

МАТЕРИНСТВО: ПУТЬ СЕРДЦА

Искренний разговор о силе, трансформации и любви.
От психолога и мамы девятерых детей.



Марина Скидан-Кулешова

Материнство. Путь сердца

<https://litres.ru/74306137>

SelfPub; 2026

Аннотация

Эта книга — искренний разговор о материнстве, написанный женщиной с огромным жизненным опытом: многодетной мамой восьмерых детей и психологом, ожидающей рождение девятого ребёнка.

Книга станет поддержкой для всех женщин:

- кто уже стал мамой;
- кто стоит перед выбором стать матерью или сомневается в нём;
- кто хочет, но по каким-то причинам пока не может иметь детей;
- кто переживает сложности на своём пути к материнству.

В книге рассматриваются не только радости, но и реальные психологические трудности, с которыми сталкивается каждая мама. Особое внимание уделено внутренней трансформации личности, поиску опоры внутри себя и способам справиться с эмоциональными вызовами.

Автор книги — профессиональный психолог, визуальный терапевт и создатель уникальных методик диагностики и терапии через визуал. Её опыт работы с женщинами помогает взглянуть

на тему материнства глубже, увидеть скрытые ресурсы и обрести уверенность даже в самых непростых ситуациях.

Марина Скидан-Кулешова

Материнство. Путь сердца

Глава 1

Путь к многоматеринству

Посвящение

«Посвящаю эту книгу каждой из нас, кто хоть раз оказывалась перед выбором: рожать или нет. Кто чувствовала себя абсолютно одинокой даже среди близких людей, кто ругала себя за мысли об аборте, кто боялась перемен в теле, душе и жизни.

Дорогая моя читательница! Если ты читаешь эти строки — знай: я понимаю каждую твою эмоцию. Я была там же, где и ты. Эта книга — наш диалог, наша поддержка друг другу. Здесь нет осуждения, есть только принятие и искренность. Будь уверена: ты имеешь право на любые чувства, и этот выбор — только твой».

Этой книге, ещё не появившись, есть кому сказать спасибо.

Спасибо всем женщинам, которые решаются стать матерями вопреки всему: усталости, сомнениям, страхам и чужому мнению. Спасибо вам за вашу смелость, терпение и любовь.

Спасибо моим детям — вы моё вдохновение и смысл моего пути.

Спасибо моему мужу — ты всегда веришь в меня сильнее, чем я сама.

А ещё отдельное спасибо одной замечательной женщине, которая однажды задала мне самый важный вопрос: *«Зачем тебе столько детей?»* Именно этот вопрос заставил меня задуматься по-настоящему и начать писать эту книгу.

Часть 1

Кто мы без детей

Давайте начистоту. В нашем обществе до сих пор живуч стереотип: жизнь без ребенка — это какая-то неполноценная бета-версия судьбы. Словно ты купила отличный дом, но забыла вставить окна. Этот выбор принято присыпать сверху целой россыпью колючих эпитетов: «бесцельно», «пусто», «эгоистично», «недожитая судьба».

Общество любит раздавать рецепты счастливой жизни, не спрашивая меню у самой поварахи.

Я хочу сказать вам одну вещь, которая со стороны может прозвучать странно. Очень странно. Для женщины, которая прямо сейчас вынашивает девятого ребенка, я слишком часто и слишком искренне повторяю: материнство не является обязательным условием счастья. Уж тем более я не считаю, что если ваш путь пролегает мимо детских садов и бессонных ночей с бутылочками, ваша жизнь бессмысленна. Более того — я очень хочу, чтобы вы тоже так не считали. Прямо с этой минуты дали себе внутреннее разрешение быть счастливыми ровно в той точке, где находитесь.

Знаете, что делает эту навязанную извне картинку мучи-

тельной? Внутренний конфликт. Представление о том, что с вами «что-то не так». Вместо того чтобы реализовывать свой колоссальный потенциал — открывать новые звезды, писать пронзительные стихи, исследовать затерянные страны или придумывать гениальные рецепты бисквитов — мы тратим драгоценную энергию на страдание. Мы пытаемся втиснуть свою широкую душу в узкий корсет чужого сценария. А душа, знаете ли, от тесноты начинает ныть вполне реальными болями.

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.