

A close-up photograph of two young boys sitting on a playground structure made of red ropes. The boy on the left has a pouting, unhappy expression, while the boy on the right looks down with a neutral to slightly sad expression. They are both wearing dark blue hooded sweatshirts. The background shows a sandy area with some green grass and a green metal post.

Ася Мотина

**Мамина жизнь от А до Я.
Дневник одной
неидеальной мамы**

Ася Мотина
Мамина жизнь от А до Я.
Дневник одной
неидеальной мамы

<https://litres.ru/74380949>

SelfPub; 2026

Аннотация

Дать по попе? Перейти на крик? В исступлении хлопнуть дверью? Да никогда!.. Увы, мои идиллические представления о материнстве не выдержали испытания реальностью. Меня зовут Ася, и я мама двоих сыновей. Несколько лет назад, когда мои силы были уже на исходе, я сидела и плакала на лавочке во дворе, а мои дети 3 и 5 лет устраивали дружную истерику рядом. Разговорившись с одной из мам, оказалось, что «ужасная мать» не только я одна. Таких как я — большинство. Многие мамы, не дотягивая до «идеала», мучаются угрызениями совести вместо того, чтобы заниматься детьми и радоваться жизни. Моя книга — это попытка изменить подобное восприятие себя и стать счастливее. Сегодня у меня нет цели стать матерью-героиней, и я не стремлюсь быть похожей на Мери Поппинс. Я имею право на плохое настроение, и я могу просто чего-то не хотеть. Могу ругаться, лопаться от нетерпения, но продолжать любить своих

детей и быть для них лучшей мамой в мире. Той, что смирилась с собственной неидеальностью и полюбила себя.

Содержание

Глава	5
Мой алфавит	6
Буква А. Ася и Александр	7
Буква Б. Будни	9
Буква В. Выходные	11
Буква Г. Гордость	13
Буква Д. Дети	16
Буква Е. Еда	18
Буква Ё. Ёж	21
Буква Ж. Жалость	23
Буква З. Завтра	25
Конец ознакомительного фрагмента.	29

Ася Мотина
Мамина жизнь от А
до Я. Дневник одной
неидеальной мамы

Глава

© Ася Мотина, 2021

ISBN 978-5-4474-6810-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Мой алфавит

В русском языке 33 буквы. Я пользуюсь ими – умело или не очень – но для всего и всегда. Чтобы высказаться, попросить о помощи, сообщить о радостном событии и о грустном, чтобы сказать «Доброе утро» и «Сладких снов», спросить «Ты меня любишь?», сказать «Я люблю тебя». В моём дне 24 часа. И каждый из них заполнен тремя мужчинами. Все мои слова, все мои чувства обращены к ним, моим детям и моему мужу. Всего 33 буквы и целая жизнь. Моя.



Буква А. Ася и Александр



С этой буквы начинается твоё имя. Моё, кстати, тоже. Я редко им пользуюсь, твоим именем. Практически никогда. Но оно есть, и оно принадлежит тебе. Моему мужчине, моему защитнику, моему мужу. Я не верю в определение именем судьбы, не верю в то, что лодка плывёт согласно названию, но я верю, что твоё имя дано тебе не случайно. В любом случае, мне приятно осознавать, что именно ты, «Защитник людей», защищаешь меня и нашу семью от жизнен-

ных неурядиц и невзгод, моего плохого настроения, накопившейся усталости, раздражительности, собственных проблем на работе, да мало ли чего.

Мне бы хотелось думать, что твоё имя помогает тебе, даёт силы делать свою работу, беречь нас, меня, наш дом. Так мне спокойней. За тебя и за тобой, за твоей широкой спиной. В этом есть что-то мистическое, символичное. Может быть, это знак, а может быть, моя глупость и наивность, но мне нравится чувствовать особенное в простых вещах, искать знаки в том, в чём их, может, и нет, но так хотелось бы увидеть. Потому что так легче дышится. Так легче жить. Порой так легче выживать.

