

Алина Билаш

#ДЕКРЕТ

КОМИКСЫ О ЖИЗНИ
МАМЫ ДВОИХ
ДЕТЕЙ

Ведет клуб
для творческих
мам и блог

BILASHMAMA

Комиксы для
родителей

VK bilashmama



@bilashmama



Алина Билаш

**#Декрет. Комиксы о
жизни мамы двоих детей**

«Питер»

2023

УДК 159.923
ББК 88.373

Билаш А.

#Декрет. Комиксы о жизни мамы двоих детей / А. Билаш —
«Питер», 2023

ISBN 978-5-4461-2186-1

До рождения детей я считала, что материнство заложено у меня в крови. Как у всех женщин нашей планеты. Основываясь на фильмах и сериалах, я представляла его в розовых красках с единорогами и радугой. Я верила, что там одно сплошное счастье и больше ничего. Наивная... Материнство встретило меня депрессией, опустошенностью, недосыпом, срывами, слезами, криками. И будто все начало налаживаться, но тут я пошла на второй круг — появились ревность, желание сбежать, ненависть к себе и еще целый букет эмоций. Я думала, да что же я за мать такая? Почему у меня ничего не получается? Чтобы спастись, я стала рисовать комиксы, через которые делилась своей болью. И как оказалось, нас таких много. Когда узнала, что я не одна, мне стало намного легче. В форматах PDF А4 и EPUB сохранены издательские макеты книги.

УДК 159.923
ББК 88.373

ISBN 978-5-4461-2186-1

© Билаш А., 2023
© Питер, 2023

Содержание

Предисловие	6
Хочу ребенка	7
Пора рожать	10
После родов	13
Идеальная мама	16
Спасибо маме	18
Боялась спать	21
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Алина Би́лаш
Декрет. Комиксы о
жизни мамы двоих детей



© ООО Издательство "Питер", 2023

Предисловие

До рождения детей я считала, что материнство у меня в крови. Как у всех женщин нашей планеты. Смотря фильмы и сериалы, я представляла все в розовых красках с единорогами и радугой. Я верила, что там одно сплошное счастье и больше ничего. Наивная...

Первые пару лет материнства были похожи на плохо продуманный триллер. Ты едешь непонятно куда, запертая в багажнике, и с каждой минутой фильма ситуация только усугубляется. Вот рядом кто-то начинает орать, при этом у тебя болит грудь, нечем дышать, и ты вдруг понимаешь: машина летит в пропасть. И почему никто об этом не предупредил? Где обещанная радуга и горшочек с золотом?

В роли мамы я уже больше шести лет, у меня двое прекрасных детей, я их безумно люблю. Но если кто-то спросит: «Как это – быть мамой?» – сомневаюсь, что смогу ответить. Ведь я все еще не в силах в это поверить, свыкнуться с мыслью: «я МАМА». Да и, наверное, материнство у каждого свое, поэтому сложно сравнивать. Но вот чувства и эмоции, которые мы испытываем, часто совпадают. Особенно те, о каких не принято или тяжело говорить вслух. И особенно в первый год материнства.

За эти шесть лет я прошла через море счастья, меня накрывало лавинами депрессивных состояний и слез, я плакала, свернувшись на коврик в ванной и понятия не имея, что меня ждет дальше. Но хочу сказать, что теперь я наслаждаюсь материнством. Сыну сейчас шесть, а дочке четыре. И с ними уже намного легче и интереснее, чем было раньше.

Во вторую беременность я начала рисовать комиксы и вести свой блог. Это спасло от полного выгорания и обеспечило огромную поддержку от других мам. Ты понимаешь, что проходишь через это не одна, что ты нормальная. А навязанный образ из социальных сетей – это просто красивая картинка, которая не соответствует действительности. С тех пор я не переставала рисовать и рассказывать о том, что переживаю в данный момент. Мне хотелось показать реальность, но не со стороны «смотрите, как мне плохо!» Наоборот, найти в этом юмор и суметь посмеяться над ситуацией. И смотрите, доросла до книги! Не верится!

