

Кристина Миняйло

# Удачное ЭКО — твой позитивный настрой на результат

Наша реальная история



Кристина Миняйло

**Удачное ЭКО – твой позитивный  
настрой на результат.  
Наша реальная история**

«Издательские решения»

**Миняйло К.**

Удачное ЭКО – твой позитивный настрой на результат. Наша реальная история / К. Миняйло — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-509194-9

Эта книга — откровенный разговор с читателем на тему преодоления бесплодия. Книга, помогающая настроиться на положительный результат борьбы с недугом, которым страдают многие семьи. Реальная история женщины, прошедшей через борьбу с бесплодием и победившей благодаря врачам и правильному, сотканному из жизненных ситуаций, часто удивительных, душевному настрою. Книга, которой нет аналогов. Книга, тема которой — табу. Рассказ о самом сокровенном и самом скрытом, чтобы рождались желанные дети.

ISBN 978-5-00-509194-9

© Миняйло К.

© Издательские решения

# Содержание

К моим читателям	6
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# **Удачное ЭКО – твой позитивный настрой на результат Наша реальная история**

**Кристина Миняйло**

*Моим долгожданным и бесконечно любимым детям и их отцу.*

*Самый счастливый день в нашей жизни – 25 января 2016 года –  
день рождения наших детей, Семёна и Николь.*

*Фотографы* linalebedeva\_design (Lina Lebedeva), lucheazarnaya (Tatiana Lucheazarnaya)  
*Корректор* Ольга Рыбина

© Кристина Миняйло, 2019

ISBN 978-5-0050-9194-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## К моим читателям

Я приветствую своих дорогих читателей!

Давайте перед началом долгого и откровенного разговора познакомимся. Меня зовут Кристина, я мама двух замечательных детей, рожденных благодаря процедуре ЭКО, стараниям врачей и моей огромной внутренней работе над собой, над своими страхами, своими сомнениями, своими комплексами, связанными с долгим бесплодием. На страницах этой книги я хочу рассказать свою историю материнства, рассказать максимально откровенно, я бы даже сказала – обнажающе. Это история о борьбе, о поиске ответов на вопросы, о пути к цели, о том, как не остаться с проблемой бесплодия один на один.

Главная цель моей книги – послать любви, надежды и веры в то время, когда вы, как когда-то я сама, перестали верить, когда надежда почти растаяла и трудно найти ресурс внутри себя, а окружающие не способны понять, да и ты сама не можешь, не хочешь объясняться на эту тему, ибо те, кто не прошел через это, не поймут, не смогут найти нужных слов: они их не знают. Через некоторое время ты закрываешься ото всех интересующихся темой детей, избегаешь разговоров о детях. Ты остаешься одна, непонятая, с навязчивыми мыслями, а в таком состоянии сложно полноценно жить и наслаждаться жизнью.

Главное, чего я хочу, публикуя эту книгу, – вдохновить, поддержать и мотивировать тех женщин, которые сегодня борются за право быть мамой. Борются при помощи врачей или в одиночку, а бывает так, что и сами с собой. Мне очень хочется сказать каждой женщине, столкнувшейся с этой проблемой: *Ты не одна, нас много, даже слишком, чтобы это можно было назвать справедливым!* Но ни одна из нас не хочет вынести свою проблему на всеобщее обозрение. Потому что это больно и страшно, это стыдно, это трудно.

Я знаю только одну женщину, которая смогла это сделать гениально, ярко, очень откровенно и смело, – художница Фрида Кало. Меня поразило то, как смогла она выплеснуть на холст свою боль отчаянного и тщетного желания стать матерью; обнажить тему, которая является табу. Обреченность, безысходность в ее картинах кричат во весь голос. Изувеченное в страшной аварии тело Фриды Кало не справлялось с беременностью, и она теряла надежду иметь ребенка, едва ее обретала. В то время медицина была неспособна ей помочь; живи художница сейчас, возможно, ей удалось бы воплотить мечту о материнстве, ее жизнь была бы счастливее и приобрела бы больший смысл.

О творчестве Фриды Кало можно найти противоречивые отзывы. Одни говорят о ярком, самобытном таланте, о неповторимости образов и стиля. Другие отмечают мрачность картин Кало, их депрессивность и даже деструктивность, несмотря на использование ярких красок. Но для художницы ее картины были своего рода дневником, на холсте она высказывала свои самые глубинные чувства, часто слишком болезненные. Пожалуй, такой творческий подход не может рождать милые, позитивные «картинки».

Так и в моей книге: некоторые вещи могут шокировать, вызывать осуждение у читателя. Но это то, что чувствую я, что важно для меня. Я никому не навязываю свою точку зрения, а только описываю ситуацию, внутри которой находилась. И это всегда не то же самое, что смотреть со стороны.

