



ПРО ТВОЮ ЖЕ МАТЬ



**ИРИНА
СЕМИЗОРОВА**
провокативный
психотерапевт

НАСТОЛЬНАЯ
КНИГА ДЛЯ
ОСОЗНАННОГО
ОТНОШЕНИЯ
К МАТЕРИ И К
МАТЕРИНСТВУ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Ирина Семизорова
Про Твою же Мать.
Настольная книга для
осознанного отношения
к матери и к материнству
Серия «Ирина Семизорова.
Психотерапия для всех»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70803763

Про Твою же Мать. Настольная книга для осознанного отношения к матери и к материнству / Ирина Семизорова: Эксмо; Москва; 2024

ISBN 978-5-04-206944-4

Аннотация

17+ – это не возрастное ограничение для чтения этой книги, это профессиональный стаж известного психолога и психотерапевта Ирины Семизоровой. Впрочем, эта книга действительно для взрослых людей, а именно для женщин, которые уже стали мамами или им это еще предстоит. У автора есть ответы на вопросы, которые не задашь врачу или постесняешься спрашивать у близких: если я боюсь беременности, я не готова? Если я раздражаюсь на ребенка, я

плохая мать? Книга поможет женщине узнать себя как будущую или уже состоявшуюся мать, как дочь своей мамы, увидеть в материнстве вечное продолжение жизни. Вместе с автором вы пройдете весь путь от желания стать мамой до его исполнения, от заботы о младенце до взаимоотношений со взрослыми детьми. Наверняка вы узнаете себя в ситуациях, когда опускаются руки, когда кажется, что усталость стала тотальной. У автора вы найдете способы решать эти и многие другие проблемы, остаться прекрасной мамой и не потерять себя.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Введение	6
Часть I	8
Глава 1	9
Глава 2	17
Ребенок – это чудо для двоих	24
Глава 3	28
ЭКО	28
Суррогатное материнство	31
Приемные матери	34
Подсадка замороженного эмбриона	37
Глава 4	42
Забеременеть	46
Выносить	48
Родить	50
Глава 5	53
Как должна выглядеть беременность	58
Как должны выглядеть роды	63
Как должно выглядеть материнство	66
Конец ознакомительного фрагмента.	69

**Ирина Семизорова
Про Твою же Мать.
Настольная книга для
ОСОЗНАННОГО ОТНОШЕНИЯ
к матери и к материнству**

*Посвящается моему сыну Арсению Семизорову.
Я всегда буду твоей мамой, а ты всегда будешь
моим ребенком. Ты самый подходящий сын для
меня.*

Ирина Семизорова. Психотерапия для всех



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО

© Семизорова И., текст, 2024

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

Введение

Отношения с матерью – основа всех отношений, потому что это уникальный способ контакта, непохожий ни на какой другой, который невозможно реализовать ни с кем другим: что никто и никогда – кроме нашей матери – не носил нас под сердцем 9 месяцев и не производил на свет. Только с мамой мы проживаем исключительный опыт слияния, единения, растворения, объединенности и одного целого на двоих.

В этой связи попытки уравнивать значимость отца и матери для ребенка выглядят достаточно странно, ибо отец – даже если он прекрасен и значим – беременным нами не был. Мы не находились внутри никакого другого человека, только внутри матери. Этот опыт определяет нашу жизнь, поведение, выборы и состояния. Эту значимость невозможно переоценить, ибо она априори велика. Отношения с другими людьми или наше собственное материнство вытекают из пережитого опыта. Эта книга – не только про мать и отношения с ней. Это книга про жизнь, любовь и совместность.

Нет на свете ни одного человека, у которого бы не было матери. Даже если вышло так, что вам не дано было узнать ее, вы все равно ребенок своей матери, а это значит, что моя книга необходима всем и каждому.

Отношение матери к ребенку – не картинка из книги, не икона в церкви, не полотно великого художника и не кадр из

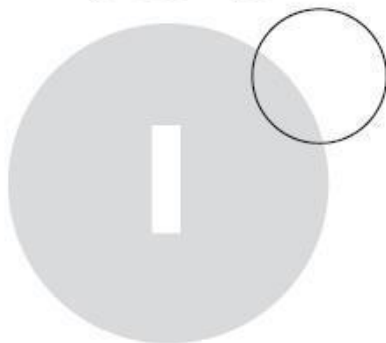
кинофильма. Миллионы матерей имеют миллионы разных отношений со своими детьми, отправляя своим чадам совершенно разные жизненные послания. В этих посланиях – история собственной жизни матери, ее страхи и надежды, ее ошибки и разочарования, ее победы и поражения.

Каждая мать индивидуальна как личность. Она отличается своей жизнью, судьбой, историей и целым набором вопросов и ответов, записанных, как на киноплёнку, в ее ДНК. Но всех матерей на свете объединяет одно: осознанное или неосознанное желание передать любовь дальше и готовность рискнуть ради этого собственной жизнью.

В тексте книги я предложу вам упражнения – вы можете выполнять или не выполнять их, это ваш выбор. Упражнения в психологии призваны закрепить понятое и превратить размышления в действия. Решите для себя, нужны ли вам новые действия по отношению к родной матери, к себе и к своей жизни.

Часть I Будущее материнство

ЧАСТЬ



**Будущее
материнство**

Глава 1

Мои отношения с матерью

Посмотри на свою маму, милая. Не торопись. Рассмотрй ее, словно в первый раз. Обрати внимание на ее волосы, глаза, лицо, руки. Может быть, проявится знакомый запах. Все мамы пахнут: кто-то блинами, кто-то не выполосканными половыми тряпками, особенными духами, тяжелой болезнью, алкоголем и скисшими в пепельнице хабариками. Может быть, твоя мама пахнет младшим братом, который недавно родился; или она пахнет работой, а может быть – чужими мужчинами или жареной картошкой и чистотой стирального порошка. Заметь, чем пахнет твоя мама. Этот запах тебе знаком или нет?

Вероятно, ты никогда в жизни так пристально не смотрела на свою мать, потому что она никогда не стояла так близко. Или стояла, но ты не поднимала на нее глаз. Посмотри сейчас, порассматривай, покрути. Это внутренний образ матери.

Когда мы думаем о своей матери, она необязательно должна материализоваться перед глазами в том возрасте, в котором она сейчас. Мама, появись. Сколько лет ей во внутреннем образе, который встает перед тобой? Совсем не важно – жива мама или уже умерла. Виделись вы сегодня или много месяцев назад. Внутренний образ – это то, что хочет удерживать

жать твоя память.

Сколько лет твоей маме во внутреннем образе? Возможно, столько, сколько на фотографии, где она очень молодая – ведь это снято до твоего рождения. Или на ум приходит воспоминание о воскресном обеде, прогулке всей семьей в парке. Возможно, твоя мама сейчас перед тобой в момент стресса, беды или невыносимого события. Даже если она лежит в гробу, в больнице, болеет, похудевшая и неузнаваемая. Вспоминай, милая. Главное, чтобы мама была реальной, той, которая тебя родила. А не той, что ты придумала себе: идеальной, нестареющей, доброй, всемогущей.

У каждого из нас есть три матери. Целых три, а вовсе не одна: мать, которую я знаю; мать, которую я не знаю; мать, которая меня родила.

Чаще всего мы представляем себе и по факту реально коммуницируем с матерью, которая нас родила. Тут все понятно, ясно и просто. Она большая, а я нет. Я прошу, она дает. Она дает, я беру. Я точно имею право на свое «дай мне, мама». Нет никакой путаницы: есть право требовать и желание получать. Мы не хотим ничего больше знать о своей матери, кроме ее предоставленности нам. «Она родила меня – значит, должна мне». Это знание есть в голове с самого начала и не требует пояснений.

«Дай мне! Дай мне заботу, любовь, внимание, еду. Дай мне выжить!» Отличная система координат, прямая, как рельсы. Мы хотим остаться в ней раз и навсегда. Мама ро-

дила меня, а значит, должна быть рядом, и все мои потребности должны быть ею удовлетворены. Она же родила, она же выбрала, она же решила! Это просто и логично, и мы настаиваем на этом.

Становясь старше, научившись пользоваться ложкой, чистить зубы, следить за временем и надевать колготки, мы с раздражением обнаруживаем, что мать больше и шире, чем просто функция, обеспечивающая выживание. Мы недовольны. Мы не хотим этого знать и чувствовать. Мы хотим бежать к ней, когда нам страшно; мы хотим чувствовать ее дыхание рядом, когда засыпаем; мы хотим слушать ее голос, зовущий нас обедать; мы хотим чувствовать ее ладонь на горящем лбу, когда болеем; мы хотим ее смелых и однозначных решений, когда мы в сомнении.

МАМА. Пожалуйста. Пусть все так и остается.

Но так не останется, милая. Ты уже это знаешь. Мама куда-то уходит, каждый день. Она называет это работой, но мы не хотим ничего знать. Мама плачет, даже если мы не сделали ничего плохого, и мы догадываемся, что плачет она не из-за нас. Мы предпочитаем быть значимыми и даже виновными во всем, что происходит с матерью, чтобы продлить эту связь и эту объединенность.

Но мама уходит и больше не укладывает нас спать, не говорит с нами, не смотрит в глаза и не держит за руку. У мамы есть другая жизнь. Она возвращается в нее, и мы по-прежнему ничего не хотим об этом знать, ведь она – мать, которая

нас родила. С криками мы цепляемся за нее: Дай мне! Дай мне свое тело! Пусть оно по-прежнему будет моим домом, в котором есть все необходимое, чтобы я жил в безопасности, защищенный от всего мира, защищенный от себя и от тебя, мама.

На смену маме, которая нас родила, постепенно приходит мать, которую я знаю. Кто твоя мама, милая? Кто она, кроме того, что она твоя мать? Что ей было суждено пережить в этой жизни, кем она хотела стать и стала ли она тем, кем хотела? Как она жила до тебя, кто любил ее, а кто ненавидел? О чем она мечтала, чего боялась, на что рассчитывала? Что ты знаешь об этом, милая? О той своей матери, которая была до твоего рождения? Знакома ли ты с ней, или мои вопросы вызывают у тебя недоумение? Правда, странно.

Одна клиентка, вернувшись с похорон своей матери, сказала, что совсем не знала ее. А узнала лишь там, на могиле, когда проводить в последний путь пришли все те, кто сопровождал ее маму много лет: друзья, коллеги по работе, родственники, знакомые.

