pārsvarā ir tikai butaforija. Normāli iekļūt var manā darbavietā -veikalā «Livengoft» — un vēl atsevišķās ēkās, taču, ja jānosauc konkrēti, tad nāktos ilgi domāt.

**- Vai pēc liktenīgā negadījuma, kad cietāt avārijā, neizjūtat rūgtumu pret dzīvi vai likteni?**

- Nē, tā nav. To dienu tagad varu atcerēties jau mierīgāk. Diezgan bieži par to nākas kādam stāstīt. Nelaiemes gadījums notika 1998. gada vasarā, apmēram divas nedēļas pēc tam, kad biju nokārtojis iestājeksāmenus augstskolā. Visi, kas braucām tajā mašīnā, bijām jauni, tikko pēc skolas.

Pirmajā laikā pēc negadījuma gulēju kā tādā komā, zāju iespaidā viss šķita vienaldzīgs, pēc tam likās, ka varbūt kaut kas vēl varētu nokārtoties, bet, kad sapratu, ka nevaru staigāt, nāca depresija, negribējās nevienu ne redzēt, ne dzirdēt, tomēr pamazām nācās pierast.

To, ka kājas nejūtu, sapratu jau negadījuma vietā, kad nācu pie samaņas. Bija ļoti karsti, saule spīdēja acīs, bet sāpes tobrīd nejutu. Vēlāk diagnoze apliecināja -lauzts mugurkauls un skartas muguras smadzenes. Ārstējos Preiļu slimnīcā, tad Vaivaru un Maskavas rehabilitācijas centrā. Grūtākajos brīžos man ļoti palīdzēja ģimenes atbalsts, draugi nemitīgi bija pie manis slimnīcā. Arī pēc tam netiku aizmirsts, man joprojām ir ļoti plašs draugu un paziņu loks. Tiesa, daudzi mācās vai strādā citās pilsētās.

**- Vai attieksmē pret dzīvi, cilvēkiem un vērtībām kaut kas ir mainījies?**

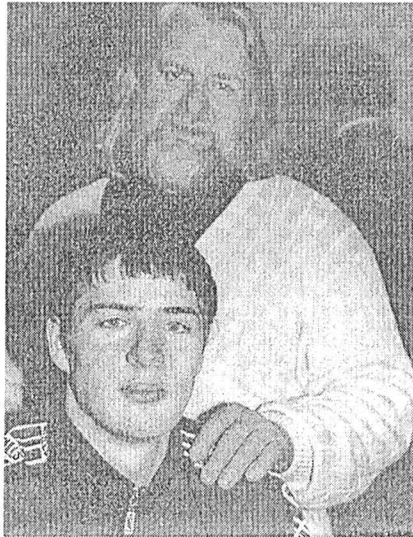
- Izmaiņas ir notikušas manī pašā. Kļūstot pieaugošāks, cilvēks jebkuros apstākļos mainās. Protams, nevar salīdzināt, kāds biju pirms avārijas, un kāds esmu tagad.

Atšķirība ir liela. Dzīvi vērtēju pavisam citādi. Nemitīgi ir jādomā par nākotni un pašam tā jāveido, jāmeklē ceļš, kā to izdarīt. Tu vairs nevari atļauties tā vienkārši - dzīvot un nedomāt. Ir jāplāno, jāuzstāda sev kaut kādi mērķi - mācīties, sportot, strādāt. Tuvinieku mīlestību, draugu atbalstu novērtēju daudz augstāk. Ļoti svarīgs manā dzīvē šobrīd ir sports. Taču patiesībā par šīm lietām neesmu nopietni aizdomājies.

- Ko savas nākotnes vārdā jums noteikti gribētos izdarīt?

- Māju uzcelt, koku iestādīt... tādā garā. (*Smejas.*) Ja nopietni, tad pats galvenais - atkal nostāties uz kājām. Gribu uzsākt arī mācības augstskolā un neklātienēs nodaļā apgūt datorzinības, padziļināt savas zināšanas šajā jomā. Jāmācās tas, ko varēšu pielietot savā dzīvē, ar ko varēšu maizi pelnīt. Protams, ka tas nebūs viegli, jo Rīga ir tālu, taču jāmēģina.

- **Paldies par sarunu. Lai viss iecerētais izdodas!**



• **Līdzcietīgs skatiens un milzu mērķtiecība piemīt Raimonda skolotājam un ārstam, maskavietim Valentīnam Dikuļim, kurš pirms 15 gadiem guva tādu pašu mugurkaula traumu, taču tagad veiksmīgi turpina savu karjeru Maskavas cirkā. Foto no Raimonda albuma.**