

18+

Елена Свитова



ОН САМ!

На какой козе
подъехать к своему ребенку

Елена Свитова
Он сам! На какой козе
подъехать к своему ребенку

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=65087102
ISBN 9785005188779

Аннотация

В этой книге Елена делится своими соображениями о том, как НЕ трогать детей, как НЕ воспитывать их, как оставить их в покое, чтобы они выросли сами, но – рядом. Как дать им любовь и опеку, себя – и как сделать себя собой. Настоящей собой.

Содержание

Мечтать совсем не вредно!	6
Как все начиналось	10
Эгоизм, здоровый и нет	16
Еда	21
О радости	24
Важное	27
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Он сам!

На какой козе подъехать к своему ребенку

Елена Свитова

© Елена Свитова, 2021

ISBN 978-5-0051-8877-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Если бы, да кабы...

«Еслибыда-кабыда» – так мы говорим друг другу в семье, мечтая.

Мечтать, говорят, не вредно!

Мечты – они воплощаются.

Мы, правда, не понимаем, как – и какие.

Забываем, отпускаем, только иногда удивляемся: вот же он, дом, который я «заказывала» много лет назад, осталось только колокольчик повесить (там обязательно должен был быть колокольчик), и водичку облагородить. И дети – вот же, трое... Ну, не Катя, а Митя – но Митя-то лучшие Кати!!!

Намного лучше.

А давайте помечтаем о том, чего мы хотели бы в отношениях с детьми.

Просто помечтаем.

Вот они – дети, вот она – мама, усталая, замотанная, ей и приготовить, и постирать, и от компа оттянуть, и уроки проверить...

Еще, не дай бог, работа! Не представляю, как это – еще и работа.

Правда, мне все говорят, что я много успеваю, удивляются, что я нахожу время писать.

А я вот... помечтала.

И все срослось.

Мечтать совсем не вредно!

Мечтала я как-то раз совсем уйти.

Да-да: свалить, уехать, бросить семью!

И мне самой такие мысли доставляли столько боли!

Я слышала о мамах, которые уехали и больше не появлялись. Культивировала эти истории, пыталась надеть на себя – не получалось.

Мой психотерапевт убеждал меня, что... не поможет мне какой-то там двухнедельный отпуск.

И я не ездила.

Не ездила в отпуск!

Представляете?

Я все время была здесь, с детьми.

Мыла, стирала, – хорошо, что гладить не хочу и руководствуюсь израильскими традициями не делать этого, – готовила, придумывала.

Больше, конечно, придумывала: как и чем накормить, во что одеть, как поиграть и что дать, чтобы дитя развивалось.

Дитя должно было развиваться.

Обязательно!

Неразвитое дитя – это стыдно.

Особенно у меня, такой развитой: бабушка – учитель, мама – инженер, все родители – эмгэушники, один отец – зав-

кафедрой химии в институте, другой – про менеджмент еще в лихие девяностые работал, и я умница-красавица, пианистка и педагогша, и стишки пописываю...

Это такая мука – воспитывать! – как говорила Френкен Бок.

Особенно с таким заплечным багажом, как преподавательско-кандидатское семейство.

Девочка должна играть! – и девочка играла.

Девочка должна читать! – и девочка читала.

Девочка должна учиться! – и девочка училась напропалую.

И сейчас все учится и учится, то психологии, то скрипку схватит, то кларнет, то вчитается и распишет что-нибудь важное по пунктам, то прочитает книжку – и детям тащит, посмотрите, мол, что я вычитала! Вяжет, играет, читает, пишет, иногда – танцует, иногда даже в хоре поет – а когда, когда детьми-то заниматься, спросите вы?

А некогда.

Размечталась!

Вы не поверите, куда я сегодня отправила письмо.

Я сегодня отправила письмо... в детский хоспис.

Я хочу там работать.

Волонтерить.

Так и слышу рой возмущенных голосов: ты что, дура совсем? Тебе еще и этого не хватало? Мало тебе школы, мифов, музыки, психологии, писанины с детьми и без – и от-

крыточек из бисера, и ракушечек с камушками по всему дому?!

