

A watercolor illustration of a boy on a beach. The boy is wearing a blue t-shirt with a graphic of sunglasses and Russian text, a black cap, and is holding a large blue balloon. He is looking up at the balloon. In the background, there is a blue sea with white sailboats, a sandy beach with a colorful inflatable ring, and a seagull flying in the sky. The text 'Ольга Усачёва' is written in black, and '100 дел для счастья' is written in red at the bottom.

Ольга Усачёва

100 дел
для счастья

Ольга Усачёва

100 дел для счастья

«Издательские решения»

Усачёва О.

100 дел для счастья / О. Усачёва — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-932708-6

«Сто дел для счастья» — это личная терапия для мам, которая поможет по-новому посмотреть на воспитание мальчиков. Книга показывает, как родители, реализуют свои амбиции за счёт детей, основана на реальных событиях и кричит — давайте любовь, вкладывайте время и любовь в детей. Это самое ценное! Предупреждаем! От книги невозможно оторваться. В каждой главе вы найдёте практические советы, которые помогут ребёнку пополнить копилку счастливых моментов. Читая, вы не сможете сдержать слёз.

ISBN 978-5-44-932708-6

© Усачёва О.

© Издательские решения

Содержание

100 дел, которые надо успеть сделать с детьми	6
1. Рождение мальчика	9
2. Вербное воскресенье	10
3. Слезы радости	11
4. Зубная Фея	12
5. Ягодка моя	13
6. Будь собой	14
7. Принцип сперматозоида	15
8. Воздушный шар	18
9. Раздача листовок и работа в интернете	20
10. Детский сад как армия	21
11. Кафефёры	22
12. Салют!	24
13. За победу!	25
14. Парад Победы	26
15. Поклонники	29
16. Свидания	30
17. Свадьба	31
18. Выпустить голубей	32
19. Парикмахерская	33
20. Мрт	34
21. На пляж голышом	37
22. Раннее развитие	38
Конец ознакомительного фрагмента.	39

100 дел для счастья

Ольга Усачёва

© Ольга Усачёва, 2019

ISBN 978-5-4493-2708-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

100 дел, которые надо успеть сделать с детьми

*Дело не в том, чтобы в жизни было больше дней!
А главное в том, чтобы в днях было больше жизни!*

Сесилия Сандерс

Приближается лето, а значит три месяца, когда дети будут отдыхать. Детям не нужны 5-звездочные отели, они радуются самым простым вещам: двойной радуге, прогулке на теплоходе, возможности бегать под дождем без зонтика.

Часто в интернете мы встречаем особые списки дел, списки дел радости, нажимаем лайк, делимся с друзьями, а дальше пролистываем, как бы говоря: «Да-да, это непременно нужно сделать. Да-да, неплохо бы всё успеть. Да-да, это сделает меня или моего ребёнка немного счастливее. Да-да, я хочу прожить жизнь и ни о чём не жалеть в конце. Да-да, я хочу наполнить будни счастливыми моментами и воспоминаниями». И что дальше? Прочитали по диагонали и закинули список в дальний угол подсознания в надежде на то, что раз мы это прочитали и отложили в багажник знаний с пометкой «сделай», то вселенная должна все исполнить.

Такой список занятий, составленный AdMe.ru, был и у меня. Список дел, которые наполнят летние дни новыми и эмоциями. Распечатала и подумала, что после таких каникул моим детям точно будет что рассказать и они смогут свободно написать сочинение на тему «Как я провел лето».

Решила не тянуть до того момента, когда дети пойдут в школу и у них наступят каникулы, а периодически заглядывала в него. Вот этот список:

1. Взять корзинку с едой, отправиться в парк и устроить маленький пикник на лужайке. **Да.**
2. Написать свои имена на асфальте яркими цветными мелками и нарисовать к ним картинки.
3. Проехаться на велосипеде по уютным и незнакомым уголкам родного города.
4. Лежа на спине, смотреть на облака и придумывать им названия.
5. Из вишен, абрикосов, малины и других ягод приготовить разные пироги, а потом угостить ими друзей и соседей.
6. Устроить конкурс с мыльными пузырями: кто надует самый большой и маленький. **Да.**
7. Сходить на рыбалку. **Да.**
8. Поиграть в бадминтон, волейбол или фрисби на природе. **Да.**
9. На песочном пляже делать рисунки и надписи, собирать ракушки и строить песчаные замки. **Да.**
10. По почте послать бабушке и дедушке красивую открытку с добрыми словами и пожеланиями.
11. Сыграть в игру, кто дальше стрельнет косточкой от вишни.
12. Разуться и побегать босиком по утренней росе. **Да.**
13. Запустить воздушного змея. **Да.**
14. Покататься на катамаране. **Да.**
15. Устроить ночевку в палатке и смотреть на звезды.
16. Загадать желание, когда падает звезда. **Да.**
17. Посадить зернышко или травы на подоконнике или на даче и наблюдать, как они растут. **Да.**

18. Попробовать десять видов мороженого и определить самое вкусное.
19. Встретить восход солнца и полюбоваться закатом.
20. Побегать под теплым летним дождем. **Да.**
21. Сделать зарядку на природе. **Да.**
22. Сходить на концерт или в кинотеатр под открытым небом.
23. Начать утро с завтрака на открытой террасе летнего кафе. **Да.**
24. Надуть матрас и отправиться в увлекательное путешествие вдоль берега.
25. Пожарить картошку в углях и съесть. А черными пальцами подрисовать усы, бороду, брови и т. д.
26. Кормить булкой уточек или других птиц. **Да.**
27. Делать из травинки «петуха» или «курочку» и играть в «Угадайку». **Да.**
28. Попробовать пять новых экзотических фруктов.
29. Устроить стрельбу из водяных пистолетов или пластиковых бутылок с дыркой в крышке. **Да.**
30. Лежа на полу, играть в слова и города.
31. Собрать в лесу землянику, чернику, малину, сварить из них варенье и законсервировать в нем воспоминания о лете.
32. Устроить фотопрогулку. Взять с собой забавные аксессуары и отправиться по любимым местам в городе или, наоборот, туда, где ни разу не были. **Да.**
33. Научиться «лунной походке».
34. Около фонтанов в солнечную погоду считать радуги.
35. Прочитать вместе десять новых книг. **Да.**
36. Отправиться всей семьей на утреннюю пробежку по парку.
37. Обновить гардероб: сделать шорты из старых джинсов, разрисовать специальным маркером кеды, покрасить футболки.
38. Лежать в гамаке или шезлонге и строить планы на будущее лето. **Да.**
39. Отправиться на однодневную экскурсию на теплоходе или «Омике».
40. Сделать смешные фото с туристическими достопримечательностями города.
41. Научиться что-то делать своими руками: лепить из глины, освоить карвинг или рисование в технике эбру. **Да.**
42. Сделать новые прически. **Да.**
43. Покататься верхом на лошадях. **Да.**
44. Отправиться на экскурсию в соседний город. **Да.**
45. Облиться водой из садового шланга. **Да.**
46. Съесть самый большой и сладкий арбуз. **Да.**
47. Сходить на мастер-класс по игре на необычных музыкальных инструментах: африканских барабанах, варгане или диджериду.
48. Сделать бумажные кораблики и пускать их по реке. **Да.**
49. Распечатать лучшие фотографии, оформить в рамочки и развесить по квартире. **Да.**
50. Сделать домашний лимонад или смузи. **Да.**
51. Покататься на коньках на крытом катке.

Через пару лет я достала список и прокрыжила. Обычно подобные списки дел, или to-do-листы, у меня выполняются на 10—20%.

На 10% сбывается, если написала и забыла.

И на 20% – если написала и приложила усилия, чтобы сделать. А этот список, к моему удивлению, оказался прокрыженным на 50%. То есть больше половины запланированных дел, которые стала называть «делами счастья», мы выполнили, и напротив каждого пункта поста-

вила гордое «ДА». Из пятидесяти одного пункта этого списка у нас вышло двадцать восемь «ДА».

«Как много мы ещё не сделали...» подумала я, и решила дополнить этот список своими делами счастья, которыми мы будем наполнять жизнь старшего ребёнка (тогда ещё он был у меня один). Сейчас знаю, что у старшего сына свой список, а у младшего будет свой. Список дел счастья вашего малыша может быть разным. У нас он свой, у вашего малыша будет свой. Я пишу про список дел для мальчиков в возрасте до десяти лет, потому что опыта воспитания девочек и детей другого возраста у меня пока нет. Надеюсь, у нас всё впереди. В этой книге делюсь идеями, способами их достижения, инсайтами, открытиями, которые меня посещали в процессе написания книги. Она посвящена моему сыну Ромке, всем мальчикам в возрасте от семи до десяти лет и их мамам. Жизнь Ромы оказалась не так длинна, как планировали. У нас вышло сделать только сто дел. Двадцать восемь дел счастья из списка ADME и семьдесят два дела счастья моего ребёнка.

Сто дел, которые надо успеть сделать с детьми. Большинство из них вы успеете сделать уже этим летом. Наши (28+72) 100 дел счастья. Вот что из этого вышло

1. Рождение мальчика

Мир сияет новым светом каждый раз, когда в него приходит ребенок. Я родила. Ещё до твоего рождения я любила тебя. Всё произошло не так, как показывают в фильмах. Мальчика забрали в реанимацию, к груди не прикладывали. Ты не дышал. Меня перевели в палату, где я легла напротив окна. Начался ливень длиною в ночь – плакала Природа. Я смотрела в окно и молилась. Тогда ещё сильно верила в Бога и просила: «Господи, если суждено быть, – пусть будет здоровым».

Остального не помню. Помню, что ощутила силу материнской молитвы. У мальчика не было имени, мы не определились. К утру пришёл реаниматолог, вызвал меня в коридор, чтоб на других мамочек страх не наводить. Роман Романович сказал, что ребёнок в тяжёлом состоянии в реанимации, прогнозов не даём. Единственный мой вопрос был: «Есть ли родовые травмы?»

– «Малыш родился без травм, но долго находился без кислорода. Когда родился, не дышал. Сейчас гипоксия и асфиксия, по шкале Апгар родился четырёхбалльным.»

Мне всё стало понятно.

Ты выжил. И это самое главное! Я поняла, что ты мне подарил шанс стать мамой. И возможно, я смогу дать шанс побыть ребёнком. Это чудо любви, неопиcуемый дар!

Назвали тебя Романом в честь доктора-реаниматолога. Узнав о значении имени, я обрадовалась вдвойне. Имя очень важно, оно должно обладать историей, которой бы гордился ребёнок. Роман в переводе означает «здоровый, крепкий». Насколько же оно подходит для такого ценного подарка от Бога.

Рождение для ребенка – это гроза, ураган, непреодолимая стихия. А он сам – тот, кто терпит кораблекрушение, поглощаемый стремительным приливом ощущений, которые он не умеет распознать. Он нуждается в помощи и защите. Кто лучше всего это сделает? Конечно, мать. У нас, к сожалению, обнимашки случились на седьмой день, когда Ромку перевели из реанимации. В уютной простоте первых дней после рождения ребёнка мы снова видим, то волшебство ощущений когда два человека живут лишь друг для друга. Остались позади долгие месяцы ожидания рождения ребенка, и наступило время больших забот и радостей!

