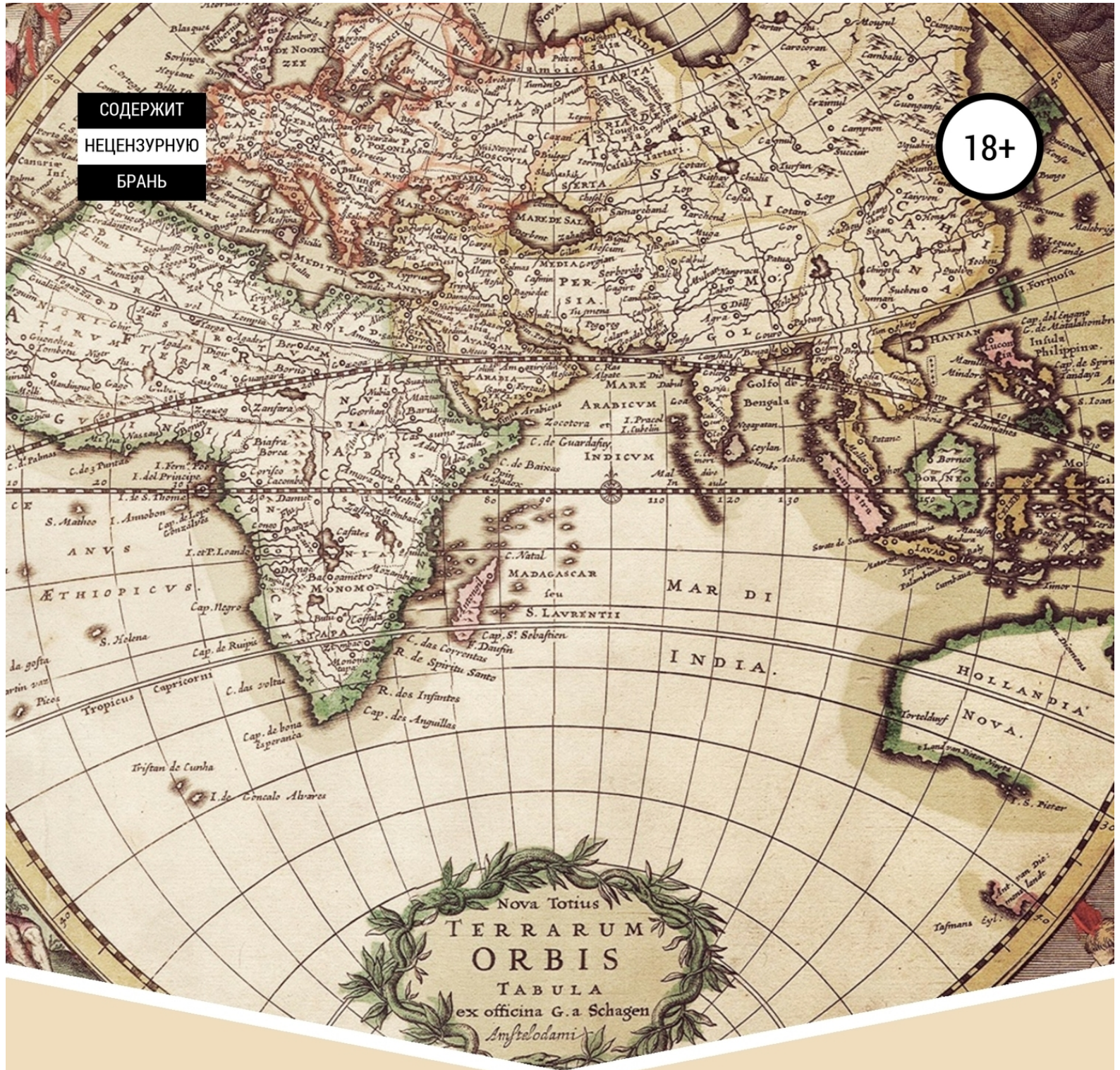


СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

18+



Елена Бобкова

Дневники юриста эмигранта

или как вырастить гениального ребёнка

Елена Бобкова

**Дневники юриста,
мечтающего об Австралии**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

Бобкова Е.

Дневники юриста, мечтающего об Австралии / Е. Бобкова —
«ЛитРес: Самиздат», 2019

Дневники блондинки юриста, мечтающего уехать в Австралию. Опыт переезда из Красноярска в Москву, который по сложности сравним с переселением первой экспедиции на Марс. Практические рекомендации и примеры как вырастить гениального ребенка, работая полный рабочий день и ещё много смешного и интересного. Содержит нецензурную брань.

Содержание

Переезд в Москву.	6
2007 год	13
Январь 2007	13
4 января 2007	13
4 января 2007	13
Май 2007	14
21 мая 2007	14
21 мая 2007	14
22 мая 2007	15
22 мая 2007	15
24 мая 2007	16
30 мая 2007	16
Июнь 2007	17
1 июня 2007	17
1 июня 2007	17
3 июня 2007	18
5 июня 2007	18
6 июня 2007	19
7 июня 2007	19
8 июня 2007	20
12 июня 2007	21
13 июня 2007	22
13 июня 2007	22
20 июня 2007	22
28 июня 2007	23
28 июня 2007	24
Август 2007	26
2 августа 2007	26
9 августа 2007	27
22 августа 2007	27
28 августа 2007	29
Сентябрь 2007	31
2 сентября 2007	31
10 сентября 2007	31
12 сентября 2007	31
16 сентября 2007	32
17 сентября 2007	33
17 сентября 2007	34
17 сентября 2007	35
20 сентября 2007	35
21 сентября 2007	37
23 сентября 2007	37
Октябрь 2007	39
2 октября 2007	39
3 октября 2007	40
5 октября 2007	41

5 октября 2007	42
5 октября 2007	42
7 октября 2007	43
7 октября 2007	44
10 октября 2007	44
12 октября 2007	45
12 октября 2007	46
12 октября 2007	46
21 октября 2007	51
21 октября 2007	51
29 октября 2007	52
30 октября 2007	53
Ноябрь 2007	54
1 ноября 2007	54
8 ноября 2007	54
25 ноября 2007	54
25 ноября 2007	55
25 ноября 2007	55
Конец ознакомительного фрагмента.	57

Переезд в Москву.