Жадина!

Мало тебе своих троих, здоровых и прекрасных – нужны больные, причем неизлечимо?!

Это уже, скажут мне, граничит с патологией.

Поэтому я считаю, что имею право помечтать с вами, Хорошие Мамаы.

Я – так называемая в народе «мать-ехидна», обычный такой препод, забрасывающий свою семью ради чужих детей, а моими ресурсами восхищаются все вокруг, и этими самыми позабытыми детьми (один вырос и сейчас спит – он ночью развлекался, второй сидит с племянником за компом и телефоном, третья бренчит на гитаре) тоже восхищаются.

И я учу других жить.

Потому что сама живу неправильно, выпукло неправильно – и... очень ресурсно.

Мои дети – кто они?

Обычные такие ребята.

Очень красивые, очень талантливые, очень умные, очень добрые (ну, дочка злюка, конечно, но в глубине души... расскажу позже!), очень любимые.

И мы с ними любим обниматься, болтать, гулять, шушукаться и смеяться.

Мы с ними не любим учиться, делать домашние дела, и...

Я начала писать, что мы с ними «не любим», и поняла,

что не могу этого написать.

Начинаю думать, чего не любят они.

И это правильно: я бы с радостью всех заучила, замучила, затарила картошкой и одарила половыми тряпками, а я этого не делаю, потому что – нет.

Это мой младший так говорит: «нет».

Тихо и веско.

И ничего не сделаешь, только руками развести – и отстать.

Как все начиналось

Начиналось все очень плохо.

Со старшего.

Со старшего чаще всего все начинается как первый блин – или отрезанный ломоть, что, конечно, совсем грустно, но бывает! – мы читаем всякие книжки типа доктора Спока, что запрещено, чего делать ни в коем случае не стоит и чего нельзя допускать ни при каких обстоятельствах.

«Нет», как сказал бы младший, если бы родился в то время.

На этих «нетах» строим свою жизнь.

Пытаемся!

А они очень сопротивляются.

Мой сын стал сопротивляться с самого начала, досидев в животе до сорок третьей недели и не отваживаясь родиться, даже когда решил: из меня его, извиняюсь, выдавили.

А это, скажу я вам, какая-то из пренатальных матриц, если руководствоваться трансперсоналкой: принял решение не рождаться – теперь всегда придется тянуть за уши.

Или... не придется?

Я – тянула.

Доразвивала за первые три месяца до такой степени, что невропатолог счел это чудом: он пытался нас успокаивать вначале, чтобы мы не ждали быстрых результатов, что по-

вернется, сядет, пойдет – но позже, позже, пусть оклемается после таких ужасных родов, ему потребуется больше времени, чем другим детям, это не страшно, подождите.

А тот и повернулся, и сел, и пополз, и пошел в сроки, опережающие среднюю статистику.

Вот ведь тревожные перестраховщики! Массаж, книжки, ванны, Бродский во время кормления – а как еще-то? Я и не знала, что можно по-другому.

Вычитала, что нельзя пыль вытирать, когда кормишь.

Потом – вытирала.

А с ним – никогда.

Вычитала, что надо кружочки разноцветные над кроватью повесить.

Чтобы цвета учился различать.

Висели.

Следующих младенцев и в кроватке редко оставляла, под бок – и спать. Какие кружочки? Мир такой разноцветный!

А его – никогда.

Под бок-то.

Не дай боже, задавлю.

Страшилок было немеренно!

Ох, а эти бутылочки... С десятков бутылочек с разными лекарствами, порошками, каплями; одни – до еды, вторые – в еду, третьи – после, четвертые – между.

Какая же я была бедная!

Помню, как плакала с ним вместе.

Не помогали ни врачи, ни диеты, ни схемы, ни смены питания: ребяенок всегда, всегда плакал.

Это очень выматывало.

Нам говорили: подождите месяц, все пройдет.

Я говорила: я до завтра не доживу.