Рождение ребенка – яркое событие в жизни любой семьи. Для ребенка этот день – начало огромного и непредсказуемого пути, исключительно индивидуального, а для родителей и родственников – это продолжение их рода, смена поколений... Родителей ждет счастливая и трудная работа – растить человека.

Это самое большое счастье в жизни женщины – рождение ребёнка! Дар Божий. Первая встреча-миг! Помимо обнимашек, в момент первого знакомства с ребенком нужно тихо и ласково поздороваться, назвать по имени, попытаться поймать его взгляд и нежно, аккуратно погладить малыша по спинке, ножкам, ручкам. Желаю вам, чтобы эта близость прошла с вами через всю жизнь. Это главное дело вашей жизни! И это первое «дело счастья» вашего малыша!

2. Вербное воскресенье

Первая встреча в реанимации со слезами. Ты почувствовал меня и тоже заплакал. Врач-реаниматолог, Роман Романович, запретил мне плакать в реанимации, сказал – ваш ребёнок всё чувствует. Берегите молоко. Я больше не плакала, но молоко так и не пришло. Сцеживала, что было, и относила – пенициллиновый флакончик. Знаю, что медсёстры улыбались, когда я приносила 15—20 мл.

Есть такое поверье, что в Вербное воскресенье нужно отхлестать друг друга вербой. Постучишь по телу веточкой вербы – будет здоровье целый год... Считается, что эти веточки в течение всего года будут защищать дома от пожаров и наводнений, а их хозяев – от бедности, болезней и невзгод. Веточкам вербы приписываются в этот день целебные свойства. И если поставить ветки у изголовья постели, то это убережет человека, особенно детей, от болезней в течение года.

Во вторую нашу встречу я втихаря от медперсонала в реанимацию притащила жёлтую пушистую освящённую вербу. Побила тебя вербочкой, сынок, за что меня отругали врачи. Ведь я нарушила правила.

Когда я вышла из реанимационного отделения, медсёстры попросили и их «отлупить». Моя вера в Бога и благополучное развитие ребёнка тогда была очень сильной. Твой мозг справился с тяжёлым состоянием нехватки кислорода. Врачи говорили об общей слабости организма, а я этого не замечала. Знала, что ты сильный, крепкий! Ведь именно так имя Роман переводится с латыни. Врачи, вера в Бога, вера в значение имени, а может быть освящённая верба помогли и нас перевели в детское отделение. Теперь каждый год мы вместе ходим в храм в Вербное воскресенье. А в 2016-ом году, когда Роме было восемь лет и поставили страшный диагноз АЛД¹ этот праздник мы встречали в Российской Детской Клинической Больнице (РДКБ). В Москве самая красивая верба, какую я видела в своей жизни. В 2017-ом году я ходила в храм в станице, где мы сейчас живём. С Даниилом. А Ромка остался дома – ему уже было тяжело ходить.

Прошло десять лет с тех пор, когда я впервые чудила вербой. В 2018-ом, когда Ромка перестал ходить и я не пошла в Храм, первый раз в жизни мы остались без вербы. Вера ослабла. В Бога и в чудодейственную вербу. Сил идти в Храм не было. Но эта жёлтая яркая веточка, пронесённая мной в реанимацию, осталась в памяти у меня и у Ромки на наши счастливые почти десять лет и стала нашей традицией. Нашим делом счастья!

Каждый год уже много веков подряд церковь распахивает двери каждому, кто верит в спасение. Вербное воскресенье – праздник, символизирующий силу веры, ее возрождение. Много красивых и интересных традиций хранит Вербное воскресенье. Сделайте эту традицию делом счастья! И пусть ваша сила веры не иссякнет, как иссякла моя в этом году. В следующем году вновь пойду в храм святить вербу.

¹ адренолейкодистрофия

3. Слёзы радости

Рождение ребёнка – это единственное свидание вслепую, на котором ты можешь быть уверена... что встретишь Любовь своей жизни? Эти первые эмоции от встречи с ребёнком ни с чем не сравнить. Но как сохранить моменты радости и моменты роста ребёнка?

Первый массажик, который я делала тебе в отделении неврологии, был спустя десять дней после твоего рождения. До этого мы жили отдельно – ты в реанимации, я в палате. Это было страшно: быть без малыша в палате, когда все остальные мамочки – каждая со своим счастливым «свёрточком».

Плакать мне запретили. Я сцеживала молоко, относила его. Ходила на встречу с тобой утром и вечером. В палате, где я лежала, родились близнецы. Я пришлась к месту: помогала мамочке близнецов по очереди мыть попки. Они кушали и какали, кушали и какали. И так двадцать четыре часа! Но всё равно было досадно, ведь я-то в палате совсем без малыша, а у соседки – сразу двое.

Когда нас перевели в детскую неврологию, ты казался мне обычным ребёнком. Хотя врачи утверждали, что ты ещё слаб. Это была наша первая настоящая встреча. Раскрыла одеяло, положила на пеленальный столик и стою рыдаю над тобой. Делаю массаж ножек и, стоя над тобой, плачу. От счастья!

С нами в палате лежали Валя с сыном Валеркой. У Валерки букет: порок сердца, волчья пасть, ДЦП. И они уже пять месяцев живут в больнице. «Бедный Валерка», – подумала я тогда. Мученик.

Валя спросила:
– Чё ревёшь?
– От счастья, – говорю.

Она ответила: «Вот ду-у-ры! Одна худеет и жрёт сало. Другая от счастья ревёт». Я даже предположить не могла, что через девять лет у нас будут серьёзные проблемы со здоровьем как когда-то у Валерки. А тогда я была счастлива!

Дело счастья: делайте массажик своим малышам! И не стесняйтесь плакать от счастья! Это станет чудным воспоминанием на долгие годы! Вашим совместным делом счастья. И обязательно сделайте фото ножек в ладошках! У нас такое фото есть во всех ракурсах. Ножки в моих ладошках, маленькие ножки в ладонях деда, ножки в ладонях моего брата. У всех ладоней свои линии и отличительные черты! И такие розовенькие маленькие ножки!

Признайтесь: кто хранит бирочки из роддома, которые привязывали маме и новорожденному? У меня такие есть. А ещё я храню прядь волос, которую срезала на годик. Не могу точно объяснить, зачем мне это. Наверное, для того, чтобы сохранить частицу тех мгновений, которые уже не повторятся. Сохраните на память бирочку и первую прядь.

4. Зубная Фея

Я чётко помню первые зубки – их было сразу четыре. Ожидание прорезывания первых зубов у малышей для родителей всегда процесс крайне волнующий и связанный с массой вопросов: когда уже появится первый зуб, будет ли ребенку неприятно во время прорезывания или сколько молочных зубов должно быть у ребенка вообще и когда они появятся все? Конечно, я каждый день трогала дёсны пальцем.

Это забавное первое фото, где у тебя торчат два крупных, как у зайчика, верхних зуба и чуть поменьше нижних. Четыре первых молочных зуба! Я не помню бессонных ночей по поводу появления зубов. Помню, как они начали выпадать в семь лет.

Родители вместе с подрастающими детьми проходят этап выпадения молочных зубов. Этот период, когда передних зубов уже нет, и наши всё ещё малыши улыбаются трогательно и смешно, запечатлен на многочисленных детских фото. «Беззубая» улыбка – разве это не самое милое зрелище!?

Почти все дети легко и весело относятся к смене молочных зубов на постоянные. Хотя когда выпадает первый зуб, они могут встревожиться и раскапризничаться. Но уже потом, когда зубы начинают «сыпаться», охотно помогают им расстаться с «насиженным местом», хвастаются потерей перед товарищами и ждут, когда же начнет шататься следующий, чтобы отдать его Зубной фее за подарочек.

Зубная фея – сказочный персонаж, традиционный для англоязычных стран. Зубная фея, как гласит легенда, даёт ребёнку небольшую сумму денег (или подарок) вместо выпавшего у ребёнка молочного зуба и положенного под подушку. Сказку о Зубной фее и мышонке Пересе придумал испанский писатель Луис Колома для 8-летнего короля Альфонсо XIII, когда тот потерял первый молочный зуб. С тех пор Зубная фея является очень популярным персонажем среди детей такого возраста.

Обычно ребёнок, у которого выпал молочный зуб, кладёт его вечером под подушку. Утром он находит монетку или подарок вместо зуба. Реже ребёнок кладёт зуб в стакан воды около кровати. Утром вместо зуба обнаруживается монета. Вот здорово!

Так Зубная фея помогает компенсировать боль или неприятности, которыми сопровождается потеря зуба. Кроме того, ребёнок привыкает следить за собой и учиться самостоятельности. Также считается, что ритуал зубной феи помогает детям понять разницу между реальностью и воображением.

Дело счастья: обязательно запечатлейте на камеру ребёнка с первым выпавшим молочным зубом. Чтобы он смеялся! Фото, где Ромка держит выпавший молочный зуб, – неотразимо!

5. Ягодка моя

У вас были моменты, когда вы сравниваете детей с вкусными фруктами? Сладкая гроздь винограда размером с ребёнка. Или большой сочный арбуз, как живот беременной. Или малинка, надетая на каждый пальчик. Или ребёнок в костюме вишни, арбуза, яблока и других фруктов, как в рекламе сока. Где дети изображают фрукты и читают короткие смешные стишки.

- Я спелое наливное яблоко, вот кто я!
- Я слива лиловая, спелая, садовая!
- А я абрикос, на юге рос!
- А я томат! Вместе мы – фруктовый сад!
- Подружиться каждый рад, вместе мы как виноград.

Сейчас я многие моменты помню по фото. Их я распечатываю. У нас есть кадр, когда мой папа держит Ромку, а я держу гроздь винограда почти с его рост. Рома родился с ростом пятьдесят один сантиметр, и, когда мы отмечали полтора месяца, папа привёз виноград – огромную гроздь сантиметров тридцать.

На фото рядом с тобой, Ромка, я держу виноград размером от твоих плечиков до пяток. Сама гроздь винограда выглядит аппетитно, а вкус просто божественный. Самый крупный виноград имеет грозди длиной больше двадцати шести сантиметров и вес, превышающий один килограмм. Очень сладкий, без тени кислоты.

Сами по себе виноградные гроздья – это очень красиво. Виноград как он есть: без прикрас и во всей своей естественной красоте. И малыш как он есть – во весь рост!

Такой спелый, с медово-желтым отливом. До сих пор через фото чувствую эту нектарную сладость его ягод. И сладость этого момента, когда мы под попку с моим папой держим в одной руке Ромку, в другой – гроздь винограда с его рост.

Обязательно фотографируйте ребёнка с фруктами. Так ребёнок их лучше запомнит. Есть много загадок на фруктовую тему:

- «Красненька матрёшка, беленько сердечко» (малина).
- «Чёрненька, маленюка, сладенька, ребятам миленька» (черника).
- «На лесной поляне красуется Татьяна: алый сарафан, белые крапинки» (земляника).

А вы, конечно, долго будете наслаждаться вкусом сладких, как фрукты, моментов. Такая вот метафора. А если фрукты больших размеров – это впечатляет, будет потом что друзьям показать. Как рыбаки с большой рыбой, так виноградари с большой гроздью.