Наверное, начать надо с Москвы. Хотя... наш первый грандиозный переезд был из Красноярска в Москву, наверное, с него и нужно начать.

Точнее, начинать надо с самого начала – надо только понять, где это интересное место. Итак, переезд из Красноярска в Москву. Это был, пожалуй, один из первых масштабных семейных проектов, которые мы потом осуществляли и продолжаем осуществлять с завидной регулярностью.

Итак, все началось с того момента, когда мы только закончили ремонт в своей квартире. Казалось бы что тут такого: сделал все красиво и живи, наслаждайся. Но даже в детстве, при игре “в домики” мне было интереснее строить домики, чем потом играть там в куклы. Так было и в уже взрослом возрасте: сначала мы разрушили всю кухню до бетона, и до того, как сделали там новую красивую и светлую кухню, мы немного пожили с бетонным бункером и даже устраивали там романтические ужины при свечах. После окончания ремонта, который включал в себя стеллаж из уникального дерева, сделанный по индивидуальному заказу на всю стену, мы сразу решили, что хочется чего-то большего. Тем более, что мы работали каждый на трех работах и, иногда, даже приходилось доделывать работу в 3-4 часа ночи, а утром идти на другую. И это казалось нормальным. Я уже работала тогда юристом, имела достаточно редкий опыт арбитражной судебной практики и работала с бюджетными контрактами. Я, как никто, знала, что такое “регион-донор”. Видела сколько денег зарабатывает Красноярский край для всей страны и сколько возвращается из бюджета обратно. Если быть краткой: зарабатывал Красноярский край очень и очень много, а возвращались копейки. Задерживали зарплату в госучреждениях, в коммерческом бизнесе платили также – мало и нерегулярно. Поэтому идея была у меня такая: “А поехали в Москву за своими деньгами!” У Леши же была другая идея: “А, давай, переедем в Москву и потом в Штаты!” В общем-то первый пункт плана совпал, и мы решили, что там видно будет и стали планировать отъезд в Москву. В этом переезде мы еще решили не сжигать мосты, да и родители все были еще в Лесосибирске и Туруханске, то есть там же в Красноярском крае, поэтому мы поехали сами, а квартиру оставили в Красноярске – решили, что потом разберемся. И вот это было, конечно, ошибкой. Потом мы уже сделали вывод, что все дела надо закрывать сразу же и не оставлять на потом, особенно, в такой непредсказуемой стране как Россия.

Основной план нашего переезда касался того “сколько денег нам надо с собой”, точнее сколько мы сможем заработать за полгода. Больше ждать не хотелось. И, главное, на сколько нам потом этих денег хватит. Хватить должно было до того момента как мы найдем работу и получим первую зарплату. Хотя бы один из нас. Как обычно, у Леши было все проще с работой, такой специалист был нужен везде, у него были друзья и знакомые, с которыми он сразу, еще из Красноярска начала общаться по поводу работы. Один из друзей, Серега, настоящий москвич, в самом лучшем значении этого слова (к слову сказать, он реабилитировал всех москвичей в моих глазах до нашего переезда) и сын дипломата, был крестным отцом нашего переезда и дал рекомендацию Леше в компании, где он тогда работал. Леша отправил резюме и, можно сказать, что его взяли, практически, по прилету.

Заработанных и скопленных денег нам должно было хватить только на два с половиной или с большой натяжкой на три месяца и то, если мы не сильно много потратим в первые дни на гостиницу. Как вы видите – бизнес-план по переезду у нас был достаточно детальный: гостиница, аренда квартиры, все самые мелкие платежи были учтены на эти первые три месяца ожидания работы. Мы не очень любим обременять друзей и знакомых, поэтому предпочитали решать вопросы самостоятельно. Поселились мы сразу после аэропорта в гостинице Измайловская. А, надо сказать, что переезжали мы с двумя сумками. Такой у нас уже сложился обычай –

не везти с собой хлам и мебель, а начинать все с чистого листа. В одной сумке был компьютер, а в другой все остальное. Никакого багажа за нами не следовало и не предполагалось.

Как только зашли в номер гостиницы это было полное брезгливое “фу!”. После этого я все Российские гостиницы на четыре звезды воспринимала именно так. Надо было принимать какие-то санитарные меры, тем более что другого номера на смену не было. Я расстелила на каждом кресле выданные полотенца, потому что кресла были очень подозрительные, полотенца чуть менее. На второй день мы поняли, что гостиница – это засада! Всё, решительно всё вокруг стоило невменяемых денег, такое ощущение, что вся округа работала на тех командировочных, которые жили в этих корпусах гостиницы Измайловская. Мы поняли, что, если проживем там еще хотя бы три дня, потратим все накопленные деньги. Но снять квартиру было не так-то просто.

Да, я считала себя крутым юристом, выступающим в судах и все такое. И я и Леша переехали в Красноярск сразу после школы и справлялись там с жизнью вполне самостоятельно. Но процесс съемок квартиры в Москве выглядел как вот такой диалог с риелторами по телефону:

–Добрый день... мы бы хотели квартиру снять.

–Какую и где? Двушку? Трешку? Садовое кольцо?

–Нет, однушку... где-нибудь в районе на Тульской или за ней.

После этого разговор обрывался банальным бросанием трубки с той стороны провода. Похоже, что такие неликвидные квартиры сдавались каким-то другим нам неизвестным образом. С таким грустным настроением мы пришли к нашему доброму знакомому Сереге, у него с его другом Кириллом была своя компания и они были достаточно успешные бизнесмены, продавали ноутбуки, причем, оптом. Сами понимаете, способности договариваться на любые темы у них были не в пример прокачаны, по сравнению с нашими. Рассказав о своих неудачах, мы показали газету с зачеркнутыми вариантами. И тут Серега показал нам класс, позвонив по паре тех же самых телефонов и... ему риелторы стали перезванивать сами! В итоге мы сняли квартиру уже на следующий день. Квартира была на Тульской, совсем рядом с метро, в старом тихом районе за огромным пугающим зданием в народе, называемом “Титаником”. Дальше было очень много сложностей. Начать с того, что, когда я начала искать работу, первый вопрос, который мне задавали был... про акцент.

