

Катерина Федотова

@katerinafedotovaevent

В декрете



Катерина Федотова

В декрете

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=25558572

ISBN 9785448563898

Аннотация

Книга основана на реальных событиях. Автор делится своим опытом познания материнства, как открыть себя настоящую. Автор без стеснения описывает все, с чем ее столкнула жизнь в декрете, и как она смогла стать лучшей версией себя. Книга вдохновляет, дает стимул и заряжает оптимизмом.

Содержание

Об авторе	5
Введение	9
Конец ознакомительного фрагмента.	12

В декрете

Катерина Федотова

© Катерина Федотова, 2017

ISBN 978-5-4485-6389-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Книга посвящается памяти моей мамы Засыпкиной (Антоновой) Ларисы Геннадьевны.

Ты подарила мне жизнь и океан возможностей вместе с ней!

Ты научила меня верить в свои силы, быть ответственной и самостоятельной!

Люблю... Помню...

Об авторе

Меня зовут Катерина Федотова. Я творческая жена и мама, предприниматель, организатор свадеб и других событий, мотивационный спикер для мам в декрете, а также по вопросам воспитания и осознанному родительству, обожаю готовить и меняю философию домашней кулинарии, веду мастер-классы по итальянской, французской и греческой кухням.



Став мамой, я окунулась в день сурка: не получала радости от жизни, день как день, отношения с супругом стали портиться, я сама не узнавала себя. У меня случилась истерика. И я поняла – так нельзя! Я осознала, что мое мышление стереотипное, я загнала саму себя и не вижу света.

Плюс посещение мамских форумов и чатов наложило свой отпечаток. Наше окружение формирует нас! И вот, в какой-то момент я поняла – все! Я так больше не хочу! Я ведь не такая, я позволила сама себе «спрятать» себя и превратиться в страшное существо...

Я стала меняться: читала книги, посещала тренинги, меняла свой ритм, ввела в свою жизнь принципы тайм-менеджмента, стала управлять своей жизнью.

Более того, будучи в декрете я решилась на открытие своего дела. Защитила свой проект и получила субсидию на открытие ИП. Затем я прошла отборочный тур и попала на проект «Фабрика предпринимательства», там то я до конца и открыла свои таланты (которые хорошо «закопала», слушая советы тех, кто в своей жизни ничего не сделал). Поняла, что нечего бояться, все начинают свой путь с нуля. Я получила колоссальный опыт и сделала сильный скачок вперед! Во время «Фабрики» я постоянно выходила из зоны комфорта. Я поняла – там, действительно, живут чудеса! И я

стала меняться.

Каково мне было принимать участие в бизнес-завтраках? Когда я только-только открыла ИП, получила пару заказов, я чувствовала себя не в своей тарелке, но шла вперед! Я сидела за одним столом с успешными предпринимателями нашего города. Пила с ними кофе, делилась своими мыслями. И они воспринимали меня как свою! Вот что значит, когда человек сам прошел этот путь и готов поддержать тех, кто в начале пути! Я благодарна «Фабрике предпринимательства» за опыт, поддержку, возможности.

Сейчас я счастливая жена и мама, я успешно совмещаю семью, свое развитие и любимое дело. За 2 года я кардинально изменилась, и не останавливаюсь на достигнутом!

Мои посты на бэби.ру вдохновляют мам, мне пишут письма с благодарностями, пишут письма с просьбами дать совет, поддержать! Я поняла, что могу своим опытом сделать мир лучше, вдохновлять и мотивировать. Я стала выступать на встречах для мам, стала сама организовывать встречи и мероприятия для родителей и детей.

Тогда мне и пришла идея написать эту книгу. Я хочу, чтобы каждая мама, которая вышла в декрет (не важно первый или нет), поняла, сколько в ней ресурсов, сколько возмож-

ностей! Чтобы каждая из вас смогла научиться радоваться своей новой жизни и быть достойным примером для своих детей.

