

ОЛЬГА САВЕЛЬЕВА

АКТИВНАЯ МАМА, ПОПУЛЯРНЫЙ БЛОГЕР,  
НЕСКУЧНЫЙ ЧИНОВНИК,  
МОТИВИРУЮЩИЙ ЛЕКТОР

# АПЕЛЬСИНКИ

ЧЕСТНАЯ ИСТОРИЯ ОДНОГО ВЗРОСЛЕНИЯ



**Ольга Александровна Савельева**  
**Апельсинки. Честная**  
**история одного взросления**  
Серия «Записки российских блогеров»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=25915037](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=25915037)*

*Апельсинки. Честная история одного взросления / Ольга Савельева: Э;  
Москва; 2017*

*ISBN 978-5-699-95735-4*

### **Аннотация**

Эхо детства звучит в любом взрослом человеке, даже самом мудром и психологически подкованном. Популярный блогер Ольга Савельева представляет книгу рассказов, каждый из которых – совершенно самостоятельное произведение. Но вместе эти истории образуют целую лестницу жизни одной маленькой девочки, которая вырастет во взрослую женщину на глазах у читателей.

Эта книга точно не оставит вас равнодушным! В маленьких жизненных историях вы увидите себя и свои проблемы, посмотрите на ситуацию с другой стороны и поймете, что вы не одиноки.

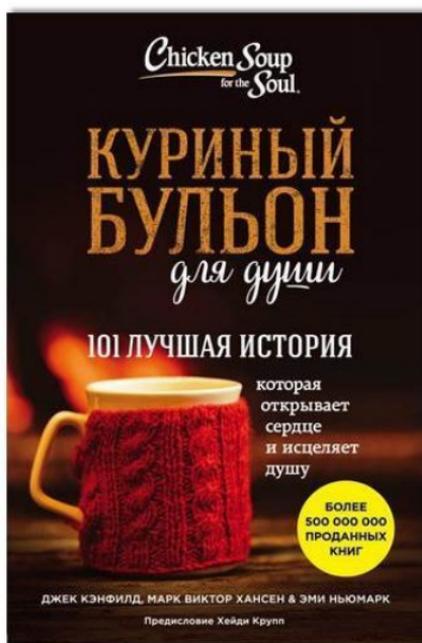
# Содержание

Книги, которые вдохновляют	5
Введение	8
Мой день	16
Конец ознакомительного фрагмента.	25



# Ольга Савельева Апельсинки. Честная история одного взросления

## Книги, которые вдохновляют



## **Вкусный кусочек счастья. Дневник толстой девочки, которая мечтала похудеть**

Как скинуть или набрать вес – стать счастливой и при этом не возненавидеть себя? Решение снизить вес обернулось для Энди великолепной возможностью заниматься любимым делом, обрести гармонию с собственным телом, достичь физического и психического комфорта.

## **Куриный бульон для души. 101 лучшая история**

Феномен в истории книгоиздания – более 500 000 000 проданных копий! Эта удивительная книга – мудрость и утешение в любом возрасте. Она наполнена идеями и открытиями – воспользоваться ими может каждый, стоит только захотеть улучшить свою жизнь. Маленькие истории исцеляют душевные раны и укрепят дух, дадут вашим мечтам новые крылья и откроют секрет самого большого счастья – счастья делиться и любить.

## **Куриный бульон для души. 101 история о любви**

Как не отчаяться, когда все вокруг выходят замуж, а ты все ждешь? Чем заканчивается свидание, которое начинается с разбитой фары? Чем больше детей, тем меньше романтики – или наоборот? Эти волнующие истории о любви тронут ваше сердце, заставят смеяться, плакать и снова влюбиться в жизнь.

## **Куриный бульон для души. 101 вдохновляющая история о сильных людях и удивительных судьбах**

Иногда плохие вещи случаются с хорошими людьми. Это сложно принять. Но мы гораздо сильнее, чем думаем, по крайней мере, становимся сильными, когда этого требует от нас жизнь. Вдохновляющие истории из этого сборника помогут преодолеть любые испытания.

# Введение

Когда я только начинала писать эту книгу, то еще не видела конечного результата, поэтому сама не ожидала, что книга получится такая. Хотела просто создать каскад интересных, цепляющих рассказов, пожонглировать стилями и сюжетными линиями, стилистически пококетничать, показать, как хорошо я владею словом.