–А вы не местная да? Не из Москвы? У вас акцент какой-то странный... Значит, местного московского опыта у вас нет.

У всех местных была уверенность, что Москва расположена на другой планете, говорят тут на другом языке и законодательство совсем не такое, как во всей остальной России. И, да – мне все отказывали первые четыре недели. И даже вовсе не по профессиональным причинам – до этого дело просто не доходило. У меня был к тому времени довольной редкий для Москвы опыт судебной арбитражной практики по вопросам земли и недвижимости, по одной простой, независящей от меня причине – в Красноярске взятки не брали. По крайней мере, в таких масштабах как в Москве, поэтому по вопросам земли и недвижимости судились, что называется, “до талого”. А в Москве дойти до арбитражного суда с государственными органами это была невероятная редкость, потому что были прекрасно отработаны тысячи других способов решать такие вопросы. Но вот, выяснилось, что первое препятствие к работе – это мой “акцент”. “А мужики-то не знали...” Ну, то есть мы то всегда думали в Сибири, что это у москвичей акцент, а оказалось у нас. В итоге, еще на этапе телефонного собеседования мне задавали первый и прямой вопрос: “А сами-то вы откуда будете?” и, получая прямой ответ “из Красноярска” сразу отказывали, ссылаясь на острую необходимость в познаниях Конституции и глобуса Москвы на этом конкретном месте работы.

В итоге, я отправила свое резюме на вакансию, где требовался строго мужчина (да, толерантность по таким вопросам в Москве отсутствовала напрочь), закончившей МГИМО или МГУ, свободный английский и московская прописка, разбирающийся в земельном законода-

тельства Москвы и имеющий опыт ведения судебных дел с землей и недвижимостью. Считая этот вот последний пункт моим коньком, я честно проигнорировала все предыдущие, посчитав, что в Москве, в конце концов, не может быть особенного земельного законодательства, которое бы противоречило законодательству России, я отправила свое резюме. Три раза. Надо сказать, что перед отправлением, я убрала из резюме любое упоминание города Красноярска, решив не лишать себя шанса найти работу в таком городе снобов еще на первом этапе. Таким образом, мое образование там значилось, как “юридический факультет, государственный университет” без указания города, что в общем-то было чистой правдой.

После применения подобного тактического маневра меня взяли после первого собеседования. Сразу познакомили с делами. Это были чрезвычайно интересные кейсы, и я азартно погрузилась в работу. Работы у них накопилось по моей части очень много, поэтому я не особенно много общалась с начальством, в основном с клиентами и с судебными инстанциями. Для тех, кто не знаком с реалиями работы в то время, про сейчас я ничего не знаю, расскажу, что на время испытательного срока, обычно, работника брали с минимальной и “черной” зарплатой, без официального оформления, чтобы потом расстаться по-быстрому. И не всегда такой работник был уверен, что его не используют за эти три месяца и что потом зарплата будет такой как обещали раньше. Через три месяца мой работодатель решил выполнить свои обязательства и принять меня на постоянную работу официально, и главный бухгалтер попросила у меня трудовую книжку. Я принесла и через три часа меня вызвал к себе самый главный босс, недоуменно уставился на меня и растерянно спросил:

–Так ты не из Москвы что ли?

–Нет... Из Красноярска.

–Эээ, то есть ты МГУ не заканчивала?

–Ну, почему, я заканчивала юрфак в Красноярском Государственном Университете, то бишь КГУ. И я не понимаю, как название города может менять суть. Такой же популярный университет. У нас конкурс был сначала 17 человек на место, а потом даже 70, когда МВД и прокуратура для своих работников места взяли.

Босс явно не справляется с собой, в задумчивости смотрит в окно, и я понимаю, что я единственный человек в коллективе не из МГУ, и не москвичка... Хорошо хоть про английский не спросил. Похоже, я тоже единственная кто ни бэ ни мэ в английском. Но я решаю добить ситуацию и спрашиваю:

–У вас есть какие-то конкретные претензии к моей работе?

–Нет... Нет, ты что! Ты вообще спасла нас и все отлично делаешь...

–Ну, тогда какая разница откуда я? В Москве нет шансов получить опыт работы в арбитражных судах, вы же понимаете...

–Да, теперь я все понимаю...

Вот так я там и осталась работать. Кстати, опыт работы в консалтинге, а это был консалтинг – очень интенсивный. День за три. Я научилась выставлять счета за свою работу так детально, как это делают американские юристы. Очень помогает хорошо научиться управлять своим временем, когда ты постоянно должен записывать что делал каждую минуту и ты знаешь, что все это будет стоить денег. Два раза подумаешь, прежде чем уйти на обед на час. Работали мы с раннего утра и до 11-12 ночи. Часто Леша заканчивал работать раньше и ждал меня, гуляя по часу-два перед зданием.

Занималась ли я фитнесом в это время? Ха-ха и еще раз ха. Фитнес? Нет, не слышала. Я была коллекционером всех самых махровых заблуждений по части фитнеса: начинала бегать сразу и много и меня хватало максимум на два раза, после которых еще долго болели колени, постоянно ныла спина от работы, я могла сесть на “безуглеводку”, “белковую” или еще какую-нибудь псевдо диету, загнать себя ежедневными двух часовыми и совершенно бесполезными

занятиями в спортзале до зеленых кругов под глазами, потом сорваться и отъедаться на праздниках перед телевизором. Знакомо?

Были еще очень пара интересных моментов, о которых хочется рассказать. Мы были в восторге от московской погоды, от холмов и от множества зелени вокруг. Да-да, с Красноярском было не сравнить. В центре города, в Красноярске не так много было тогда деревьев на улице, да и вот эта вся одежда, которая нужна: для зимы, весны, лета и осени, а еще для снега летом, для дождя зимой и для постоянных перепадов температуры ночью и днем, иногда на 20-30 градусов и для еще больших перепадов со вчера на сегодня. Сменить такой “резко континентальный климат” на более мягкий – было неожиданно и приятно. Почему “неожиданно”? Никто из нас не останавливался на долгое время в Москве до этого, я вообще там не была ни разу, и мы даже не предполагали, что может быть такая разница в погоде и климате. Наивные сибирские дети.

