
Александра Жаравина
Позвони папе
18+

Александра Жаравина

Позвони папе

«Автор»
2026

Жаравина А.

Позвони папе / А. Жаравина — «Автор», 2026

Что чувствует отец, когда семья распадается? Почему одни мужчины уходят из жизни своих детей, а другие годами борются за возможность быть рядом? Можно ли перестать быть супругами, но остаться родителями?«Позвони папе» — семь реальных историй мужчин, переживших развод. Историй о любви и предательстве, обидах и надеждах, сложных решениях и попытках сохранить самое важное — отношения с детьми.Автор книги — юрист, ребёнок разведённых родителей и жена мужчины, у которого есть дочь от первого брака. Она предлагает взглянуть на развод с непривычной стороны — глазами отцов, чьи переживания часто остаются за кадром.Каждую историю сопровождает комментарий практикующего психолога Евгении Зелейщиковой, помогающий разобраться в причинах конфликтов и увидеть возможные пути их преодоления.Эта книга не о том, кто виноват. Она о том, как услышать друг друга, даже когда семья уже не существует в прежнем виде.Возможно, именно после прочтения вам захочется просто позвонить папе.

© Жаравина А., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Введение 5
Слово эксперту Евгении Юрьевне Зелейщиковой 8
История первая 9
Когда перестает болеть 9
1. Ностальгия 9
2. Ожидания 10
3. Миг 12
4. Промах 14
Конец ознакомительного фрагмента. 15

Александра Жаравина
Позвони папе

Введение

Вы держите в руках уникальную книгу, которая расскажет историю развода глазами отцов и мужей. Конечно, в первую очередь эта книга о папах, во вторую — о мужьях. После развода жены и мужья становятся бывшими, но бывших пап не бывает.

Чаще всего дети после развода остаются с мамами. Нередко мужчины просто уходят и забывают о своей семье, не общаются с детьми и бывшими женами, становятся «папами выходного дня», не платят алименты и даже не звонят детям в день рождения. Такие истории обычно обсуждаемые, осуждаемые, шумные и очень неприятные.

Бывает и по-другому — о чем не принято говорить. Дети довольно редко остаются с отцами, не потому, что так хотят все стороны развода, а потому, что так сложилась судебная практика. Немало мужчин, когда развалился их брак, хотели продолжить быть в жизни своих детей, даже если, например, мать против. В этой книге вы сможете услышать мнения отцов, их сторону медали.

Кому-то в детстве не хватило объяснений или, может быть, даже смелости спросить отца, почему он ушел. Не нашлось нужного момента, не хватило времени.

Однажды я разговаривала с подругой. Этот диалог оставил след в моей душе, поэтому хочу поделиться им с вами.

Ее родители развелись, после того как она родилась. Мама говорила ей, что отец никогда не хотел семью и ему никогда не нужен был ребенок, а еще, что он ужасный человек, гуляет в отвратительных компаниях и занимается всякой ерундой. Когда моя подруга выросла, она решила найти своего папу. Он оказался не таким уж плохим человеком, но, к сожалению, это она узнала уже от его родителей, потому что ее отец к тому времени умер от сердечного приступа. Отец тяжело переживал развод, так и не нашел свое счастье в других отношениях, всю жизнь работал на заводе, жил рядом с родителями, помогал им, чем мог. Моя подруга очень хотела бы позвонить своему папе, но это невозможно. Мне искренне жаль, что разногласия родителей привели к пустоте в ее сердце.

Я тоже была ребенком, когда мои родители развелись. К счастью, у меня всегда была возможность общаться с мамой и папой, за что я очень благодарна, хотя им и было сложно простить друг друга. Когда я стала старше, мы с родителями чаще стали поднимать темы, которые они не могли обсуждать со мной в детстве.

Так, я узнала причины развода родителей: отдельно мамину и папину версии. По ощущениям это, как камень, упавший с моей шеи и висевший там долгие годы. Внезапно я поняла, что стала достаточно самостоятельной и взрослой, чтобы принять решение, как относиться к тому, что произошло в прошлом моих родителей. Сейчас у нас есть семейный чат в мессенджере (с мамой, папой и братом), в котором каждое утро папа пишет «Доброе утро!», присылает милые картинки, и сегодня это одна из самых больших ценностей в моей жизни.