Мне хотелось, чтобы читатель открыл книгу в любом месте, прочитал пару случайных рассказов и сидел, потрясенный полученным послевкусием, а внутри бы у него крутилась мысль: «Невероятно... Как она это делает?»

Вот такого я добивалась эффекта.

Осталось понять, о чем должны быть эти рассказы. К тому моменту я была уже популярным блогером: писала о жизни, работе, семье и детях. Чукчила. Этот процесс я называю глаголом «ЧУКЧИТЬ», в смысле что вижу, то пою.

Вот я что видела, то и пела.

Однажды я написала рассказ про маму. В нем было много обжигающей откровенности и мало благодарности. Любви почти не было, точнее, она была запрятана в злость от того, что мама совершенно не оправдывает моих ожиданий. Мама – она же должна быть добрая, мудрая, печь пирожки и пахнуть молоком.

У меня так не было. Никогда.

Мы с мамой всегда жили в противостоянии, просто иногда оно стихало, перетекая в перемирие до момента, пока я не сделаю что-то, что мама расценит как матерую неблагодарность или в духе «как ты могла?».

По этой причине **я постоянно жила в ощущении, что со мной что-то не так.** У всех моих друзей были другие мамы. Добрые. Понимающие. Веселые. Я к ним тянулась. Приходила в гости к подруге, а болтала с ее мамой.

В итоге меня обожали все мамы моих подруг.

Потом я приходила домой и спотыкалась о мамин взгляд или натыкалась на ржавое осуждение моего поступка. И мне хотелось обратно, в теплые волны понимания чужих мам.

Именно в таком настроении я и написала свой рассказ, абсолютно честный, в котором я призналась сама себе, что моя мама – очень сложная и совсем не такая, какой я хотела бы ее видеть. Получается, что и я веду себя нормально, когда не включаю «маменькину дочку»: не бросаюсь к ней с объятьями или не испытываю желания благодарить ее, говорить о ней, целовать.

Читая свой рассказ, я плакала. От жалости к себе, наверное, или от прощения. Не знаю. Я словно прощала себе тот факт, что я плохая дочь. Точнее, понимала, что я не плохая, а просто такая, какая есть, исходя из условий жизненной задачи, характера, ресурсов, детства и всего того, что формировало меня как личность.

**ЛЮБАЯ ЛИЧНОСТЬ – ЭТО ПАЗЛ МИЛЛИОНА**

## УСЛОВИЙ

Утром того дня в блоге я опубликовала очередной свой пост, который получил горячий отклик читателей. В нем я описывала один свой добрый поступок, и читатели писали в комментариях: «Вы такая хорошая», «Ты такая умница». Тогда я подумала о том, что формирую свой идеальный образ в глазах читателей.

Однако если бы они знали правду, они бы разочаровались и перестали бы меня читать. Значит, я лицемерка. Получается, мне важнее казаться, а не быть.

Но ведь честность – это очень очищающий ресурс. Это такая жесткая губка, которой можно отчистить ржавчину лжи в душе до блеска и легкости. Не разводите внутри плесень липовой идеальности, а сказать правду, мол, я вот такая, местами плохая. Например, смотрите, какая я плохая дочь. Мне стало мерзко на душе от того, что я так не делаю и мне страшно сказать правду, что я прячусь в свою липовую идеальность от реальной жизни.

На тот момент я ощущала себя мошенницей, сознательно обманывающей людей.

В итоге я опубликовала тот рассказ. Про маму. Это был порыв. Какая-то минутная решимость. Написав, я отключила телефон, чтобы мне не захотелось все исправить и удалить, пока не поздно.

Потом я ушла в ванну и целый час лежала в горячей воде, думая о том, что только что разрушила свою карьеру блоге-

ра. Символично то, что к слову «разрушила» опять имеет отношение моя мама.

Всю жизнь у меня было ощущение того, что, как только я что-то построю и у меня что-то начинает получаться, мама приходит и все рушит. Причем для этого ей не надо вообще ничего делать, а иногда достаточно просто закатить глаза.

После ванны я долго смотрела с балкона на засыпающий город. Ощущала себя опустошенной.