И впрямь может быть так, что мы не знаем ничего о ее жизни за пределами наших отношений. Да, мы что-то слышали об этом, мы немножечко в курсе, но чаще «нет», чем «да». Нас пугает это знание, ведь оно отбирает нашу маму, делает ее чужой и чьей-то еще. Это невыносимо.

Забавно, но, интересуясь фактической информацией о родителях, я часто вижу людей, которые не знают даже дату

рождения своих родителей. В каком году родилась твоя мама, милая? Это не просто цифра – это период, история. Твоя мама проживала эту историю вместе со всеми: со всем местом, со всем городом, со всей страной, со всем миром. Эта история формировала твою маму, помогала ей жить или, наоборот, создавала непреодолимые трудности.

В работе с клиентами я часто создаю генограмму. Это не генеалогическое древо с информацией, кто, где, когда родился и умер. Генограмма – история семьи. Эдакий рассказ о том, что происходило. Информация о причинах и следствиях, о том, как и когда твоя мать познакомилась с отцом, откуда он приехал, где работал. Это повесть о том, кто из них первым решил пожениться и по чьей инициативе по факту это решение было принято. На вопрос «чья инициатива – ребенок», люди торопливо спешат ответить: «наша». Но так не бывает, милая. Мы не говорим одновременно и не принимаем совместных решений в одну и ту же секунду. Кто-то один говорит «давай», а другой отвечает «ну, давай». Или наоборот, когда один говорит: «Давай станем родителями». А другой отвечает: «Нет, не станем». И тогда один принимает решение за двоих, и оно тяжелее вдвое. Кто решил, что ты будешь, милая? Чья инициатива? Конечно, мамина.

Решение о том, что ребенок родится, принимает женщина. Это волшебный момент. Он ни на что не похож, ни с чем не сравним. Это чудо, милая. Мама рискнет жизнью ради тебя. И никто не сможет остановить ее, никто не в силах изме-

нить этого решения. Мы редко думаем об этом моменте, моменте принятия решения. В беременности и рождении ребенка есть объективные риски для жизни. Мы не осознаем их, а потому предпочитаем не говорить. А еще мы вытесняем факт принятия решения об изменении всей жизни. На уровне размышлений мы не думаем, что материнство перевернет нашу жизнь на 180 градусов. Но на уровне души мы точно знаем, что отныне и навсегда все будет иначе, что не будет возврата к прошлому. Никогда, никогда, никогда.

Узнай свою незнакомую мать, милая. Это изменит ваши отношения, это изменит тебя. Материнство твоей матери станет больше. Мама сможет немного расслабиться. Неважно, сколько вам сейчас лет.

Знакомая мать – особая мать. Это та, кого ты знаешь как облупленную, чьи чувства для тебя – прочитанная книга. Вообще у ребенка к матери много странных ощущений и чувств, и ему невдомек, откуда они взялись. Но, слава богу, наша уверенность в том, что мы знаем о матери все – лишь иллюзия, возникшая из 9-месячного объединения всех внутренних функций и процессов. Мы дышали с ней одним воздухом, у нас была одна кровь, ее клетки создавали и питали наши клетки. День за днем. Неделю за неделей. Месяц за месяцем. Почти целый год.

Мы созданы из матери. Это стоит признать, ибо ее влияние на нас – не иллюзия.

Слияние закончилось, процесс созидания завершился, и

родившись, мы стали отдельными. Иногда, правда, мы уверены, что находимся внутри мамы, а не снаружи. Мы уверены, что по-прежнему знаем, о чем она думает, что чувствует, чем дышит. Вырастая, мы готовы поменяться местами и говорить ей, что делать. И мы даже не сомневаемся, что лучше знаем, чего она хочет.

Слияние на протяжении девяти месяцев связывает нас друг с другом навсегда, но суть процесса не в том, чтобы мы остались маленькой матрешкой внутри большой. Невероятная задумка природы в том, чтобы, родившись у этой матери, у этой женщины, у этого человека, самому стать совсем другим. Другим человеком и другой матерью. Наши ощущения объяснимы, а потому знание должно помогать нам, а не мешать стать теми, кем хотела бы нас видеть мать. Другими хорошими людьми.

Практическая часть. Упражнение 1

В главе упомянуты три матери: мать, которая меня родила; мать, которую я знаю; мать, которую я не знаю. Возьмите любые 4 фигуры (специально вырезанные из дерева человечки или предметы обихода), назовите 3 предмета так, как указано выше, а четвертый назначьте собой. Расположите их в пространстве так, как считаете нужным и правильным. Взгляните на то, что получилось. Дайте себе время не торопясь рассмотреть инсталляцию. Не стремитесь

найти правильное решение, действуйте интуитивно.

В конце просто констатируете: какая из матерей стоит к вам ближе всего, а какая – дальше. Как вы думаете – почему? Порассуждайте на тему сами с собой или запишите в дневник основные мысли на этот счет. Быть может, со временем у вас появится возможность узнать, кто же ваша мать на самом деле.

Глава 2

Я собираюсь и не собираюсь быть матерью

Времена изменились. Естественность в отношении материнства покинула нас, не приказав долго жить. То, что было простым и понятным еще десятилетие или два назад, сейчас выглядит как нечто странное, вызывающее напряжение и страх. И если раньше человеческая жизнь с ее этапами, порядками и приоритетностью текла, как река, и не вызывала ни у кого дополнительных вопросов, то сегодня мы создаем ее заново. Жизнь похожа на рассыпавшийся конструктор без инструкции: детали мы видим, а к сборке не приступаем.

Находятся те, кто пытается фантазировать на тему составляющих жизни, предлагая новые способы использования деталей. Наша жизнь следовала по порядку, в котором за младенчеством наступает детство, за детством отрочество, за отрочеством юность, а за ним выход в мир, любовь, создание семьи, рождение ребенка. Весь опыт давал нам право на зрелость, а с опытом и зрелостью мы встречали удовлетворенную старость, и к нам приходили внуки, чтобы мы поделились с ними правилами жизни.

С нами тоже поделились правилами жизни, и даже если бабушка с дедушкой не сажали нас к себе на колени и не

рассказывали о том, чему быть, а чего не миновать, мы, глядя на них, эти правила впитывали в ДНК. Нам достаточно видеть, чтобы знать. Нам не нужно, чтобы тот другой говорил нам о том, что он несчастлив или в беде. Мы видим, а значит, знаем.

Мы видели матерей с детьми, и наши внутренние зеркала отражали этот опыт, эту совместность. В нас поселялось желание стать матерью и понимание, что это правильно. Может быть, сначала наша мать ждала ребенка больше, чем мы. Ведь тогда она (мать) продолжается, тогда нет конца, тогда только бесконечность, бесконечность жизни.

В психотерапии есть понятие жизненных этапов, и движение по ним с хорошей этапностью является одним из маркеров психического здоровья. Рождение детей – явление гораздо большее, чем выбор двух людей. И даже не двух, а шестерых, ибо на решение влияют мать и отец будущего ребенка, а также родители женщины и родители мужчины. Это влияние может быть очевидным и явным и иметь голос, а может быть безмолвным, тихим и злым, как повисшее в воздухе напряжение. Мы без слов узнаем эти «за» и «против», милая, они затрагивают нас и незримо влияют. А еще есть фигура влияния, с которой каждый сталкивался в свое время. Это социум, среда. Она определяет приемлемость материнства, его уместность, форму, нюансы.

Материнство все еще социально приемлемо. Но влиять – это не значит быть ответственным, хотя в разных историях

женщина пытается переложить ответственность за свой выбор на мать мужа, социум, обстоятельства, отсутствие денег или еще на что-нибудь. Что бы ни было в нашей голове на этот счет, реальность всегда одна, а в ней решение о рождении ребенка принимает женщина. От начала и до конца, невзирая на все влияния, только она, она одна в контакте со своим телом принимает решение дать жизнь или нет.

В голове каждой женщины эта конструкция выглядит по-разному. Я хотела бы, но! После «но» следуют причины и мешающие факторы – тысячи, сотни тысяч, но ничего не стоит между женщиной и жизнью. В ее власти подарить жизнь и прервать ее. Эта власть дает нам ощущение силы. Как говорит Штефан Хаузнер: «Сила – это всегда страшно». Женщина чувствует в своей утробе эту невероятную битву жизни и смерти. Но все это будет потом, милая. А пока мы на этапе, где время для материнства пришло, а наш мозг или наше тело еще не готово. И впрямь это две разные истории о том, что именно не готово внутри меня к материнству: тело или разум, или все вместе кричит «я не готова».

Часто история неготовности выглядит, как ярая готовность, даже неистовство – «я хочу ребенка», «я хочу ребенка прямо сейчас, я злюсь и негодую, если этого не происходит». Я злюсь, что нет достаточно подходящего партнера, и мне неважно, что я не собираюсь делать его отцом, ведь я готова к ребенку, в моей картине мира этого должно быть достаточно!

Дети не появляются на свет без отцов. Но мы неумолимы, нам как будто бы это неважно, мы требуем, настаиваем, приказываем: «Я готова к ребенку, дайте мне ребенка. Он будет красивым дополнением к моей жизни, с моей этапностью и своевременностью все будет в порядке, а значит, я признаю себя хорошей полноценной и правильной, ибо соответствую социальной приемлемости». Но ребенок – не покупка в магазине, не автомобиль и вообще не объект, строить отношения с которым нужно по субъектно-объектным принципам. И вообще, желание родить ребенка вызывает у психотерапевта, слушающего подобный вопрос, особое пристальное внимание, т. к. женщина движется к «покупке», к получению желаемого извне, а не к собственной трансформации под названием материнство.

Хотеть ребенка и хотеть стать матерью – совершенно разные вещи.

На языке большинства это субъектно-объектное желание звучит даже не как желание ребенка, а как желание иметь детей. Да-да, во множественном числе – детей. Я хочу детей, говорит женщина. И она не имеет в виду близнецов или тройняшек. Она имеет в виду каких-то фантазийных, фантомных, несуществующих детей. Может быть, с картинки в журнале, из фильма, или, вероятно, она хочет детей своей подруги, которые милы и приветливы в своих крошечных нарядах с сосками во рту и зайчиками в руках.