В моём имени нет ничего от воительницы, спасительницы, борца, но я продолжаю воевать, спасать и бороться каждый день, каждую минуту, ставя новые рубежи, новые цели, придумывая новые легенды о человеческой силе и выносливости. И когда я, взяв в зубы пакет с продуктами, тащу на пятый этаж два детских велосипеда, потому что лифт снова не работает, останавливаясь каждый пролёт (и это в лучшем случае, потому что иногда приходится возвращаться обратно), чтобы засечь, на какой из ступеней к дому находятся наши малолетние дети, я верю в них, в эти легенды, верю в себя, гонимая по этажам мыслью о своей избранности и особенностях в предвкушении твоего восхищённого взгляда, когда ты узнаешь о моём подвиге.

Буква Б. Будни



«И вечный бой! Покой нам только снится...» Вот они, мои будни. «Вечный бой» за чистку зубов, за поход в туалет, безыстерическое одевание на улицу, поедание супа без телевизора, пустую тарелку после ужина и одну конфету (ну две, ну ладно три) вместо десяти. Это «вечный бой» за послеобеденный детский сон, а точнее – за мамино право на чашку чая и полтора часа тишины, за поездку в общественном транспорте без пачканья впереди стоящих сидений, за

приход куда бы то ни было вовремя и в чистой одежде, за тихий безскандальный поход в магазин.

Это «вечный бой» за неизрисованные фломастерами стены и пол, за целые обои в коридоре и не измазанный кефиром диван. За правило снимать обувь на коврик у входной двери, складывать одежду в шкаф или хотя бы не бросать там, где её приспичило снять – по пути в туалет, помыть руки или попить водички.

Это «вечный бой» с самой собой. С той мной, которая устала, которая хочет смотреть телевизор и вышивать крестиком, которая не может больше отвечать на вопросы «А почему?», «А зачем?», которая не хочет играть в «липучку», «ловушку», «монстра», не хочет мяукать кошечкой, лаять собачкой, кричать «пиф-паф» из-за комнатной двери и саркастически смеяться «А-ха-ха!», когда «Супермен» и «Черепашка-ниндзя» повержены. «Я же девочка!!! – хочется мне крикнуть своим малолетним мальчикам. – Я же человек, и у меня тоже есть желания!» А потом смотрю в их восторженные лица, скачущие перед моими глазами, потому что остановиться и не прыгать мои дети не могут, они слишком рады, слишком счастливы от всего происходящего, и не могу их подвести. Тыщ! Ты-дыщ! Пиу-пиу! Рrrrrrrrrrrr!!!!!!!!!! А-ха-ха-ха-ха-ха-ха!!!

Буква В. Выходные



Выходные – они, конечно, на букву В, но, в основном, это всё те же будни. Хотя нет. Мои выходные – это как короткие предпраздничные дни на работе. Вроде бы тебе и работать надо, а вроде бы уже и настроение не рабочее совсем. Да и обстановка сама больше располагает к некоему подобию отдыха нежели имитации продуктивной деятельности.

Мои любимые бонусы, которые мне доступны в выходные, – это лишние полчаса с утра в кровати, пока дети смотрят субботние/воскресные утренние мультики, присутствие в доме ещё одного взрослого человека – папы, на которого частично можно переключить своё жаждущее хлеба и зрелищ потомство, и, как следствие, возможность спокойно

приготовить обед и ужин, делегировав на пару часов заботы о горшках и детском досуге отцу семейства. Иногда мне удаётся даже поиграть на пианино... Это минуты истинного наслаждения – пусть их всего ничего, 20—30 в неделю. Они ведь только поэтому такие сочные и яркие, что их мало. Этим они и ценны. А я – та я, которая не мама, а просто я – счастлива. Нечасто удаётся отпроситься пораньше с работы, пусть и в предпраздничный день.