Мой Ромка был, как гроздь винограда. Или мой живот был, как арбуз. А сами малыши – это ягодки ещё те. Я думаю, было бы прикольно, если бы в Новый год они были все не в костюмах снежинок и зайчиков, а в костюмах тех самых ягод и фруктов из рекламы фруктового сока

6. Будь собой

«Личности всегда приходится бороться, чтобы не быть раздавленной массой. Если вы попробуете это, вы часто будете одиноки и иногда вам будет страшно. Но никакая цена не слишком высока за привилегию обладать собой.» Ницше

В июне, когда тебе было полтора годика, а мне двадцать девять, мы ушли гулять вдвоём в парк. Помню, как меня все достали и я в свой день рождения отключила все телефоны и пошла в отчаянии с тобой гулять в горпарк. Знакомым и родителям отправила смс: «Знаю, что вы меня любите и будете поздравлять, но я хочу побыть сегодня наедине с собой и день рождения отмечать не буду».

Это такой шок для всех был: как это я не собираюсь отмечать день рождения в кругу семьи по традиции? Это мой день рождения – как хочу, так и отмечаю. Хочу – не отмечаю. Зачем я должна всем улыбаться и делать вид, что мне хорошо, если мне плохо?

Это был момент после суда, когда я проходила через ужасный процесс развода, боролась за алименты и детское пособие. И меня полили грязью, обозвали «тварью, мразью, проституткой и маромойкой». Узнала много нового о себе. Думала, хуже быть не может! Как я ошибалась!

Сейчас я вспоминаю, насколько мы тогда с Ромкой хорошо погуляли —покатались на качелях и «покупались» в ванне с разноцветными шарами. Это были счастливые моменты. Хоть они и совпали с моментами отчаяния и депрессии, связанные с конфликтами и семьёй Роминоного биологического отца. Всё познаётся в сравнении.

Тогда меня Ромка научил быть собой. Помог мне в этот момент стать вновь собой. После того как я наревелась и мы нагулялись, мы вместе окунулись в детский большой бассейн, наполненный разноцветными пластиковыми шарами. Я поняла, что дети способны воссоздать наш собственный мир.

Это такой кинестетический кайф!!! И для него – окунуться с головой в шары. И для меня – поплавать в них и впасть в детство. Сияющие Ромины глаза в разноцветном бассейне и в руках шары. Ладонки, снятые на камеру в момент жонглирования шарами, чуть смазаны. Тем лучше – это передаёт миг. Миг счастья после отчаяния. День, когда я вновь стала собой.

Я не ношу больше масок. Устала их каждый раз с кровью отдиравать от лица. Я не играю ролей. Их было слишком много в моей жизни. Я просто хочу быть собой.

Дело счастья: будьте собой, другие роли уже заняты², учите этому детей. Не отнимайте у них детство и возможность быть собой. Быть детьми. Таким был Ромка до болезни. Всегда жизнерадостный, простой. Всегда был собой.

² известная цитата Оскар Уальда

7. Принцип сперматозоида

В мой тридцатилетний юбилей я устроила праздник. Обычно к юбилеям я готовила сценарий и праздничную программу с костюмами, шутками, танцами и тостами. Тогда, в день своего тридцатилетия, я вышла из темноты в чёрном плаще и рассказала о том, как я родилась.

Про принцип сперматозоида. Всем гостям, а их было двадцать, я рассказала, как победила среди ста сорок девяти миллионов сперматозоидов, чем в очередной раз удивила своих родителей.

Сущность принципа сперматозоида от автора одноимённой книги Михаила Литвака дословно:

«Прежде всего, я хочу поздравить вас с большой победой в сумасшедшей гонке, в которой было пятьдесят миллионов конкурентов (по некоторым данным, их было сто пятьдесят миллионов). Это была довольно массовая гонка, которой в дальнейшей вашей жизни у вас, я думаю, уже не было. Я вижу удивление в ваших глазах. Это вы просто подзабыли! Сейчас я вам напомню. Победу эту вы одержали в день вашего зачатия, когда ваш папа выпустил во влагалище вашей мамы сто пятьдесят миллионов клеток. Одной из них были вы. Были вы тогда еще очень маленькой, но чрезвычайно подвижной клеткой, которую ученые называют сперматозоидом. Старт этой гонке дал ваш отец, когда выбросил во влагалище вашей мамы вас вместе с вашими братьями и сестрами. Думаю, у него в это время было хорошее настроение, а скорее всего, отличное настроение, которое сексологи называют оргазмом. Он даже, может быть, был в этот момент доволен так, как доволен был Бог, когда создавал Землю.

Перед вами была задача соединиться с одной-единственной яйцеклеткой, которая располагалась на финише вашего пути. И как же вам трудно тогда было!

Вначале необходимо было выбрать правильное направление. Ведь матка, в которую вы попали, имеет две трубы, две дороги. Но только одна из них была правильной, ибо в организме вашей матери была только одна яйцеклетка, которая созрела к этому времени и ждала вас. Она не пассивно ждала вас. Она тоже по трубам двигалась к вам. И тут вы справились, сообразили и выбрали правильную дорогу!

Кроме того, была масса препятствий. Вас все время пытались сбить с цели дубинки реснитчатого эпителия (в трубах матки имеется реснитчатый эпителий, реснички которого движутся против движения сперматозоида, не допуская его к яйцеклетке и в то же время указывая, в каком направлении ему следует двигаться. Если в результате какой-либо болезни движения ресничек парализуются, то бег сперматозоидов теряет целенаправленный характер, а у женщины развивается бесплодие). Реснички реснитчатого эпителия были ростом с вас, но у них не было головы. Они слепо выполняли команду центра. Выгонять все то, что попало в трубы. Думаю, что лично против вас они ничего не имели. Более того, они сослужили вам хорошую службу, задерживая ваших конкурентов в пути. Хотя сами они этого не осознавали. Кстати, многие из людей в процессе жизни пытаются избавиться от своей головы и превращаются в реснитчатый эпителий, слепо выполняя волю авторитета, которому поклоняются. Я лично и сейчас стараюсь как-то обойти этот реснитчатый эпителий. Иначе можно потерять свою цель и перестать выполнять свою программу, а это уже смерти подобно.

Итак, нельзя было останавливаться и на долю секунды. Кстати, вы не пробивали эти препятствия, а обходили их. И правильно делали. Те, кто старался пробивать и бороться

с ресничками, кричать что-то вроде «Чего вы толкаетесь! Людей, что ли, не видели!?» и перевоспитывать, теряли время. Вы это понимали и не связывались с обидчиками, хотя у вас было соответствующее мощное подрывное устройство. Но его можно было использовать только один раз. Вы уклонялись от их ударов и шли и шли, а точнее, мчались к заветной цели. Те, кто ввязывался в ненужные споры, имели печальную судьбу.

И только в последний момент, тогда, когда следовало протаранить оболочку яйцеклетки, чтобы соединиться с ее генетическим аппаратом, вы стали таранить ее. Таранили вы ее вместе со своими братьями и сестрами, пока не пробили маленький лаз. Но только вам одному (-ой) удалось пролезть (таковы условия гонки), после чего это отверстие сразу же закрылось. Это была бескомпромиссная гонка не на жизнь, а на смерть!

Второе место вас не устраивало. Это все равно, что 100-миллионное. И вы выиграли эту гонку! А ваши 149999999 братьев и сестер погибли, потому что где-то зазевались, не смогли уклониться от удара, стали спорить с обидчиками или израсходовали свой заряд. Несколько десятков миллионов братьев и сестер вы уже «угробили». Но я вас не осуждаю. Другого выхода у вас не было.

Вы же соединились со своей любимой и попали в рай! Можно было, наконец, спокойно вздохнуть. Но отдыхать было некогда. Когда вы с яйцеклеткой воссоединились, сразу нужно было осуществлять программу, которая в вас была заложена, программу превращения желудка в дуб, программу превращения клетки в человека.

Это было в день вашего зачатия. Да, вы попали в Рай, т. е. в матку. Почему это место можно было назвать Раем? Только потому, что там не нужно было заниматься снабжением. Все строительные материалы поступали к вам в готовом очищенном и самом удобном виде, как на самой хорошей стройке. Не нужно было иметь складов. Как только вы использовали поданный вам кирпич, так сразу появлялся новый.

Но работать по созданию самого себя было просто необходимо. Как только вы прекратили бы эту работу, Рай без всяких предварительных бесед, нотаций и увещеваний начал бы выдавливать вас из себя. Ни в деканат, ни на педсовет, ни в профком для воспитательной работы вас бы не вызывали. Вы это великолепно понимали и все девять месяцев, которые вы прожили в Раю материнской утробы, работали, работали и работали по созданию самого себя. Опасностей не было, но вы со своей парой (теперь это уже единое целое) не бездельничали, а готовились к дальнейшей жизни. Вы начали делиться. Вас стало два, потом четыре, потом восемь, потом шестнадцать и так далее. Вначале вы все были практически одинаковы и делали одно и то же.

А когда вас стало много, вы начали распределять между собой полномочия. Стали формироваться различные органы. Кто-то стал лепить себя для охоты, кто-то из себя сделал склад и решил заниматься переработкой добытого. Сложился и командный пункт – головной мозг.

И хотя все клетки имели одинаковые возможности, но никто друг с другом не спорил. Каждая выполняла те функции, которые на нее возложило ее место. Клетки кожи стали обучаться делать прочные мозоли, а клетки глаза – формировать его роговицу. Наконец, вас можно было выпускать на свет Божий.

Вы не хотели выходить из этого Рая, но вас вытолкнули, и вы вышли на белый свет с криком возмущения. Но назад дороги не было! Покричали, покричали, расправили легкие и начали дышать. Пришлось как-то жить. Но привычка делать все наоборот, та привычка,

которая у вас была, когда вы были сперматозоидом, осталась. Именно она позволила вам остаться самим собой.»

Вот так вышла из темноты в чёрном длинном, до пят, атласном плаще с капюшоном и прочитала полностью этот текст. Загадочно! Заменяя слово «вы» на слово, которое указывала, что речь идёт обо мне. Сейчас так смешно, когда вспоминаю лица моих родителей. Родители мои родом из Советского Союза, где «не было секса». И тут я с таким длинным опусом в качестве первого тоста в свой тридцатилетний юбилей. И смех и грех!

Таким способом я выразила мысль о том, как важно быть собой, и о том, что ты уже победитель! Ты, кому суждено появиться на свет и выпал лотерейный билет под названием жизнь!

Отдельное место в этом сценарии было отведено моему сыну: песня, слайд-шоу и праздничный детский выход моего маленького мальчика.

Это было весело и искромётно. Мы установили горку из бокалов. Тогда ещё такое было в редкость, и пришлось пирамиду из бокалов сооружать самим. Она у нас не раз заваливалась. Но в итоге мы всё-таки начали мой юбилей с шампанского, которое лилось рекой через бокалы по горке-пирамиде. Вернее, это не река была, а аккуратная струйка. Всё же мы боялись, что горка опять рухнет, и подстраховались!

Каждому гостю я подготовила слайд-шоу, песню и отдельное конкурсное задание. Рома вышел под «Пусть бегут неуклюже пешеходы по лужам», я его усадила на коленку, и мы вместе пели под классное слайд-шоу с нашими совместными фотографиями. Рома слегка стеснялся, потом, как обычно, разошёлся, и часть вечера приходилось его отгонять от казённого микрофона, музыкального центра и DVD. Ещё тот любитель техники, застолий и праздников! Сейчас я юбилеи не отмечаю. Быть может, когда-то вернусь к ним.