Я не собираюсь вас пугать или чему-то учить. Здесь вы не найдете заумных речей и наставлений. Я просто хочу рассказать свои личные истории о материнстве. Как подруге за чашкой чая или чего покрепче. Сидя ночью на кухне, так, чтобы никто не отвлекал и не трогал. Ведь в декрете этого очень не хватает. И так хочется разделить с кем-нибудь свои мысли и чувства, стать услышанной, понятой и хоть немного отвлечься от истерик и бытовухи. Осознать, что весь этот кошмар творится не только в твоей жизни. И ты не обязана каждую минуту каждого дня испытывать счастье материнства в чистом виде.

Ну что ж, начнем с самого начала.

Тебе кажется, что после беременности и родов все самое худшее останется позади. Наконец перестанет сводить ноги, не придется бегать в туалет каждые пять минут и передвигаться по квартире как беременный бегемот. Ты так хочешь увидеться со своим милым малышом. Дождаться, когда тот, кто вечно пинал тебя под ребра, особенно по ночам, окажется в твоих любящих руках. А впереди вас ждут дни, полные любви и отдыха. В минутах и часах наслаждения друг другом.

Ах, как бы не так...

Хочу ребенка

Для того чтобы у вас сложилась полная картина того, как я видела материнство и как к нему пришла, начну с момента встречи со своей второй половинкой.

С мужем мы познакомились через «Совпад» (приложение во «ВКонтакте»), где, читая ответы собеседника, ты мог выбрать себе пару. Мы год переписывались, он иногда присылал мне разные мемы и шутки, но тогда и он и я были в отношениях. Потом одновременно они закончились, и мы решили встретиться. Мне было 19, а ему 21. Через четыре с небольшим года после первой встречи мы поженились. Переехали в новую квартиру и начали жить вдвоем.

Все было скучно и обычно. Работа, учеба и вечера перед телевизором с пачкой чипсов. Мы оказались типичными домоседами и никуда не выбирались. Примерно после года такой идиллии я захотела вывести наши отношения на новый уровень. Мне ведь почти 24 года! Пора! Мама в это время уже ждала меня, чем я хуже? Я тоже хочу такое счастье. Муж согласился, и мы начали попытки забеременеть. Я ходила на осмотры к гинекологу, рассчитывала овуляцию. Лежала по десять минут с задранными к потолку ногами, стараясь обмануть гравитацию. Но ничего не происходило. Когда прошло 7 месяцев таких попыток, я все еще была уверена, что вот-вот получится. Но очередной тест опять был отрицательным, и месячные начинались день в день. Я рыдала в туалете, чувствуя свою никчемность. Я заиклилась на этой идее, все мысли были только об одном. Вокруг я видела счастливых беременных, которые меня жутко раздражали. Ну почему, почему у них получилось, а у меня нет? В то время я не думала о том, что у каждой из них своя история, а видела только итог – хорошенький животик и счастливое выражение лица.

И вот когда я решила, что рожать зимой не хочу, полностью отпустила ситуацию, начала планировать летний отдых и отстала от мужа, у меня случилась задержка. Спустя два дня, в свой день рождения я сделала тест и увидела такие заветные две полоски. Я была на седьмом небе от счастья. Растолкала мужа и сказала, что он станет папой. Он «угукнул» и повернулся на другой бок досматривать сон, более интересный, чем эта новость.

На следующий день я поехала на платный осмотр гинеколога и УЗИ, чтобы все точно узнать, проверить, и впервые увидела эту маленькую горошинку. Результат положительный – Я БЕРЕМЕННА! Это наконец произошло. Буквально за неделю были установлены всевозможные приложения по беременности, куплено с десяток книг, и я начала заглядываться на крошечные детские вещи. Меня было не остановить.