Два года назад я вышла замуж за человека, который в прошлом был женат, а в настоящем у него есть любимая дочь от предыдущего брака. Когда мы познакомились с мужем, мне было двадцать восемь лет, ему — тридцать один. В первый же день нашего знакомства он рассказал, что у него есть прекрасная дочь и что он был женат.

Это не вызвало у меня удивления — в России многие женятся в двадцать лет и раньше. Человек с прошлым, которое всегда будет в его настоящем, совсем меня не пугал.

Однако стереотипы о разведенном мужчине, с которыми я сталкивалась, можно перечислять бесконечно. Вот всего несколько из них: он вернется к бывшей и тебя бросит; его ребенок никогда тебя не полюбит и будет вымещать всю злость на тебе; зачем тебе это нужно, его бывшая жена не даст вам жизни; он на тебе никогда не женится, он уже там был; у него уже есть ребенок, первого он всегда будет любить больше, твои дети ему будут не нужны. К счастью, в большинстве случаев это лишь стереотипы и чужие страхи.

Многие люди умеют строить здоровые, уважительные отношения, несмотря на прошлое или обстоятельства. Среди моих знакомых таких примеров немало. Тем больнее осознавать, что бывает и иначе — когда даже после расставания люди продолжают усложнять жизнь друг другу, вместо того чтобы идти вперед. Я не осуждаю, но не могу скрыть разочарования. Хочется верить, что со временем общение ради ребенка все же станет возможным.

Мне хочется обратиться к тем, кто испытывает сильные чувства к бывшему партнеру — обиду, злость, непонимание. Попробуйте задать себе вопрос: «А что, если слышать и понимать друг друга важно не только в браке, но и после него, особенно когда вас связывают дети?» Ведь стремление к хорошей жизни не делает нас плохими людьми, а умение договариваться делает ее легче для всех.

Десять лет я работаю юристом. Раньше я часто выступала медиатором в судах общей юрисдикции. Моя задача была в уравнении прав, в достижении понимания между сторонами. В этой книге мне хочется попытаться разобраться в сложных ситуациях обеих сторон глубже.

В современном мире в судебной системе есть тенденция отдавать преимущество матери. Это может привести к ситуациям, когда папа, искренне желающий общаться с ребенком, сталкивается с трудностями. Конечно, бывают случаи злоупотребления этим правом. Стоит помнить, что в итоге страдают дети, для кого важны оба родителя. Сами женщины делятся, что в процессе судов редко выигрывают что-то, кроме денег, ведь годы и нервы, потраченные на споры, уже не вернешь.

Безусловно, у каждого своя правда. Уверена, найдется немало женщин, которые назовут десятки причин, почему ненавидят бывших мужей и не хотят, чтобы те участвовали в жизни детей.

С какой бы стороны вы ни находились, я бы очень хотела поддержать вас, каждого, кто проходит через то же самое, что и герои моей книги. Вы не одни. Тех, кто страдает от несправедливости, нечестности, много. Главное — сохранять веру в людей, доброту, честность и искренность, но не быть тем, с чьей шеи постоянно свешивают ноги и бесконечно на ней сидят.

Эта книга — разговоры с мужчинами: папами, которые такие же полноценные родители, как и мамы, которые хотят чуть больше уважения, все так же любят своих детей и стремятся участвовать в их воспитании.

Написана книга разными голосами. В начале каждой главы я знакомлю вас, читателей, с героем и своими впечатлениями о нем, далее рассказ идет от лица героя.

Я благодарю своих родителей, что подарили мне эту жизнь и показали путь, по которому можно двигаться; мужа, что верил в меня, благодаря чему я собралась и написала книгу; своих друзей, что всегда подталкивали меня к созданию литературных произведений; Катю Майорову и ее агентство, издательство «Стеклограф», что поверили в меня и сопроводили в мир писателей; конечно же, благодарю людей, каждого, кто читает сегодня этот текст. Пусть в вашей жизни будет как можно больше чистой и светлой любви.