Так вот про историю. Поскольку в самом начале денег у нас ни на что не было и в магазин мы ходили, зажав в руке... пятьдесят рублей, по-моему... запутаешься с этими российскими деньгами. Короче, их хватало только на три вещи: косточки для супа, хлеб и что-то сладкое и очень недорогое к чаю. Все. За три месяца проживания мы поняли, что самая необходимая вещь по которой мы скучаем это... телевизор. Да, я очень понимаю зомбированных россиян. Но вот только представьте себе: мы переехали в другой город, в другой мир, который раньше видели только по телевизору. И в итоге, каждый день проводили на работе, без обеда и перекуров, дело было после дефляции и кризиса 1998 года, работами просто так не разбрасывались, а мы еще мечтали и квартиру купить в Москве, причем срочно и в кредит. Так вот, работали не жалея себя, в выходные, когда могли, куда-то выходили гулять, но чаще всего просто не могли заставить себя встать и выйти из дома и отсыпались за неделю. Через три месяца возникло ощущение, что мы никуда не уезжали: город-то не видели, просто не было времени, а дорога до работы и обратно была в метро под землей. Да, я могла прогуляться от метро Парк Победы в сторону МИДа по садовому кольцу, но рано утром, в час пик, это не такое уж великое удовольствие. Тем более, когда постоянно смотришь на часы и боишься опоздать на работу. Это потом, я старалась ходить обходными маршрутами по Кропоткинской, выбирая более спокойные улицы и разглядывая дома на “золотой миле” в которых квадратный метр стоил по миллиону долларов и подрядчики, и владельцы которых входили в число моих клиентов с консультационных проектов.

В общем и целом, мы поняли, что нам очень надо почувствовать себя в Москве и для этого нам нужно... нет, не свободное время. Его не было. Нам нужен телевизор! Мы решили со второй зарплаты купить любой маленький хоть какой-нибудь телевизор. Если вы помните, я еще была на испытательном сроке и зарплату получала неофициальную и очень маленькую. В выходной мы поехали на рынок Савеловский, так как наслышаны были от красноярцев, что именно там командировочные покупают всякую бытовую технику. Посмотрели на цены... Поняли, что нам будет очень и очень тяжело в следующие два месяца если мы сейчас купим даже самый простой телевизор, очень расстроились и купили китайский транзистор, чтобы хотя бы радио было. Выйдя из рынка и спускаясь в переход, я сердито проворчала себе под нос:

– Долбаные москвичи, ну и смотрите сами свое телевидение, нафик оно нам не сдалось...

А за моей спиной в это время горела Останкинская башня, но мы этого еще не знали. Придя домой, первое что мы услышали, включив и настроив радио:

– Москвичи и гости столицы, возможно, не смогут увидеть любимые телевизионные передачи еще месяц!

И дальше про пожар на Останкинской телебашне. Первая моя реакция была, конечно же, испуганно глядя на Лешу, я твердо сказала:

– Это не я! Я ничего такого не делала! Меня транзистор вполне устраивает!

Потом было много интересного и приятного, но и сложного, трудного и очень тяжелого в Москве. Вехой такой трудности стала первая долгожданная беременность и все эти мытарства по женским консультациям в каждой из которых меня спрашивали прописку и общались ну как примерно с беженкой или бомжом, не считая нужным оформлять вообще никаких документов, при этом выставляя совершенно невероятные цены за любые медицинские услуги. К тому моменту мы жили уже почти год в Москве.

В конце концов, мы решили сделать прописку чего бы нам это не стоило, просто потому что скандалить каждый раз с милиционером у метро, вымогающим немного денег каждое утро и обед и спорить с врачами, просто надоело. В тот момент это был, наверное, пик ценности московской прописки, когда все на ней завязано и никто тебе ее не сделает даже временную (тогда еще не было такого, когда можно было в упрощенном порядке получить временную регистрацию по месту проживания и все страшно боялись за свою собственность не только в Москве, но и в Московской области). В итоге мы нашли какое-то объявление, по которому предлагалось сделать постоянную прописку в Московской области, на её самой дальней границе за 700 долларов. И это было, так на всякий случай две наших зарплаты за два месяца, если считать за минусом денег за аренду. То есть 4-6 месяцев надо было прожить, очень сильно затянув пояса, чтобы потом немного на еду осталось. Что мы и сделали, только предварительно нам надо было расписаться, то есть пожениться, чтобы не платить за две прописки 1400 долларов. До этого момента, да и особенно в этот момент я была ярким противником регистрации, браков и, особенно, свадеб. Не знаю, почему я вызываю такие чувства, но у меня сложилось впечатление, что все мужчины без исключения хотят меня загнать в эту замужнюю кабалу с самого начала, и я этому отчаянно сопротивлялась.

Через несколько месяцев я уволилась с работы, потому что ушла в декрет. В то время, да еще и в консалтинге было сложно найти компанию, которая бы к декрету относилась положительно. Но беременность моя закончилась неудачно и на совсем позднем сроке. И вот это был первый раз, когда мне пришлось серьёзно задуматься о здоровье и начать худеть и заниматься спортом после существенной гормональной перестройки и поломки организма. Не имея никаких знаний и представлений о том “как это работает”, я записалась в спортивный клуб, взяла все положенные тренировки с тренером и после этого ходила туда регулярно каждый день, занимаясь по 2-3 часа. Как вы сами понимаете, делала я там совершенно странные вещи, но очень популярные для 80% населения. Сначала я шла на беговую дорожку, чтобы разогреться. Думаю, что это больше какой-то эмоциональный разогрев: такой способ настроиться на упражнения, когда приходишь в спортивный зал и не знаешь, с чего начать, да и вообще начинать-то не очень и хочется. На беговой дорожке или на эллипсе я зависала на 20-30 минут “бодрого шага”. Потом шла по кругу на тренажеры. Просто обходила их по кругу, внимательно изучала наклейки с рисунками мышц и старалась подключить именно эти мышцы. Повторы и подходы, выбор веса – это всё было не про меня, этих измерений в моей вселенной не существовало. Единственное объективное и измеряемое было: пройти все тренажеры на пресс и плечи по кругу и на каждом “что-то поделай”. Потом сделать пару отжиманий с колен и готово! Я тоже боялась больших мышц как многие женщины и старалась махать рычагами тренажеров с максимально возможным низким весом. Все силовые упражнения на ноги я старательно игнорировала, по причине того, что не хотелось “сделать ноги большими”. Про существование мышц на спине мне вообще было неизвестно, не говоря уже про их важность. Короче, вы все поняли, про мой уровень познаний в фитнесе в тот момент. Надо сказать, что тренеры, которые со мной тренировались в зале, были несколько не лучше – мне давали те же самые отжимания, скручивания, подъем однокилограммовых гантелек на то, чтобы сделать “погоны” на плечах. Более бессмысленную, беспощадную и неэффективную тренировку сложно представить. После этого я растягивалась на мате в течение 10-15 минут, и шла снова на беговую дорожку еще на полчаса. Полный образец того, как “не надо делать”.