Затем перед сном я включила телефон, и он стал вибрировать как сумасшедший, сигнализируя об уведомлениях. Люди в блоге комментировали мой пост о маме. «Наверное, пишут о том, как они разочарованы и какой я ужасный человек», – подумала я.

Однако я начала читать комментарии и поразилась.

Почти все отзывы были о поддержке, а каждый второй о том, что... люди меня очень понимают, потому что у них, в их «идеальных» жизнях, оказывается, все очень похоже. Было много слов благодарности за смелость и искренность, за то, что открыто говорю о том, что озвучивать не принято: что мама, несмотря на то, как поется в песнях и пишется в книжках, – это не всегда самый близкий и важный в жизни человек.

Такая реакция читателей стала для меня настоящим потрясением. Я поняла, что люди ценят мою честность и конвертируют ее в уважение, что не нужно никем казаться, надо просто быть и честно писать о своих слабостях, которые

ведь есть у всех.

Я усвоила урок и стала периодически писать о маме, точнее, не о ней, а о себе, о том, как сложно принимать ее неидеальность.

Все эти рассказы имели горячий отклик.

Для меня же эти маленькие исповеди стали терапевтическим инструментом для прощения себя.

Тот факт, что я не одна испытываю эти чувства, которые казались мне стыдными и неправильными, навели меня на мысль о том, что **чувства не бывают аномальными**. Они просто есть. Более того, они все правильные: разные, сильные, позитивные, созидательные, грустные и деструктивные – и имеющие право на жизнь. Этих чувств не надо стесняться, их можно анализировать на предмет того, насколько они вам нужны и выгодны, какие вдохновляют или якорят. Также благодаря этому вы можете что-то изменить в себе, чтобы в жизни было меньше такого рода балластов.

К тому моменту моя мечта о книге уже приобрела вполне осязаемые формы будущего контракта с издательством. Нужно было только озвучить идею, понять концепцию.

Я понимала, что люди не читают тексты, им интересны эмоции, с которыми идет повествование. Поэтому первая книга должна быть о том, что вызывает самые сильные эмоции в моей жизни.

Что же это? Точнее, кто? Правильно. Мама.

Книга должна быть о моей маме. Точнее, обо мне, о том,

какие уроки я извлекла из «неидеальности» моей мамы и насколько «идеальной» мамой на контрасте удалось стать мне.

Есть притча о лягушках. На бревне сидели три лягушки. Одна из них решила прыгнуть в воду. Сколько лягушек осталось на бревне?

На бревне остались три лягушки. Лягушка только решила прыгнуть, но не предприняла никаких действий.

### ВАЖНО НЕ ПУТАТЬ ДЕЙСТВИЕ И ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЯ

Однако вы держите в руках эту книгу, получается, я все-таки «прыгнула».

Это книга рассказов, каждый из которых – совершенно самостоятельное произведение. На первый взгляд они никак друг с другом не связаны, но это иллюзия. На самом деле каждый из этих рассказов – бусина, нанизанная на нить моей судьбы.

Одна часть книги – это пугливая стайка рассказов, написанная от лица маленькой меня. Олечка-дочечка.

Как росла маленькая Олечка, каким было ее детство, какую роль в нем играла мама, как отчаянно и безусловно Олечка ее любила, с каким восхищением смотрела, какие приключения переживала, будучи «похороненной за плинтусом».

Другая часть книги – это подборка рассказов от лица взрослой Ольги. Ольги-матери. Ольги-личности.

Мне бы хотелось, чтобы, прочитав их все, вы уловили

незримую, но вполне осязаемую связь: почему если в знаменателе случается такое детство, то в числителе возникает определенная взрослость, почему именно из этой Олечки выросла такая Ольга, каким образом перекликаются поступки и решения взрослой жизни с теми ситуациями, которые, казалось бы, уже давно пережиты в детстве.

**Я уверена, что эхо детства всегда звучит в любом взрослом человеке, даже самом мудром и психологически подкованном.**

Кроме того, я убеждена, что для психологов моя книга станет коллекцией диагнозов. Вероятно, так и есть, поэтому если бы я была психологом, то книга звучала бы иначе, более осознанно и инсайтно. Но я не психолог, а потому мне не ведомы никакие теоретические подоплеки своих поступков.