Я записалась на прием в женскую консультацию – мне сказали прийти на 11-й неделе, чтобы завести карту, а еще дали кучу направлений на анализы. Потом я исправно все сдавала и ходила к врачам. У меня не было токсикоза, изжоги и других проблем. Говорят, беременные светятся счастьем, вот я была именно такой. Единственное, что меня раздражало, – это судороги ног по ночам и вечные позывы к мочеиспусканию. Но это уже начиная с шестого месяца. А до тех пор я надевала платья и гордилась своим животиком. Правда, иногда у меня шалили гормоны и я плакала без особых причин.

Ближе к декабрю я уже ничему не радовалась и напоминала дирижабль на ножках. Пришлось искать куртку огромных размеров, чтобы она застегивалась на моем пузе. Магазины для беременных предлагали просто ужасные модели, в которых мне было бы стыдно ходить. Правда, после 30-й недели, уйдя с работы в законный декрет, я выходила только на прием к гинекологу, и то не всегда. И как бы ни советовали беременным гулять побольше, я не любила морозы и выбирала лежать под одеялком. Надеялась, что рожу этак на 38-й неделе. Ну в крайнем случае на 39-й. И даже невзирая на то, что мой живот опустился на 34-й неделе, сын решил сидеть до последнего...

В декабре, на 38–39-й неделе, по ужасной погоде я отправилась на очередной прием к гинекологу. Через парк на остановку. В кармане «баночка анализов». Ветер был ледяным, все лужи замерзли и превратились в сплошной каток, который в 7:30 утра еще никто не успел посыпать песком. Я шла аккуратно, но все равно не удержалась на льду и упала на бок и правую

часть живота. Было больно, и я очень испугалась – ведь срок уже нешуточный. Порыдала, лежа в темноте в парке, еле поднялась и поплелась дальше. Сын притих. Добралась до врача, сквозь слезы рассказала обо всем, что случилось. Меня срочно повели на УЗИ, посмотрели и успокоили – все хорошо. С сердца будто упал камень. Ведь в воображении я уже представляла самые страшные картинки.

Беременность далась мне не слишком легко, и я очень ждала встречи со своим малышом. Думала, что полностью к этому готова: столько всего прочитала, посмотрела и законспектировала. Сейчас об этом даже смешно вспоминать.

Пора рожать

Первых месяца два после этого самого важного и яркого события в моей жизни, перевернувшего все с ног на голову, я могла любую тему свести к разговору о родах. Мне так хотелось сравнить себя с другими родившими, услышать, как это было у них, и, конечно, рассказать самой о пережитом опыте.

Я очень боялась родить в дороге или дома. Живот уже давно опустился, тренировочные схватки мучали с 37-й недели. Муж волновался больше меня и, будь его воля, отвез бы меня в роддом сразу после первой такой схватки. Но я отходила 41 неделю и три дня. С 40-й недели лежала в родовом отделении. И вот уже скоро мне должны были дать таблетку, вызывающую родовую деятельность. Тогда я решила, что сына пора выгонять, и начала ходить по коридору взад-вперед, подниматься по лестницам. Я даже спортом в палате занималась. Представляете глаза соседок? В один из дней утром почувствовала легкое потягивание вниз и с 7 утра начала засекаать периоды. К середине дня потягивание стало сильнее. Я пообедала, так как понимала, что впереди меня ждет не самое простое дело, и пошла к медсестрам. Меня осмотрели – раскрытие «два пальца». Подготовили к родам, отправили в душ, сделали клизму – все как полагается и во всех красках. Перевели в родовое отделение. Становилось больно, но я ожидала худшего. Там я ходила по коридору, прыгала на фитболе, заглядывала в соседние палаты. По знакомству мне выделили отдельную родовую, где была только я одна (о чем в дальнейшем пожалела).

Процесс шел медленно, и, чтобы его ускорить, мне прокололи амниотический пузырь. И вот тут-то понеслось, вот где было веселье. Казалось, что мои позвонки крошат кувалдой. Я пробовала и горячий душ, и опять фитбол, но лежать и вдавливать в кровать было легче всего, хотя я думала, что сломаю железные поручни. Мне предложили эпидуральный наркоз, но нет, я же сильная, я справлюсь.