Таким образом, плюс бесконечные диеты, я старательно измотала свой организм до некоторого похудения. При таком подходе и моем типе фигуры, у меня худеет верх до состояния “кожа и кости”, но низ остается прежним, пусть даже с более плоской попой, но довольно широкой и тяжелыми ногами. Тип фигуры не груша, а скорее гитара. Из-за этого постоянно возникают проблемы со спиной – отсутствие мышц делает задачу спины по поддержке более мышечного и динамичного “низа” очень сложной, почти невозможной. Но это знания все “из будущего” пришли ко мне лет на 15 позже, тогда я ничего этого не знала и была немного шокирована тем, как трудно, тяжело и долго мне далось это похудение и я даже близко не была довольна результатом и своим внешним видом в те 28 лет. Тут я могу с уверенностью сказать, что моя фигура в 44 года выглядит намного более гармонично и красиво, чем в мои 20 лет и в 30 лет. У меня никогда, до моих 38 лет, не было такой круглой, упругой и подтянутой формы кхм... ягодич, красивой формы спины и рук. Плоский живот был почти всегда. Но какой в нем смысл, если задница бесформенно висит, а сутулая костлявая спина вызывает жалость?

Закончим на время с фитнес цифрами и вернемся к работе. После получения первого интенсивного опыта работы в консалтинге, дальнейшие работы находились сами и, так же, как и в Красноярске до этого, поиск работы уже не представлял никаких трудностей. Я бы могла написать отдельную книгу про свои работы и про своих замечательных коллег и начальников. Наверное, мне просто очень сильно везло, но все компании, в которых я работала и люди, с которыми работала были, по-настоящему, уникальны и это был такой интересный опыт, о котором всегда приятно вспоминать. Почти со всеми своими бывшими коллегами и начальниками я поддерживаю контакты до сих пор. Если сейчас кто-то из вас читает эту книгу – не возмущайтесь! Это мой стиль поддерживать контакты раз в год, честное слово, для меня этот год пролетает как день и можно сказать, что я со всеми общаюсь хотя бы раз в день!

Одно из самых замечательных мест работы, о которых у меня осталось очень много теплых воспоминаний, был Проплекс. Большая компания, владеющая в том числе и фабрикой по производству пластикового профиля для оконных конструкций. В Проплексе был прекрасный коллектив и, пока я работала там, я родила Мишку, даже не заметив вот этого времени декрета. Я работала до последнего дня перед родами и это было совершенно не потому, что я “должна была”, а просто потому, что не могла не работать и это доставляло удовольствие. Потом, когда Мишка родился, я через некоторое время вышла на половину дня, а потом и на полный день. К сожалению, потом производство и офис переехал в Московскую область, а мы купили квартиру ближе к центру, и логистика перемещений стала почти невозможной. Но мне повезло опять, и я нашла работу в 5 минутах от нашего дома. Перерыва между работами у меня было, вечером три раза в неделю был спортивный зал. И такой распорядок мы совмещали с ведением ремонта в новой квартире. Конечно, сами бы не справились никак, спасибо моей сестренке, которая водилась с маленьким Мишкой и которой я доверяла как себе.

Плюс еще с этого момента я начала вести свой LiveJournal или ЖЖ, все посты из которого сейчас с удовольствием перечитываю. Из-за невозможности отвечать оперативно, я закрыла в режим “только для себя” все старые посты, но для этой книги я выложу тексты из некоторых постов, в хронологической последовательности. А после этого продолжу жизнеописание переездов и своей фитнес-эволюции.

Первая книга, вот эта самая, это начало квеста: про то, как мы решили переехать в Австралию, с какими сложностями столкнулись. Про оформление документов, везение и невезение. Очень много постов про Мишечку, его смешные лингвистические познания русского языка, когда ему было 3-4 года и пошаговое руководство “как вырастить гения”. Мою работу в Москве, в той прошлой жизни я была юристом, аудитором и читала лекции для бухгалтеров некоммерческих организаций. Мое полное незнание английского и трудности с обучением этому языку, нулевые познания в фитнесе, скачки веса и все глупые идиотские диеты, проблемы со здоровьем и так далее.

Все имена, фамилии и названия компаний изменены – любые совпадения случайны.

2007 год

Январь 2007

4 января 2007

Вчера посмотрели фильм "Блондинка в законе", даже бы пересмотрела и еще раз. Блин, мотивации заниматься в спорт клубе никакой. Уже месяц бьюсь с собой. И правильно питаюсь тоже, читаю всякие умные книжки и журналы, а толку никакого.

Еще поняла такую интересный момент: с рождения Мишучка я стала очень часто болеть, и, мне кажется это потому, что меня мучает совесть за то, что я не провожу с Мишучком много времени с одной стороны, и не имею права на отдых с другой стороны. Вот и получается закономерность: "когда я болею, у меня законное право отдохнуть, в том числе и от ребенка, о чем в другое время мне просто стыдно подумать". Вот и пришла к мысли, что лучше проводить с ребенком время более качественно, чем больше по времени, но в это время сидеть и смотреть телевизор. И надо что-то почитать, чтобы не испытывать чувство вины за то, что иногда хочется расслабиться и что-то сделать для себя... Какие-то психологические методы, практики?