Дело счастья: празднуйте юбилей. Взрослые, детские, совместные. Готовьте программу, чтобы событие запомнилось, а не осталось в памяти как очередное застолье с поеданием салатов. Помните, что когда-то вы победили в гонке из сто пятидесяти миллионов. Вы победитель! Ваш ребёнок – победитель! Празднуйте это каждый год!

8. Воздушный шар

*Я улетаю на большом воздушном шаре, Куда не знаю, зачем не знаю,
Свою мечту я там найду и потеряю, Свою заветную мечту-у-у..Мистера
Кредо помните?*

Помню твои первые самостоятельные шаги. Да, поздновато по меркам других, в год и четыре. Но это были уверенные шаги от лавочки до лавочки и полные счастья твои и мои глаза. Ты побежал. А потом – за воздушными шарами. К воздушному шару! В сентябре две тысячи десятого года, когда ты уже разговаривал и ходил мы пошли на День города. Ты с торгом смотрел на салют и сказал мне, что хочешь полетать на воздушном шаре. Я первый раз в жизни увидела воздушный шар в нашем небольшом городке. Летательный аппарат, использующий в качестве топлива газ более лёгкий, чем воздух. Тогда мне было двадцать девять. Жалею, что тогда не прокатились. Больше воздушных шаров я не видела. Сейчас мне тридцать семь. Воздушный шар пока несбывшаяся мечта, которая появилась откуда-то из детства.

В «Волшебнике Изумрудного города» Александра Волкова Гудвин прилетает в Волшебную страну на воздушном шаре. В «Приключениях Незнайки и его друзей» Николая Носова главные персонажи прилетают из Цветочного города в Зелёный город на воздушном шаре.

Ты обожал познавательный мультик «Фиксики». Особенно серию про воздушный шар. Дим Димыч случайно разбил лампочку у себя в комнате мячом. Симка и Нолик решили полететь на воздушном шаре менять лампочку... Ты Знал всё про братьев Монгольфье, которые создали воздушный шар.

И конечно, в нашей жизни было много простых воздушных детских шаров. Латексных, ярких, надутых гелием. Шары нам приносили в больницу, когда только выписывали из роддома. Они были на каждый твой день рождения. Шары были в РДКБ, когда тебе Ромик исполнилось восемь лет. Мы их раздали всем детям отделения. Позже, через два года, восемнадцатого июля две тысячи восемнадцатого года я бы тоже хотела запустить их в небо... но не смогла выбрать цвет шаров без тебя...

Как-то, когда ты уже не видел, ты заказал воздушный шар голубого цвета, и я привязала этот большой голубой воздушный шар к твоей ручке и рассказывала, какого он цвета и что написано на этом шарике. И сейчас, на обложке книги ты держишь именно тот голубой большой шар и смотришь в небо. А на голубой футболочке написано «Самый обаятельный и привлекательный». Когда мы делали это фото – ты уже не мог распознать цвет шара и цвет неба. Какая же Ромка у нас получилась красивая обложка для книги!

Когда тебе исполнилось девять лет, уже не работала одна сторона твоего тела. В девятый день рождения мы посадили тебя в центр стола на кресло и к ручке привязали охапку разноцветных ярких гелиевых воздушных шаров. Ты не видел ни шаров, ни наших слёз, но был счастлив!

Дело счастья: пусть в вашей жизни будет много воздушных шаров! Каждый праздник радуйте себя и своих детей ими. Расскажите про настоящий воздушный шар, на котором можно полететь. Посмотрите вместе «Фиксики» и почитайте «Незнайку», где они приле-

тают на воздушном шаре. И, конечно, если будет возможность, организуйте совместный полёт на воздушном шаре!

9. Раздача листовок и работа в интернете

Казалось, ты всегда был со мной рядом. Мне скучно было сидеть в песочнице. И я брала прогулочную коляску и раздавала по пути каталоги и листовки. Раздача рекламных листовок на улице особенно популярна в больших городах. Получив флаер из рук промоутера, человек бегло его просматривает.

Профессионалы, чья специальность – продвижение товаров или услуг, давно пришли к выводу, что предоставление информации непосредственно в руки населению – очень действенный способ привлечения потребителей.

Не знаю, «золотые» слова, выделенные крупным шрифтом, зацепили людей или моя энергетика мамы с коляской, но так мы заработали первый телефон. Незамысловатый Nokia от Димы Билан, который подарила мне компания за успешную рекрутинговую кампанию. Тогда в мою команду пришло много людей, и я вышла на уровень менеджера. В декрете, с коляской и ребёнком, раздавая листовки.

Раздача листовок на улице – унижительная работа? У многих раздача листовок вызывает сострадание. Люди думают, что от хорошей жизни на такую работу не идут, и берут листовки, чтобы помочь быстрее их раздать.

Как подработка на лето для студентов или школьников, это по-моему, вполне нормально. Ничего стыдного или унижительного здесь нет. Мне, кстати, очень нравится наблюдать за реакцией людей.

В 90-е и начале 2000-х многие сетевики сделали на листовках высокие звания. Стоит человек у метро в Москве и раздаёт листовки – и он лидер компании с доходом десять тысяч долларов. Сейчас, конечно, всё продвижение и реклама переехали в интернет. И я туда же. Опять с детьми. Ромка рядом лежит – я книгу пишу. Ромка рядом – я в телефоне. Свёкор, конечно, порой думает, что я целыми днями в компьютере или телефоне не понятно чем занимаюсь. Но мне давно стало всё равно, кто что думает про меня и мою деятельность в интернете. Как и было всё равно, кто что думает по поводу раздачи листовок. Самое главное – мои дети рядом.

Многие молодые девушки, недавно родившие малыша, не знают, что работа на дому для мам в декрете может стать серьёзным источником дохода и помощью всей семье.

Дело счастья: сделайте что-то такое, на что у других не хватит духу. Я не призываю сейчас раздавать листовки. Хотя мне это в кайф было! Сделайте вместе со своим малышом то, чем он потом сможет гордиться. Что-то неординарное. Или обыденное. Быть может, хобби совместное или работа через интернет. Покреативьте вместе!

10. Детский сад как армия

Первые полтора года жизни маленький ребенок очень тесно связан со своей матерью. Каждый день, час и даже минута – это огромный вклад в формирование личности растущего человека. За это время он учится очень многому: ходить, говорить, самостоятельно есть, пить, но, самое главное, на всю оставшуюся жизнь он получает ответ на вопрос: любим ли я, могу ли я любить и доверять этому миру? И конечно, он нуждается только в положительном ответе и положительных выводах, которые на неосознаваемом уровне будут с ним до конца жизни.

В этот период наиважнейший человек в жизни ребенка – мама, гарант безопасности в этом мире. И если удастся создать отношения любви, тепла, заботы, то ребенок научится доверять этому миру и получит понимание того, что все будет хорошо, а если вдруг что-то не так, то проблемы решаемы.

Но природа так задумала, что столь тесные детско-материнские отношения в определенный момент должны прерваться и перейти на иной уровень: от практически полного слияния к жизни рядом друг с другом. Мать, безусловно, по-прежнему является для ребенка кумиром, предметом обожания, небожителем, но оба они нуждаются в перестройке своих отношений.

Вот все позади: и семейные советы с бурным обсуждением, когда идти ребенку в сад, и надо ли вообще туда идти, выбор детского сада, сбор документов, хождение по врачам, бесчисленные анализы. Наконец, ребенок устроен.

Помню, когда я отдала тебя в садик первый раз лишь на четыре часа, я уходила со слезами на глазах. Такое ощущение было, как будто проводила сына в армию. И через 4 часа бежала, чтобы забрать. Соскучилась.

Родителям, в предвкушении новой жизни, после пережитого напряжения, так хочется верить, что все трудности позади. Если бы это было так! Случается, для многих родителей наступает пора разочарования: детские слёзы, капризы, отказы идти в детский сад, бесконечные болезни, претензии и обиды в адрес воспитателей.

Говоря о поступлении в ДООУ в этот ранний и сложный период, надо понимать, что отрыв от матери может сказаться на ребенке крайне негативно. Адаптация внешне может проходить спокойно, но в душе ребенка будет вскипать буря недоверия ко всему миру в целом – «меня оставили».

Дело счастья: парадокс заключается в том, что сначала мы думаем, что это армия. А позже вспоминаем, как же классно и беззаботно было в детском саду. Поэтому детский сад должен быть. В два-три года – самое время. В конце концов, откуда ещё ребёнок принесёт первые бранные и матерные слова? Это, конечно, шутка, но мы все через это проходили. Сделайте это просто как можно мягче.

11. Кафефёры

Ешь, молись, люби!
Элизабет Гилберт

Ромка очень любил кафе. Везде, где мы бывали, мы заходили в кафе, столовые, рестораны. Уже в РДКБ, когда нам надо было сделать укол или МРТ, ты Ромка всегда брал с меня обещание сходить в «ресторан» – так ты называл все кафе и даже столовые.

Самая первая фотка в кафе – это когда ты только начал ходить, ты ведёшь меня за руку к стойке, чтобы сделать заказ. Потом мы сидим и пьём молочный коктейль через трубочки. Мы с моей подругой Любой на стульях. А ты напротив нас сидишь в своей детской оранжевой прогулочной коляске. Это яркое фото: оранжево-бирюзовая детская коляска, голубое небо за твоей головой, большие голубые глаза и на столике большой стакан молочного коктейля с трубочкой.

Позже у нас появилось слово «кафефёры». Это мы – люди, которые ходят в кафе. Типа мажоры. Однажды во время завтрака, из-за баловства, мы поставили тебя в угол. На что из угла слышали фразу: «Ну и сидите, кафефёры». Сдержат свой смех мы не могли... Так в нашей семье прижилось слово «кафефёры».

Когда ты перестал ходить, я поехала на консультацию к неврологу в Краснодар. Нас с другими мамами не оставляют бредовые мысли найти лечение. Создать его. И конечно, мы перелопатили весь интернет и много научной литературы. В один день мы с Наташкой из Воронежа (у неё три мальчика и все с повреждённым геном, с этой гадкой болезнью) решили копать в другом направлении. Чтобы найти зацепку и раскрутить очередную свою теорию относительно этой болезни, я поехала вновь в Краснодар. Ответа, конечно, не получила. В очередной раз на меня посмотрели как на сумасшедшую. И пошла я бродить по местам, по которым мы гуляли, когда лежали в первый раз здесь, в больнице.

Это была невероятная боль. Идти там, где мы кормили белок, фотографировались около сказочных героев. В Краснодарской клинической больнице красивая детская площадка: тут и Буратино, и Простоквашино, и сотня розовых фламинго, и ёжики, и доктор Айболит.

Через квартал – храм Александра Невского, памятник Екатерине Великой, сквер и центральная улица Краснодара – Красная. Горпарк. Качели. И, конечно, здесь много кафе, ресторанов, закусочных, в большей части которых мы успели попробовать кухню: где-то шашлык, где-то мороженое, где-то пиццу. В общем, за месяц, который мы лежали в Краснодаре, мы «прокафефёрили» с Ромой много местечек.