Через шесть часов такого ада начались потуги. И именно в этот момент все врачи оказались заняты сложным случаем – у девушки в соседней палате открылось кровотечение.

Мы с ней были в одной палате в родовом отделении, она поднялась в родовую часа на четыре раньше меня. В этот момент я осталась одна и звала: «Хоть кто-нибудь! Я рожая!» Шепотом, в перерывах между сильными схватками, я просто умоляла, чтобы в палату хоть кто-то заглянул. Ведь меня уже положили на кресло и даже ноги раздвинули. Больше всего я боялась, что сына никто не поймает. Забежала медсестра, посмотрела, утешила и снова убежала (видимо, звать врача, так как уже было «вот-вот»). Спустя минуту примчалась врач, и мне разрешили тужиться. Было ощущение, что я стараюсь пропихнуть через то самое место шар для боулинга. В итоге все пошло не так, как должно было, и сын застрял. Чтобы я не порвалась во все стороны при следующей потуге, меня аккуратно разрежали (сделали эпизиотомию). И вот ребенок в руках врача, медсестра быстрым движением перерезала пуповину и унесла малыша. Он пару раз пискнул и замолчал. Все начали бегать вокруг. Одна из медсестер спросила: «Что, не дышит?» У меня потемнело в глазах: это было самое страшное, что может услышать родившая женщина. Но врач ее отругала: «Что ты такое говоришь! Хорошо все, просто он тихий и спокойный».

Сына запеленали и положили на стол, а мне предстояло родить плаценту и пережить зашивание. Плацента была порвана и вышла не вся, поэтому мне пришлось перенести еще и

чистку. Я будто джекпот собрала (хотя знаю, что бывают роды намного хуже). Я смотрела на сына, на этот маленький комочек счастья, и не верила, что все позади. А он спокойно лежал напротив и через глаза-щелочки молча поглядывал на меня.

После того как все закончилось, я должна была еще пару часов провести в родовой. Мне принесли сладкого чая и блинчик со сгущенкой – это было первое, что я ела после обеда, – приложили ребенка к груди и только ближе к полуночи перевели в послеродовую палату. Пока меня везли на каталке с сыном в ногах, я улыбалась как сумасшедшая. Или как наркоман в бреду (после пережитого это неудивительно). Медперсонал меня поздравлял, хвалил, все говорили, что по мне видно, как я счастлива появлению ребенка. А я радовалась тому, что больше не испытываю адских болей и это все наконец-то позади. Не представляю, как ходят в схватках сутки и даже больше – у меня этот процесс занял 13 часов, но и они показались мне вечностью.

Я наивно полагала, что меня ждут только легкие и приятные дни с моим золотым малышом. Ведь я так долго этого ждала. Ребенок – это же так круто, все страшное закончилось, и впереди тот самый горшочек с золотом на конце радуги. Но, как оказалось, в этом горшочке было немного другое... К материнству во всей его красе невозможно подготовиться заранее. И ты никогда не поймешь, как это, пока не станешь мамой. А кроме того, все дети разные, и если одним быть мамой легко, то другие проходят через все круги ада.

После родов

Всю ночь я не спала. Как можно уснуть, когда рядом этот маленький человечек? Но причина была не только в этом. Я оказалась в палате с постоянно плачущими чужими детьми, поэтому спала там за все время в общей сложности часа четыре. Я очень хотела сбежать домой. Может, даже через окно, чтобы никто не заметил и не остановил. Врачи приходили четко в момент, когда дети наконец одновременно засыпали. А спали они хоть и урывками, но часто и долго. Их осматривали, брали из пяток кровь, потом осматривали мам, делали уколы для сокращения матки. Спрашивали о том, получилось ли сходить в туалет. Инструктировали, как ухаживать за ребенком, – как обрабатывать пупочную ранку, как правильно кормить, пеленать. Чеканили это все будто на автомате, а я могла только лежать и недоумевать, почему я считала, что после родов все страшное уже позади. Старалась слушать и внимать, но в одно ухо влетало, а из другого вылетало. Я не запомнила ничего из сказанного...