Нам с вами очень повезло! Сейчас в лечении бесплодия возможно практически все! Мы можем не только пытаться выплеснуть болезненные чувства, используя творческие приемы, занимаясь таким образом своеобразной психотерапией, или, напротив, закрыть их в себе, переживая в одиночку. Сегодня у женщин намного больше шансов воплотить мечту о материнстве. Нужно лишь иметь твердое желание и, конечно, внутренний ресурс, определенный настрой для его исполнения.

И если эта книжка оказалась у вас в руках, значит, вам небезразлична тема материнства, значит, вы ищете некий ресурс, который даст вам силы идти дальше к своей долгожданной мечте или просто важной для вас цели.

Знаете, ведь у женщин бывает много разных желаний и целей: похудеть, помолодеть, найти жениха, купить машину, квартиру, сумку «Луи Виттон», позагорать на мальдивском пляже и т. д. Найти информацию по всем этим запросам просто; и поскольку все эти желания материальны, они довольно легко выполнимы. Но невозможно запросто приобрести ЛЮБОВЬ, ЗДОРОВЬЕ и МАТЕРИНСТВО. А материнство, как я считаю, это ЛЮБОВЬ + ЗДОРОВЬЕ, и никак иначе! Это главный рецепт обретения счастья быть мамой.

Я поняла, что, вбив в поисковую строку вопрос «как получить статус мамы?», имея в виду как настроить себя на успех в этой важной для женщины части жизни, мы не получим ответа – его просто нет! Нам предлагают только процесс. Лечение бесплодия – это процесс. Это первый ингредиент – ЗДОРОВЬЕ. Никто из врачей не может гарантировать нам никаких результатов. Очень часто от настроения пациента на исход лечения зависит успех работы врача. Мы знаем об этом из множества историй борьбы с онкологией, когда врачи не дают долгосрочных благоприятных прогнозов, а пациент силой духа побеждает болезнь, но я не встречала ни в одном лечебном учреждении таблички «Отделение благоприятного настроения» или что-то в этом духе. Конечно, есть психологи, но в данном случае психологическая помощь скорее факультативна, она не входит в обязательную программу, схему лечения бесплодия. Это большое упущение. Кто-то справляется сам, а кто-то ломается и впадает в отчаяние.

В свое время мама предложила мне обратиться к психологу, но первый вопрос, который я задала себе: «А психолог может знать, что такое бесплодие в плане женских душевных переживаний?». И я отказалась: слишком тяжело было бы говорить на эту тему с человеком, который заведомо не поймет мою ситуацию, который не сможет мне помочь не потому, что плохой специалист, а потому, что ему это чуждо по-человечески. Эта тема сложна даже для обсуждения с психологом. Многие из нас не умеют говорить, объяснять свои чувства. Возможно назвать чувство («мне очень больно», «я разбита» и т. п.), хотя и это дано не каждому, но передать, что *действительно* происходит в этот момент в душе, намного сложнее. Эти эмоции: как момент долгожданной встречи, как звонок – «Со мной все хорошо, мама». Как опытный врач определяет самочувствие с полувзгляда, так и мать, чувствуя движения своего чада, сразу определяет: сегодня что-то вяло двигается, может быть, погода такая – спит; или слишком разошелся мой малыш, и с радостью и улыбкой от того, что он такой сильный и активный – «Как же я буду управляться с таким егозой, когда ты родишься?» И совсем тревожно, если долго нет пинков, ты просто только и делаешь, что ждешь и прислушиваешься к себе, к нему, к ним... Это мысли за долю секунды. Это нужно замедлить мысли и описать их.

Я, разумеется, могла заблуждаться, возможно, при помощи психолога я быстрее пришла бы к цели, возможно, врачу не нужно «пройти через проблему самому, чтобы лечить». Я пишу лишь о том, что чувствовала и думала я в тот момент. Я не верила, что смогу с первого раза найти хорошего психолога, который мне поможет. Я очень даже сомневалась, что в этой ситуации психолог, в принципе, может быть полезен! Любой совет в этой ситуации воспринимался мною в штыки! Ничего уже не раздражало сильнее, чем чей-то совет что-то еще сделать. Анализируя пройденный путь, я осознаю, что нужен специалист, который будет готовить женщин к процедуре ЭКО. Но «лечить мозги», не делая больше ничего, – я убеждена – бесполезно.