Сердце закололо. Всё, как по живому, как год назад. Только я сама иду, а Рома не ходит. Совсем. Ностальгия. Воспоминания. И тут я вижу кафе-пиццерию. Зайду, думаю, закажу пиццу, какую Ромка любил. Той самой пиццы не оказалось. Заказала пирожное. Села в зале, вспомнила, как дети скакали и ржали. Ромка и Лёвка (сосед по палате) мультики посмотрели, поели и понеслись по кафе. Пока мы дожёвывали пиццу, они снесли вешалку. Мы не успели поймать. Потом бегом удирали из кафе, пока они ещё чего не натворили. По пути к больнице снесли Буратино, который, казалось, вкопан навеки...

Принесли моё пирожное. Я надкусила, и так горько стало. Я заплакала. Я крепко прижимала ладони к глазам, пытаюсь затолкнуть слезы обратно... Но горько расплакалась. Пирожное, которое год назад было вкусным, стало для меня горьким. Воспоминания вылились слезами.

Я сидела и плакала, думая о том, что мне теперь здесь невкусно. Невкусное пирожное, и, скорее всего, Ромкина пицца тоже была бы невкусной. И дело не в кухне, а в том человеке, который был со мной рядом всегда, с которым так весело и вкусно было «покафефёрить» не только мне. В человеке, который сейчас лежит дома и кушает только с моей руки, только баночное детское питание. И не может сказать: «Мам, пошли в ресторан, мам, хочу пиццу, коктейль, сметанник. Можно всё вместе!»

Несолоно хлебавши поехала домой. А рядом, в горпарке, всё так же, как и когда-то, веселились и дурачились дети.

Дело счастья: «кафефёрьте», пока «кафефёрится». Ходите с детьми в кафе, рестораны, детские площадки. Пробуйте разную кухню. Кухню разных народов. Пополняйте свою копилку вкусными ощущениями и эмоциями от посещения разных мест и вкушения разных блюд.

12. Салют!

В нашей жизни салюты случаются редко. В основном это Новый год или День Победы. И порой даже в эти праздники нам лень поднять свою пятую точку: это ж надо тащиться в гор-парк, а как и на чём потом обратно добираться, или «ну чё я там не видел» – придумываем мы себе разные отмазки.

Я не понимаю людей, которые не отмечают дни рождения, Новый год или День Победы. Да, есть ещё 23 февраля, 8 марта, День города, День конституции и религиозные большие праздники – у каждого народа свои. Но эти три праздника: день, когда ты родился, день, когда наступил Новый год, и день, когда мы победили фашизм, – отмечать их, мне кажется, надо. Прям обязанность! Громко и пафосно, может быть, но это моё мнение.

А ведь это невероятно красиво! Сказочно, волнующе, волшебное. Смотреть салют. Есть вещи, которые нужно делать вместе со всей страной. Например, смотреть Олимпиаду, встречать Новый год под бой курантов и наслаждаться салютом, резать салат оливье и смотреть «Иронию судьбы».

Праздники объединяют людей. Огромные средства и усилия организаций, затраченные на проведение праздничных мероприятий, направлены на то, чтобы сблизить людей, добавить радости в жизни, вселить уверенность в сегодняшнем дне, гордость за славное прошлое и настоящее. Практически любой праздник дает нам возможность почувствовать себя не одиночками, а частью большой общности людей. Праздники появились вместе с появлением самого человека, и ни войны, ни засуха, ничто не могло отменить праздника... Вспомните былые времена. Мог ли кто-то взять и не выйти на парад 9 мая?.. День конституции, День города – это те праздники, которые объединяют умы и сердца.

И Ромка очень любил такие события. Обожал салют. В твоей жизни их было максимум двенадцать. Семь раз Новый год в кругу семьи, три раза на День Победы и раза три на День города. Это то, что запомнилось. Потом была больница.

У моего папы на телефон записано видео, когда ты смотрел и сам, как салют, «фонтанировал» под каждую вспышку, под каждый хлопок, громко кричал: «Ура! Ура! Ура!» При этом каждый раз с залпом фейерверка и словом ура взмахивал руками вверх. Ты был наш салют, наш праздник.

Дело счастья: как часто вы ходите на праздники? Много салютов было в вашей жизни? А сколько ещё будет? Задумывались ли вы над этим?

Празднуйте вместе со страной. Коллекционируйте салюты. Делайте фото, записывайте видео. В такие моменты мы замираем от счастья, восторгаемся каждому хлопку, объединяемся не только со страной, но, как мне кажется, со вселенной. Обязательно загадывайте желания под салюты! И пусть в вашей жизни их будет много.

13. За победу!

Любимый твой тост был: «За победу! Ура! Ур-ра! Ур-р-а-а-а!!!» И все мы весело хохотали. Хохотали бабушки, дедушки, смеялись мы, и подхватывали младшие братья Игнат и Матвей. Это было многократное ура. И весёлое: «За Победу!» Вне зависимости от повода, по которому мы собрались за столом. Первый тост и последующие – это всегда был тост «За Победу!» С того момента, когда ты начал внятно говорить (примерно в три года), и до того момента, когда в семь с половиной лет стал терять речь, у нас за семейным праздничным ужином был тост «За Победу!» Не знаю, откуда ты взял его, но произносил «За Победу!» всегда особенно торжественно.

Запомнилось четыре Дня Победы:

1) Когда тебе было два года, страна отмечала 65-летие Победы. Тогда я была молода и гуляла с подругами. Ты сидел на шее. И это был большой праздник с запоминающимся салютом. Две-три подруги и столько же детей.

2) Семья Усачёвых. Последующие годы мы всей семьёй в составе восемь человек ходили и на возложение цветов, поест кашу в условиях полевой кухни, погулять, пофотографироваться с ветеранами, полазить по военной технике и отметить этот праздник со всей страной. Праздник со слезами на глазах.

3) Когда я была беременна Даниилом, мы пошли на 9 мая с нашей новой семьёй. Семья моего мужа (Шавва) и мы трое (я, Ромка и в животе Даниил уже совсем на подходе). Снова восемь человек и много ветеранов.

4) Когда тебе исполнилось восемь, мы приехали из больницы, и ты уже плохо ходил, я сделала всё, чтобы мы вышли с Бессмертным полком. Объединилось две семьи: семья Шавва и семья Усачёвых. Наша семья с табличками дедов заняла одну линию Бессмертного полка. В ширину (от бордюра до бордюра), взявшись за руки, шла вся наша семья, три поколения. Папа и свёкор, брат, муж и дети – те самые четыре брата-акробата: Рома, Даниил и племянники – Игнат, Матвей. Я и Кристина замыкали цепочку. Мальчики наши в военных пилотках цвета хаки, на груди георгиевские ленточки, а в руках – наши воины-солдаты-победители! Деды, участники той самой Великой Отечественной войны. Для наших детей они прадеды. Четыре поколения в шеренгу. Сзади моя учительница с сыновьями и внуками, ещё тётя Ира и много знакомых.

Ты, Рома, уже плохо шёл и быстро уставал, Даниилу было всего 3 года, свёкор шёл после операции на сердце, которую перенёс, когда узнал о страшном диагнозе. Но все мы, взявшись за руки, поддерживали друг друга. Наша общая семья. Четыре поколения. И я поняла, насколько эта мощная сила – семья. Насколько мощная сила – страна, объединённая одной идеей. Идеей Бессмертного полка. Пишу этот текст 8 мая 2018 г. Завтра День Победы, который мы проведём дома. Впервые. И только лишь поднимем тост: «За Победу!» и скажем громкое: «Ур-а-а-а! Ура! Ура!»

Пусть этот тост и эта традиция – отмечать День Победы и идти с Бессмертным полком – станет и вашей традицией! Вашим семейным делом счастья!

14. Парад Победы

В канун 9 мая в ленте Инстаграм в блоге Натальи Бреусовой ³я увидела великолепный пост о параде победы:

«Доводилось ли вам когда-нибудь участвовать в параде Победы? Если да, верю, какие сильные чувства вы испытали! Со мной это было однажды...

#Грянули фанфары, за ними колокольный звон и зычный окрик военного: «Смир-р-но!» Мурашки пробежали по телу от торжественности момента. #

Приветствие и объезд войск командующим под звуки оркестра. Громогласное «Ура!!!» эхом отзывалось от одного строя к другому. #

В сердце еще не отзвучали аккорды военных маршей, как тишину взорвала барабанная дробь маленьких барабанщиков, воспитанников кадетского корпуса. Они шли по площади, чеканя шаг в ритм, за ними двигались плечом к плечу шеренги военных формирований. Под ногами задрожал асфальт от гула приближающейся военной техники, небо триколором окрасили военные МИГи, за ними прострекотали «вертушки». Над головами собравшихся пролетел и покачал крыльями в знак приветствия старенький одномоторный военный аэроплан. #

И тут и там люди улыбались, обсуждали увиденное, делились впечатлениями. #

Внезапно стало тихо. Голоса умолкли и послышались аплодисменты. «Что там? Что происходит?» – спрашивали впереди стоящих. Люди, вытягивая шеи и балансируя на цыпочках, старались рассмотреть, что происходит. Звук аплодисментов нарастал, и вот уже рядом стоящие начинают аплодировать, устремив взгляды вперед. #

А там, впереди, медленно, стараясь держать осанку, двигался старенький дедушка. Солнце разливалось по его груди миллионами бликов, отражавшихся от его орденов и медалей за боевые заслуги. Морщинистое лицо с глубокими следами пережитого, натруженные руки, сжимавшие пилотку времен войны и пару алых гвоздик. В глазах его блеснули слезы. #

Слезы радости за нас, ныне живущих, слезы благодарности за наше «спасибо». За аплодисменты ему, им, ветеранам войны, последним из оставшихся, и тем, кого уже нет. Значит, не зря он воевал, не зря погибли его товарищи. Спасибо за Победу!»

#

Прочитала и прослезилась от того, что мы с Ромкой не сможем посетить праздновать вместе со всеми. Наша семья поехала в город по традиции возложить венки и поесть гречневую кашу с ветеранами. А я в солидарность Включила телевизор, надела на грудь себе и тебе значки обрамлённые георгиевской лентой с почётной надписью: «Я помню, я горжусь!» и мы начали «смотреть» парад Победы 2018, который проходил в Москве.

Я комментировала, как это делают онлайн-комментаторы:

– Владимир Путин прибыл на парад Победы. Рома, это наш президент. Верховный Главнокомандующий Вооружёнными Силами Российской Федерации – высший руководитель Вооружённых Сил Российской Федерации.

– Российский президент поприветствовал ветеранов Великой Отечественной войны.

– Парад Победы начался.

– Под песню «Священная война» военнослужащие батальона почетного караула сто пятьдесят четвёртого отдельного комендантского Преображенского полка вносят на Красную площадь флаг России и знамя Победы. И тут у меня, конечно, покатились слёзы.

– Президент Путин начал выступление и закончил словами:

«У всех была одна Родина. Все боролись, сколько хватало сил»

³ <https://www.instagram.com/nataliabreusovacom/>

Объявлена минута молчания. Мы помолчали. Рома и без того год молчал. А это была особенная минута молчания.

– Путин обратился к ветеранам с благодарностью. «Мы преклоняемся перед вашей пронзительной преданностью Родине. Гордость за ваш подвиг делает нас сильнее».

– Путин закончил выступление. Звучит гимн России. Это очень торжественно!

И вот мы, Ромка, с тобой «поём гимн». Я пою и плачу со всей страной, а ты слушаешь и с гордостью улыбаешься.