В палате было душно, даже несмотря на январскую погоду. Но мамы не теряли чувства юмора, шутили, что можно определить, как давно девушка родила, по ее походке или поведению в общей столовой. Те, кто не могли сесть или ходили как ковбой, слезший с коня, – стали мамами только вчера. Кто уже присаживался на одну из ягодиц, бочком, передвигался медленно, но уверенно, – мамы около двух-трех дней. Ну а всю сидевшие и ходившие уже готовились к выписке (хотя сидеть нам запрещали достаточно долго). И я тоже думала, что меня скоро выпишут.

Но на четвертый день на УЗИ у меня нашли темное пятно. Оказалось, что плацента вышла не полностью, все-таки остался небольшой кусочек. Пришлось перенести чистку вручную через шов после эпизиотомии с сильным надавливанием на живот... Боль была адской. Мне показалось, что это хуже родов. Каждый день нужно было ходить на процедуру и смазывать шов, после туалета обязательно мыться и присыпать шов баноцином. Все это делалось, пока сын спал. И конечно, мне все время чудилось, что он проснулся и кричит. В испуге я вылетала из общей душевой, но он мирно сопел в своем лежачке.



Всех выписали, а мы продолжили лежать. У сына была кефалогематома, как мне объяснили, из-за резкого перепада давления при разрезе. Я ласково называла его своим Гуффиком, уж очень был на него похож. В палате нас было пятеро взрослых и столько же младенцев, которые сменяли друг друга в крике. У одной мамы это был уже третий ребенок, но вот проблема – ее дочь все время кричала. Мама старалась ее укачивать, кормила, утешала, но иногда у нее сдавали нервы и она орала в ответ: «Да что тебе еще надо? Жрать ты не хочешь, спать не хочешь! Сколько можно?» На фоне моего спокойного сына, который только ел и спал, мне это казалось ужасным. Я не понимала, как можно так срываться на ребенке. Это осознание придет ко мне потом, когда пойму, что мне достался не такой лапочка, как я думала вначале.

У другой мамы ребенок был с сильной желтушкой, поэтому ему приходилось часами лежать под лампами. Он был у нее первым, и она сидела рядом и все время плакала. И если я раньше представляла себе послеродовую палату как место, полное счастья и любви, то оказалось, что я сильно ошибалась. Любви, конечно, там было много, но и боли, усталости и отчаяния тоже.

На пятый день нам разрешили ехать домой. Я была так счастлива! Но оказалось, что муж ухитрился заболеть – подхватил насморк, повысилась температура. Чтобы не заразить новорожденного сына, нам пришлось ехать к моим родителям.

Моя первая неделя в новой роли прошла спокойно, так как рядом была мама. Она всегда могла взять внука на руки и укачать его. Мне же было сложно долго ходить и стоять, почти все время лежала. Шов болел, любое движение причиняло дискомфорт, мне казалось, что из меня вываливаются кишки. И конечно, мне все равно хотелось домой к мужу и своим устоям. Я спала рядом с сыном на неудобном диване в душевой комнате, пеленала на рабочем столе. Примерно на второй день у родителей он обделал меня с ног до головы, решив во время смены памперса сделать все дела повторно. Как надо мной хохотали мои мама с папой – нужно было видеть! Мне кажется, в тот момент они были счастливы, что внук в свои первые дни уже отыгрывается на моих нервах так же, как это делала когда-то я.

Первую неделю мы не гуляли – не было коляски. Поэтому мы одевали ребенка в комбинезон и выносили на балкон. Он все еще много спал и ел. Иногда плакал по ночам, но быстро успокаивался. Первый месяц оказался достаточно спокойным.

На второй неделе мы приехали домой. Там нас ждали кровать-маятник с пеленальным столом, коляска, лежак, игрушки. В общем, все удобства. Но и никакой поддержки. Я осталась одна с младенцем на руках и вечно работающим мужем, который приходил домой, когда мы уже спали, а уходил, пока мы еще спали. И честно, я ему при этом завидовала.