Буква Г. Гордость



Гордость – это совсем не хорошо, когда ты мама двух мальчиков, разница в возрасте между которыми меньше двух лет. Но я так думала не всегда. Раньше мне казалось, что мама, она ОБЯЗАНА со всем справляться сама, и сколько у неё детей, и какой у них характер и любые другие жизненные обстоятельства в расчёт приниматься не должны.

Я действительно со всем справлялась и справляюсь сама. Я приучила, причём с боем, к этому всех близких родственников – как со своей стороны, так и со стороны мужа. Они больше не звонят мне и не спрашивают, чем помочь. Если я в какой-то момент недоумеваю почему (кстати, недоумевать я стала не сразу, а спустя года четыре с момента рож-

дения первого ребёнка), то ответ не заставляет себя долго ждать. Он очевиден – я для всех **СПРАВЛЯЮСЬ САМА**, и я этого хотела. Хотела доказать всем и себе в первую очередь, что я идеальная мама, не знающая усталости, жалости к себе и окружающим, единственным желанием которой является быть рядом со своими малолетними детьми 24 часа в сутки и – не дай Бог – кому-то их доверить (а вдруг я пропущу что-то очень важное в становлении их личности? вдруг они будут плакать без меня, когда я пойду в магазин на полчаса? что, если им наденут не те футболки и накормят обедом из трёх блюд не в том порядке?).

Моя мамская гордость долго не давала мне расслабиться и жить спокойно. Затем, когда мои силы практически закончились, правый глаз стал постоянно дёргаться, а голос каждые десять минут был готов сорваться на фальцет в связи с очередным «Маааааам!!!!!!!!!!!!!!», я решила немного сбавить пыл, но оказалось, что это просто невозможно. Мои дети кроме меня никого не признают. Они требуют, чтобы я была рядом с ними 24 часа в сутки, а если они вынужденно – примерно раз в год на несколько часов – остаются с бабушками и дедушками, то требуют их неукоснительно выполнять мамины указания, записанные на бумаге, и сверяются с этим списком. Конечно, я горда тем, что я для своих детей – непререкаемый авторитет. Но теперь я думаю, что эта моя «важность» совсем не стоила того, чтобы настолько ограничивать детское общение собственной персоной, а

собственную персону – детьми. Я не говорю о том, что сыновей надо было постоянно кому-нибудь спихивать, но более частые поездки к бабушкам и дедушкам, выходы с мужем в свет (кино, кафе и просто погулять на часок) без детей не повредили бы никому, а, наоборот, сделали бы мою жизнь легче, а жизнь моих родителей и родителей мужа насыщенной и богаче на положительные эмоции, рожденные пребыванием рядом с внуками.

Оказалось, что быть хорошей мамой, которая может гордиться собой, – совсем не значит забыть про себя и затащить своё практически бездыханное тело на семейный алтарь – «Вот, мол, вам всем моя жертва!» Быть мамой – значит полюбить себя в этом новом качестве со всеми своими недостатками и оплошностями, слабостями и желанием немного отдохнуть, научиться доверять близким и помнить, что ваши дети, это не только сыновья и дочери, это ещё племянники и племянницы, внуки и внучки. Надо научиться делиться своими детьми с теми, кто дал жизнь вам самим, и кто их тоже любит. Вы ничего не пропустите, напротив, приобретёте – чувство локтя и единения с семьёй, ощущение себя не самостоятельной единицей, а частью чего-то большого, целого и нерушимого.

Буква Д. Дети



Раньше я думала, что дети делятся на чужих и своих. Теперь, с появлением собственных детей, я поняла, что чужих детей не бывает. Каждый из них – и не только те, от кого пахнет цветочной шампунькой, но и те, кто в дырявых носках, с соплями, грязными руками, нечёсанные, немытые, в сандалиях на три размера больше собственной ножки – все они заслуживают, чтобы их любили. Они совсем не виноваты в том, что от них плохо пахнет, что они не умеют смывать а собой в туалете – их этому не научили взрослые, которые родить родили (читай, не взяли на себя грех жизнь отнимать), а потом враз успокоились.