– Торжественный марш начался.

– Первыми проходит рота барабанщиков Московского военно-музыкального училища Минобороны России. Как это красиво! Как звонко! Барабанщики идут, Ромка! Барабаны!

– Проходит рота Суворовского училища. Суворовцы, Ромка! Когда-то я хотела тебя отдать в Суворовское училище...

– Проходит полк сухопутных войск ВС России. Красавчики такие, в бордовых беретах и тельняшках в красную полоску. Затем проходят кадеты Московского президентского кадетского училища войск национальной гвардии, «Юнармия».

– Проходит полк ВКС России. Воздушно-космические силы. Космонавты, Ромка!

– Проходит полк ВМФ России. Военно-Морской Флот. Это моряки, Ромка, пошли в голубых беретах, тельняшках, с автоматами в руках (а может, это винтовки, я не разбираюсь в них и об этом вслух говорю).

– Проходит полк ракетных войск стратегического назначения. Потом на Красной площади – полк ВДВ и за ними идут гвардейцы-десантники!

– А вот и военная полиция, где работает наш папа. А за ними МЧС. Спасатели, Ромка, идут и полицейские! Виу-виу, озвучиваю, имитируя звук полицейской машинки, которых у нас много. Ты улыбаешься, ты гордишься папой и, конечно, обожаешь все полицейские машины и игрушечные миниатюры.

– И вот Национальная Гвардия пошла! Папа наш Стас сначала работал в полиции, а теперь в Гвардии!

– А вот, Ромка, пошла танковая дивизия. Наш дедушка (твой прадедушка) – танкист! Ромка улыбается и танкистам и гвардейцам...

– Последними проходят «Кремлевские курсанты».

Начинается прохождение техники. И я комментирую для тебя каждую машину, каждый самолёт, ты ведь не видишь парад вживую, и я не понимаю, насколько ты распознаёшь картинку телевизора. Я просто комментирую, передаю эмоции, восторг. Вижу, как ты радуешься, улыбаешься... а сама в это время плачу...

– Танк Т-34, бронетранспортер БТР-МДМ «Ракушка», колонна боевых машин пехоты, «Курганец-25», танк Т-14 «Армата», боевая машина реактивной системы залпового огня «Смерч». Проходят боевые машины «Бук-М2» и «Тор-М2».

Ох и машины! Ох и мощь! Армейский снегоход ТТМ 1901—40 на автомобиле КамАЗ 65117 – белоснежный мощный красавец! Арктические комплексы ПВО «Тор-М2ДТ» на базе вездехода ДТ-30. Это всё, конечно, видеть надо!

– Проходит колонна систем С-400 «Триумф». Про ракетную установку у нас где-то стишки есть... На площади – автономные пусковые установки ракетного комплекса «Ярс».

– Беспилотник вертолётного типа «Катран».

На главном параде Победы показали новейшую военную технику. Замыкает строй боевой техники «Бумеранг». Начинается авиационная часть парада. Это всегда зрелище, захватывающее дух! Зрелище, которое ты не видишь...

– Ударные вертолеты Ка-52 «Аллигатор». Летят Ту-160 и четыре Ту-22М3, тяжелый военно-транспортный самолёт Ил-76, стратегические бомбардировщики-ракетоносцы Ту-95МС, летят стратегические ракетоносцы, легкие истребители МиГ с гиперзвуковой ракетой «Кинжал». В небе группа МиГ-31. Пролетают истребители Су-57...

В небе шесть Су-25. Они расцвечивают небо триколором!!! В небе, Ромка, наш фла г– как цветной дым! Под «Прощание славянки» военнослужащие покидают Красную площадь:

«Наступает минута прощания, Ты глядишь мне тревожно в глаза,
И ловлю я родное дыхание, А вдали уже дышит гроза.

Дрогнул воздух туманный и синий, И тревога коснулась висков, И зовет нас на подвиг Россия, Веет ветром от шага полков.

Прощай, отчий край, Ты нас вспоминай, Прощай, милый взгляд,
Прости – прощай, прости – прощай...»

Парад завершается. Ты улыбаешься «славянке» и параду. Я плачу. Слёзы льются рекой. Плачу от гордости за нашу страну и от обиды, что ты не сможешь больше увидеть парад вживую, не сможешь увидеть по телевизору... и быть может через год... болезнь прогрессирует... Это был праздник со слезами на глазах. Праздник победы, который мы впервые провели дома. Нарядные, с георгиевской ленточкой. Вдвоём: я и ты, Ромка, мой десятилетний, уже год парализованный ребёнок. Мы были вдвоём, но в тоже время одновременно со всей страной. Вся наша семья пошла на парад в городе, – поесть кашу и пройти в Бессмертном полку. А вечером вся наша семья собралась отметить дома этот Великий Праздник! День Победы! Парад Победы! И салют в честь него.

Дело счастья: Обязательно участвуйте в параде Победы! Если получится, посетите парад с ребёнком в столице нашей страны – в городе Москва! На Красной площади, в Москве, торжественный военный парад, приуроченный к годовщине Победы в Великой Отечественной войне – это всегда мощно! В нём принимает участие более 13 тысяч человек, 159 единиц вооружения и техники и 75 самолетов и вертолетов. Это наша гордость, это наша память! Именно благодаря действиям советских войск нацизм был сломлен, положен конец его зверствам, бесчинствам и варварству. Разгром нацизма стал грандиозной, триумфальной победой. Парад Победы объединяет нас и вызывает чувство патриотизма – чувство гордости за страну, признание её ценности и значимости в своей жизни, принятие её культуры и истории. И эти воспоминания вы и ваш ребёнок наверняка пронесёте через года.

15. Поклонники

После твоего рождения я расцвела, постройнела, стала красивой и сексуальной. Даже снялась однажды в фотосессии в стиле «ню». Снимки лежат в коробке шкафа. Когда падает самооценка – достаю потешить самолюбие. У меня появилось много поклонников. Все они знали, что путь к моему сердцу лежит через знакомство с тобой. Нас вместе приглашали на шашлыки и на свидания. Мы выбирали вместе мне мужа и тебе отца.

С детской площадки, помимо твоего грузовика, я тащила букет цветов, подаренный парнями на качелях. На свидания я ходила выборочно, поэтому некоторые поклонники приходили поговорить со мной на детскую площадку, одновременно пытаясь произвести впечатление на тебя. Тогда мы жили с родителями. Букеты оставляла у подъезда, чтобы папа с мамой не волновались и не задавали лишних вопросов.

Я задумывалась над тем, как матери-одиночке выйти удачно замуж и правильно воспитать сына. Как маме вырастить сына настоящим мужчиной, не имея того самого примера перед глазами, на который сын бы равнялся? Были достойные примеры: мой папа и брат. Но мне, как и каждой женщине, хотелось, чтоб сын рос с папой, да и что уж скрывать – при всей моей независимости хотелось замуж и семью. Где-то в глубине души хотелось.

Образец поведения настоящего мужчины малыш должен видеть в обязательном порядке. Это не значит, что нужно менять мужчин возле себя, подыскивая самый мужественный папо-заменитель. Речь о тех мужчинах, которые есть в жизни каждой женщины – ее папа, брат, дядя, учителя, тренеры и пр.

Семья – это значит любовь и уважение. Это значит, что тебя всегда ждут и всегда поддерживают. И неважно – полная она или нет.

Воспитать в сыне мужественность – задача непростая, но любящей матери она по плечу.

Дело счастья: дайте вашему сыну возможность общаться с мужчинами. С отцом или другими родными. Даже если вы мать-одиночка или на грани развода. Пусть мальчик проводит с ними больше времени (в конце концов, кто-то же должен продемонстрировать мальчику, как писать стоя). Первые пять лет для мальчика – самые важные. Маме необходимо именно в этот период дать сыну возможность брать пример с мужчины. Хорошо, если ей встретится человек, который заменит мальчику отца, но, если этого не случилось, не замыкайтесь с ребенком в своем мире – везите его к родственникам-мужчинам, ходите в гости к друзьям, где мужчина сможет преподать карапузу пару уроков; отдайте сына в спорт, в секцию, где тренер-мужчина сможет повлиять на становление мужественной личности.

Не пытайтесь навязать сыну свое понимание мира. Он все равно видит мир не так, как вы. Его видение – мужское. Учитесь вместе с ребенком разбираться в видах спорта, в конструировании, в автомобилях и прочих сугубо мужских сферах жизни.

16. Свидания

Либо ты меня берёшь с приданным, либо нам не по пути.

Однажды в нашей жизни появился Стас. Мы познакомились через интернет, на свидания времени особо не было. Все свидания сводились к коротким встречам в обед. Это даже не свидания были, а короткие ознакомительные randevu: чашка чая или кофе длиной 15—30 минут. Достаточно, чтобы понять, что из себя человек представляет и стоит ли с ним встречаться.

Мне кажется, взрослый умный человек, любящий своего ребенка, не будет травмировать психику, заводя романы на его глазах. Любой ребенок подсознательно, а порою явно, хочет воссоединения своих настоящих родителей, какими бы они ни были. И незачем разжигать в ребенке чувство ревности, если свидание первое и судьба складывающихся отношений пока неясна.

Стас нашёл выход: пригласил нас на детскую площадку и тем самым убил сразу двух зайцев: и со мной пообщался, и тебя покатал. Видя его отношение к тебе, я дала ему шанс. Это была осень, жёлтые листья, одно из первых свиданий с моим будущим мужем, и Рома, конечно, с нами. Тоже свиданием трудно назвать. Не привычные, полные романтики свидания, а просто пешие совместные прогулки: сначала на детской площадке во дворе, потом – по скверу, потом – детская площадка в торговом центре.

Во флирте ничего ужасного нет; ну смотрят дети – и что? Флирт не несет в себе никакой грязи. Да и опять же, не надо циклиться на встрече как на свидании. Сначала можно только гулять и разговаривать.

Конечно, у нас потом были свидания и в кафе, и в кино тет-а-тет. Ромка пошёл в сад, появилось больше времени. Да и родители мои, видя, как Стас ко мне и Роме относится, отпустили меня на свидания уже без тех комментариев, что были раньше.

Когда мы начали совместную жизнь и оказались в постели, у тебя началась рвота. Я плакала. Опять рвота, опять простыл. И так не вовремя. В тот момент, когда мне хотелось быть женщиной и мой избранник ждал первую совместную ночь, ты, Ромка, опять подложил мне свинью. Мне было обидно.

Мы сменили постель, Стас помог переодеть тебя и успокоил меня. Я воняла рвотными массами. Так ты, Рома, проверил моего спутника, ставшего тебе вскоре папой, на прочность и надёжность. Это оказался самый надёжный мужчина. Тогда мы ещё не знали, что нас ждёт впереди. Так, как любит он тебя, не любят даже родных здоровых детей.

Я не понимаю, когда мать говорит: «Ребёнок мне будет мешать». Или когда едут в Египет со словами: «Мне надо отдохнуть от детей». Успеете ещё от них отдохнуть. Или без них.

Дело счастья: если вы в поиске своей половины, берите ребёнка на свидания. Ваш избранник должен понравиться и ему. А если вы замужем – берегите любовь и проводите вместе больше времени.

17. Свадьба

Первого сентября 2012 года ты в ярко-синем галстуке и синей жилетке отдал меня в белом платье замуж за Стаса.