Если мы начнем размышлять на эту тему, то вскоре об-

наружим, что хотеть детей вообще, скорее, галлюцинация, фантазия, ибо технически вам нужно стать матерью сначала одному ребенку. Вам нужно найти мужчину, а мужчине нужно найти вас, и если вы выбраны друг другом – вам стоит вступить в отношения. Если отношения совпадут во времени и пространстве, тогда можно отправиться и в брак, а за ним ПРИ ВЗАИМНОМ СОГЛАСИИ отправиться в родительство, где вам предстоит зачать ребенка, прожить беременность длиною в целых 9 месяцев, потом родить его, этого самого одного ребенка, и с этой минуты отныне и навсегда превратиться в другого человека – в мать этого ребенка. Не в мать вообще, типа «яжемать», а в мать конкретно этого ребенка, мальчика или девочки, от этого конкретного мужчины, который к этому времени, я надеюсь, все еще с вами, ребенка, не похожего на соседскую милую девочку, потому что он мальчик. Ваш мальчик может быть совсем не мил, и в этот момент, когда вы узнаете, что он не мил, вы вдруг отчетливо поймете, что очень хорошо, что у вас родились не дети, а всего ребенок. Один ребенок, ваш ребенок.

Но это будет потом, а пока важно не перегреть эту тему странными ожиданиями, страхами, желанием соответствовать кому-то или чему-то, просьбами, попытками конкурировать с сестрой, которая уже родила, или с мамой, у которой в том же возрасте было уже двое детей. Оставь все это, милая. Просто представь, что у тебя есть большая коробка, чемодан или контейнер, куда ты можешь все идеи и ожида-

ния сложить, как старые вещи, с которыми пришло время расстаться. Обнаружь себя там, где ты есть на самом деле. В той точке во времени и пространстве, где ты есть, где ты действительно есть – в реальности.

Выше я уже писала о том, что реальность изменилась, и это тоже стоит учесть. Изменились все вводные и все правила. Материнство пытаются сделать все более функцией, а потому механистичность самого процесса нам предлагается как условие игры. Эти изменения уже здесь, они уже не часть дискуссии о будущем, это настоящее. В той точке, где вы, в той реальности, в том возрасте, в котором вы читаете эту книгу, вам не стоит терять почву под ногами, продолжать витать в облаках в надежде на волшебное решение вопроса. Вам стоит начать принимать решения и двигаться в их контексте. «Отправиться в свою жизнь, – говорит упомянутый мной выше Штефан Хаузнер, мой учитель, – можно только с того места, которое я знаю». Определить это место необходимо: где я, сколько мне лет, что я думаю о своем материнстве, не о ребенке, не о детях вообще, а о своем материнстве – своем собственном, индивидуальном. Что я думаю о своем материнстве сейчас – ни потом, ни когда-нибудь, а сейчас, прямо сейчас.

Практическая часть. Упражнение 2

Представьте, что материнство – это фигура или

человек, который стоит прямо напротив вас, на расстоянии вытянутой руки, и вы можете сказать ему «привет, я тебе рада», или «блин, я все еще боюсь тебя», или «я невероятно устала от попытки соответствовать материнству своей матери». Я не знаю, дайте этим словам проявиться внутри вас.

Закройте глаза, не торопитесь: вот материнство, вот вы. На всякий случай оговорюсь, что это не идеальное материнство или «самое правильное материнство на свете», или «самое ужасное материнство на свете». Это не материнство блогера из нельзязграмма, не материнство вашей сестры, матери или бабушки. Это не материнство от изнасилования, это не материнство брошенной женщины, это не материнство женщины, ребенок которой умер. ЭТО ВАШЕ МАТЕРИНСТВО, а значит, в нем есть один нюанс – оно вам не знакомо. Сюрприз. Подарок. Тайна. Подвох. Обман. Предательство. Напряглись? Конечно.

Материнство бывает разное, милая. Тысячи, миллионы, миллиарды историй. Материнство разное, нет одного материнства, похожего на другое ни одним днём, ни одной минуткой. Это чудо из чудес, спустившееся с небес лично для вас. Представьте себе, что все эти женщины, ставшие матерями в разные времена, на разных концах земли, имеющие разный опыт, разную историю, встали в круг, взявшись за руки. Невероятный хоровод. У этих женщин нет табличек с надписями, как именно она проживает свое материнство. На ней не написано, болен ее ребенок или здоров. Мы про-

сто видим ее в этом круге, вместе со всеми, счастливых и несчастных, умерших в родах и живых, пострадавших и воспрямивших духом. Они стоят и приглашают вас в свой круг. Это не призыв, они не машут руками, не кричат, не зовут, не заставляют. Они просто стоят, каждая на своем месте. Они приглашают вас молча, без единого слова, самим своим присутствием, своим молчаливым согласием с тем, что жизнь должна продолжаться и продолжаем ее мы.

Не бойся, милая. Они все тоже боялись. Тоже стояли, оторопев в нерешительности: быть матерью или не быть. Но этот выбор ты делаешь не одна, милая. Этот выбор ты делаешь с миллионами других женщин.

А еще, милая, сама жизнь приходит тебе помочь сделать этот выбор. А еще приходят две судьбы помогать тебе, поддерживать, сопровождать – твоя судьба и судьба рожденного тобой ребенка. Я пишу тебе это, милая, чтобы ты знала, куда смотреть. Смотри на жизнь, только на нее и смотри.

Ребенок – это чудо для двоих

Я работаю психотерапевтом более семнадцати лет. Для меня очевидным образом любовь между мужчиной и женщиной – натура все больше исчезающая. О ней не говорят, не думают, на нее не надеются и в расчет не берут. Женщина ищет мужчину, мужчина – женщину, в лучшем случае чтобы строить отношения. Но может быть так, что они просто

тыкаются в процесс, не осознавая ни его смысла, ни его задач. Вы просто, наверное, должны быть вместе, а зачем и почему – вопрос исключенный.

Иногда женщина открытым текстом может сообщить самой себе о том, что мужчина нужен для облегчения финансовых тягот и житейских проблем, и она искренне недоумевает, почему очередь из желающих потратить на нее деньги или починить кран на кухне не выстраивается так быстро, как бы ей хотелось. Ведь все понятно, и ее представление о мужчинах заканчивается там же, где и начиналось: мужчина – это функция.

Когда это случилось, как произошло, как мы пропустили момент? Уже неважно, ибо есть то, что есть. А если женщина уже стоит в той точке, в которой время для материнства уже пришло, то мужчина должен трансформироваться из функции спонсорско-починяющий в функцию хорошо оплодотворяющий, где слово «хорошо» означает не его умелость в сексе, а правильные гены, гарантирующие женщине наличие здорового и красивого ребенка. Да-да, именно так – здорового и красивого. Причем, как только семя брошено, мужчина по собственной инициативе должен отправиться в спонсорство и починку.

Знаешь, милая, это слишком. Мужчина – не функция и даже не существо, которое поворачивает на вас голову и выполняет команды. Мы не размышляем об этом, но многие женщины забывают подумать о мужчине как о человеке,

снабженном чувствами, личным опытом, историей, страхами, возможностями, невозможностями, целями и мечтами. Для многих мужчина – существо сродни животному, которое телом или ушами, повернутыми в разные стороны, дает вам понять, что вы услышаны. Что набор его восприятия сведен к минимуму и даже примитивен и ограничен градацией «хорошо-плохо, нравится-не нравится». Женщина пытается контактировать с мужчиной именно на этом уровне, давая четкие команды, и по его реакции совершать следующую интервенцию в его адрес.

Милая, мы живем в своих клише, взятых извне, не обработанных и не прочувствованных, не прожитых, не пропущенных через критическое мышление. В лучшем случае у нас есть образ мужчины – отец. В худшем – несколько: отец, брат или братья. Есть еще одна фигура, которая «работает» на наше негативное восприятие – отчим. Я надеюсь, а точнее я уверена, что среди вас есть те, у кого были прекрасные отцы, классные братья и даже замечательные отчимы, которые порой бывают лучше некоторых отцов. Но есть среди нас и те, для кого эти образы стали катастрофическими, и во имя спасения мы решили сжечь мужчину внутри, как когда-то ведьм сжигали на кострах. Внутри нас – пепелище без единого намека на продолжение жизни.

Так ничего не выйдет, милая. У ребенка всегда два родителя: отец и мать, мама и папа.

Это целая Вселенная, врата в мир. Не бывает ворот из од-

ного столба. Не бывает арок из одной половинки. Не бывает мужчин без чувств, без истории, без его собственных мам и пап, без эмоций и пережитого. Мужчина тоже хочет быть отцом, ему тоже важны дети, он тоже хочет поделиться любовью. Ведь родительство – это не что иное, как желание передать любовь и жизнь дальше. Это первичный импульс, который чаще всего нами не осознается, и я пишу здесь об этом, милая, чтобы ты знала и помнила, что нет смысла произносить свои бесконечные «а если» (а если он не хочет, а если он не идет, а если он не чувствует, а если он не говорит, а если он не звонит, не приходит, не дает денег) до тех пор, пока не понято самое главное – вы встретились не случайно, это чудо.

Ребенок всегда был чудом и останется им навсегда.

Поэтому и нет рационального ответа «что, как, почему». Даже если он и она встретились на секунду, на пятнадцать минут и получился ребенок – это чудо. Не больше и не меньше. Без всяких рациональных объяснений. Либо ты поверишь в него, милая, либо нет. «Страдание больше, чем чудо», – говорит Берт Хеллингер. А потому мы по привычке пропускаем, пролетаем, обесцениваем и значимость, и величие ребенка, и родительства. Мне жаль, милая.

Глава 3

Где взять ребенка

Право женщины иметь ребенка законно, милая. Более того, оно законодательно закреплено. В развитых странах уже 30 лет назад были разработаны протоколы, как с помощью искусственного оплодотворения получить малыша. Не всегда здорового, не всегда подходящего, но физически реального ребенка. Ситуация изменилась. Сейчас процент патологий детей, родившихся в результате экстракорпорального оплодотворения, равен 1,5–3 процентам. Но речь пойдет не о цифрах, числах и процентах, милая. Речь о том, почему женщина не может забеременеть и родить естественным путем.