Если у вас есть такая возможность, обязательно позвоните папе. Если ее уже нет, ни в коем случае не отчаивайтесь, я вас обнимаю и от всего сердца желаю обрести в своей душе уважение к своему роду и своим предкам. Ваша история — это то, что вы можете переосмыслить и сделать своим источником силы, а не только боли. Папы — не всегда плохие, иногда они просто не смогли найти сил и нужных слов, чтобы изменить обстоятельства.

Эта книга основана на реальных историях. Однако некоторые персонажи, имена, компании, происшествия и события выдуманы.

Я хочу пригласить вас взглянуть со стороны на возможные ошибки, допущенные в отношениях и при разводе, а также помочь их не совершить. Каждая история заканчивается мнением опытного психолога, который также концентрирует внимание на помощи людям, оказавшимся в сложной ситуации, похожей на ту, что сложилась в жизни героев.

Профессиональное мнение в вопросах семейных и межличностных отношений играет очень важную роль. Именно поэтому при написании книги я обратилась за консультацией к эксперту в области психологии, чтобы вместе разобрать сложные эмоциональные переживания, которые сопровождают развод. Евгения Юрьевна Зелейщикова — эксперт, чей опыт и знания помогут раскрыть тему максимально глубоко и деликатно.

Евгения — практикующий психолог с более чем двадцатилетним опытом работы. Она получила высшее психологическое образование в Московском государственном психолого-педагогическом университете. Евгения постоянно повышает квалификацию, посещая специализированные курсы и тренинги (более тысячи часов повышения квалификации).

Эксперт специализируется на семейной психологии, помогая супругам, родителям и детям находить общий язык, разрешать конфликты и строить гармоничные отношения. Благодаря знаниям и опыту она поможет нам лучше понять, через что проходят семьи в процессе развода, и предложит полезные рекомендации для тех, кто сейчас сталкивается с этим непростым этапом жизни. Далее будет краткое предисловие Евгении, которое подготовит вас к комментариям в книге.

Слово эксперту Евгении Юрьевне Зелейщиковой

Дорогие читатели, в историях героев книги вы сможете увидеть, как в жизни реализуются детские иллюзии взрослых людей. В комментариях вы найдете некоторые рекомендации о том, как можно построить реальные отношения с собой и другим человеком, проживая жизнь с партнером, а не со своими фантазиями о любви. Грустные мужские истории, как и женские, звучат похожим образом.

Можно заметить, как незрелость взрослых людей, родителей, становится шатким основанием психики их детей и как это повторяется из поколения в поколение. Нам открывается возможность понять, что взрослость человека вполне доступна, ее возможно реализовать посредством уважительного общения с собой и другими.

Здоровая коммуникация выстраивается гораздо легче, когда между людьми еще есть добрые чувства. С бывшим партнером тоже возможно выстроить здоровое общение, но уже в другой форме — как взаимодействие двух взрослых людей, родителей, а не как продолжение любовных отношений.

Благодарна автору Александре, что теперь существует книга, которая станет моей рекомендацией номер один в терапевтической практике как для индивидуальной, так и для семейной психотерапии.

История первая

Когда перестает болеть

1. Ностальгия

С героем этой истории мы познакомились, когда я только родилась. Добрый мужчина с большим сердцем и грустными глазами, лучший друг моих родителей. Я помню, как он забирал меня из детского сада, качал на качелях и как на весь двор раздавался наш смех. Мне было три года, я тогда еще не знала о том, что во взрослом мире есть боль. Моей самой большой болью на тот момент была кукла, которую сломала подружка Аня, и разбитая коленка.

Тогда я не могла даже представить, что спустя почти тридцать лет буду пытаться узнать лучше этого человека по его заметкам, личным дневникам и рассказам его близких друзей о нем.

Почему я не спросила у него о его истории и чувствах?.. Я позвонила папе: — Пап, привет, а расскажи о дяде Диме? — Привет, любимая! Ох, он был очень хорошим человеком. Жаль, что его уже нет с нами… После себя он оставил много тетрадок с записями о большой любви. Приезжай, покажу тебе.

Мне всегда нравится слушать, как папа рассуждает о мужской дружбе, честности, верности и любви. Делюсь с вами историей дяди Димы, рассказанной от лица моего папы.