В общем, я скептически отнеслась к предложению услуг психолога, не хотела путем проб и ошибок искать хорошего (сведущего в этом вопросе) специалиста. При этом я не считаю, что от помощи психолога в принципе стоит отказываться: возможно, кому-то психологические сеансы будут полезны. Но вокруг меня в тот момент врачей было и так слишком много, и все они генерировали в моей голове больше вопросов, чем ответов, – еще одного источника «голо-

воломок» я бы не выдержала. Я хотела разобраться во всем сама. Ответить на вопросы, которые уже были в моей голове, разложить на атомы все страхи и «законы».

Тем не менее я думаю, что в такой ситуации женщине нужен тот, кто заставит ее посмотреть на ситуацию иначе, кто расширит горизонт ее видения: тот, кто прошел через это, кто был по обе стороны материнства, глотнул горечи бесплодия и сладости долгожданного материнства. В период моей борьбы никого подобного рядом не было, не было и того, кто хотел бы поговорить на эту тему откровенно и с желанием помочь. Рядом друг с другом так много, катастрофически много, женщин с диагнозом «бесплодие», но почти каждая считает эту тему табу для обсуждения даже с подругой по несчастью, да и я сама, честно говоря, не стала бы распространяться о себе, особенно до того, как все получится. Решение психологической стороны вопроса чаще всего лежит на нас самих, мы остаемся с этим практически один на один. Итак, второй ингредиент – ЛЮБОВЬ – сокрыт внутри нас.

Я надеюсь, что ответом на вопрос каждой из вас «Как и когда исполнится моя мечта стать мамой?» станет эта книжка. Книжка, уникальная по своей цели, уникальная по содержанию. Тема, которая раскрывается в ней – табу, в первую очередь для тех, кто носит внутри проблему бесплодия. Кто держит в себе эту боль и тревогу, кто не видит выхода, тогда как выход есть. Это взгляд в зеркало, взгляд в душу, поиск смелости внутри себя, поиск смирения и надежды. Каждую короткую главу надо осознать, подумать над ситуацией, переварить. Эта книжка – работа настройщика рояля, вы должны подтянуть каждую струну. Как только работа будет закончена, вы получите результат. Каждое слово здесь имеет смысл, его нужно уловить, возможно, придется перечитывать отдельные главы, чтобы возник и закрепился «терапевтический» эффект: пришло осознание смысла сказанного и принятие основных фактов. Под принятием я подразумеваю ваше внутреннее ощущение, что «урок усвоен», что внутренне вы понимаете сказанное. Основным индикатором будет ощущение, что вы увидели путь или даже несколько путей решения.

Моя личная история – это история ЧУДА. Я стараюсь делиться этим чудом, этим колоссальным опытом. Как-то мне стало известно, что есть как минимум четыре совершенно конкретные женщины, которые хотят, чтобы именно я помогла им настроиться или даже настроила их на путь ЭКО-мамы. Эта формулировка просьбы, «настроить», заставила меня задуматься, что это все равно как настраивают инструмент, чтобы затем сыграть на нем чудесную мелодию под названием НОВАЯ ЖИЗНЬ... И я (конечно!) согласилась им помочь, поговорить. Но, несмотря на мое искреннее желание помочь, наши беседы так и не состоялись.

Я очень хорошо понимаю почему, поскольку сама имела похожий опыт. Надо отметить, даже сама просьба о беседе была высказана через посредника, а не напрямую. Произнести вслух многое из этой темы очень и очень сложно. Именно поэтому родилась идея этой книги. Те, с кем мне удалось поговорить (это женщины, которые напрямую не просили о таком разговоре, просто возник удачный момент, когда удобно было поднять неловкую женскую тему), уже счастливые мамы. Очень смело было бы сказать, что мамами они стали благодаря мне. Ни в коем случае! Просто я чуть-чуть настроила их, показала точку отсчета... И – свершилось! Я получила много благодарности, и положительная обратная связь позволила мне думать, что мне удалось донести нечто важное.

Милые девушки, женщины, я пишу эту книжку для вас с любовью и надеждой, что смогу достичь струн вашей души, настроить их, не причиняя неудобств, которые возникают при необходимости формулировать свои чувства, чтобы тебя поняли. Я хочу помочь вам и отдать дань мирозданию за то, что моя мечта исполнилась. Это тоже важно – вернуть кредит доверия, в какой-то степени обменяться дарами этой жизни. Нельзя только просить, только получать, надо делиться и возвращать сторицей, и вот – я делюсь, хоть это и трудно. Книгу может прочитать любая, даже самая закрытая и робкая натура, тогда, когда удобно и есть желание и намерение воспринять написанное на сто процентов. Эту книгу можно и нужно перечиты-



вать, с удивлением понять то, что, безусловно, не раскроется с первого раза. Читайте ее по пути к врачу в метро или в ожидании очереди на прием, просто на досуге, слушайте в машине. Этот текст дается нелегко – трудная тема, но очень важная.

## **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.