Люби! Мечтай! Действуй!

Введение

Я не знаю, кто вы, чем вы живете, на какой жизненном этапе находитесь. Одно я знаю точно: каждая из вас хочет быть счастливой и найти свое призвание.

Прежде чем решиться открыть маленький бизнес и заниматься любимым делом я прошла непростой путь. И этот путь сделал меня другой! Я счастлива сейчас поделиться им с вами, и, возможно, именно моя история станет вашим стимулом, вдохновением, и вы измените свою жизнь.

Я с детства размышляла над смыслом жизни, любила наблюдать за людьми, росла спокойным и не по годам рассудительным ребенком. Я рано стала работать, и в 17 лет полностью обеспечивала себя сама. Я работала, училась заочно в юридическом колледже (мамина мечта – стать юристом...) и думала уже, как отделиться от родителей и жить отдельно.

Все изменилось 11 января 2006г. Мне было 18 лет. Утром, уйдя на работу, я видела маму последний раз... Через 2 часа мне позвонит мой брат и скажет, что мамы больше нет... Это было страшно. Похороны, поминки, жалость людей, причитания, слезы, вопросы «почему?» «почему сейчас?» – все смешалось воедино. И вот вроде только пришла в себя, как

новый удар – умерла бабушка (мамина мама, мы жили вместе). После ее похорон, на следующей день умер дедушка... Вот так бывает, всего три дня и уже нет двух самых родных и близких людей... За год я похоронила троих важных мне людей...

Что интересно, прошло ровно 9 месяцев после смерти мамы как не стало бабушки и дедушки. Ровно 9 месяцев длится беременность и после рождается новая жизнь, новая вселенная... В тот момент для меня это было просто интересным совпадением, фактом, числом... Хотя я никогда не любила математику.

А по прошествии некоторого времени я поняла, что и сама стала другой. Я родилась заново, так как привычный уклад жизни закончился. Я думаю, мы за всю свою жизнь рождаемся заново, вернее возрождаемся, несколько раз. Как птица Феникс. Правда бывает и так, что человек застревает на одном этапе и все. Если у вас сейчас такой период, я верю, что после прочтения моей книги, у вас произойдут существенные изменения! Только для этого нужно решиться.

Безусловно, потеря близких людей наложила некий отпечаток на меня и мои ценности, взгляды. И все же я благодарна Вселенной (Богу, Природе, Творцу – назовите как хотите) – за силы, за тех людей, которые были со мной, за опыт, знания. Все события в нашей жизни только во благо! Все зависит от того как мы принимаем их сами. Как мы на них ре-

агирует, чему учимся.

Кто-то может возразить: «А что хорошего, что умер близкий и любимый человек?» Согласна, потеря близких – это боль. И все же, я говорила себе, что пусть до 18 лет, но мама была со мной! От кого-то отказываются при рождении, у кого-то мама погибает во время родов или в том возрасте, когда ребенок еще совсем мал...

Более того, смерть близких – очередное напоминание, что все мы не вечны. Что нужно ценить время, чаще говорить «люблю», меньше ссориться и предъявлять претензий, обижаться... Ведь в тот момент, когда не стало мамы, я очень хотела перед ней извиниться... уходя в тот день на работу, я не очень дружелюбно ей ответила. И почти 9 лет жила с тем, что, возможно, обидела ее и теперь не могу исправить эту ошибку.

Чтобы избавиться от этой тяжести, я посетила тренинг и во время медитации отпустила все это. Попросила у нее прощения и получила ответ. Теперь я понимаю, что все это так мелко! Что нужно ценить друг друга. Пытаться понять. Мы не знаем, когда придет тот момент, когда не станет нас или наших близких. Потеря близких может многому нас научить, сделать нас лучше, помочь духовно вырасти. И это касается любых ситуаций, которые приходят в нашу жизнь.

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.