Не обязательно любить всех детей на нашей планете так, как вы любите своих сыновей и дочек. Это и невозможно. Но если вы – мама, то вы – мама в принципе, а не для какого-то определённого ребёнка. Ваша рука сама по себе тянется подтянуть штаны, убрать волосы, высморкать нос совершенно незнакомому ребёнку. Ваше сердце сжимается при виде брошенных, несчастных детей. Их боль – это ваша материнская боль, которая удваивается, утраивается и так далее, всё выше и выше от невозможности изменить их жизнь. Поэтому вы, утирая слёзы, собираете пакеты с детскими вещами, из которых выросли ваши дети, игрушками, в которые они больше не играют, лекарствами, которые им не подошли, и несёте, несёте, несёте в надежде на то, что от этой вашей помощи (хотя, это помощь и вам тоже) какой-нибудь малыш станет на одну минуту счастливее.

Вы рассказываете своим детям о том, как вы их любите, как им повезло, что они живут с папой и мамой. Говорите, что есть дети, у которых семьи нет, а есть только круглосуточный детский сад. Вы снова плачете, и это уже слёзы радости и умиления от того, что ваш ребёнок добровольно несёт игрушки «поделиться» и кладёт их в пакет... Мамино сердце не знает покоя. Да, быть мамой порой тяжело. Но не тяжелее, чем быть ребёнком без мамы.

Буква Е. Еда



Все дети кушают плохо, но мои – хуже некуда (каждая мама говорит именно «мои», но на самом деле, вообще все-все за редким исключением, но это как-то совсем не успокаивает). Еда – это детский кошмар, потому что она – не только сладенькое и вкусненькое, но ещё и полезненькое. Впрочем, по этой причине еда – и мамин кошмар, потому что именно маме приходится делать из еды полезненькой вкусненькую, а это не всегда получается.

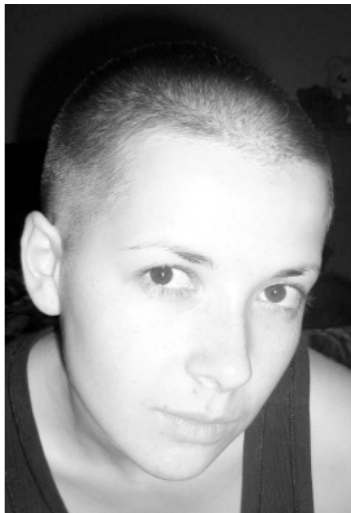
Каша на завтрак? Я уже забыла, как эту кашу варить надо. стакан сока, печенька, кексик – всё. На большее не рассчитывайте. Правда иногда по большим праздникам (для мамы, конечно) на завтрак съедается творожная запеканка и даже омлет! В общем, на завтрак грех жаловаться, переходим к обеду.

Суп? Конечно. Только без морковки, капусты, лука, зелёного горошка, петрушки, укропа и т.д., но обязательно с мультиком, и не одним, а двумя, тремя, лучше четырьмя и ещё с небольшим скандалом по поводу того, что морковка в супе присутствует, как и остальные овощи. Засечь обман дети умудряются во время мультяшной заставки к очередному анимационному шедевру, так что и они не всегда помогают, потому что, если мультик не очень интересный, а титры длиннее обычного, небольшой скандал перерастает в большой, а там уж не до еды.

Итак, ужин. Тушеные овощи – «фу». Картошка – не фу, но «что-то не хочется». Мяско, рыбка – «давай, но только без хлеба и гарнира». «Так уж и быть, съедим по огурчику, если после ужина будет десерт». Десерт – обязателен! И обязателен большой десерт не в пример основному блюду. Моё потерпевшее фиаско практически по всем питательным направлениям сердце спасает только выпитый на ночь кефир или молочный коктейль. И ещё муж. Единственный человек в нашей семье, который ценит результат проведённых мною часов у плиты, хотя и от него можно услышать знако-

мое «Что это? Пшёнка? А больше ничего нет?» Ну как вы не понимаете, это же так полезно!