Идеальная мама

Как и многие девушки в период беременности, я прочитала кучу литературы о том, как быть хорошей мамой и что нужно делать. Поэтому у меня сложился образ «идеального» материнства. Где я должна была гулять с ребенком два раза в день в любую погоду, даже если снег, дождь или ветер, уносящий крыши домов. Кормить малыша строго по часам, иначе разбалую. Не давать соску – испорчу прикус и зубы вырастут неровными. Не включать телевизор – это вредит зрению. Заниматься по системе Домана, чтобы ребенок знал все и обо всем с пеленок. Гладить белье и одежду с двух сторон, чтобы не было аллергии. Следить за своим питанием, ведь это же ест и мой малыш. Не спать с ним в одной кровати. А когда он засыпает, еще и оставаться хорошей хозяйкой. Поэтому вместо отдыха рядом выбирать уборку квартиры и приготовление еды.

И при всем этом я еще думала: почему же меня все больше и сильнее поглощает депрессия? Если у меня что-то из списка не получалось, я начинала ругать себя. Ведь у всех все выходит хорошо, все справляются... У меня не было близких подруг, а подруг с детьми тем более. Поэтому все мое представление о материнстве строилось на научных книгах с их требованиями и идеальной жизни мам из социальных сетей. Конечно, я недотягивала до их уровня даже на грамм. И чем больше недотягивала, тем сильнее думала, что это со мной что-то не так, что это просто я дефектная. Еще больше старалась стать идеальной, все глубже закапывая себя. И мои розовые очки материнства разбились линзами внутрь...

Когда сыну еще не исполнилось и месяца, у меня случился первый лактостаз. С температурой под сорок я к тому же умудрилась подхватить ротавирус или чем-то отравиться. И думаете, мне кто-то помогал? Ха! Все на работе, а я даже не в силах подняться. Брать ребенка к себе тоже не хотелось – вдруг заражу. Он лежал в своей кровати, я напротив на диване и в беспомощности просто просила: только не плачь! Грудь была каменной, сильно болела. Голова кружилась, меня рвало. Я лежала и плакала, чувствуя беспомощность и страх: если со мной что-то случится, кто позаботится о моем малыше? Сын не плакал, как будто понимал, что маме не до этого. Он просто лежал в кроватке и смотрел по сторонам. Когда приходило время кормления, я собирала всю волю в кулак, ползла в ванную, чтобы помыть руки и грудь мылом, надевала маску на лицо и садилась кормить. Потом протирала ему ручки антибактериальными детскими салфетками, держала столбиком и отправляла назад в кроватку. Он с любопытством смотрел на то, как мама без сил падает обратно, и просто засыпал.

Было тяжело и больно осознавать, что рядом с тобой находится самый долгожданный и дорогой для тебя человек на этой планете, а ты чувствуешь себя очень одинокой...

Дождавшись прихода мужа с работы, я запиралась в ванной и усиленно пыталась горячим душем и капустным листом разбить этот чертов лактостаз. Потом вычитала, что его можно мазать «Траумелем» (именно им я мазала кефалогематому сына). Примерно за три дня я избавилась от этого кома с помощью мази, массажа и частых прикладываний ребенка к груди во всевозможных позах (хорошо, что этого никто не видел). Еще пару дней грудь болела как большой синяк. Зато я научилась чувствовать приближение лактостаза и сразу кормить сына, даже если он ел час назад. Постепенно я ушла от понятия кормления по часам и начала делать это, когда сын просил. А еще мне подарили молокоотсос. И то, с чем сын не справлялся, я сцеживала и замораживала. Правда, потом все замороженное молоко выкинула – оно мне так и не пригодилось. А еще оно как-то странно пахло рыбой.



В тот момент, когда весь твой мир переворачивается и ты больше не принадлежишь сама себе, начинает казаться, что только ты можешь с этим справиться. Что все остальные не имеют к этому никакого отношения и лишь ты одна обязана заботиться о ребенке. Я часто взваливала все на себя, твердя, что все хорошо и я справляюсь.