ЭКО

Женщина не может иметь ребенка. Значит, в ее организме что-то не так. Мы даже не будем уточнять, что именно. Большинство случаев, о которых мне как психотерапевту известно, сводятся к парам, где женщина здорова с точки зрения обычных функциональных вещей. Для здоровой беременности нам необходимы всего четыре компонента в наличии: яичники, трубы, матка и сперматозоид. Если у вас есть четыре компонента, то в принципе вы забеременеть можете.

Это факт.

Женщины изо всех сил пытаются это сделать физически, но с психологической точки зрения ничего не выходит. И тут, милая, начинается история про «что-то не так со мной, внутри меня в отношении ребенка, в отношении моего материнства».

Мы тревожимся, не понимаем и все равно интегрируем ребенка в свою систему искусственным путем.

Мы как будто закрываем на это глаза, игнорируем, не хотим туда смотреть, соприкасаться. Но факт остается фактом: внутри этой конкретной женщины есть что-то, что говорит ребенку «нет, нет, нет». И все же мы упорно интегрируем туда ребенка, независимо от совершенно очевидных телесных «нет». Физическое тело, приходящее в мир, должно иметь еще и дух, и душу. Новый человек должен быть развит определенным образом, для того чтобы функционировать самостоятельно.

Какое чувство запускает желание женщины стать матерью? Страх и паника. Страх и паника от того, что она может не успеть, что-то не произойдет, что-то не случится. А ведь ничего еще не происходит! Зачатие на ментальном уровне происходит за три месяца до того, как происходит зачатие физическое. Из какого чувства, что вами движет, что внутри вас говорит этому Да или Нет? Это имеет колоссальное значение, потому что материнство уже началось, когда женщина принимает решение о том, что она нуждается в конструк-

ции «Я и мой ребенок».

И вдруг возникает страх и паника, потому что ничего не получается. Как вам кажется, эта среда подходящая, чтобы сказать ребенку «я тебя жду», или нет? Ответ здесь очевиден, ибо он на поверхности, но об этом практически никто не говорит, милая. И зудящий над ухом гинеколог или репродуктолог со своим вечным «расслабьтесь, все получится» просто выводит из себя и заставляет еще больше напрячься. Женщина впадает в неистовство, закручивающее телесные и эмоциональные реакции.

Другой важный момент: беременность в процессе протокола ЭКО не равна – рожденный ребенок. Беременность может прерваться в любой момент, но протокол считается реализованным. Нет статистики, сколько, с какой попытки женщина эту беременность обретает. Это может быть и второй раз, и третий, и пятый, и седьмой, и даже девятый. Женщины в эмоциональном смысле неистовствуют, процесс походит на психическое нарушение, когда женщина уходит в процессность, а не в результат.

Врачи часто забывают, милая, что причиной отсутствия беременности могут быть психологические аспекты, и приглашают женщину на зачатие, как в театр. Вот она возможность, вот билет, который выписало тебе государство в виде квоты. Бери, пользуйся. И никому нет дела до того, почему тело восстает против функционального решения проблемы один раз, другой, третий, девятый. Как будто все дело в ме-

ханике, а не в психоэмоциональном блоке. И все равно женщина отправляет своего ребенка в ничто, в никуда, в неизвестность, за дверь, за которой нет ясности. Потому что в графе «причина незачатия» стоит неясный генез.

Очень важный момент. Женщина все-таки заходит на протокол ЭКО, эмбрионы получены, подсажены. Но беременность не наступает. Гинекологи говорят, что даже при самом чудесном протоколе, при всех условиях и при всем благополучии среды эмбрион не приживается. Что же такое происходит внутри женщины, что при наличии такой технологии, которая работает, которая подтвердила свои положительные результаты, зачатия не происходит? Снова, снова и снова.

Суррогатное материнство

Природа все продумала, милая. И не просто продумала, а даже просчитала. Она посчитала, сколько времени нужно на очеловечивание, сколько времени нужно, чтобы человеческая душа узнала человека и соединилась с телом. Это не быстро, милая. Это девять месяцев – важный срок для души, и как бы скептически мы ни относились к срокам, а точнее к душе, мы знаем, что это время прожить необходимо.

За девять месяцев будущая мать привыкает к идее о том, что она другая, что мир другой. И что кто-то другой для нее будет важнее, чем она для себя. Происходит не просто пере-

стройка организма, это настоящее превращение. Превращение женщины в мать.

Суррогатное материнство – часть жизни, мы считаем себя достаточно развитыми, чтобы добывать человеческие жизни, человеческие тела и человеческие души. Мы помогаем себе добыть полноценность, а с ней материнство как нечто подтверждающее эту полноценность. Но беременность, перенесенная в тело суррогатной, превращается во что-то пока недостаточно познанное.

Беременность, призванная подготовить женщину к материнству, по факту этого не делает, ибо у реальной, биологической матери ее беременность вынесена за рамки ее тела, сознания и работы души. А та, в чье тело на «аутсорсинг» эта работа передана – работа по научению быть матерью, – так ею и не станет. Получается прерванный незавершенный перепутанный процесс. И что бы кто ни говорил о прогрессе, естественный путь нарушается и не просто прерывается, а выворачивается наизнанку, милая.

Нам еще предстоит увидеть и услышать детей, родившихся от суррогатных матерей, когда они вырастут. Но мы увидим их и услышим только в том случае, если история их вынашивания не станет секретом и не будет превращена в молчаливое, невиданное доселе генетическое заболевание.

Мы привыкли констатировать, обнаруживать нечто и фиксировать статистику. Но где, когда и в связи с чем возникли предпосылки для этого заболевания, мы зачастую

предпочитаем не изучать. Ибо за ответами может скрываться стыд и вина. А за ними – спрятанная и неприглядная наша ответственность за подобные способы «раздать всем сестрам по серьгам».

Чего хочет избежать будущая мать, идущая на сделку с суррогатной матерью, понятно и объяснимо. А чего хочет получить суррогатная мать, изучено мало, ибо эти женщины не приходят к психотерапевтам обсудить морально-этический аспект происходящего.

Мы можем только догадываться о причинах и следствиях, и деньги тут совсем ни при чем! Беременность напрокат – это природное таинство, призванное научить нас контакту, прерванное, а точнее, заранее потерянное, похожее на акт садизма по отношению к биологической матери, к будущему ребенку и к себе.

Деторождение – божий промысел, милая. Так говорят в народе, приглашая нас в идею о том, что рукотворного в этом процессе мало или нет совсем. У Бога свой счет и свои правила, и лучшее, что мы можем сделать, это проследить, заметить, по какому принципу, на каких условиях, в связи с чем, как, кому и когда Бог дарует человеческое дитя.

Будь внимательной, милая. Смотри во все глаза, и ты увидишь, кто мать.

Приемные матери

Так устроено, что у человека есть одна мать и один отец. Мы привычным образом называем их биологическими. Ибо у нее яйцеклетка, а у него сперматозоид. При соединении двух важных компонентов появляется ребенок. Сегодня список расширился, милая, и мы посмотрим еще на одну графу из списка – приемные матери.

Марианна Франке Грикш утверждает, что приемная мать, говоря о себе как о матери, обманывает всех вокруг, ибо матерью она так и не стала. Это всегда с трудом переживается аудиторией, в которой выступает Марианна, т. к. нам не хочется слышать эту объективную правду, ведь женщина, желающая стать приемной матерью, надеется на это самое материнство. Она уверена, что станет матерью: приемной, но матерью. Что она как будто бы заменит ту самую мать, которая отказалась от своего материнства или по каким-то причинам реализовать его не смогла. Но правда в том, что мать останется матерью на веки вечные и без своего ребенка. Так же, как и ее ребенок останется ее ребенком навсегда.

В системной терапии, исследующей внутрисистемные связи, мы часто сталкиваемся со странностями, болезнями, эмоциональными затруднениями, причиной которых стало то, что ребенок был интегрирован в чужую семью под видом своего, и эта интеграция стала тайной.

Если мы откатимся во времени назад лет эдак на сто, то мы увидим достаточно типичную практику отдавания или даже продавания ребенка в другую семью. Это делали ради жизни, милая, ибо прокормить 14 детей в деревне было порой просто невозможно. Нескольких – одного, двух или даже трех – могли отдать или продать в город, дабы спасти жизнь и себе, и семье. Бездетные городские семьи с удовольствием шли на эту сделку, и она, сделка, устраивала обе стороны в равной степени. Приемная семья давала купленному ребенку свое имя, отчество, фамилию. С этого момента интегрированный в чужую систему ребенок становился якобы ИХ. Слово «якобы» я бы подчеркнула, потому что по факту ИХ он не становился. Смена места, фамилии и даже имени не меняет нашу принадлежность к роду и племени, к которому мы относимся по факту своего рождения.

Никто и никогда, никто и никогда не изменит внутриклеточных структур, состав крови, на которые записано наше родство. А потому приемная мать – это важное прибежище, пристанище, которое помогает ребенку выжить в ту пору, пока его родная мать это выживание обеспечить не может. Глубокая суть этих отношений, милая, – это не отношения между приемным ребенком и приемной матерью, а глубокие, истинные и осознанные отношения между приемной матерью и биологической матерью.

Очень часто в расстановке я ставлю их друг напротив друга, даже если они никогда не знакомились или мать умерла,

или пропала без вести. Из уст приемной матери ради продолжающейся жизни должны прозвучать слова, адресованные биологической матери: «Я делаю все это для тебя». Именно так. А дальше следует склонить голову перед биологической матерью, и неважно, как социально выглядит их жизнь. Благодарность ей должна быть выражена очевидным образом, за то, что материнство здесь, и сейчас с ее ребенком можешь проживать и ты.

Это сложно, милая, иногда слишком сложно. Иногда до невозможности. Невозможность – это всего лишь отношение. А жизнь течет, любовь течет, несмотря на то, как мы относимся к ним. Марианна считает честным и помогающим в отношении к ребенку предоставить ему полную и правдивую информацию о родной матери и родном отце, добыть их фото и повесить в спальне ребенка. И тогда все встанет на свои места: отец с матерью, которые есть у малыша, их невозможность быть с ним, чем бы она ни была вызвана; ты как приемная мать и твоя невозможность быть матерью, твоя благодарность за их невозможность. А еще в этой линии будет стоять любовь: твоя любовь, которая заставила тебя сделать все это, выдерживать, понимать, такая простая и такая естественная любовь женщины к ребенку, которой она хочет поделиться.

