

A black and white artistic illustration featuring two faces. On the left is a man with a full, dark beard and mustache, looking slightly to the right with a gentle smile. On the right is a woman with long, dark, wavy hair, looking towards the camera with a soft smile. The two portraits are separated by a vertical white line. The Russian text 'Как мы сделали это' is written vertically along this line.

Как мы сделали это

Вася Ильина

18+

Вася Ильина

Как мы сделали это

«Автор»

2026

Ильина В.

Как мы сделали это / В. Ильина — «Автор», 2026

Когда любовь устала, а общие дни превратились в череду обязательств, они решили не ставить точку, а начать заново. Эта книга - история двоих, которые переписали свой сценарий семейной жизни, пройдя через откровенные разговоры, прощение и переосмысление себя. Это путеводитель по возвращению тепла, где каждый шаг - от «я не слышу тебя» до «я выбираю тебя снова» - подтверждён живыми эмоциями и реальным опытом. Для всех, кто верит: в отношениях можно всё, если не бояться смотреть друг другу в глаза.

© Ильина В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Пролог	5
Глава 1	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Вася Ильина

Как мы сделали это

Пролог

Когда все пошло не плану? В какой момент меня перестало все радовать? В какой момент мы с ним стали практически чужими друг другу людьми? Я не могу сказать, когда и как это произошло. Я даже не сразу это осознала. А сейчас, когда он пришел на обед, и после еды лег на диван, и все его внимание ушло в телефон, я сижу на кухне и понимаю, что мы уже не те счастливые влюбленные муж и жена. Мы уже не те молодые и счастливые родители, которыми мы были еще совсем недавно.

Нам даже и поговорить не о чем. Да и не хочется.

И вот сейчас встает вопрос: чего мы хотим? Мы хотим быть вместе друг с другом и друг за друга. Быть счастливой семьей, в которой и радости и печали все поделено. Или мы хотим оставить друг друга в покое и, не напрягаясь плыть по течению. И куда нас принесет это течение. Он будет один. В таком случае говорят про мужчин холост и свободен. Я буду с малолетними детьми. И в таком случае говорят разведенка с прицепами. Странные суждения в нашем обществе конечно, но я даже и думать об этом не стану. Я так не хочу.

- Нам с тобой нужно поговорить. О нас. Согласен?

- Да, думаю нужно.

- Давай вечером, после работы?

- Да, давай так. Я пошел.

Вот с такого короткого, простого и в тот же самый момент сложного первого шага начался наш путь. Путь к исцелению нашей семьи, к исцелению нас самих и к пониманию того, что над любыми отношениями можно и нужно работать.

Кризис в отношениях - это не конец, а точка перезагрузки. Книга построена на реальном опыте супругов, которые прошли путь от взаимного раздражения и пустоты к искренней близости. Я не даю вам волшебных таблеток, но предлагаю честный и настоящий план действий как разорвать порочный круг ссор, заново выстроить диалог и превратить совместную жизнь из «должен» в «хочу». Здесь вы найдёте методы и живые примеры, которые помогут переосмыслить свои желания и потребности, вернуть нежность и трепет в отношения и теплоту обычных вечеров. Эта книга для тех, кто готов работать над счастьем, а не просто ждать, что оно вернётся само.

Глава 1

Мы встретились в университете. Мы учились на разных курсах и разных факультетах. Случайно встретились в столовой на большой перемене. Он подсел ко мне за столик. Точнее к нам. Я сидела с подружками - одноклассницами, а он пришел в столовую с двумя друзьями. К нам подсел только он. У нас сразу промелькнула искра, завязался приятный разговор. Потом мы иногда встречались на больших переменах. И иногда мы также обедали в университетской столовой. Обменялись номерами, и общение вышло за пределы универа.

У нас все было быстро. Примерно через два месяца после знакомства он познакомился с моими родителями. Я говорила с ними по видеосвязи после пар, пока спускалась в гардероб, а он подошел ко мне и сразу показался в камеру. Поздоровался, представился. Мило поболтали тогда мы все вчетвером. Мама потом мне сказала, что он ей понравился.

На мой вопрос, зачем он влез ко мне в разговор, ведь он видел, что я с кем-то говорю, ответил, что он слышал, как я говорю мама, значит, я говорю с мамой, а значит, ему с ней нужно познакомиться! Но в итоге познакомился и с мамой и с папой.

Я не знаю, в какой момент я влюбилась. Просто мне стало без него пусто. Мы все свободное время проводили вместе. Мы много гуляли, обсуждали историю, фильмы, рассказывали друг другу истории. Нам сразу было хорошо вместе. Но, наверное, это была влюбленность, которая переросла во что-то более сложное, сильное.

Закончив очередной учебный год, мы стали жить вместе. Оба работали, вечерами ужинали и гуляли. У нас у обоих было желание сделать так, чтобы про нас можно было сказать идеальная пара. Это сейчас я понимаю, что мы старались для этого. Это происходило не осознанно. Просто на интуитивном уровне мы старались делать все так, как например в кино. Чистый дом, красавица жена, муж сильный и смелый. И все знакомые про вас говорят, какая вы красивая пара. Мы купались в этой построенной нами жизни. Мы наслаждались. И это не плохо. Плохо, что мы не осознавали тогда сути семьи. Но даже тогда мы были счастливыми людьми. Мы были семьей.

Потом у нас родился сын. У нас не было с ним проблем. Никаких бессонных ночей, никакого бесконечного детского крика. Нет, все было опять как в кино. В красивом кино. Красивая картинка. Теперь мы гуляли втроем. Муж, жена, сыночек в колясочке. И снова нами восхищались, а мы этим наслаждались.

Вскоре у нас родился второй ребенок. Мы тоже выросли. И в какой-то момент мы отдалились. Это происходит постепенно и не осознанно в нашем случае. У нас по-прежнему есть секс. Мы даже разговариваем иногда друг с другом, но чаще всего это происходит только тогда когда к нам приходят гости.

При этом он занимается нашими детьми. Он их любит и ухаживает за ними. И заботится обо мне. Это на уровне инстинктов. Придержать дверь на входе куда-либо, приобнять меня как бы защищая от проблем этого мира, например при приближении незнакомых людей, идущих нам навстречу. Я тоже забочусь о нем. Это такие же инстинкты, как и у него. А может быть это наши привычки с тех времен, когда у нас все только начиналось. С тех пор, когда у нас была сильная влюбленность, и нам нужно было всегда касаться друг друга. Это была наша базовая потребность. Нам хотелось всегда смотреть друг на друга, касаться и целовать.

Я им восхищаюсь, я всегда на его стороне, всегда за него. Я считаю нормальным ухаживать за его вещами. Делать ему чай по вечерам, даже если он не просил. Просто знаю, что ему это нравится. В целом мы заботимся друг о друге по-прежнему. Но я думаю, мы оба чувствуем, что наша искра теряется. И когда дети уже спят. Нам не о чем говорить друг с другом. Мы стали прятаться в телефонах. Каждый из нас проводит время сам с собой в

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.