Буква Ё. Ёж



Ёж – это я к концу дня. Тяжёлого, не самого лучшего дня, пропитанного детскими криками и моим недовольством собственной судьбой. Это моё внутреннее состояние: колючки со всех сторон, лица не видно – заслонили злость, усталость и бессилие. На человека, а тем более любящую мать мало похоже. Впрочем, мамы бывают и такими. И чтобы это принять, мне потребовалось почти пять лет, да и то иногда берут сомнения. А ведь мама – она тоже человек.

Она тоже чего-нибудь хочет, она, бывает, устаёт. Мама даже может чего-то не хотеть делать, например, играть, читать, гулять. Причины могут быть совершенно разные – от головной боли до просто плохого настроения. Маму за это нельзя казнить. Наоборот – надо помиловать. А лучше – помиловать. Не дать ей замкнуться, углубиться в самоедство и самобичевание за несовершенное поведение и отсутствие должной выдержки, за шлепок по попе, пусть и самой любимой, за грубые слова, сказанные от невозможности восстановить контроль над своими же детьми и призвать их к послушанию...

«Мам, ты когда доброй станешь?» – спрашивает меня мой трёхлетний сын. «Стану, сынок, стану». Сейчас вздохну поглубже и буду добрень. Вот я уже и не ёж колючий, а ёжик, милый-премилый. стакан молока ёжику за вредность!

Буква Ж. Жалость



Бывает, я жалею себя, и это губительно для моего организма. Я сразу становлюсь какой-то рыхлой, неоформленной, бессильной. Мне становится лень. Лень вставать, лень играть, лень ходить, лень жить. Я представляю себе таким несчастненьким-несчастненьким, брошенным-преброшенным, одиноким, замученным беспросветными серыми буднями бесформленным нечтом, безыдейным, безинициативным, бесполезным...

А как иначе я должна себя чувствовать? Я же совсем одна с двумя детьми. Без отдыха, без выходных, без бабушек и дедушек, дядюшек и нянюшек, без детского сада, наконец,

потому что нерадивые мамыши водят туда своих сопливых детей, а их сопли липнут к моим здоровым деткам, и вот мы уже четвёртый месяц на домашнем режиме, кучу лекарств перепили, кучу врачей перепосещали, нас лечат-лечат, только калечат, а я вообще хочу спать и телевизор смотреть, а не из пластилина роботов лепить и капризы каждодневные слушать. Мне никто не может помочь. Нет ничего, чтобы могло хоть как-то облегчить моё существование!..

Выплачусь я, выкисну вся, пойду пол пропылесосу, пирог яблочный испеку, с детьми в магазин схожу – фруктов купить и на тележке их покатаю. Смотрю вокруг – а жизнь-то налаживается. Прохожие мне улыбаются, на сыновей моих смотрят с одобрением – мол, мамыны помощники. Вон, старший макароны с полки взял и тащит, а младший за ним следом бежит: «Мам, я тоже взял!».

Сама я вроде тоже ничего, а для описанной выше ситуации выгляжу просто шикарно. Муж комплименты мне каждый день делает, восхищается красотой моей и мужественностью. Да и играет он с детьми каждый вечер – пусть недолго, но я-то и на диванчике посидеть могу, даже вздремнуть на нём ненадолго и чайку попить в лечебном одиночестве. Чего ж это я жалуюсь? У меня всё хорошо! У меня семья, муж, дети. Да я счастливая какая! Тьфу-тьфу-тьфу, чтоб не сглазить.

Буква З. Завтра



Моё завтра будет сегодня. И не только потому, что я лягу спать ближе к трём часам ночи, но и потому, что завтра будет на 99% похоже на вчера, сегодня и послепослепослепослезавтра. За полчаса до звонка будильника я услышу детский голос. Он обязательно скажет: «Доброе утро!», «Пора вставать», «Дай сок», «Хочу писать», «Включи мультик», «А он меня обижает», «Когда вы уже проснётесь», «Нам одним скучно». На завтрак я буду пить остывший чай, есть узорно погрызанные вафли (виртуозно вымаканную яичницу-глазунью, хлеб от бутербродов) и выметать крошки из-под стола.