И все вдруг станет таким простым и понятным: вот твоя мама, вот твой папа, вот я, вот моя любовь для тебя и для них. Я здесь, потому что я могу, а они там, потому

что они не могут. Вот и все, ни больше, ни меньше.

Приемное материнство, милая, это признать все как есть. Признать материнство таким, какое оно есть. Таким особенным, непростым. А когда придет время, выросший благодаря тебе ребенок отправится к своей матери, помня о том, что движение это смог он сделать благодаря тебе.

Подсадка замороженного эмбриона

Жизнь бывает такой трудной, милая, что задача матерей во все времена сводится к обману ребенка в том, как она – жизнь – прекрасна. Все матери на всей земле врут своим детям о хорошесть жизни. Давай, давай, – говорят они, – учись, иди, делай! Матери креативны в поисках форм и способов. Если жизнь так прекрасна, как мы думаем о ней, ее стоит непременно продолжать. В нас заложено это течение, движение и продолжение. Это естественно, и мы сделаны так, чтобы течение и продолжение происходило. Мы рождаемся будущими матерями.

С самого начала, оказавшись снаружи, выйдя из утробы матери, наши органы уже сформированы, чтобы материнство было возможно. Мы играем в дочки-матери – ведь это так естественно, и даже если нас никто не будет учить быть матерями, мы все равно ими станем. Даже если все вокруг замолчат, мы будем знать, что впереди нас ждет материнство. Мы можем хотеть его или не хотеть, милая, но оно как

фантом, как возможность и вероятность стоит на нашем пути неизменно и однозначно.

Чем сложнее жизнь, чем больше внешних факторов убеждает нас, что жизнь трудна, тем менее мы готовы смотреть на ее продолжение, тем менее мы хотим двигаться по привычной тропинке, мы все более хотим обойти и изменить существующее положение дел. Мы хотим сбежать и избежать.

Много лет занимаясь вопросами онкологических заболеваний, я постоянно сталкиваюсь с тем, что дети, переживающие онкологию, подвергнутые химии и лучевой терапии, имеют риски по фертильности: ученые не могут дать гарантии, что после столь агрессивной терапии они смогут иметь детей. У этих малышей есть возможность заморозить яйцеклетки. К слову сказать, и сперму тоже. Да-да, у этих трех-, десятилетних детей. И вот замороженные клетки лежат в замороженном виде все эти годы ради того, чтобы однажды дать возможность выросшей девочке стать матерью.

С самого начала все идеи ЭКО были идеями гуманизма, милая. Да, это гуманизм – дать шанс и возможность. Наука всегда следовала за ними, ибо мы – человечество, и человеческое побуждает нас принимать такие решения. Но у любой медали две стороны, и в этой главе я буду говорить не о матерях, милая, а о замороженных детях. Я об идеях гуманизма, которые начинаются и заканчиваются с потребностями будущей матери, но игнорируются там, где речь идет о ребенке.

Безусловно, наличие сознания и мышления во многом делает человека человеком, но он не только это. Вот одно важное наблюдение из моей практики, над которым я размышляю и которое заставляет меня не бросать работу и эту идею вот уже несколько лет.

Внутри человеческой ДНК есть теломеры. Теломеры отвечают за продолжительность жизни, и с момента рождения человека они начинают укорачиваться, ибо укороченный теломер отражает время, прожитое человеком время. Многих ученых занимает идея теломеров, и они ищут волшебный способ не дать теломерам укорачиваться. Идея проста: ведь если не будет укорачиваться теломер, время жизни не будет сокращаться.

До этого пока далеко, но есть нечто, на что стоит обратить внимание, и я уж точно обратила. Укороченный теломер – это генетическое заболевание, и мы наблюдаем детей, рожденных с укороченным теломером. Объединив всю информацию, которую я имею на сегодняшний день, могу предположить, что замороженный эмбрион живет в таком виде, ибо ребенок, рожденный таким образом, появляется на свет с укороченным теломером.

Если мы представим, что ребенок, как эмбрион, находился в заморозке 10 лет, то с точки зрения теломера продолжительности жизни и всего остального, что с этим связано, он рождается 9-летним, уже прожив 9 лет. А если представить, что эмбрион замораживается у девочки в 3-летнем возрасте

и она решит разморозить его через 30 лет, то это будет означать, что родившийся ребенок будет иметь теломер, укороченный на 29 лет.

Однажды ко мне пришла клиентка, забеременевшая «благодаря» новейшим способам оплодотворения. Биоматериал был ни ее, ни мужа. Это тот самый новый термин, к которому нам предстоит привыкать. Это был усыновленный эмбрион. Яйцеклетка и сперматозоид принадлежат другим людям, о которых они ничего не знают. Готовый эмбрион, который ждал своего часа в замороженном виде. Каждая женщина, кто идет на ЭКО, замораживает несколько эмбрионов – от одного до пяти. Родив двоих из пяти, по правилам, она должна утилизировать остальных. Или по новым нормам – продать. Той паре, у которых нет возможности полноценно совершить процедуру экстракорпорального оплодотворения.

Да-да, это дети, усыновленные без имени и фамилии, без знания о родной матери. Хочется побыть на время писателем-фантастом и предположить, что будет лет через пятьдесят, когда эти братья и сестры, не знающие о своем родстве, создадут пары, родят детей. Риск кровосмешения, от которого человечество уходило не одно столетие, наблюдая и делая неприятные выводы о том, что родственные связи влекут за собой патологию и смерть. И мы рискуем снова вернуться к этому, только смыв и растерев в порошок малейшие способы доказать или проследить эту связанность.

Но я не писатель-фантаст, милая. Я психотерапевт, а по-

тому продолжу историю про клиентку, усыновившую эмбрион. Когда ребенок родился, именно в этот момент пришло осознание: что же мы наделали! Ребенок родился с генетическим заболеванием, укороченным теломером, и со слов матери он словно бы начал двигаться «обратно в смерть».

Мы хотим поделиться любовью, это вшито в ДНК рода человеческого, но у всего есть цена и последствия, а значит, нам стоит хорошенько подумать, что поделаться с нашим решением и во что оно превратится для нас и для тех, для кого мы его приняли.

Но они уже здесь. Все эти дети уже здесь. Все, кто рожден при помощи ЭКО, у суррогатной матери, воспитанный в приемной семье. Уже здесь те, кто пролежал замороженным 5,7,10 и более лет (срок хранения эмбриона по закону составляет 24 года). Все они уже здесь. Мы все здесь.

Мир успел измениться, пока мы размышляли о нем. Будущее уже перед нами, а точнее – границы перехода в это будущее уже позади. Мы их перешли не заметив, ибо были напуганы и заняты собой. Пришло время осмотреться в этом новом мире и познакомиться с новым собой, с новыми друзьями и новым миром.

Глава 4

Забеременеть, выносить и родить как искаженная идея восприятия действительности

Забеременеть, выносить и родить. Забеременеть, выносить и родить. Забеременеть, выносить и родить. Это мантра или молитва, или уже поговорка, или некий тайный ключ, а может быть, заклинание, повторяя которое женщина надеется получить желаемое. Каким бы смыслом ни были наделены эти слова, в них есть проблема: она начинается именно с этой мысли. Задача выглядит в точности так: забеременеть, выносить и родить. Словно бы на этом все заканчивается. Нужно просто пройти по этому лабиринту и, угадав все слова, выйти из него, отряхнувшись и расчесав волосы, отправиться по своим делам. Ведь нужно всего лишь забеременеть, выносить и родить!

Это не про материнство, милая. Это про иллюзию, ибо матери знают, что на забеременеть, выносить и родить все не заканчивается, а только начинается. И то, как это начнется, конечно же, зависит от трех заветных слов: забеременеть, выносить и родить. Но только отчасти. Это даже не половина всего предстоящего. Это предсостояние.

Но женщины не хотят смотреть дальше – это страшно

и непонятно. Страшно, потому что непонятно, или просто страшно – уже не имеет значения.

В какой момент материнство отвалилось, как хвост у ящерицы? В какой момент оно перестало быть значимым и нужным? Наверное, нам не дано узнать. Мы можем лишь строить психологические гипотезы о том, как трудно жить, как периоды нестабильности создают внутри нас гипернапряжение и неуверенность в завтрашнем дне. Мы напуганы, обездвижены, и это не самое лучшее состояние, из которого мы в состоянии передавать жизнь и любовь. Нам не хочется выходить из дома, у нас нет сил на самих себя, и дети превращаются в обузу, проблему, раздражитель.

Однажды в Германии я участвовала в упражнении про ВОВ. Группу вел Дан ван Кампенхаут. Участвовали немцы и русские. Первых было больше раза в три. Упражнение состояло в том, чтобы представить, кем бы ты был во время войны – взрослым или ребенком. Понятное дело, что мы там не были, но мы знаем про войну, ведь там были наши предки. Мой папа родился в Белоруссии в 1940 году, и я встала туда, где стояли дети во время войны. Мы замерли и ждали, что сделают или скажут взрослые. Реакция взрослых поразила нас как наблюдателей, как детей во время войны и тех взрослых, которые вынуждены были идти на войну. Дети их раздражали. А точнее – дети мешали им, ведь взрослый не может уйти, последовав за своим импульсом, пока ребенок, стоящий перед ним, плачет.

Мы хотим бежать, но не можем. Мы хотим отряхнуть детей с себя, но не можем. Мы хотим превращения, невероятного превращения из родителей в неродителей, как только за окном появляется беда. Беда велит нам бежать и прятаться, и дети мешают нам, ибо их не спрятать, не собрать так быстро, как хотелось бы, и не увезти. Беда велит нам действовать, воевать, работать в тысячу раз интенсивнее. Но мы не можем оставить детей. Мы не можем оставить детей в этой опасности. Каждый раз, когда взрослым нужно решать, дети влияют на это решение – молча и неизменно влияют. Чем меньше ребенок, тем сильнее влияние. Мы не в состоянии их отряхнуть, мы не можем их смыть с себя, отлепить, ведь мы родители, а они наши дети, и это навсегда.

При разводе родители не вольны и не свободны в принятии решений, т. к. это решение не за одну жизнь, а за две, а иногда за три и более жизней. Есть те, кто пытается разорвать незримую связь, удерживающую нас поблизости друг от друга. Есть матери, которые оставляют своих детей, есть те, кто уходит не оборачиваясь. У таких историй будут последствия. Они как круги на воде – большие и продолжительные. Не одно поколение будет смотреть на мать, принимающую решения в одиночестве.