Свадьба была в сине-белом стиле. Свадьба была роскошная!

Дату 1 сентября выбрали неслучайно. Во многих школах занятия начинаются в первый осенний день. Главный атрибут первого учебного дня – это праздничная линейка, первый звонок. В первый день осени в школах начинаются занятия, первоклассники в первый раз садятся за парты, нарядные дети идут на праздничную линейку с букетами цветов. Белые банты, гольфики, много шаров и цветов. Учителя, которые после уроков идут домой с охапками цветов. И потом молодёжь веселится в парках и катается на качелях. Так было в тот день, и я думала, так будет всегда.

Итак, у нас есть мужчина, который по великой любви женился на женщине с ребёнком, заботу о котором мужчина отныне добровольно возложил на себя. Мы были счастливы и полны надежд на долгую счастливую жизнь, а также настроены нарожать тебе, Ромка, братиков и сестричек. Уже позже, когда родился Даниил и у Ромы начались изменения, я узнала, что у меня повреждена хромосома и врачи не рекомендуют мне больше рожать.

После ЗАГСа мы поехали на фотосессию. Запускали в небо белых голубей, которых, конечно, я взяла для Ромки. Дальше в парке катались всей свадьбой на качелях, на лошадаках и карете. Потом – огромный гостинично-ресторанный деревянный комплекс в горах. Мы пили шампанское, пускали все вместе белых голубей, вкусно ели, танцевали, играли в конкурсы. Было световое шоу, и мыльные пузыри летали. Дети их ловили языком.

Вечером вместо салюта запускали бумажные шарики, разрезали торт и танцевали первый танец молодых. Детей и племянников в это время отправили уже спать. Позже, когда Ромка смотрел свадебные фото, он всё время спрашивал: «А где я, где Игнат с Матвеем?»

Я молчала и улыбалась – не могли ж мы вас и всех гостей в первую брачную ночь взять к себе в номер молодожёнов.

Сейчас модно свадьбу играть для себя. Посидели вдвоём и разошлись. Или собралась семья и близкие, это примерно, двадцать человек в ресторане поужинать. Или просто: мы отмечать не будем, поедem в свадебное путешествие. Это, конечно, выбор каждого. Но тот момент – момент, когда ты невеста, момент, когда близкие рядом и вы счастливы, – это незабываемый, волшебный момент и для вас, и для ваших детей. Я смотрю фотографии родителей, они каждый год отмечают день создания семьи и вспоминают, как это было. Как поженились, как выбрали день, чтоб на май не попасть, как бабуля шила платье. Такими же моментами мне хочется делиться со своими детьми.

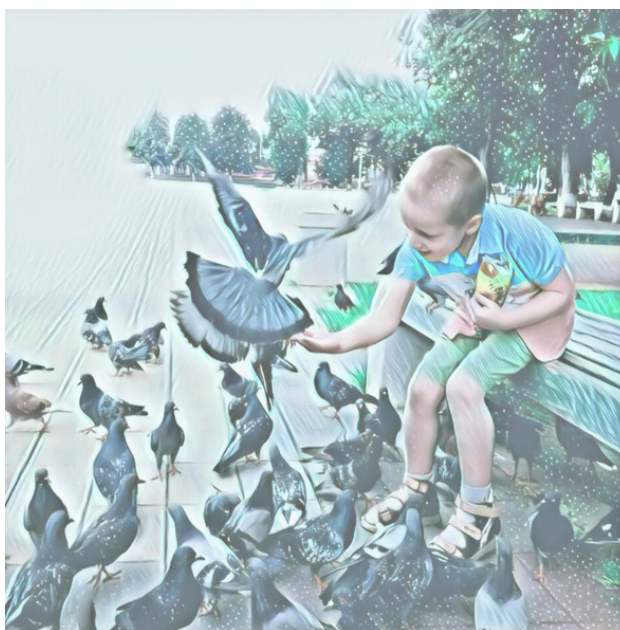
Дело счастья: обычно дети появляются после свадьбы, но у меня Ромка стал свидетелем нашей свадьбы. И она ему запомнилась! Сделайте свадьбу запоминающимся событием. Запускайте белых голубей, запускайте воздушные шарики, прокатитесь на качелях. Фейерверк, салют, мыльные пузыри! Сейчас много всего! Используйте эти возможности. Сохраняйте эти моменты! И делитесь потом ими с детьми.

18. Выпустить голубей

Ты очень любил голубей. До года, когда я сидела на лавочке с семечками, голуби садились на ручку коляски, и было такое ощущение, что они заглядывали своими клювами в коляску. Они видели в тебе такого же маленького птенчика с носиком с горбинкой.

В пять лет, когда ты с удовольствием и нетерпением провожал меня в ЗАГС в день нашего бракосочетания, мы втроём выпустили белых голубей. Я, мой новоиспечённый муж и ты – посередине. И в наших руках белые голуби. Незабываемые моменты счастья.

А в тот год, когда ты заболел, перед 1 сентября мы пошли вновь в парк. Вокруг нас собралась сотня голубей. В Майкопе смелые ручные голуби. Кто-то прогуливался рядом, кто-то садился на руки, кто-то в полёте с руки клевал семечки, ты визжал, и в этот момент ещё пара голубей взлетела прямо над твоей головой. Ручные голуби повсюду. Они доверяли тебе.



И этот твой невероятный смех и эмоции! Казалось, вы разговариваете с голубями на одном языке, воркуете и улыбаетесь друг другу.

Запускайте с детьми голубей в небо! Закажите голубей детям на день рождения! Пара голубей в вашей паре ладошек и невероятные визги от радости! Кормите голубей в парках. Пусть ваши малыши почувствует их урчание, клювы в ладошках и крылья, порхающие прямо над головой. Голуби – это символ счастья.

19. Парикмахерская

Кто ходил в парикмахерскую с ребёнком стричься? Что делать, если очень хочется постричься и покраситься, а ребёнка не с кем оставить? По времени это, конечно, не быстро и возникает вопрос: «высидит ли ребёнок в парикмахерской?»

Помимо того, что мы раздавали листовки вместе, я брала тебя с собой в парикмахерскую, куда ходила красить и укладывать волосы. И когда Даниил родился, и позже в Краснодаре, и когда уже в РДКБ лежали в больнице. Всюду ты сидел со мной в парикмахерских. Сначала в ожидании меня смотрел мультики. Потом, пока стриглась, – смотрел телевизор. Правда, спать уже хотел под конец, но мужественно терпел. И такие походы у нас были не раз! Многие родители сталкиваются с проблемой: как подстричь ребенка без слез, где подстричь ребенка? И с ужасом ждут момента очередной стрижки. У меня таких проблем не было. Рома со мной с полутора лет ходил в парикмахерскую. Даниила я вообще как-то тв люльке взяла, когда ему было два месяца. Тогда я готовилась к параду невест. Сразу после родов!

Позже, когда ты заболел и начались изменения, ты начал двигать журнальные столики в парикмахерских, делать перестановку, пока я сидела в кресле у мастера. «Больничные» парикмахеры и мастера, работающие близ больниц, надо отдать им должное, не возмущались. Наверное, уже видели разных детей. Возможно, просто сочувствовали, услышав мою историю.

Дело счастья: берите с собой малыша в парикмахерскую и обязательно сводите в специальную детскую парикмахерскую. Знаете, сейчас есть специальные салоны, где кресла-машинки, игрушки, телевизор, зеркало тоже в виде какого-то персонажа. Отбросьте все страхи: а высидит ли, а дастся ли? Не нагоняйте преждевременные страхи на себя и на детей! Это просто стрижка, которая может стать запоминающимся делом счастья! Подготовила вам три совета, как подстричь ребёнка без слёз:

1. Для того чтобы у ребенка, начиная с самого маленького возраста (один-два года), были заложены позитивные эмоции и отсутствие страха перед процедурой стрижки, очень важно, как пройдет самая первая стрижка в жизни малыша.

2. Постарайтесь избегать пугающих фраз: «не бойся, сиди смирно, а то тетя отрежет ушко». Дети уже все понимают и чувствуют любое напряжение.

3. И самое главное – не переживайте и не нервничайте сами, ваше эмоциональное состояние передается вашим детям. Лучшие поиграйте дома в игру «Домашний парикмахер».

20. Мрт

Позже мне пришлось готовить своих детей к диагностике МРТ. Я должна была научить их лежать в аппарате не шевелясь и не моргая по сорок минут.

И Роме, и Даниилу надо было делать МРТ раз в полгода, а иногда и раз в три месяца. С Ромой это оказалось невозможным, поскольку у него уже начались психо-неврологические изменения. Ты, Ромка, не мог спокойно, терпеливо лежать и начинал ёрзать, зевать, чесать за ухом и так далее. Ты не понимал, что двигаться нельзя вообще, потому что тогда не будет четких снимков; так ведь и не каждый взрослый человек способен пролежать сорок минут совершенно без движения, да еще и под резкие, неприятные звуки аппарата МРТ. Что мы только не делали, чтоб ты спокойно полежал: и поднимали рано утром, в надежде, что к моменту исследования ты устанешь и уснёшь, и записывали тебя на приём в семь утра, чтобы сделать томографию пока ты спишь. Привозили в спальном мешке спозаранку, и молча, в темноте, я пробиралась на корточках к врачу, а мои брат и муж аккуратно заносили тебя в аппарат, но нет – ты сразу же просыпался. Мы пытались договориться со знакомыми врачами, чтобы тебе укололи снотворное, но всё бесполезно. И я стояла над тобой, рыдала, держала и уговаривала полежать; вся комната была буквально пронизана нервным напряжением, я молилась под шум звуков МРТ, а брат мой в это время держал тебя за ноги. Напряжение было и за дверью, где ждал нас Стас, мой муж.

МРТ мы сделали, но только через три месяца, в Краснодаре, под наркозом, и ещё через три месяца – в Москве. Мы потеряли полгода – время было упущено, болезнь прогрессировала.

Зная, что мне и с Даниилом предстоит делать МРТ, и довольно трудно каждый раз летать для этого в Москву, да и наркоз раз в три месяца небезопасен для здоровья, я решила пойти другим путем. За неделю до МРТ я начала подготовку Даниила. Я придумала, что мы скоро полетим в космос, там надо будет поспать полчаса и потом пойдём в кафе, а еще купим любую игрушку. Потом я нашла мультфильм в интернете, мы его посмотрели и, поскольку он был на английском языке, я его сама комментировала и разъясняла доступным языком.

Мультфильм называется «MRT Scanning for Kids». Смысл перевожу дословно. Привет ребята, я Джес, сейчас я вам расскажу, что такое сканирование. МРТ – магнитно-резонансная томография. Мне мой доктор сказал, что надо её пройти. Это большой аппарат. А это мой доктор, её зовут Клаудия, она попросила меня пройти в комнату. Для того чтобы полететь в космос, надо перед кабиной выложить всё железное из вашего кармана (и выкладывает в это время гвоздики и монетки из кармана). Затем доктор её приглашает и говорит – проходи, ложись. А Джес в это время размышляет – это сканер, я буду здесь лежать как в кровати. Ложится, одевает наушники, о чём-то болтает, по-девчачьи. Доктор спрашивает – ты готова? – Да, – отвечает Джес. И вот она лежит в аппарате МРТ и размышляет: вот сканер, я лежу внутри, за окном я вижу докторов и сейчас я полечу в космос. Джес закрывает глаза и представляет космос, звезды, космический корабль, мимо пролетают разные планеты: Марс, Сатурн, Юпитер... Доктор в это время смотрит в компьютер и в комнате неожиданно включается громкий звук, потом другой звук. Звуки громкие и постоянно меняются, но Джес не страшно, потому что она в наушниках не так сильно слышит звуки аппарата, Джес уже витает в облаках, и мысленно, в мечтах уже полетела в космос. Джес уж даже собралась немного поспать, но доктор подала ей руку и сказала, что уже пора выходить. Конец мультфильма.