Потом нам говорили: в полгода все наладится.

Я немела.

Потом – что в год проблемы уйдут в прошлое.

Я нервно смеялась.

Когда в садике сыночек не давал мне выйти из группы, чтобы заскочить с каким-нибудь списком к какой-нибудь заведующей или медсестре, визжа и цепляясь за ногу – а надо учитывать, что это была группа, в которой я работала, поэтому с ним никогда, никогда не расставалась! – я уже малость злилась.

Потом злилась всерьез.

Сын вырос внутри моей злости и своих истерик. «На ючки!» – вытягивал он ручешки и бежал, бежал за злющей мегерой. А потом злющая мегера била его носом об тетрадку – с пяти лет! И до... стыдно сказать! Как-то заехала ему по маковке, когда не мог (я считала – не хотел) то ли съесть благотворный для его тогдашнего желудка, но ненавистный, рис, то ли рассказать благотворный, про войну, но ненавистный, стих...

Как оценить плоды своих «трудов», как?!

Кем бы он был, если бы не мои наезды?

Кем бы восхищались?

Ах, как он читает стихи! Ни разу не читал при всем классе, так до конца школы и «сдавал» учителю в кулуарах, и только учитель знал, КАК он читает стихи.

Ах, как он играет Дашкевича! – через огромные хрустальные капли, перемешанные с соплями, текущими на клавиши фортепиано.

Ах, какие рифы, какие гитарные запылы! С папой – в онлайне, и папа в итоге не смог побороть его сопротивление.

Ах, как...

Ах, как...

А ему что? – ему никогда не было ни лестно, ни приятно. Зато ему было очень приятно, когда весь класс аплодировал его стихотворной сказке.

А почему он написал сказку в стихах в пятом классе? – правильно: гены.

И ничего больше.

Никаких потуг, поползновений, выдавливаний.

Ни родовых, ни послеродовых.

Ах, как он поет! – потому, что никто не заставлял его петь.

Никогда.

У него была тройка по пению в школе, так как он никогда не знал слова.

Сейчас – знает все английские тексты всех рок-групп.

Я как-то напевала «Imagine» – он пришел и подпел, я спросила, откуда это ему знакома такая попса, если он счи-

тает себя рок-музыкантом?! Это ж Биттлз, просто – Биттлз. А он – не, это не битлы, это Леннон написал в таком-то году для такого-то проекта сам.

Восхитительно!

Я считаю, если бы был факультет истории рока, он бы преподавал на нем.

И думаю, если когда-нибудь открою универ – а что, почему нет, садик был, школа – есть, вырастут – пойдут в мамин универ, не?! – возьму его деканом.

Истории рок-музыки.

А как он знает этот самый английский язык, я вообще молчу!

Я молчу: внучка бабушки, которая грузила меня двадцатью упражнениями вместо двух заданных, так как некомильфо не знать английский этой внучке, ибо внучка – она обязана, ей надо и вовсе должна.

Надо.

Должна.

«Нет слова «не хочу», есть слово «надо»! – наша семейная поговорка.

Наших женщин: прабабушки, бабушки, мамы.

И так – до сих пор: моя мама очень раздражается на сына, когда он по какой-то причине прекращает учиться. Как это?! А о родных подумать? Мы для них... Мы о своих детях...

Вот.

А я – нет.

Я – все о себе.
Эгоистка!

Эгоизм, здоровый и нет

Эгоист требует от другого мыслей и поступков, которые считает правильными.

Точка.

То есть эгоист – это не тот, кто думает о себе, ребята!

Воткнули, да?

Я считаю, что эгоизм и альтруизм сильно смешаны в человеке, и каждый может похвастаться и тем, и другим, вытащить на свет божий и эгоистичную, опекающую себя самого, субличность, так и помогающую, заботливую.

Вот я вышла из лифта, в котором соседка-старушка пожаловалась мне на то, что потеряла телефон, и уставилась на лишний телефон.

Как будто лишний.

Починенный мной старый.