Материнство это навсегда, милая.

Оно не похоже на работу, на которую ты приходишь, поглядывая на часы и размышляя о том, что ты будешь делать, когда работа закончится. Это не долг, который ты призвана

выполнить и получить хорошую оценку от мамы или признание окружающих. Это не соревнование, где выдают медали за лучший вариант проживания материнства, где ты соревнуешься с собственной матерью, сестрой или младшим братом. Материнство – это не таблетка, приносящая тебе счастье. Материнство – это не клей, позволяющий удержать мужчину. Материнство – это твоя превращенная жизнь.

Да, волшебным образом превращенная, милая. Из одной девической твоя жизнь превращается в другую – материнскую. У волшебства нет обратного действия. Нет заклинания, способного расколдовать тебя и все вернуть на круги своя. Это особое превращение, без обратного билета домой, в тебя другую, в тебя новую, в тебя важную, важную для Жизни. Только тогда, когда жизнь важна для тебя, ты важна для жизни. Когда ты не играешь в нее, как в игру, не боишься ее, жизнь ответит тебе взаимностью, милая. Раз ты любишь жизнь, раз ты в контакте с ней, жизнь сотворит чудо – ты станешь творцом еще одной жизни. Со всей силой этого действия.

Однако сила – это всегда страшно. Подарить жизнь – это всегда страшно. Потому что вместе с жизнью мы дарим и смерть. Вилфрид де Филипп говорит: «Получая жизнь, мы получаем и смерть». Каждая женщина по отношению к своему ребенку испытывает два чувства: любовь и вину. Вину за то, что она дарит ему билет в жизнь, которая непременно будет трудна. Мать знает это. Любая мать знает, что ребенок

проживет свои болезни, встречи и расставания, предательства и любовь, войны и катаклизмы, страх и ужас. Мать рождает ребенка в мир, где есть насилие, убийства, катастрофы. Мать знает это и рождает все равно. Из любви. В этом акте материнства любви явно больше. Больше, чем вины. Пусть так и остается, милая. Пусть так и остается навсегда.

Забеременеть

Мы хотим сделать беременность действием бессознательным. Пусть все происходит само, как в Библии и в истории с непорочным зачатием. Нам нравится идея о том, что можно стать беременной без совокупления. Что это приятный сон без нашей ответственности, нашего выбора и решения. Но мать Иисуса Христа, скорее, нонсенс, исключение, а не правило. А мы женщины земные, и наши беременности наступают тогда, когда мы того пожелали.

Беременность – акт максимальной осознанности, хотя в тысячах историй моих клиентов я слышала эти многочисленные попытки рассказать мне о случайностях, совпадениях и безучастности в «процессе». Так получилось, говорим мы, как будто бы передавая ответственность случаю, разорвавшемуся презервативу, алкоголю или беспамятству. Но беременность происходит тогда, когда мы решили забеременеть, ибо если мы этого не решили, беременность не наступает, и любая женщина на свете прекрасно знает, как сделать

так, чтобы ни одна муха не пролетела. Чтобы свести к нулю все случайности и теории вероятностей.

У беременности есть еще важный момент: в дальней кладовке сознания женщины есть истинная надежда на случай, на судьбу: пусть будет как будет. Если удастся забеременеть, я рожу, а нет – так нет. Мы не хотим идти туда сознательно, отдавая себе отчет в принятом решении. Нам проще размыть эту ответственность: если получится – хорошо, но сама я туда не пойду. Чаще всего это касается второго ребенка, ведь туда идти гораздо сложнее, зная историю с первым. Нам страшно. Это как прыгать с парашютом, зная, что испуг непременно случится. А вот если само, то ладно.

«Опьянение», анестезия, чтобы сказать, если будет нужно: «Я здесь ни при чем»». А потом рассказывать истории и легенды о неслучайных случайностях. Нам трудно брать ответственность за свое сексуальное желание, за истинные потребности и за материнство в том числе.

Беременность не происходит случайно, даже если это обустроено так, как будто бы все произошло само. Это лишь означает, что не только судьбе было угодно, чтобы у этого мужчины и этой женщины появился ребенок, но и вам – ВАМ ЛИЧНО, вам это угодно. Это стоит признать. Вообще, все стоит признавать, милая. Признание жизни дает расслабление, а согласие с ней – возможность ее продолжать. Беременность наступила, потому что я хотела, и одному Богу было известно, как сильно. Бог исполняет наши желания, но

только истинные, те, что от души, а не от головы, милая. Нам важно признать, с кем и зачем мы хотим родить ребенка. Не менее важно признать, что мы его НЕ хотим, но сейчас не об этом.

ВЫНОСИТЬ

Забеременеть – это не все, а только начало. Тест на беременность – это не проверка, подтверждающая зачатие, это тест на «слабо». Жизнь проводит контрольную работу на готовность к переходу и превращению. Она тестирует нас в том, готовы ли мы умножить надвое все, что было, что есть и что будет.

Работая с темой денег, клиенты часто озвучивают потребность в расширении и масштабировании. Масштабируя деньги, мы масштабируем и усталость, работу усилия, ответственность. Мы масштабируем стресс. Так и в материнстве: появившийся ребенок масштабирует ВСЕ. Беременность остается, закрепляется и продолжается тогда, когда тест на «слабо» пройден. Кто тот экзаменатор? – спросите вы. Кто тот тестирующий, проверяющий? Нам хочется второпях сказать, что это Бог или кто-то из его компании. Мы привыкли делать Бога надзирателем, но это не он. Это ты, милая, только из будущего.

Да, так странно, ведь в «здесь и сейчас» нас трое: я из «здесь и теперь», та, что находится в этом времени, в акту-

альном, в нынешнем, думает, решает, делает; та, из прошлого, которой тоже много в «здесь и сейчас», ведь все мысли, реакции, страхи, воспоминания – все оттуда, словно бы мы держимся за руки – я нынешняя и я вчерашняя; еще одна я: я из будущего, та, о которой ты думаешь каждый день, фантазируя и мечтая, рисуя реалистичные и нереалистичные картинки бесконечного счастья или вселенского апокалипсиса. Мы стоим втроем, милая. Вне всяких законов и вне всяких правил, держа за руку себя из прошлого и себя из будущего. Именно та, что из будущего, и предлагает тебе тест на беременность, как тест на «слабо». Из любви к тебе. Она уже знает, что будет, ей уже известен план, а потому время для упражнения.

Практическая часть. Упражнение 3

Закройте глаза, сядьте поудобнее, усядьтесь на пол, если вас ничего не удерживает и не смущает. Вам должно быть удобно и тепло. Теперь, когда вам достаточно хорошо, закройте глаза. Представьте перед собой фигуру, которая стоит лицом к вам, и еще одну, которая стоит за вашей спиной, положив руки на плечи. Сзади вас – это вы в прошлом, перед вами – это вы из будущего. Она уже знает, как все будет, милая. Все уже случилось, все произошло.

Просто смотрите друг на друга. Ощутите себя в контакте физическом и эмоциональном. Вы

встретились в этой точке не для того, чтобы заглянуть в хрустальный шар и узнать сакральное. Вы встретились в этой точке, чтобы почувствовать себя в Жизни и во времени. У вас есть место во времени, и у ребенка тоже оно есть. Побудьте в контакте еще немного, рассмотрите свое будущее, запомните, насладитесь. Ощутите у себя за спиной поддержку, тепло и физическое взаимодействие. Контакт всегда удастся, и когда вам будет достаточно этого контакта с прошлым и будущим, открывайте глаза и возвращайтесь в свое сейчас.

Родить

Родить – это действие, не менее осознанное, чем забеременеть. Оно окружено легендами, мифами и фантазиями. Из этой точки нам тоже хочется деть куда-то сознание и мышление. Мы сжимаемся и разжимаемся, ибо акт волшебства и превращения происходит именно в этот момент со всей своей квантовой интенсивностью: вот-вот, сейчас прошлое станет будущим, вот-вот, сейчас дверь откроется и закроется навсегда. Говоря «да» своему материнству, мы говорим «нет» всему тому, чему пришло время завершиться. Это не хорошо и не плохо – это естественно, очень по-человечески, и нет смысла хвататься за уходящее, ибо оно нам больше и впрямь ни к чему, милая.

Рождается ребенок, и в ту же секунду рождается мать.

Они рождаются вдвоем, чтобы начать расставаться.

Процесс родов бывает очень разный. Тысячи, миллионы, нет, миллиарды разных историй того, как рождается человек. Конечно, есть правила, с таким количеством детей в человеческой истории все закономерности обнаружены и превращены в родовспоможение. Неважно, речь о медицине или легенде, или рассказе прабабушки о том, как это было у нее. Ребенок рождается каким-то нам уже понятным и даже привычным образом. В этом процессе есть рождающаяся мать, рождающийся ребенок, сам процесс, жизнь и смерть. Пятеро незримо присутствуют.

Однажды я участвовала в упражнении, где женщина, мечтающая о материнстве, говорила о невозможности забеременеть: в ее роду когда-то в прошлом были истории женщин со смертью в родах ребенка, и были истории женщин со смертью в родах матери. В той группе участвовало 95 человек, все встали в круг для нее, каждая из нас олицетворяла фигуру разных родов: счастливых и несчастливых, радужных и не очень, болезненных и травматических, тяжелых для матери или младенца, тех, что закончились жизнью, тех, что закончились инвалидностью, и тех, что закончились смертью.

Нет никаких правильных родов. Нет никакого правильного материнства. Есть твои роды, милая, и твое материнство. Выбирай.

Нам нужно признать эту разность, непохожесть, признать эти риски. Как всегда повторял Берт Хеллингер: «Мать все-

гда рискует жизнью, рожая ребенка. Всегда». Принимая решение о материнстве, мать принимает решение об этом риске, о согласии с ним. Она не думает об этом специально, не пишет в дневник и даже не говорит об этом с подругами. Но об этом риске знает ее тело, знает ее душа и дух. И все же женщина совершает свой выбор сама по себе, и только судьба издали наблюдает за тем, как ее план реализован.