2. Ожидания

Дима рос в деревне, был старшим сыном, на которого ложилось много ответственности. Большая семья подразумевала много работы, по-другому быть не могло. Старшие сыновья раньше заменяли отца, который все время был на работе. В деревне в то время не было транспорта, отопления, воды из-под крана, магазинов, да даже школы поблизости. До ближайших населенных пунктов добирались пешком по проселочным дорогам, воду брали из колодца, еда вся на огороде и в хлеву.

Наша дружба с Димой зародилась еще в детстве. Он жил по соседству. Дима был серьезным, вечно контролирующим все вокруг, человеком чести. Он был старшим братом для всех вокруг, нашим товарищем. Мы с ним много говорили по душам. Он часто приходил в гости, был моим примером для подражания.

Детство было сложным, но мы никогда не жаловались. Дома была постель и еда, рядом с домом речка, детей нас в деревне было много.

Летом мы купались в ледяной воде, плескались, искали ондатр, учились ловить рыбу руками, много работали на огороде, помогая родителям, ездили на сенокос. Зимой родители работали на лесозаготовках, мы помогали им со скотом (кормили, носили воду с проруби), кололи дрова для топки печи.

Конечно, в нашем детстве были и радости. Например, одно из ярких воспоминаний — ежегодные снежные бои. По вечерам молодежь собиралась в избе, пела песни, рассказывала истории и танцевала. На святки девушки устраивали гадания. Мы мальчишками подглядывали за ними, надеялись, что кто-то из них в нас увидит будущего суженого.

В один из жарких июльских дней мы возвращались вечером с сенокоса и заметили девушек на скамейке у дома. Они сидели с повязанными на распущенные волосы платками, не успев привести себя в порядок, играли в карты. Подолы их юбок развивались на ветру. Смех девушек был звонкий, радостный, разливающийся на всю улицу и словно несущий доброе знамение.

Диме тогда было шестнадцать. Его взгляд остановился на одной из девушек. Именно она и стала его первой, самой чистой и наивной любовью — Настя.

Их отношения были очень добрыми и дружескими. Они вместе гуляли по вечерам среди сосен и по берегу реки, прятались от соседей, чтобы не дать повода для сплетен. Дима дорожил честью Насти, она ему очень нравилась. Настя была хрупкой, доброй и очень красивой девочкой с пшеничными волосами.

Любовь пары была светлой, словно полевые цветы, с каждым днем она раскрывалась все больше. Дима, бывало, заходил к нам, но все реже и реже. Он делился со мной своими чувствами, ему было страшно, что они еще слишком молоды для отношений. Скоро ему предстояло пойти в армию, и ему казалось, что он не имеет права заставлять Настю ждать так долго.

Однажды они сидели на крыльце заброшенного дома в деревне и мечтали о будущей жизни. В ту ночь небо было усеяно звездами, как будто кто-то специально раскидал их по небу перед их свиданием.

Именно тот день стал решающим для их отношений. Настя заговорила первой. Смущаясь и краснея от своих эмоций, она призналась Диме в чувствах. Он, окрыленный, пришел к нам утром, на рассвете, не успев даже позавтракать, кричал: «Женю-ю-юсь!» — довольный, как кот, только что поевший сметаны, смеющийся и счастливый человек. Я всегда вспоминаю его, когда думаю о фразе «окрыленный любовью». Дима был именно таким.

Спустя два месяца он ушел в армию, служили тогда два года. Настя его ждала, они писали другу другу письма — яркие, полные страсти и надежды. Свадьба по их договоренности планировалась после того, как он вернется из армии. Дима рассказывал Насте о службе, присы-

лал ей песни собственного сочинения и обещал, что обязательно покажет ей весь мир. Армия продлила их конфетнобукетный период, как сейчас говорят.

Когда Дима вернулся из армии, он решил устроить Насте сюрприз. Он даже домой не стал заходить — сразу к ней, в форме, с цветами и фирменной улыбкой. Два года изменили его, он стал серьезнее, мужественнее выглядеть, и взгляд его стал более пронизывающий, но все такой же, с огоньком, пылающий любовью.

Дима приехал к Насте на ее день рождения. Хотел быть для нее подарком. К сожалению, этой истории не удалось получить счастливого конца. Он пришел к ее дому, постучал в дверь, открыл ее и увидел свою любимую Настю, но с другим. Она обнимала другого мужчину и танцевала с ним. В тот день в глазах Димы огонек и потух.