За день до процедуры магнитной томографии мы всей семьёй репетировали полёт в космос дома под громкие звуки МРТ, скачанные в интернете. Улеглись все на кровать: с одной стороны Рома, посередине мы с мужем, с другой стороны Даниил, я сказала: сейчас все вместе закрываем глаза и полетим в космос. И тут начинается: кто-то ёрзает, кто-то пукает, кто – смеётся, муж храпеть начинает и все ржёт. Повторяем снова, уже без шуток и баловства – чуть лучше. Так мы репетировали несколько раз и в результате самым дисциплинированным оказался самый маленький – трёхлетний Даниил, он одержал победу в игре под названием «полет в космос». На следующий день оставалось повторить. Я собрана и полна решимости, думаю, вызову такси и спокойно поедем, погуляем до обеда, и как раз в тихий час, в два часа пополудни полетим в космос поспать. Подвезти нас вызвался дедушка Саша, любимый дедушка Даниила. И тут начались вопросы: а как он будет лежать, а я взрослый человек не выдерживаю, а он маленький как же не шевелюсь пролежит, и тем более не моргая... Я четко понимаю – у Даниила не должно быть и тени сомнения, жестко прерываю эти пессимистические рассуждения, и говорю уважаемому мною свекру: давайте без комментариев, мы репетировали накануне и всё прошло благополучно. Свёкр не понял о чём речь, и как можно это отрепетировать. Мы с Даниилом объяснили ему. Приехали в клинику, и те же сомнения вслух ина рецепции, и в кабинете врача – а выдержит ли он? И всех уверено и спокойно я обрываю словами: мы репетировали, выдержит! Даниил, перед тем как лечь в аппарат, замешкался, но я не могла дать слабину и отступить хоть на шаг назад. Мы готовились неделю, я отсекала комментарии и сомнения родственников, а потом и всего медперсонала в клинике. Время бесценно, я категорически не могла допустить повторения беды уже с младшим сыном. Болезнь у старшего Ромы быстро развивалась, пока мы безуспешно пытались сделать ему МРТ.

Даниил слетал в космос нормально, даже успел вздремнуть. Та томография оказалась хорошей и мы смогли спокойно жить следующие три месяца. Я отправила снимки онлайн докторам в разные города. МРТ головного мозга оценивается по шкале Лоэса. Это оценка тяжести аномалий в головном мозге, обнаруженных при МРТ. Она варьируется от 0 до 34, основываясь на системе баллов, определяемой расположением и масштабами заболевания, и наличием атрофии в головном мозге, локализованной в определенных точках или в целом по всему мозгу. Оценка Loes «0.5» или меньше классифицируется как нормальная, в то время как оценка Loes «14» или выше считается серьезной. Эта шкала была разработана нейрорадиологом Дэниелом Дж. Лоесом и является важным инструментом для оценки прогрессирования заболевания и эффективности терапии.

Только спустя время я узнала, что нам с Ромой отказали в лечении за рубежом из-за того, что у него было уже шестнадцать баллов по этой шкале. А если бы вовремя сделали МРТ и поставили диагноз, возможно, удалось бы избежать беды. Мы могли бы успеть.

А с Даниилом мы также делаем МРТ раз в три или шесть месяцев, без наркоза. И врачи не перестают удивляться, как ребёнок с трех лет (а столько было моему младшему сыну Даниилу, когда ему впервые делали МРТ, и без наркоза, всегда без наркоза!) может послушно, спокойно, не шелохнувшись, не моргнув пролежать в томографе так долго, как необходимо. Но у меня другого выбора – нет. И у Даниила тоже. У нас есть жестокий опыт и непоправимые последствия промедления.

Умение договариваться, находить компромиссы и плюсы в любой ситуации – важные навыки в современной жизни. Сходить в парикмахерскую подстричься самой и постричь ребёнка без страха и капризов. К стоматологу – без проблем. И даже такие сложные процедуры,

как МРТ и уколы можно обыграть и воспринимать позитивно. Это очень экономит энергию, силы и нервы ваши и ваших детей, а главное – достигается нужный результат.

Дело счастья: попробуйте преодолеть неприятности с помощью игры. Например, поиграть в доктора и пациента перед походом в поликлинику, чтобы ребёнок не боялся уколов и врачей. В интернете есть много игр, помогающих преодолевать и такие страхи как: страх темноты, страх замкнутого пространства (простые пятнашки, жмурки, прятки – игры, которые корректируют детские страхи). А из книг я могу порекомендовать «Навыки ребенка: Как решать детские проблемы с помощью игры» Бена Фурмана.

Или придумайте свою игру, как это сделали мы с Даней. А потом, конечно, похвалите и порадуйте подарком малыша. В платных клиниках сейчас часто дают грамоты «За отвагу!», «За храбрость!», «За смелость и решительность» и дарят маленькие презенты. Но ребёнку особенно приятно получить огромную машину или робота от родителей и услышать от мамы и папы: «Ты Молодец! Ты наш чемпион!»

21. На пляж голышом

Фото голожопого Ромки у парусника с алыми парусами. Первая совместная семейная поездка в Геленджик. Я, ты и Стас. Тогда ты накупался вдоволь. Ты, Ромка, не стесняясь бегал по пляжу голышом. Эта фотография, где ты голожопый стоишь около парусника из фильма «Алые паруса», напоминает о том лете. В «Алых парусах» Ассоль ждала Грея, а в жизни ты – меня. Сейчас, когда я куда-то уезжаю, ты молча лежишь и меня ждёшь.

Чувствую себя тем парусником, той надеждой, когда возвращаюсь домой и слышу, как ты радуешься мне. На твоём лице расплывается улыбка, и такое ощущение – ты виляешь «хвостом», услышав меня с порога. Сравнить своего ребёнка с собакой, виляющей хвостом, конечно, немного странно. Но именно так, со всей преданностью и любовью, болеющий ребёнок ждёт маму. Я для тебя – парусник с алыми парусами. А для меня «Алые паруса» – это надежда на лечение. Надеюсь, мы вместе дождёмся своего «корабля».

В советское время голых детей на пляже было полно, в том числе и в восьмилетнем возрасте. О педофилии никто не знал, и считалось, что голяком полезнее детям. Голышом в «Артеке» купались и загорали примерно до середины 50-х гг. В тот период это не считалось предосудительным, поскольку не несло в себе чего-то неприличного, а являлось общепризнанной санаторно-курортной гигиенической нормой. Считаю, что от мокрой синтетики, а особенно от мокрых холодных купальников, детям никакой пользы нет.

Ещё один аргумент за купание детей голышом. В книге «1001 вопрос про ЭТО» Владимир Шахиджанян пишет: «Если вы желаете, чтобы ваши дети утолили к телосложению противоположного пола любопытство, пускайте их вместе купаться – девочек и мальчиков – в обнаженном виде. Спустя три-четыре минуты они вообще перестанут обращать внимание на органы друг друга. Это, по моему мнению, лучшая профилактика детских игр с раздеванием».

Анекдот, кстати, детский вспомнила на эту тему :

Стоят голые мальчик и девочка.

Девочка:

– Дай потрогать.

Мальчик:

– Не, не дам, у себя вон уже оторвала.

Дело счастья: купайте детей голышом! Купание вызывает у детей самые позитивные эмоции. Сейчас, я думаю, в море детям до четырёх лет можно купаться голышом. А во дворе, где летом стоит бассейн, и до шести лет можно голышом. Это полезно. И запечатлейте на телефон! Будет у вас подборка фото из серии «Эти 30 фото никогда не должны были попасть в интернет!» И будет что вспомнить и показать на проводах, когда «мальчи» пойдёт в армию.

22. Раннее развитие

Раннее развитие сейчас в моде. Но для меня очевидно, что лучшее раннее развитие – это полноценное участие ребенка в жизни семьи. Когда он видит, что делают другие. Когда он копирует действия взрослых. Когда рядом есть братья и сестры, близкие по возрасту – их проще копировать и проще понять. Когда его везде берут с собой, общаются с ним. На мой взгляд, это полезнее, чем занятия, где дети должны одновременно хлопать, танцевать, прыгать.

На самом деле большинство людей боится настоящей душевной близости. Ведь где близость, там и боль. Часто желания ребёнка могут конфликтовать с нашими. И поэтому, избегая близости, мы стараемся дать друг другу что-то взамен. Взрослые иногда пытаются заменить близость чем-то другим: игрушками, развлечениями, мультиками или школами «раннего развития». Я знаю очень мало родителей, которым удастся совмещать развитие ребенка и глубокие отношения с ним.

Отвезти на кружок, забрать, потом танцы, потом гимнастика, потом репетитор. Или скрипка в три года. И так по кругу. Мамы часто не помнят, куда едут. А в «окно» между детьми пытаются впихнуть ещё какой-нибудь кружок или свои дела. Эта гонка забирает много сил.

Подруга мне подарила две, на её взгляд, очень нужные книжки. «После трёх уже поздно» и «Пока ваш ребёнок не свёл вас с ума». Щебетала про них, бесконечно восторгалась. Подруге тридцать восемь, она чайлдфри.

Как ни пыталась я прочитать и внедрить несколько раз эти методики, так и не смогла осилить до конца эти книжки. У нас разные миры, разное восприятие мира. Я бываю жестковата в определениях, а она, как мне кажется, в розовых очках живёт. Грезит совместными родами, родами в воде и поёт о ранних методиках воспитания, развития.

Но боится ответственности. Ведь дети – это ответственность. Большая! К сожалению, в данный момент Люба не может испытать и понять те чувства, которые вызывают дети. Насколько сильным счастьем может быть и насколько сильные страхи обуревают женщину, которая однажды стала мамой. И каково это иметь тяжёлого ребёнка-инвалида.

И ещё она мне недавно предложила поехать на Красную Поляну – отдохнуть на денёчек. Попутешествовать! Какой отдых?!

Какие путешествия?! С таким ребёнком. Я в город на два часа выезжаю – содрогаюсь каждый раз, когда звонит телефон. А тут на сутки «путешествовать». Типа отдохнуть от детей. Да не нужен мне такой отдых. Не до отдыха мне последние три года... Не имея детей ей сложно было понять, что я Рому и на день не оставила бы. А здоровых, весёлых детей можно и нужно иногда оставлять с родными, бабушками.

Главная потребность ребенка – это потребность быть вместе со счастливыми родителями. Это потребность всех детей, а моих в условиях редкой тяжёлой болезни – особенно! Быть вместе. Быть в контакте. Иметь возможность поделиться в любой момент хорошим и плохим. Быть, а не казаться. Быть – значит быть таким, какой ты есть. Рядом со счастливыми родителями. То есть видеть, как они живут, радоваться вместе с ними, грустить тоже. Вместе постигать эту жизнь.

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.