4 января 2007

Давно хотелось это написать: Как я запустил себя и обстоятельства или "...это не значит, что не надо делать совсем ничего, это значит, что надо работать надо собой и не пытаться менять внешние обстоятельства, а начинать с себя" Конечно, если отнестись к этому по-доброму, то можно сказать, что все тотальное расслабление получилось из-за полугодового, даже больше стресса, из-за покупки квартиры, из-за жизни на чемоданах, непростой жизни у родителей, дороги каждый день по пять часов. Но все уже прошло, мы отдыхаем уже два с лишним месяца, а я все никак не могу выйти из процесса отдыха. Это выражается в том, что воля у меня атрофировалась напрочь, я не могу сходить в магазин со списком продуктов, я не могу встать в одно и то же время, я не пытаюсь даже продумать план на день, не то, что на следующую неделю, и даже дома толком ничего сделать не могу. Что же делать? Поскольку вариант тотальный не получается, надо действовать step by step. начнем со следующих шагов: стакан воды перед едой с утра, ограничить себя в сладком, вечером вместо еды поиграть с ребенком (придумать массу интересных игр), начать планирование по чуть-чуть. Буду вести дневник, писать отчеты. Решено.

Май 2007

21 мая 2007

Вчера ходили на пикник возле дома:

Леша взял одноразовый мангал и мяско, пожарили, покушали, загорели, пошли домой. Очень было радостно. Тем более, что до отпуска остается каких-нибудь 5 дней... Скорее бы уж!

Вчера с Настенкой поэкспериментировали с автозагаром. Отскрабились и намазались. Очень хочется загар! Правда я переборщила, как мне кажется, в этот раз, но теперь не могу себе позволить загорать на солнце много, стала вдруг понимать, что это очень вредно. Тем более у меня очень белая кожа. Вот даже на работе часто вижу женщин, которые возвращаются с загарного курорта, и кожа красивая только издалека, а вблизи становится дряблой и морщинистой. В принципе автозагар – хорошая альтернатива. Только надо приноровиться. Вот до этого использовала Dove, но он дает легкий золотистый налёт и очень быстро смывается, а если хочешь, чтобы более или менее было видно, до надо каждый день им пользоваться и оттенок получается желтушный какой-то. Сейчас попробовали Dior Bronze. Очень прикольный цвет загара, приятная текстура и "не воняет тухлятиной", как говорит Настя.

Кстати, почему-то все автозагары именно так и пахнут? Правда, мы немного перестарались. Но это потому, что в инструкции написано, что проявляется через 30 минут, а на самом деле часа через 4-5 и еще там написан, что после первого нанесения надо повторить через три часа. Вот этот второй раз и был лишним.

21 мая 2007

в субботу сходили в новый ресторана на углу Профсоюзной, рядом с домом напротив фитнес клуба – "ПиФФной". Так там замечательно! Вкусное пиво, везде кожа, очень красиво и вкусно пахнет. Туалет – 10 баллов по моей 10 бальной шкале!

А потом пошли гулять, чтобы потратить калории и посмотреть на природу. Хотели дойти от дома до Поклонной горы. Пресекли Ленинский, Вернадского, и от Вернадского пошли каким-то Гарлемом. Представьте: куча гаражей, разбитых и разобранных машин, и народ, который эти машины разбирает-собирает, зашкуривает и т. д. Полное впечатление было, что мы случайно наткнулись на один из параллельных миров, куда переправляют угнанные машины. И мы, опасливо озираясь по сторонам, брели, боясь стать невольными свидетелями какого-нибудь преступления. Причем время было 14.00. Полдень и жара. Потом нас какой-то добрый маргинал пропустил через ворота СМУ 161 внутрь и пошли через это СМУ насквозь, так бы пришлось возвращаться. Впечатление было такое, что это просто ворота, которые стоят посредине Венеры или Марса или, что это 2225 год. Картины из фильма "Бешеный Макс". Короче – до ворот и после, картина абсолютно одинаковая. Зачем они там?

Потом, когда мы вышли уже, с другой стороны, из других ворот этого СМУ, там был другой параллельный мир – наш. И там было все привычно. Потом мы заблудились, зашли куда-то на Винницкую, а там стройка и тупики. И опять нет природы и всё депрессивное вокруг.

Потом вернулись на Мичуринский и поперлись до Университета, до Воробьевых гор. Посмотрели издалека на Поклонную гору. Поняли, что туда мы не дойдем. И пошли вдоль Воробьевых гор до м. Университет. От м. Университет доехали до м. Профсоюзная на маршрутке, потому что уже не было сил. И от м. Профсоюзной пошли до родных Новых Черёмушек уже пешком. В горку. Нехилую такую. Прошли за день, с петляниями 16 км!

22 мая 2007

Так и быть расскажу про свою фишку – рейтинг туалетов. В рейтинге не считаются уличные биотуалеты, никогда там не была (фи!) и очень их опасаясь.

И не считаются домашние (частные) туалеты.

В рейтинге учитываются:

- запах;
- чистота;
- сантехника;
- вид туалетной бумаги -

Ну вы понимаете о каких туалетах идет речь? о тех, в которых её нет, я и не говорю – такие туалеты даже в рейтинге не участвуют, потому что я в них не захожу. Помните, как во Френдсах? “Рэчел не ходит в публичные туалеты и в туалеты, где нет туалетной бумаги.”

В английском варианте это звучит ещё смешнее, и я согласна с каждым словом:

Моника говорит: “No, Rachel never pees in public restrooms” “Нет, Рэчел никогда не писает в общественных туалетах”

Рэчел подтверждает: “Well, they never have any paper in there, you know, so my rule is: “No tissue, no tushy” “Конечно! В них никогда не бывает туалетной бумаги! Ты знаешь моё правило: “Нет салфетки – не будет попки!”