Он пришел ко мне, предложил напиться. Тогда я ему сказал, что это не выход, хотелось его как-то поддержать. Мы взяли мотоциклы у соседа, пока тот спал, и поехали. Катались по ближайшим полям на всей скорости, что могли. Ветер, который ударял в лицо, дарил чувство адреналина и полета. Мы вернулись под утро, на рассвете, уставшие и счастливые. Я видел, что Дима не отпустил мысли о Насте, но он отвлекся, это меня радовало. Сосед к тому времени уже проснулся и готов был обругать нас всеми матерными словами, пока не увидел Димку. Вернувшегося из армии нельзя ругать, можно только обнимать и радоваться его возвращению.

Настя потом приходила ко мне и к его родителям, но он ничего общего с ней иметь больше не хотел. Думаю, стоит пояснить, что раньше отношения в деревне по-другому строились. Настя не изменяла Диме, но если дружишь с одним мужчиной, то с другими общаться, а тем более танцевать, неправильно — получается изменила. Настя пыталась все исправить, но Димина гордость была уязвлена, он не был готов простить ее.

Дима долго еще потом не мог отойти от этой истории, поэтому из деревни уехал в город, чтобы забыть Настю и никогда больше не вспоминать.

Мужчины часто переживают боль глубже, чем кажется. Хотят выговориться, а не могут. Кому-то в жизни везет, и они встречают надежных людей, которые поймут. Раньше многие начинали пить, когда происходило что-то, что выбивало из колеи. Нам повезло: у нас была дружба, но даже она не всегда помогает.

Дима начал писать заметки в тетради, во все блокноты, что были дома. Он писал стихи, рассказы и просто выплескивал чувства на бумагу. Работал на заводе, старался поступить в институт. Он сделал все, чтобы забыть о том, что, возможно, потерял.

В этих заметках было так много чувств, так много недосказанного. Казалось бы, это просто детская любовь: к чему все эти громкие слова про сильные чувства? Но детскую любовь можно сравнить с первым снегом, пробуждающим радость и дарящим нежность. Дима чувствовал себя как ребенок, получивший в подарок на Новый год уголек в цветной упаковке.

Димин характер закалила деревня. Он был чувствительным, но умело это скрывал и открывался только самым близким. Мне повезло иметь такого друга, с которым можно хоть на край света. Позже мы поступили в один институт, он, хоть и был старше меня, поддерживал, помогал с учебой.

Помню, однажды мы шли вечером вдоль набережной, и он мне говорит: «Знаешь, я встретил Настю». Я так обрадовался! Думал, что судьба дала им второй шанс. Настя мне нравилась. Она смешная, добрая и любого могла развеселить. Диме нужна была такая девушка рядом, которая своей легкостью вдохнет в него жизнь.

Вечерами Дима все чаще стал пропадать. Любовь меняет людей, она, как зерно, которое произрастает из глубин сердца, которое, если поливать, становится окрепшим деревом. Дима поливал: проводил с Настей все свое свободное время, что только мог, придумывал свидания, сочинял для нее стихи. Мой друг снова стал светиться изнутри.

3. Миг

В один из зимних дней намечались соревнования по лыжам в институте. Мы с Димой часто участвовали в таких чемпионатах: так как мы из деревни, то почти всегда показывали результат лучше, чем местные. Нас даже отправляли на городские соревнования, и там мы тоже брали первые места. Все хотели знать наш секрет. Он прост: нам в детстве трудиться нужно было больше, физическая нагрузка была постоянной.

Перед соревнованиями Дима сказал, что приведет Настю и наконец-то меня с ней познакомит.

— Познакомишь? — удивился я. — Мы ж с Настей знакомы.

Дима рассмеялся. Оказалось, это была другая Настя. Я удивился. Однако, подумав, что Димка точно не ошибся с выбором, выдохнул и решил дать ему фору на старте, чтобы он мог покрасоваться перед своей девушкой.

На финише я увидел молоденькую девочку — ей было, кажется, лет шестнадцать. Я внимательно посмотрел на Диму, отвел его в сторонку и уточнил, не слишком ли молода его новая избранница. От ответил спокойно и твердо:

— У меня самые серьезные намерения. Как уберечь друга от необдуманных действий, когда им руководят чувства? Я понимал, что вряд ли у меня получится, поэтому старался понять, что за человек Настя.