И в этом стремлении все сделать самой я не замечала близких, которые тоже старались изо всех сил. Когда мама приезжала, чтобы побыть с внуком, я все равно продолжала находиться рядом и следить. А лучше бы спала. Ведь по ночам никто на помощь не приходил. Хотя муж говорит, что он тоже подскакивал и проверял, дышит ли сын. Я в эти моменты, наверное, была в полном забвении, которое дарил мне мой непродолжительный сон.

Спасибо маме

Раньше у меня было много обид и требований к окружающим. Мне кажется, я росла очень эгоистичной девочкой. Или просто еще не знала тех чувств, которые может испытывать мама... Но на самом деле материнскую любовь тяжело выразить словами. Это как ваша первая влюбленность, если ее умножить на миллион и добавить сладкие розовые щечки и пяточки, для которых вы готовы на любые подвиги и в ответ ничего не ждете.

И только после того, как у меня появились собственные дети, я позвонила маме, извинилась за все свои выходки и сказала: «Я тебя люблю!»

Этих слов я, наверное, не произносила в ее адрес лет десять. Я просто не знала, что они важны и нужны. Что их стоит произносить. Не представляла, как мать может волноваться за своего ребенка. Как это сложно – перестроить свою жизнь и начать все с чистого листа, полностью подчиняясь требованиям и нуждам другого человека. И при этом так сильно его любить. Посвящать каждый день в году, двадцать четыре часа в сутки и ничего не просить взамен. Материнство – безумно тяжелая штука, в которой можно допустить кучу ошибок и даже не догадываться о них. Но всему учишься со временем.

Я не знала о том, как сильно мама может любить своего ребенка. Особенно если она об этом не говорит. Действия взрослых часто считаются не так, как бы им хотелось. Ведь дети любят додумывать, причем в худшую сторону. Мне не разрешают долго гулять, потому что хотят разлучить меня с друзьями, а не потому, что волнуются. Проверяют уроки, потому что не доверяют мне, а не потому, что хотят для меня лучшего будущего. Кормят этой кашей, потому что им все равно, чего я хочу, а не потому, что она полезная.

Став мамой, я поняла, как моей маме было тяжело. Уехать в другой город за мужем-военным, оказаться в новой для себя среде без подруг и родственников, потом жить год со свекровью. Растить меня без памперсов и стиральной машины в период 1990-х, когда зарплату выдавали ящиком тушенки или головкой сыра. Но она справилась. Она делала все возможное, чтобы у меня было счастливое детство. Отказывая в чем-то себе, она покупала для меня кукол Барби с домиками, у меня были велосипед, приставка Sony и многое другое. Мама занималась моим здоровьем, водила к логопеду, на танцы, потом на шахматы и рисование. Она вязала для меня модные вещи, сама красила мои волосы в черный и красный цвета. Покупала мне косметику, черный лак и даже магнитофон для кассет, который я таскала на плече по военному городку и чувствовала себя очень крутой. Она терпела все мои шишки, ссадины, разбитые лбы и покусанные руки. Она заботилась обо мне и ухаживала за мной. Но тогда я не понимала, что это тоже любовь – вот эти самые забота, внимание к мелочам и переживания.



Мне не хватало простого общения с мамой наедине, разговоров о чувствах и мыслях. Она никогда не рассказывала, как ей тяжело, больно или сложно. Я не видела, чтобы она плакала или кричала в истерике. И я тоже не научилась делиться своими слабостями и переживаниями. Ведь мне казалось, что это я неправильная: у всех все хорошо, а у меня столько проблем. И лишь однажды, когда я ждала маму с работы, я услышала, как она сильно кричит на сослуживицу. И это меня не испугало, помню, в голове промелькнула мысль: «Мама тоже умеет кричать и возмущаться». В этот момент она стала мне ближе. Знаете, не стоит казаться сильными ради детей, лучше просто быть собой и уметь рассказывать о своих переживаниях. Это наглядно показывает, что любые чувства нормальны и этот мир не может всегда быть идеальным. Прятать все в себе и тяжело, и не нужно, это съедает изнутри. А разговоры, хоть и непростые, сближают и позволяют понять друг друга.