- наличие бумажных полотенец (не люблю фены для сушки рук);
- наличие жидкого мыла и его качество;
- чистота пола (выделяю в отдельную категорию, поскольку даже самые безупречные туалеты грешат этим);
- дизайн;
- освещение (яркость, отсутствие теней);
- зеркало (размеры);
- отсутствие очередей;
- наличие крючков для сумки и одежды;
- удобные (не поломанные) замки и защелки.

Оценка по 10 бальной шкале.

Например:

2 балла – Макдоналдс; за 10 баллов, я по приезду в Москву в 2000 году брала туалет в Смоленском пассаже, но что-то через два года туда ходили, и он скурвился до 7 баллов;

сейчас 10 баллов туалет в ресторане Пиффной, хотя у меня нет иллюзий, что он такой крутой, только потому что ресторан открылся неделю назад, так что время покажет;

твердые 8 баллов можно дать туалетам в Му-Му.

Ну вот.

22 мая 2007

Как же хочется жрать!

Для того чтобы не пережирать (какое хорошее слово!) для меня подходят перекусы через 4 часа, только вот проблема одна: чем перекусывать, если внизу на третьем этаже в нашем офисном здании один фаст-фуд. А если я допустим что-нибудь возьму из дома, то мне этого уже не хочется в обед, а хочется чё-нибудь другое.

И еще я заметила одну фишку: что если кушать сначала (сразу как только голод появился), а появляется он у меня ровно через 3.5 часа, то я могу съесть чуть-чуть и исключительно здоровой пищи, если подождать еще немного, то сначала "отпустит", а потом захочется

чего-нибудь вредного, но не сладкого, ну, типа, картошки фри, а вот если еще переждать, то, блин уже хочется торта или шоколадной пасты и ничего другого...

Вот чем вы перекусываете на работе и обедаете? А чем завтракаете дома?

Поделюсь еще одним вспомогательным средством, хотя навряд ли оно вам подойдет. Когда я очень сильно хочу есть, мне надо почитать журналы о еде, обязательно с большим количеством картинок, и с фотографиями процесса приготовления. Причем, в моем случае это напоминает мазохизм, скорее просмотр порнографии. Так вот, я посмотрю-посмотрю и перехачиваю есть напрочь, как будто поела. И принцип первого абзаца не действует: есть не хочется вообще.

24 мая 2007

Продолжение «как же хочется»: спать и в отпуск!

Еще:

–кофе с фереро роше;

–в спортзал... Но! чтобы за меня кто-нибудь позанимался, а приятная усталость была в моем тельце;

–заняться маленьким шопингом (на пол дня и 2000 рублей), даже знаю че хочется – платьице и заесть обидку, тогда-то от нее точно ничего не останется;

–посидеть на улице в каком-нибудь кафе, чтобы попить капучино и попялиться на людей, как в отпуске;

–А! и купить домой, то, что давно хотели.

А вот жестокая реальность в том, что надо пахать по-черному еще два дня, потому что дел на троих и на неделю...

30 мая 2007

Я сегодня красила стулья. Мы купили в ИКЕЕ стол и 4 стула. На стульях сэкономили: белый стул, который нам был нужен стоил 1990 рублей, а который такой же точно, но мореный и некрашенный – 650 рублей плюс банка акриловой краски 399 рублей. То есть если умножить на 4 получается довольно существенная разница. Купили краску акриловую, оказывается на называется "эмаль на водной основе" марки Мастер люкс 70 (импортная – лень название в оригинале проверять). Прикольная штука: совсем без запаха – раз, действительно эмаль – два, очень быстро сохнет – три (один слой, где-то через полчаса высыхает). Я думала, в удовольствии покрашу стульчики...

Если вам вдруг кто-то скажет, что красить стулья – это легко – не верьте!!! Уже через три часа меня это занятие так достало! Во-первых, у стула оказалось очень много граней, намного больше, чем я ожидала, во-вторых, стула четыре!!! В-третьих, чтобы цвет краски был более или менее равномерный надо нанести, как минимум 5 слоев, с перерывами в полчаса, иначе-полосы, в-четвертых, малейший просчет с количеством краски на кисточке или валике, моментально высыхают капли и подтеки. Хотя, Леша посмотрел и сказал, что все идеально. Но я-то знаю, что нет! В итоге завтра заштукатурю наждачкой все неровности, и нанесу финишный слой...

Вообще, наверное, дело в том, что я по натуре спринтер, а не стайер. То есть люблю забеги на короткие дистанции, быстро выдыхаюсь морально и не терплю рутинную работу.

Июнь 2007

1 июня 2007

вчера поехали за Мишей в садик и по дороге мимо Воронцовского парка (500 метров от нашего дома) случилась пробка: милиция саперный отряд, куча автомобилей и оцепление. Оказывается, под скамейкой в парке обнаружили пакет с боевыми гранатами. А мы позавчера именно возле этого места с Мишей провели где-то три часа: там батуты и кафе "Воронцовское". Я, конечно, понимаю, что там убирают каждый час и наверняка вчера этого пакета там еще не было. Но все равно чувство возникло очень и очень неприятное... Гуляя в этом ухоженном до миллиметра парке, где все сделано для детей, обычно чувствуешь себя в безопасности: ребенок никуда на дорогу не выбежит, детей там куча, кажется, что никаких опасностей. А тут... После таких новостей мне хочется эмигрировать куда-нибудь в Австралию и чем быстрее, тем лучше...

1 июня 2007

Поскольку мы заколебались уже по двадцать раз в день объяснять, как и что надо делать, чтобы похудеть, рассказываю все тут. Потом просто буду отсылать сюда для чтения.

Принцип первый: не надо садиться на диету – надо поменять образ жизни. Чем эти два понятия отличаются? Если Вы точно знаете, что можете продержаться на таком режиме питания три и более месяцев, без ущерба для здоровья и психики, значит это – образ жизни. Любое возвратное ограничение питания грозит возвратом потерянного веса плюс еще 3-5 кг каждый раз.

Принцип второй: кушать надо не меньше трех раз в день – это аксиома! Лучше – пять. Самый обильный и сытный приём пищи – это завтрак. Завтракать надо чем раньше, тем лучше. Что делать если завтракать не привык, не хочешь и не можешь? Ответ: чтобы захотеть завтракать надо не кушать за 4 часа до сна. совсем ничего, кроме воды. Если и это не помогает, на момент приучения к завтраку можно попробовать не кушать три дня после 6 вечера или после 4 вечера. Завтрак – это ключевой момент.