Сажу и смотрю на него. Мой внутренний альтруист просто порывается бежать и вручать ей телефон взамен утерянного: нам-то он не нужен, у каждого из нас по телефону! Внутренний эгоист останавливает его: чего это ради, я для этого только что принесла его из починки, отстегнув тысячи рублей?! Я их что, нашла на дороге?!

И тут я понимаю, что это никакой не эгоист.

Это пришла третья субличность. Как ее назвать? – жади-на?

Эгоист – он в этом случае выступает в паре с альтруистом. Он ему говорит: да, у вас есть телефоны, вы в шоколаде, а соседка – нет, и кто, если не ты, спасет соседку и поможет ей в такой печали?! Эгоистические поползновения быть хорошей и рожают во мне альтруистические порывы.

Это есть эгоистическое желание альтруистических поступков, вот как!

Когда я думаю о себе, моим детям хорошо.

Нам всем хорошо, когда я делаю себе хорошо, уверяю вас!

Но так случилось не сразу.

Началось все с той самой пресловутой психотерапии.

Многое зная о психологии человеческой личности, свою личность я из виду как-то упустила, как оказалось.

Психотерапевт дал мне домашнее задание, – обожаю домашки! – которое называл «двенадцать будильников».

Заключается оно в том, что я завожу на телефоне будильник, который должен звонить каждый час. Например, 9.00 — 10.00–11.00 – и так далее. И каждый раз, услышав звонок будильника, я должна спросить себя, чего я хочу.

Чего я хочу, представьте.

Просто?

Оказалось – очень сложно!

Приходилось выискивать внутри крупницы желания.

И тут...

Получилось, что хотела я... ничего.

«Я хочу... ничего», – с удивлением сказала я себе.

Не делать, не стараться, не пыхтеть... и опять – не делать!

Я хочу просто побыть.

Тут могу немножко рассказать о своей теории being и doing. И наверняка это не моя теория, но пусть будет моей хотя бы в этой книжке.

Человек «оф биинг» просто живет, а человек «оф дуинг» все время что-то делает.

Я встречала и тех, и других.

Люди «оф дуинг» колготятся сплошь и рядом. Куда ни глянь! Посмотрите вот хоть в магазине, на улице, в своей квартире – наверняка там они есть. Они хлопотливые, деловые, функциональные. Всегда что-то делают, куда-то идут, о чем-то думают, что-то считают, на худой конец.

Люди «оф биинг» кажутся такими... просветленными, что ли. Немного «отлетьевшими» – мне нравится это слово, показывающее некую эзотерическую полетность. Во мне тоже есть такая «отлетьевшая» барышня, которую я учусь потихоньку выпускать на волю. Медитировать наяву.

Слушать музыку, писать музыку, слушать сказки, писать сказки, слушать – слышать – писать – читать – смотреть.

А почему только это? – задействовать и другие органы чувств!

Секс, например.

Или лежать в ванной.

Или – танцевать!

Запахи, вкусы, звуки.

В общем, это люди, поглощающие мир, а потом – генерирующие.

Или все сразу.

Наверное, в каждом из нас, как эгоизм с альтруизмом, смешаны эти два человека, назовем их «делец» и «существователь». Смешаны в разной пропорции, с разными приправами.

Что-то у меня пошли кулинарные метафоры – никак, мой биинг-мэн проголодался?

Так вот, я о том, что быть эгоистом – это значит, быть человеком, замечать не только окружающее, в котором мы варимся, как в бульоне, но и себя, невеликую клеточку, песчинку, простите за крошечные метафоры, дорогие эгоисты!

Нас много, и мы богаты собой.

Мы богаты собой!

Не только тем, что вокруг нас, и не только тем, что мы производим как вторичные копии, а собой и тем, что мы можем исторгнуть, сгенерировать из себя.

Из себя.

Тут же приходит на ум пирамидка Маслоу, в которой, вероятно, сначала в нас удовлетворяется биинг – пожрать, поспать и проч. – а затем уже мы лезем и вгрызаемся. Хотя к пирамидке многие, включая меня, относятся с благодарностью и пиететом, но предосудительно: слишком простецкая какая-то конструкция.