Нас растили и воспитывали так, как могли. И пусть тогда мне многое казалось несправедливым или неправильным, сейчас я знаю: быть родителем очень тяжело. Не скатываться в критику или непрошенные советы по отношению к своему ребенку, когда тебе с высоты жизненного опыта кажется, что лучше именно так и никак иначе. Отпускать его гулять, одного или с друзьями, не зная, где он и что делает. Давать достаточно личного пространства и одновременно стараться показать этот огромный мир возможностей вокруг. Каждый день сталкиваться с бурей чувств и эмоций другого человека и не ломать его, подстраивая под себя. В

любой момент быть готовым прийти на помощь и волноваться из-за каждой мелочи, но не показывать этого. Переживать о том, как он впишется в коллектив в детском саду, школе и университете. Обеспечивать «хотелки» ребенка, чтобы он не чувствовал себя ущемленным, и при этом не разбаловать. Хотеть стукнуть, но сдержаться. И многое, многое другое. Ну почему же родительству нигде не учат? Может, тогда бы мы лучше понимали и больше ценили своих мам и пап.

Я каждый день обнимаю, целую и щекочу своих детей. Говорю им, что они – моя жизнь, что я безумно их люблю! А в ответ слышу: «Мама, ты моя вселенная!» И мне больше ничего не нужно. Но и стукнуть в моменты бессилия тоже могу, а потом иду просить прощения...

Так вот, МАМА, ты – моя ВСЕЛЕННАЯ. Пусть я об этом не говорю, но именно благодаря тебе я такая, какая есть. И я знаю, что ты делала и продолжаешь делать все возможное по отношению ко мне и моим детям! И я очень рада, что рядом есть такая поддержка и опора. И пусть я совсем не часто прошу помощи, больше отказываюсь от нее, все равно важно знать, что в безвыходные моменты мне есть к кому пойти.

Боялась спать

Я кормила сидя, и сын всегда засыпал в своей кроватке. Только представьте: каждые два часа вас выдергивают из сна посредством крика, и это в лучшем случае. Вы на ощупь, потому что еще не открыли глаза, идете к детской кроватке, берете малыша, прикладываете к груди и сидя кормите. Минут 10–15 вы стараетесь не уснуть за этим монотонным занятием и не упасть на пол вместе с ребенком. Потом носите его некоторое время столбиком, чтобы вышел лишний воздух. И хорошо если малыш спокойно засыпает дальше сам. Но чаще всего приходится еще минут 20 укачивать, а потом как бомбу замедленного действия со сноровкой сапера перекладывать его с рук в колыбель. И одно неверное движение может запустить этот процесс на второй, а то и третий круг. Потом вы доползаете до своей кровати и засыпаете, и в лучшем случае через 1,5 часа это повторяется... И так три-четыре раза за ночь.

Я боялась положить ребенка рядом с собой на сон или кормить лежа. Начитавшись страшилок о том, как мамы во сне способны задушить малыша или как он может захлебнуться молоком, я не хотела такого допустить. Даже учитывая, что всю жизнь я сплю очень чутко и могу проснуться от любого шороха. Во сне я не ворочаюсь и просыпаюсь в той же позе, в которой засыпаю. Муж часто шутит, что иногда ему хочется проверить, жива ли я... Но это все равно не помогло мне избавиться от страха. Я вскакивала на каждый шорох из детской кровати. Боялась, что сын просто перестанет дышать. И снова из-за прочитанных страшных историй. Проверяла его дыхание каждую ночь по два-три раза. Смотрела, поднимается ли у него грудная клетка, и, если не могла этого понять, слюнявила палец и подносила к его носику, чтобы ощутить, что он дышит. Не могла допустить, чтобы с сыном что-то произошло по моей вине или неосторожности.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.