Просто иногда я ощущаю в себе маленькую, оставленную мамой Олечку, которая приходит за ответами. Почему?

Понятия не имею.

Но знаю, что делать, чтобы все исправить, и уверена, что любую ошибку на свете можно исправить любовью.

**ИМЕННО ДЕФИЦИТ ЛЮБВИ КУЛЬТИВИРУЕТ В ЧЕЛОВЕКЕ ЗЛОСТЬ, ОБИДЫ И СТРАХИ.**

Весь негатив надо отчаянно в себе отлюбить, поэтому я учусь любить ту маленькую напуганную Олечку всей душой. И от этого взрослая Ольга становится мудрее и сильнее, потому что она через каждый такой рассказ учится прощать.

Именно так я шла к глубинному прощению по ступенеч-

кам каждого рассказа-признания.

И пришла.

Знаете, если вдруг у вас получится и вы простите, то так свободно, так хорошо и счастливо становится на душе, в которой много честности и мало обид.

ПРОЩЕНИЕ ОКРЫЛЯЕТ И НАПОЛНЯЕТ  
ЖИЗНЬ СМЫСЛОМ И ЭНЕРГИЕЙ.

Я приглашаю вас пройти со мной по моим ступенькам, я приглашаю вас в это путешествие.

Вдруг вам будет интересно и вы в чем-то узнаете себя? Быть может, вы даже ощутите отголоски похожих чувств и вкус созвучных эмоций. Тогда мы зазвучим в унисон и вместе научимся прощать. наших мам. И себя. И каждого человека вокруг в этом безумном, безумном, безумном мире.

Спасибо вам за вас.

Я бы никогда не решилась на эту обнажающую душу книгу без вашей поддержки.

# Мой день

Распятая, я лежу на гинекологическом кресле. Полчаса назад я родила сына.

Он здоров. 9 баллов по шкале Апгар.

Рожала я 12 часов. Без эпидуралки. Это значит, что все 12 часов было мучительно больно. По десятибалльной шкале уровня боли примерно на двенадцать. Я думала, что умру.

Не привыкла обременять собой людей и стараюсь по возможности этого не делать, но там, в родблоке, в первый и последний раз в жизни, я отчаянно кричала от боли, не могла сдержать этот крик и вдобавок к физической боли мучилась еще и душевным дискомфортом, что напрягаю людей: неонатолог непроизвольно морщилась, специалист по экстренному кесареву сочувственно качал головой, анестезиолог показательно-безучастно смотрел в окно, акушерка, вытиравшая мне пот со лба, участливо спрашивала:

– Больно? Это хорошо. Значит, скоро родишь...

– Когда скоро? – уточняла я пересохшими губами.

– Потерпи, совсем скоро... Дать иконку?

– Не надо иконку, дайте обезболивающего, – обессиленно шепчу я и воспаленными глазами ищу взгляд анестезиолога.

Он продолжает смотреть в окно, хотя и точно чувствует мой прожигающий насквозь, молящий взгляд, и говорит будто не со мной:

– Оля, я не могу, я же объяснял. Ты же не хочешь навредить своему ребенку...

НЕ ХОЧУ. Я НЕ ХОЧУ НАВРЕДИТЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ. НО И УМЕРЕТЬ Я НЕ ХОЧУ. И ПЛАЧУ НАВЗРЫД.

Схватки идут минута через минуту. Минута схватки кажется критически бесконечной. Минута отдыха кажется нереально быстротечной. Все плывет перед глазами, мне кажется, я теряю сознание.

Оказалось, так и было. Организм не справлялся с поставленной задачей, спасал себя принудительной, пограничной сну бессознательностью...

– Соберись! – строго рявкнула врач, похлопав меня мягкими холодными ладонями по горячечным щекам. – Остался последний рывок! Хорошие потуги, уже вот-вот... Давай! Давай! Давай! Умница! Ну вот и все...

– ВСЕ? – спросила я.

– ВСЕ! – сказала врач.

– Это хорошо, – сказала я и потеряла сознание. Последнее, что я слышала, уплывая в вязкий туман, – робкий писк моего новорожденного сына...

Я лежу, распятая, на гинекологическом кресле. Полчаса назад я родила сына.