Все же перемешано.

И приправлено.

Пойду, поем!

Еда

Я подогрела себе еду.

И детям.

Я же и мать-ехидна, и идише-мамэ в одном флаконе.

Вообще, полярность – моя тема!

Может, и ваша, раз вы читаете эту книгу? Не зря же люди находят себе то, что им полагается!

Так вот, я подогрела себе еду, а потом – двум детям (третий еще спит, жуть! Но кто осмелится будить двадцатилетнего парня – и для чего, спрашивается?). Подогрев курицу, я обнаружила, что салфеток в специальной подставке нет. И что я сделала, как вы думаете? Правильно: взяла салфетки из закровов.

Две.

Не позаботившись о салфетнице!

Еще аукнется мне это действие. Как пить дать, аукнется!

(Это моя внутренняя критикантша-мама-бабушка-прабабушка сказала, я тут ни причем, как королек из «Обыкновенного чуда»!)

Когда мой годовалый первенец не захотел есть, – а он никогда не хотел есть, но в тот раз это было какое-то тотальное «не хочу», с отказом от бутылочки с кашей и требованием всяких печений и других сладостей, – я послушалась какую-то многознающую маму и перестала его кормить.

Не кормила час.

Очень мучилась!

Не кормила полдня.

Убрав предварительно все печенья и перекусы, конечно – а то бы эксперимент не оказался чистым.

Потом он лег спать голодным.

Лег спать!!!

Ничего не съев.

Я как-то отчаянно наблюдала.

Проснувшись, он побегал, поиграл – дело было в деревне, на свежем воздухе, – а потом вскарабкался на стул и навернул тарелку борща.

Борща!

Красного, знатного, с кусочками, засовывая ложку глубоко в широко раскрытый рот, заливаясь красной жижей до памперсов.

Эсперимент удался, подумала я удовлетворенно.

Но не смогла продолжать дальше.

Хотелось бы мне сказать: и с тех пор...

Но нет.

Сын вырос на сосисках!

А теперь ест все: он же мужик, ему – надо. И рис даже. Хотя, конечно, не белый: тот так и не ест.

И вот смотрю я на младшего (благо, с дочкой никогда не было проблем, вот хуеет сейчас вместе на овощах, в перерывах на Макдональдс) и думаю: он вырастет. Как-то вы-

растет на своих сладеньких йогуртах, муссиках, творожках, киндерах и нествиках.

Это, конечно, ужасно.

Куда это годится, скажите.

Куда смотрит мама.

Куда катится мир.

Куда...

...Но, если не кудахтать, то – вырастет.

А еще он любит самую бесполезную кашу на свете: манку.

И я радуюсь! А чего не радоваться? – кашку поел ребенок.

И банан.

И – иногда! – яблочко.

Он сидит за компьютером в очередной свой переходный – из «началки» в среднюю школу – период, а иногда ездит танцевать.

И капоэйрой занимался.

И в лагере без телефона обходился, и без компьютера!

А чего не радоваться-то?

О радости

Давайте сядем, возьмем листок бумаги и что-то пишушее и задумаемся: что нас радует в наших детях?

Меня радует их красота, это безусловно!

Плеваться и плеваться на них, чтоб не сглазить.

Наверное, для каждой мамы свой ребенок самый красивый, но мои – без сомнения, эти кудри, эти лохмы, эти лопа-точки и пяточки – чудо из чудес!

Еще меня радует в одной – чувство юмора, в другом – чувство справедливости, в третьем – чувство сострадания.

А вас?

Пишите, пишите!

Какой он: ваш ребенок?

А вот вчера, помнится...

А когда я себя ругала, он сказал, что я хороша просто своим существованием.

А она написала подруге – как я узнала об этом, даже не помню, точно же в телефоне не ковырялась? – что хочет мне как-то сделать хорошо, ведь я ей всегда делаю хорошо, и когда-нибудь она тоже мне исполнит мечту. Вот, и я успокоилась на счет дельфинов. О них позже расскажу.