С первого дня она мне не понравилась, казалось, она еще ребенок: капризная, дерзкая, чуть что — повышала голос. Я хотел все узнать: как они познакомились, чем Настя занимается, какие у нее планы на дальнейшую жизнь. Оказалось, что она только приехала и поступила в техникум, ее первый знакомый в городе — это Дима. Они познакомились на улице, когда она пошла в ларек за молоком, оказалось, что кошелек с деньгами она оставила дома, а в очереди за ней стоял Дима, который не бросил ее в беде. Так и закрутилась их история. Мне казалось, что Дима ей нужен только для того, чтобы город показать и чтобы ну хоть кто-то был рядом. Большой любви я в ней не увидел. Хотя… что тут говорить. Возможно, я ошибался, ведь у всех влюбленных свои причуды. Каждый выражает любовь по-своему.

Вечером после знакомства Дима пришел ко мне и стал расспрашивать, что я думаю о Насте. Я сказал тогда, что дело его, но мне кажется, что она для отношений еще молоденькая совсем, жизни не знает. Дима осунулся, я видел, что ему больно это слушать. Он поделился, что не хочет больше совершать ошибок. Не хочет повторно испытывать боль потери. Конечно, я понимал, что он все равно сделает, как сам захочет. Так и вышло.

Их отношения развивались стремительно. Любовь была яркой, как вспышка. Мы все видели Диму, который не мог оторвать глаз от Насти. Все свободное время он проводил с ней и старался угодить во всем.

Время было непростое, тогда был дефицит продуктов, мы пользовались талонами на еду. Для того чтобы подарить девушке что-то действительно ценное, нужно было иметь талон и отстоять очередь, ну или искать предложение через посредников, которые продавали дефицитные товары в два, а то и в три раза дороже. Диму это не останавливало. Он работал, учился и все делал ради того, чтобы Настя ни в чем не нуждалась.

В тот момент я старался с ним говорить. Мне казалось, она этой заботы не ценит. Дима был непреклонен. Я отступился. Наша дружба была мне важнее.

Через месяц Дима с Настей уже стояли в загсе. Дима светился изнутри, он любил Настю всей душой, так крепко, что иногда казалось, что такой любви не бывает. Из загса он вынес ее на руках и пронес по всем трем мостам в городе, чтобы никогда с ней не разругаться.

Все друзья Димы сомневались, что этот брак будет долгим, но в душе надеялись и верили, что это навсегда.

Спустя пару месяцев стало ясно: быстрая свадьба нужна была, потому что молодые очень хотели детей. Летом родился малыш, которого назвали Юрой. Дима был очень счастлив — любимая жена, сын. В то же время от работы дали комнату, появился свой дом. Казалось, все только начинается.

4. Промах

Дима с семьей часто ездил к родителям в деревню. Те с радостью проводили время с Юркой, давая молодым немного отдохнуть. Именно тогда начались недопонимания и стали заметны первые трещины. Настя скучала по городу, деревню она не любила. Дима стал замечать, как на танцах она смотрит на других парней. Дома все чаще стали выяснять отношения, ссоры вспыхивали как огонь без дров. Ревность Димы, хоть и притихла, но продолжала жить в нем. Настя уверяла, что он все выдумывает. Он начал верить, что так оно, возможно, и есть — зря себя накручивает.

Когда они вернулись в город, Дима пригласил меня в гости. Я принес редкие конфеты, которые тогда было нигде не найти, — достались мне от банковского служащего за срочную доставку бумаг. Случай был подобающий: я соскучился по Диме, по нашим разговорам по душам.

То, что я увидел, меня не обрадовало. Дима стал каким-то подавленным. Настя была раздраженной, ругалась, говорила, что Дима мало зарабатывает, что живут они в какой-то комнате, а он мог бы и квартиру на работе получить. Ей всего было мало — особенно денег. С одной стороны, ее можно понять: Дима оканчивал институт, одновременно работал в ночные смены на заводе. Настя — молодая девчонка, а возится с ребенком, своей жизни пожить не успела, стала матерью.

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.