Глава 5

Убеждения матери/мифы о понятии беременность

Материнство – это вшитая программа, милая. Девочка рождается матерью, с момента половой идентификации мы обнаруживаем в себе все необходимое для того, чтобы это самое материнство реализовать. Наше тело предназначено для материнства с самого начала. Но не только тело знает, что будет матерью. Разум тоже обсуждает идеи с телом. И чувства тоже участвуют в этом процессе.

На каком-то самом глубинном уровне – изначальном, первичном – у нас есть представление о том, что будет происходить. Психологи выделяют четыре важных убеждения, на которые женщина опирается на пути к своему материнству, но каждое из них может стать и препятствием на этой дороге.

Первое представление, которое есть у каждой женщины: как ребенок должен быть зачат. Да-да, милая, минуя сознание, эта программа уже существует внутри каждой из нас. Это могут быть картинки или образы, конкретные мысли, слова матери или бабушки, что-то произнесенное и адресованное лично тебе, а может быть что-то увиденное, ведь мы смотрим на своих родственников, их жизнь, их истории, на-

блюдаем друг за другом, встречаясь за праздничным столом. в гостях или на похоронах. Мы обсуждаем, как и кто живет в нашей семье, обсуждаем тех, кто к нашей семье не относится, тех других, которые живут по другим правилам, о которых мы не знаем или не хотим знать. Так складывается представление о том, что такое хорошо и что такое плохо.

Одно из типичных представлений о зачатии есть у каждой женщины на свете. Сейчас оно все больше уходит в небытие, но я все же упомяну его в книге, потому что на внутреннем уровне это все еще имеет колоссальное значение.

По любви. Зачатие должно быть по любви. Мы можем не понимать, о чем идет речь, или не следовать слово в слово этому посланию матери, можем даже злиться, что такое послание существует. Например, потому, что мать сделала все совсем по-другому и родила вас вовсе не по любви, и ее брак был без любви, достаточно странным. Но мы откуда-то знаем, что надо по любви, что правильно – по любви. И когда происходит не так, мы напрягаемся и отрицаем.

Это препятствие, о которое мы спотыкаемся и не можем идти дальше, милая. Само по себе блокирующее убеждение тяжело или плохо тем, что мы как будто бы в западне, мы уперлись в непреодолимое препятствие. Дальнейшие чувства не обрабатываются, мы не можем переживать или грустить, мы ничего не можем, ибо столкнулись с тем, что преодолеть почти невозможно – нарушением первичных представлений. Словно они – трафарет или идеал, некая особая

форма, с которой нужно сравнивать все события в жизни; это правила, которым нужно соответствовать, а если нет – то нужно себя наказывать или как минимум ругать.

Блокирующие убеждения тяжелы еще и тем, милая, что остановка может быть долгой, мы не выпускаем чувства наружу, не смотрим на них, не реагируем на события, ибо мы смотрим только на несоответствия. У всего человечества и всех женщин есть для этого подходящая фраза: «Так быть не должно, этого не должно было случиться со мной. Не должно, не должно, не должно». И если вам знакомо это столкновение с событиями, которых, на ваш взгляд, не должно было случиться, есть волшебный ключ, который я и предложу вам в книге, открывающий железную дверь и позволяющий чувствам течь дальше. Его произносил Берт Хеллингер довольно часто, когда сталкивался с историями клиентов, когда было очень сложно что-то воспринять и пережить. Элементарный ключ, фраза, она похожа на таблетку или волшебную палочку, и выглядит это так:

**И ТАК ТОЖЕ БЫВАЕТ. И ТАК ТОЖЕ БЫВАЕТ. И
ТАК ТОЖЕ БЫВАЕТ**

Произнесите это вслух, послушайте себя, не торопясь, выговаривая каждое слово: и так тоже бывает. Заметьте расслабление, которое появляется в теле, заметьте возможность событию вытекать из тюрьмы, из западни, в которую вы сами посадили себя, решив, что такого не могло случиться.

Бывает по-всякому. Зачатие случается и не по любви. Так

бывает, милая. Зачатие случается от страха или от идеи, что так нужно и правильно. А еще зачатие случается от изнасилования, от последнего шанса, от желания отомстить маме или, наоборот, потому что мама хотела или просила. А еще зачатия нужны, чтобы быть хорошей девочкой. А еще зачатия случаются, потому что мы не подумали. А еще потому что судьбе было угодно, потому что это чудо из чудес – самое настоящее. И мы стоим перед дверью, на которой написано «так быть не должно» или на которой написано «этого точно не должно было случиться со мной», и не знаем в этот момент, что перед нами явлено ЧУДО.

Иногда я говорю своим клиентам в терапии, что то, как они появились на свет – настоящее чудо, и здесь не имеет смысла обсуждать, кто кого хотел или не хотел, кто что и кому говорил, кто был «за», а кто «против»; здесь не важно, что все правила и законы нарушены, здесь ничего не важно.

Важно только то, что ребенок появился на свет. Появился вопреки всем и всему, появился вопреки здравому смыслу, но появился же! А значит – это чудо. Мы будем констатировать его, замечать и радоваться. И тогда вдруг мы увидим, что мы на свободе.

Итак, зачатие может быть каким угодно. Если бы вы тоже писали эту книгу вместе со мной, вы бы изложили историю своего зачатия, историю вашей семьи, как у вас на свет появлялись дети. Если мы посмотрим на историю нашего народа, традиции и правила, дети просто появлялись на свет, по-

тому что это было правильно, без всяких объяснений и специальных поводов, потому что жизнь продолжается, и наши предки хорошо это знали. Жизнь должна продолжаться, и они продолжали ее.

Предки соотносили зачатие с природным циклом. Женщина была землей, мужчина – сеятелем, идущим по пашне, бросающим семена в землю. Он знал, что делает важную работу – продолжает жизнь. Семена взойдут, будет хлеб, а значит, жизнь будет продолжаться. Так и женщина, как земля, принимала мужское семя, чтобы жизнь шла своим чередом. Физиологически процесс зачатия не изменился, он преобразовался эмоционально и ментально, потому что даже любовь была интегрирована в отношения гораздо позже.

Сначала была только жизнь. Она была ценнее всех и всего. Ее, именно ее – жизнь – нужно было сохранять и идти дальше. Потом появилась любовь и новые правила. Сейчас мы пишем новую историю зачатий, ибо живем во времена, когда ни любовь, ни мужчина в зачатии могут не участвовать. Но где-то внутри себя мы храним представление о зачатии, и контакт с этим представлением может помогать нам, милая, а может мешать. И так тоже бывает!

Практическая часть. Упражнение 4

Выпишите на листок свое первичное представление о зачатии. Что вы знаете об этом, что считаете

правильным. Выпишите только то, что с вами давно и является основой основ. Следующим этапом проанализируйте, откуда это представление взялось. Выше я писала возможные варианты: история семьи, послание мамы и т. д. Следующим шагом опишите реальность, то, что есть у вас, даже если никакого зачатия еще не было. Так и напишите: в моей реальности никакого зачатия не было. А потом произнесите ключ «и так тоже бывает».

Следующим этапом выпишите свои чувства к своему представлению о зачатии. Например, оно вас раздражает, пугает, злит, быть может, вызывает восхищение, трепет, желание подражать. Выдайте свой вариант. А теперь напишите свои чувства к тому зачатию, которое с вами произошло, если вы уже успели стать матерью, или к тому, если зачатия еще не было. Сравните несоответствия и соответствия ваших представлений. Заметьте, сложно ли писать чувства к тому, что «здесь и сейчас», или к тому, что ваше зачатие было «неидеальным». Самое главное в упражнении – добраться до чувств к тому, что есть, а не к тому, что должно было быть, не к тому, что не вышло, как относятся к этому другие, – а к тому, что есть, есть у вас. Какое оно, ваше зачатие, какое оно для вас.

Как должна выглядеть беременность

Некоторые считают, милая, что зачатие – это не этап. Или

наоборот, их интересует только зачатие: как, где, с кем и при каких обстоятельствах. А некоторые вообще не думают, что зачатие существует, они сразу думают о беременности и родах. Но мы с тобой, милая, пойдем по порядку. Сначала зачатие, потом беременность.

О беременности у нас тоже есть свое представление или множество представлений. Мы точно так же, как и с зачатием, смотрим на историю матери или на истории кого-то из родственников, они определяют наше отношение к беременности в целом и к себе самой в этом процессе. Каждая женщина расскажет вам, как это должно быть и как быть не должно. У всех есть свои нюансы, подробности и детали.

Однако есть одно неизменное правило, то самое представление и убеждение, железобетонное знание о беременности, которое есть у всех женщин на планете Земля. А знание это выглядит так: ребенок должен родиться через 9 месяцев. Те самые общеизвестные 40 недель – как ни странно, пресловутое убеждение, иногда блокирующее, иногда лишшающее, а иногда даже делающее невозможным материнство. Я имею в виду рождение ребенка на другом сроке. Мы все знаем эти случаи, их тысячи, миллионы, когда ребенок рождается чуть раньше или чуть позже, или родовая деятельность начинается значительно раньше срока, в котором мы так убеждены. В этот момент непохожесть, несоответствие превращают процесс в невообразимо тяжелый. Так быть не должно! Так не должно быть со мной! Этого не может быть! Я не здесь. Я не

в родах. Меня нет. Не родись сейчас. Не родись. Не родись. Не родись.

Наше представление о том, как должно быть, встает на пути происходящего «здесь и сейчас» на самом деле. Ментальная конструкция сдерживает физиологический процесс гораздо сильнее, чем может показаться на первый взгляд. Множество моих клиентов пытались остановить время и родовую деятельность усилием собственной воли. Нам снова нужен ключ, чтобы примириться с произошедшим, дать ему место и наконец-то эмоционально отреагировать. Отреагировать не на то, что пошло не по плану, а на то, что в итоге пришло. И так тоже бывает!

Бывает, что ребенок рождается на седьмом месяце или на восьмом. Бывает, и на шестом. Бывает экстренное кесарево, бывает реанимация для ребенка, бывает реанимация для матери, бывает реанимация для обоих. Бывает, смерть совсем рядом. Бывает борьба, бывает молитва, и чудеса бывают. Бывает, что бог слышит и внемлет, а бывает, что не слышит. И так, как у вас, тоже бывает.