А этот подхватывает – откуда такая реакция?!

Сидит же дома всегда!

Особенно на карантине.

Счастлив, что сидит дома!

Домосед.

И – подхватывает!

Стоит принести пакеты, попытаться что-то уронить, изловчиться упасть... Попробовать отругать малыша – выходит: «это кто тут моего Митьку ругает, отстаньте от ребенка!» – притянув за плечо к себе.

Она бренчит на гитаре и хочет стать «самоучкой», и я ломаю себе пальцы, бью себя по рукам, которые так и тянутся поправить, показать, прикусываю язык – в общем, сотворяю с собой вот эти вещи, которые только и могут повернуть меня к себе.

Младший... общается на английском.

И еще у него премилые кудряхи.

А складка на локоть – это нечто! А эта брейковская газонкосилка...

И сам находит себе пропитание – то в магазине, то дома.

Сам!

Хоть какое.

Ну, не ахти, с моей точки зрения, но я...

Читай выше.

Кусаю.

А еще дышу.

Вообще, дышать очень полезно! Вы не знали?!

Мы все время дышим, но внимания не обращаем.

А тут, когда надо что-то серьезное и неоднозначное – на-

пример, переключить на деятельность, которая нужна, с той, которая течет себе без напряжения – вдохните два раза. Выдохните медленно, с каждым разом все медленнее – кстати, помогает при тревогах, и даже панические атаки, которые меня преследовали одно время, отступали с седьмого вдоха – и только после этого обращайтесь к ребенку.

Возможно, и обращаться не понадобится.

Так бывает!

Думаешь, что это важно – а важно-то совсем не это.

Важное

Про медитацию и выпускание из себя части «оф биинг» я вам уже рассказала.

Про дыхание – тоже.

Это такие важные вещи, которые мы можем подсмотреть у братьев наших меньших.

Наш мозг, а точнее, его кора – это такое интересное нечто, которое помогает нам думать – и... мешает чувствовать.

И совсем уж свысока относится к нашим инстинктам.

А если их не уважать, даже Маслоу говорит, что получается полный швах – хотя, когда я пишу, я и голодная хороша, как уже спорила с ним.

Но в остальном – швах!

Нельзя дать то, чего нет.

Нельзя дать покой.

Вам хочется, чтобы дети были спокойны?

Чтобы хорошо спали, например.

Чтобы много улыбались, смеялись, радовались.

Чтобы много работали ИЗ СЕБЯ.

Как вы, например!

И это – самое главное.

Не буду называть это ни здоровым эгоизмом, ни некоей пирамидальной потребностью, ни, упаси меня боже, самостью, самооценностью или личностным ростом.

А и как хотите, назовите.

Кто вы?

Вот и скажите.

Вот и назовите.

Я, например – Лена.

Из Лены мне и жить.

Иногда – из мамы Лены, иногда – из училки, психолога, музыканта, писателя Лены.

Но чаще всего просто: из себя.

А я не просто мама: еще я пишу книжки.

Я не только писатель: еще я кормлю детей.

И не какой-то там музыкант (не играю практически, но это... хмм... ладно).

Я делаю то, что мне надо.

То, что мне хочется – значит, мне это надо!!!

Я важна.

Интересно всегда упоминать правило, единственное, пожалуй, из всех возможных, про кислородную маску в самолете. Знаете же? – маску следует в первую очередь надеть на себя.

Так давайте наденем кислородную маску, чтобы помочь нашим детям!

В том упражнении про двенадцать будильников я, как вы помните, не хотела ничего.

И вдруг, с очередным будильником, поняла: я же хочу уединения!!!

Я хочу побыть одна.

Сделать хорошую маму, как Сарочка из еврейского анекдота.

И я тихонько вошла в спальню, тихонько закрыла за собой дверь и тихонько повернула невесть как чудесно оказавшуюся на двери защелку.

Ой, что бы-ы-ыло-о-о!

Никогда не забуду тот первый свой настоящий будильник.

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.