9 месяцев счастливого ожидания, 12 часов острой боли – и вот оно, счастье, запеленутое в тугой фланелевый кокон.

Меня только что привели в чувства. Ощущение безгра-

ничной эйфории от того, что я теперь мама и что больше не будет ТАК больно, захлестывают меня.

Акушерка ставит мне капельницу и сообщает:

– Богатырь! Здоровячок! Сейчас тебя заштопают, и я отвезу вас, мамочка, с сыном в палату... Ты молодец!

– Мамочка, – улыбаюсь я, глядя на сына, маленькой шурящейся гусеничкой лежащего под специальной лампой. – А он не упадет?

Акушерка заливисто смеется.

– Упадет, конечно. И не раз, пока вырастет. Но точно не сегодня. На вот, пока врач занят, позвони, – акушерка протягивает мне телефон. – У тебя две минуты.

Свои две минуты я разделила поровну между мужем и мамой.

Муж схватил трубку сразу:

– Как ты?

– Приезжай утром, папочка, хочу тебя кое с кем познакомиться...

– Умница моя, как ты? То есть как вы?

– Мы здоровы, все отлично. Устала дико, потом расскажу, сейчас зашьют и спать. Сам всем скажи.

– Главное, что ты в порядке. И это... спасибо за сына!

Набираю номер мамы, тороплюсь. Она долго не берет трубку, понятное дело, третий час ночи...

– Алло!

– Ну наконец-то, мам! Я родила! 4200! 55 см!

– О господи, слава богу! А я хожу целый день с головной болью, неймется что-то. Утром просто дико голова болела, прямо гудела, к вечеру давление поднялось, я уж и соседку звала, она мне померила, выпила таблетку от повышенного, заснула в восемь вечера, а в двенадцать уже проснулась, голова все болит, ну, думаю, надо опять давление померить...

**Знаешь, мам... Жаль, что нет на свете школы хороших мам. У каждой мамы своя собственная такая школа. Нас никто не учит быть хорошими родителями.**

Я знаю, мама, что ты любишь меня так, как умеешь. Как считаешь правильным. Я так же буду любить своего сына. Точнее, уже люблю.

Твоя мама, мам, моя бабушка со смешным фруктовым именем Груша, недолюбила тебя, маленькую деревенскую кудрявую девчонку, потому что ей было некогда. Она была занята домом, хозяйством и детьми. Любовь твоей мамы имела материальное воплощение – чугунок с красным борщом и теплые вязаные носки. Одеть и накормить. Бабушка Груня пекла в настоящей деревенской печи картошку и делала к ней жирную сметану. Все свое, натуральное. А вечером вязала детям шерстяные носки и шапки. Бабушке Груне некогда было обнять тебя, поцеловать, приласкать. Она подтыкала твое одеяло, собственноручно сшитое из лоскутов, и поправляла прядь твоих кудрявых волос, когда ты уже спала. Спала и не знала об этой мимолетной адресной ласке.

Свой дефицит любви ты реализовала, уже будучи взрослой, создав семью. Ты вышла замуж и родила детей, чтоб их любить и чтоб они любили тебя. Но старший – мальчик – не оправдал твоих ожиданий в части получения качественной и щедрой любви: он не терпел телячьих нежностей, был молчалив и отстранен.

А младшая – девочка – другое дело. Выращенная родней в другом городе до половозрелости, ладненькая, умненькая, она сама бросалась в руки, прелесть голубоглазая, бантики-косички. Машина по производству безусловной любви и ласки.

Ты забрала меня к себе и с энтузиазмом стала выкачивать из меня любовь, заполняла пустошь живительной влагой моих объятий. Я с не меньшим энтузиазмом отдавала ее тебе. Все дети вдохновенно любят мам.

Все. Я видела это своими глазами. Уже будучи взрослой, я долгое время курировала школу-интернат для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Там была девочка. Тома. Ее мама сидела в тюрьме: совершила несколько очень страшных преступлений. Тома с шести лет в этом интернате.

Тома красивая девочка, хоть и сложная. Отстраненная. Тому захотели удочерить. Нашлись благополучные родители, которые решили забрать Тому к себе.

– Зачем мне новая мама? – пожала плечами Тома. – У меня же есть.