За полтора часа я мастерски приготовлю полноценный

обед и ужин (пропылесосу, уберу игрушки, вытру везде пыль), успею сделать зарядку и привести себя и детей в подходящий для прогулки вид. Затем я буду два часа кататься на горке во дворе, играть в песочнице и катать трёхколесный велосипед со своим младшим сыном за рулём, неотступно следующим за своим старшим братом на велосипеде двухколесном. Перед этим я вынесу эти два велосипеда и все прилагающиеся к прогулке аксессуары на себе из дома (впрочем, об этом прекрасном ежедневном моционе я уже писала). Затем будет ненавистный, но очень полезный суп, детские сказки в любимой книжке, а точнее – в двух, послеобеденный сон, снова прогулка, встреча папы с работы, семейный ужин с венником в руках, жирными отпечатками маленьких ручек на стульях, липкими шоколадными поцелуями благодарности и чаем на коленках. После водные процедуры с обязательными развлекающими мероприятиями в ванной, чтение книг и сон, который приходит практически сразу – за два раза сбегать попить и один раз посетить уборную, песенку про «Голубой вагон», поэтическую пятиминутку «Про Лукоморье» и ещё один стишок про маленький грузовичок. Всё оставшееся время можно потратить на себя, мужа и сон. Но обычно приходится выбирать между собой, мужем и этим самым сном, потому что сил на все уже почему-то не осталось.

Впрочем, не все дни одинаковые. Два раза в неделю мы ходим в детский центр на занятия. Это мои любимые дни. Вся первая половина дня пропитана ожиданием похода: с

утра мы обсуждаем сами занятия и то, как мы туда доберёмся (главных действующих лиц всегда интересует номер нужной маршрутки, хотя он совсем не меняется), с прогулки мы все спешим домой, суп съедается быстрее, сон приходит на 15 минут раньше – чтобы успеть выспаться до того, как мама всех разбудит, затем относительно быстрые сборы и – о чудо!!! – долгожданный выход из дома. Сначала мы едем 25 минут на маршрутке, и в это время мои дети с восторгом смотрят в окно и умиляют своими вопросами и рассуждениями пассажиров. Конечно, иногда случаются истерики и драки за место, но... Но потом целых два часа мои сыновья делают что-то отдельно от меня, и единственное, зачем я могу им понадобиться – это похвастаться мне своими достижениями. Из распорядителя бала я превращаюсь в его рассеянного созерцателя, погружённого в собственные мысли/чтение/вязание, отвлекающегося на своих любимых детей затем, чтобы в очередной раз возгордиться ими и вновь окунуться в собственное Я.

Вообще я не верю в то, что когда-нибудь моё завтра изменится, что я смогу встать по звонку будильника или даже позволить себе полежать лишние 10 минут в кровати, собираясь с мыслями и готовясь окунуться в новый день, посмотреть по телевизору новости и ещё какую-нибудь взрослую передачу, выпить кофе с подругой, провести, наконец, обеденное время не с плюющимися супом детьми, а коллегами по работе. Но моё завтра обязательно будет таким, пусть и

через несколько лет, но будет обязательно. И когда я думаю об этом, мне становится страшно от мысли, что мои дети вырастут и уже не будут нуждаться во мне так, как нуждаются сейчас, что мне нечем будет заполнить моё свободное время, читай – образовавшуюся пустоту. Я буду одна в целом свете. Мои руки будут свободны от тёплых детских ладошек, моё молчание в отсутствии постоянных вопросов будет отдавать грустью, и вряд ли я позволю себе заливисто хохотать над какой-нибудь несусветной глупостью посреди улицы, как это делала раньше под защитой своих маленьких рыцарей. Господи, как же я буду скучать по моему прошедшему завтра, которое не менялось изо дня в день, даря мне счастье двойного материнства со всеми вытекающими из него приятностями и не очень.

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.