После экстремальной ситуации беременность может продолжаться, а может – и нет. Бывает выкидыш на раннем сроке, а бывает – на большом. Бывает замершая беременность, а бывает патология ребенка, обнаруженная на раннем сроке. По-всякому бывает. Беременность длится девять месяцев, но бывает, что и нет. Есть беременность длиною в пять месяцев или в шесть. Бывает беременность легкая и есте-

ственная, понятная, лишь немного тревожная, а бывает беременность, превращенная в ад.

Нам важно никак ее себе не представлять: чем меньше блокирующих убеждений и внутренних картинок – тем лучше, милая. В этом случае чувства свободны, и мы можем реагировать на то, что есть на самом деле, а не только в нашей голове. В некоторых представлениях о беременности есть токсикоз. Представление выглядит так, что женщина уверена в его наличии и при наступлении беременности даже ждет его. Но токсикоз – необязательная опция. Он возникает в начале, ибо организм еще не решил, что сказать будущему материнству – да или нет. Тошнота с точки зрения психосоматики – наше НЕТ. Нет, которое мы говорим своим телом будущему материнству. Мы не можем произнести ртом, ибо это невозможно, ведь яжемаТЬ, я уже почти мать, я хотела этой беременности и этого ребенка. Наше «нет» вполне естественно. Можно заметить его, разглядеть, не прогоняя и не злясь.

У нас есть наше «нет». Оно может быть адресовано не ребенку, не материнству, а мужчине, страху или чему-то, что вас беспокоит. Стоит задать себе вопрос: «Чему я говорю «нет» будучи беременной?» Попробовать произнести это вслух: я говорю «нет» своему страху, что с ребенком что-то будет не так. Произнесите, послушайте. Усиливается ли токсикоз или наоборот уменьшается? В любом случае повторите еще раз. Как будто бы причина вашего страха сто-

ит перед вами и вы можете с ней говорить. Говорите, говорите вслух. Все, что вынесено наружу, приносит облегчение. Всегда. Помните об этом. Возможно, вы что-то обнаружите в этом диалоге, у вас появится повод поговорить с близкими, возможно, вам будет достаточно поговорить с собой. Это всегда хорошо и полезно – слышать себя, замечать себя, быть в контакте со своими чувствами и иметь возможность говорить с собой вслух.

Еще фантазируя о беременности, милая, мы можем лелеять идею о том, как мужчина и окружающие должны вести себя с вами: мама, папа, муж, другие дети. Будет неплохо, если вы сделаете эти мысли очевидными: что вы хотели, как мечтали, как надеялись. Это можно тоже выписать или просто проговорить. Когда слова будут выговариваться, вы поймете, насколько эти мысли реалистичны, насколько то, о чем вы мечтали, вообще возможно или невозможно вовсе. Может быть это даже прозвучит как бред или галлюцинация. Заметьте это. Не выставляйте себе оценок и не ругайте себя, просто заметьте, что возможно, а что нет. Может быть, от чего-то пришло время отказаться, просто потому, что вы повзрослели, или реальность теперь интересуется вас больше, чем нереальность.

Это не хорошо и не плохо, это очень естественно и повзрослому – пересматривать свои представления, менять их в течение жизни. Это похоже на аудит или ревизию внутренних мыслей и представлений. Целью этого аудита будет об-

легчение, отказ от того, что мешает, ради того, чтобы чувствовать то, что было заблокировано убеждениями.

Как должны выглядеть роды

О родах у нас в голове есть что-то или идеализированное, фантастически несбыточное или что-то очень страшное, рассказанное другими матерями, напугавшее нас до смерти. И у нас появляется желание пролистнуть, проскочить, избежать. В новом мире мы как будто бы даже нашли решение для избегания. Это суррогатное материнство. Кто-то другой будет переживать, бояться и страдать. Роды – это точно страдание, и романтизировать этот этап, как беременность, нам удастся сложнее всего или не удастся вовсе. Ибо нам завещано страдать и рисковать жизнью.

Риск для жизни во время родов, как для жизни матери, так и для жизни ребенка, вполне себе объективный. Самый настоящий, об этом мы говорили выше, милая. Мои немецкие педагоги часто делают на этом риске акцент, ибо через него нам проще зайти в благодарность к матери. Ведь она на самом деле рискнула своей жизнью ради того, чтобы мы появились на свет. Неважно, осознает будущая мать этот риск для жизни или нет, она рискует. Она объективно рискует своей жизнью, чтобы родить ребенка.

Многих из нас останавливает это представление, мы не готовы фантазировать и размышлять дальше. В этой зоне са-

мый сложный для женщины контент. Роды. Опыт предков, опыт всех женщин мира, опыт собственной матери не внушает нам уверенности. И что самое ужасное – не дает гарантий. А нам бы хотелось, правда, милая? Очень хотелось бы иметь гарантии, что мы родим, родим и не изменимся, но этого пообещать нам не может никто.

Роды – это порог, рубикон, глубокий ров, через который нам нужно сигануть. И мы разбегаемся все девять месяцев и каааааааак прыгнем! И у кого-то от прыжка лишь на мгновение захватит дух, а кто-то не долетит и со всей дури шархнется о землю или, что тоже может быть, совсем не долетит до другого берега, а свалится в ров и утонет.

Роды – это врата, врата для новой жизни, и что-то неизмеримо большее подталкивает пройти через них однажды, а потом и самой стать вратами. В колоде карт таро есть прекрасный аркан под названием «влюбленные». Это пара – мужчина и женщина, которые держатся за руки, образуя те самые врата, портал, переход. Что-то большее толкает нас стать вратами, быть предоставленными этому бесконечному течению жизни, что-то просит нас, взывает к нам: продолжай, продолжай, продолжай. И мы соглашаемся, откликаемся на зов и идем, становясь точкой перехода в новую жизнь.

Я пишу это для того, чтобы вы обнаружили внутри себя этот зов, заметили, что вы не одни в этом решении, и смогли опереться в трудный час на Большее, благодаря которому

в роды мы все-таки войдем. Именно в родах мы ощущаем присутствие Большого, ни в какой другой момент до и после. Этот процесс не сравним ни с чем, ни с каким другим нашим опытом. При всех бесконечных попытках рационализировать, описывая его физиологичность и естественность, для меня это тоже останется чудом, особым соприкосновением с другим миром и тем пространством, в котором каждый из нас существует до того, как явиться на эту землю, милая.

Изучая антропологию, первичные обряды, поведение человека в общине, мифы и легенды, я знаю, что наша жизнь состоит из переходов. Мы не проживаем всю жизнь в одинаковом состоянии. Каждый год, каждый день, каждое мгновение мы меняемся лично, эмоционально, ментально. Меняется наше представление о себе и о мире в целом. Так мы замечаем свое движение и движение жизни. Так время учит нас своему течению. Переход за переходом мы проживаем свои жизни. Мы не стоим на месте, и даже если мы ударились, оторопели и замерли, жизнь все равно идет, и время идет. Замечать переходы – значит замечать саму жизнь и себя – живущим, живым.

Первый переход – рождение. Малыш шагает в жизнь и говорит ей «да», а мать говорит «да» своему материнству и малышу.

Как должно выглядеть материнство

Иногда конец – это только начало. Большинству женщин в современном мире кажется, что родами заканчивается некая транзакция, которая выглядит как выигрыш в волшебной лотерее. словно бы задача выполнена, можно выдохнуть и расслабиться. А материнство – это нечто, что не требует вашего активного участия или даже присутствия. Золотой билет у вас в кармане, ребенок родился, транзакция завершена.

Но все не так. Все совсем не так. Мысли о ребенке, волнения и страхи, зачатие, сомнение в себе или партнере, сомнения в нужности или своевременности происходящего, сомнения в собственных силах и способности справиться с предстоящей новой жизнью, роды, трансформация, изменение тела, психики, вход в новый статус матери – все это лишь подготовка. В каждой из этих точек, включая момент родов, процесс может пойти в обратную сторону, милая. Все может быть прервано, оборвано, завершено.

Это похоже на восхождение, и не важно, какое восхождение – на гору или духовное, но там наверху, взойдя, я точно буду кем-то другим. Я буду больше, значимее с точки зрения системной иерархии, с точки зрения самоощущения, с точки зрения восприятия окружающих. Но для этого нужно взойти.

Вся наша жизнь – восхождение. Будь то подъем по служебной лестнице или движение к вере в Бога. Наверх, над самим собой. Нам необходимо стать большими, чтобы позаботиться о меньших. Мать должна быть больше ребенка, чтобы он мог опереться на нее. Очень часто наша ментальная детскость не дает нам возможности стать матерью. Ребенку будет трудно, если его мать такой же ребенок, как он сам. И размер тут не имеет значения. Мы должны быть большими. Мы должны стать большими. Мы обязаны.

С приходом психотерапии в повседневную жизнь мы научились отказываться от долженствований. Мы где-то услышали, что никому ничего не должны. По незнанию или по легкомыслию взяли и размазали эту идею на все сферы своей жизни, абсолютно на все.

На самом деле идея, что мы не должны, касается всего одной-единственной коммуникации: ребенок не должен родителям. Но мы-то должны! Мы должны своим детям, ибо их детская жизнь на 100 % наша ответственность.

Не на 54, не на 96, не на 28. На 100, на все 100 %. И у этой фразы, как и предыдущей, есть границы, начало и конец, как у всего на свете. Это ответственность начинается при зачатии и завершается при выходе ребенка во взрослую жизнь в 21 год.

Мы не любим завершать и заканчивать, мы не любим концов. Порой мы предпочитаем не начинать, чтобы не заканчивать. И даже материнство мы порой предпочитаем не на-

чинать, чтобы не испытывать того, чего не хочется, что вызывает у нас затруднения, страх или даже ужас.

Итак, мы должны. Мать должна позаботиться о ребенке, чтобы он выжил. Каждый день, изо дня в день, из года в год. Многих женщин пугает такая перспектива, и они останавливаются, оторопев от одной только мысли о подобной ответственности.

Как же так! Как же это возможно? А как же я! Где буду я, где будет моя жизнь, мои потребности, моя реализация и вот это вот все. Это пугает и останавливает. Женщина словно пытается надышаться, нагуляться, наиграться, ибо воспринимает материнство как смерть. С психологической точки зрения это и есть смерть. Смерть той, которую раньше назвали бы девицей. Но с точки зрения здравого смысла и обыкновенной типичной для каждого человека последовательности событий – это переход из одного состояния в другое.

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.