– Тома. – Заведующая интернатом мягко погладила ее по плечу. – Твоя мама еще долго будет сидеть в тюрьме. Она не сможет дать тебе детства, которое ты заслуживаешь. А новые родители смогут.

– Послушайте. – Тома стряхнула руку заведующей. – Моя мама – самая лучшая. Я вырасту, пойду работать, стану зарабатывать – и буду носить маме апельсины. Там, в тюрьме, совсем плохо с витаминами. А потом она выйдет, и мы будем жить, как все нормальные люди...

Это я к тому, что дети любят мам безусловно и заранее прощают им недостатки и слабости.

Однако дети взрослеют и начинают задавать вопросы. Смотрят с подозрением. Уточняют. Это нормально: они растут, им хочется осознанной любви. В вопросах нет ничего плохого, они маркер самоопределения, а не симптом нелюбви.

Я стала задавать вопросы.

Но ты расценила мои вопросы как бунт. Злилась, отгаликивала руки.

Ты заболела. Я испугалась. Смертельно испугалась. Когда ты в 13 лет вдруг обретаешь маму, живую и настоящую, а потом она вдруг театрально хватается за сердце и, собираясь умереть, предусмотрительно сообщает тебе, где лежат документы на квартиру, и весь этот ужас происходит лишь потому, что ты посмела спросить ее о том, что волнует тебя все 13 лет жизни без мамы, твой страх потерять маму так велик

и безграничен, что он накрывает тебя с головой волной ледяного ужаса и отпечатывается в сознании навсегда.

Ты тяжело дышала, а потом выпила валокордин и сказала, что отлегло.

А у меня, мам, до сих пор не отлегло. В тот день я мгновенно повзрослела, а ты открыла для себя новое месторождение моей любви и внимания – манипуляции твоим здоровьем.

И ты стала болеть. Ты болела так вдохновенно, разнообразно и продолжительно, что я, к своему ужасу, мам, даже и не помню тебя здоровой.

Спасая тебя, я стала щедро переливать в тебя плазму сочувствия и соучастия. Я занимаюсь этим всю жизнь. Пятнадцать лет в ответ на безобидный вопрос: «Как дела?» – я слышу скучный и подробный перечень твоих симптомов, болезней и обид.

Боясь показать тебе свое раздражение и усталость, ведь это еще один повод для обиды, а их и так множество, я слушаю молча, демонстрирую включенность: киваю, переспрашиваю, но думаю о своем.

Ты чувствуешь мое отдаление и усугубляешь его, яростно атакуя очередной, еще более серьезной болезнью.

Ты ненасытна в своем желании моего круглосуточного внимания и участия. И я отдавала, мам, отдавала все до последней капли, со всей возможной страстью девочки, искренне любящей маму.

И даже создав свою семью, я продолжаю любить, жалеть и лечить тебя с утроенной энергией, чтобы не нанести урон твоему здоровью моим новым сияющим статусом жены. Но ты расценила это как предательство. В смысле, мое создание семьи.

Ты решила, что произошло восстание машин. Твоя машина по производству любви стала любить кого-то еще, и этот кто-то повадился к моей скважине, беззастенчиво черпая запасы любви двумя пригоршнями. Ты возмутилась и привычно заболела, отвоевывая свое право на полновластное владение моими ресурсными мощностями. Ты боролась.

А я... Я не видела в этой отчаянной материнской борьбе ярости бессовестного эгоизма, я видела лишь девочку-кудряшку в шерстяных носках, накормленную досыта, но недолюбленную бабушкой Груней. И жалела ее, эту девочку.

Два дня назад я приезжала к тебе ночью, разругавшись вдрызг с мужем, категорически запретившим мне ехать к тебе на последней неделе беременности (это опасно!), убеждавшим, что в двадцать семь лет уже пора научиться распознавать твои очевидные манипуляции, а я рыдала и рвалась к выходу, доказывая мужу теорему о твоём плохом самочувствии и обвиняя его в бесчувственности; в итоге, неукротенная, дождалась, когда муж заснет, и сбежала, летела к тебе по пустому ночному МКАДу, еле дотягиваясь до руля из-за огромного живота огурцом, торопилась, открывая дверь дрожащими руками. И все это ради того, чтобы убедиться,

что муж был прав и ты сладко спишь в своей комнате, в которой даже не пахнет валокордином.

# 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.