Принцип третий: на этапе снижения веса – никаких простых углеводов (картофель, кукуруза, белый хлеб, макароны, конфеты, торты, печенье), можно сложные углеводы: зерновой хлеб (лучше ржаной, а не пшеничный). Если совсем без углеводов невозможно, то можно позволить себе что-нибудь сладкое, но строго до 10 утра, после 16.00 лучше кушать только белковую и не жирную еду (курица, фасоль).

Принцип четвертый: не надо много жрать! постоянно перебивайте себе аппетит: чуть-чуть перекусили, встаньте, позвоните по телефону, помойте посуду, сходите за молоком в магазин. Когда сядете за стол "доедать" уже не так сильно хочется есть.

Принцип четвертый: старайтесь не совмещать телевизор и не здоровую еду: пиво чипсы, сладкое, булки. Если смотреть интересный фильм (матч) можно с удовольствием сожрать и килограмм сельдерея без всякого ущерба для здоровья.

Принцип пятый: если на работе можно найти только варианты фаст-фуда на обед, надо брать еду с собой, хотя бы бутерброды.

Принцип шестой: один из самых важных! Читайте этикетки на продуктах. Допустим, все сорта колбасы, сосисок и сарделек содержат огромное количество сахара. Полезным можно считать только сыр с содержанием жира не более 30%, кстати, по вкусу он нисколько не отличается.

Во все сублимированные продукты добавляется крахмал, сахар и соль – убийственное сочетание. Во всех блюдах ресторана и столовой в два раза больше жира и масла (первый раз добавляется в процессе приготовления, второй раз "для обновления" перед подачей на стол). Вывод: лучше кушать домашнюю еду.

Принцип седьмой: пейте много хорошей воды. И кушайте меньше соли. Для любителей соленого есть варианты соли для сердечников (продается в супермаркетах с сердечком на упаковке) в нее просто добавлено много калия, который выводит соль из организма. На мой взгляд, по вкусу не отличается.

Продолжение следует. Вторая часть будет про фитнес. Третья про приготовление еды. Четвертая – трудности и их преодоление.

3 июня 2007

вчера приезжали родители, соскучились по Мише, видимо, поняли, что в этот раз лучше "на нашей территории", мы с Лешей в 10 утра пошли сначала на Шрека-3, потом на Пираты карибского моря-3. Понравилось всё. Теперь подробнее:

Шрек, как всегда, не подражаем: мужчина мечты. Обаятельный, рассудительный, сильный и, главное, забыла, как это называется: "простой, но многослойный" ?.. ладно, как-нибудь, вспомню. И – харизматичный! Кстати, похож на одного моего знакомого, который любит из девушек пейджеры вытрясать (за ноги), и жена его очень похожа на Феону, только еще обаятельнее, сразу хочется потискать. Вот только одно несовпадение: детей у них двое, нуу, то ли еще будет.

Пираты карибского моря-3 -понравилось, но устала думать, очень сложно воспринимать фильм, когда не видел второй части, первую половину фильма очень сложно понять: кто кого и за что подставил...

Потом, через пять часов просмотра фильмов, мы поехали в центр, пешком прогулялись километров 10, забрели на "Золотой остров", это куда ведет знаменитый мост от ХХС (Храма Христа Спасителя), и где стоит Петр Первый Церетели. Прикольнее всего там оказались инсталляции из дерева. И еще. Это действительно остров, блин. И пришлось оттуда выбираться таким же путем, как и зашли. У меня уже еле ноги передвигались... А потом на Фрунзенской набережной мы сели на речной трамвайчик: очень-очень-очень медленно движущаяся хреновина. Вполне чистенького и прикольного вида с хорошим баром и очень чистыми стеклами. Совершенно случайно мы оказались рядом с пристанью и она пристала туда же: билет 250 рублей за "Парк культуры" - "Киевский вокзал", там, где-то пять остановок, но цена вне зависимости от остановок. Едет очень медленно. даже успело надоесть. Зато очень красиво. И пиво есть.

Короче прогулка получилась дольше чем мы ожидали: домой приехали только в 22 часа. Зато во время прогулки я, как и всю неделю до этого, мечтала о велике, но тут мне пришла в голову одна умная мысль: мы, конечно, можем его (или их) купить и неделю покататься. Но где мы их потом хранить будем? И сразу расхотелось... Вот думаю может прокат есть в Москве?

О! Леша напомнил мне слово про Шрека: "Непосредственный!"

5 июня 2007

похвастаюсь:

подарила себе Полар, наручный пульсомонитор.

как и обещала на достижение 58 кг!

блин, такая сложная штука, мануал читаю урывками уже третий день...

Натолкнуло меня на мысль и то, что Полар спрограммировал мне тренировку для улучшения существующих физических результатов с помощью 5 тренировок в неделю по 30 минут или трех по часу. Получается, чтобы улучшить физическую форму и получить удовлетворение от душевных групповых тренировок в спортзале, мне придется ходить туда, как минимум, на три-четыре часа. Афигеть!

Короче я решила бегать по утрам под тотальным руководством Полара.

Приготовила с вечера одежду, поставила кофе, только включить печку.

Утром вышла с большим энтузиазмом. Могу сказать, что с Поларом заниматься очень прикольно.

Наверное, для каждого впечатление будет различным. Вот для меня разница была в том, что раньше (когда была совсем спортивно-неграмотной) бег утром для меня значил "убегать в хлам", ну то есть так, чтобы конкретно почувствовать, что "позанимался". Все время было обидно при покалывании в боку вынужденно останавливаться и идти: как же так, проснулась в такую рань, а теперь просто шагаю.

С Поларом все проще: задаются границы пульса – ниже пищит, выше – тоже пищит, пробежка варьируется от легкого джоггинга до быстрой ходьбы, без всяких неприятных впечатлений. А главное, понимаешь, что хоть и не перенапрягаешься, но с каждой минуты максимально эффективно достигаешь цели улучшения работы своей сердечно-сосудистой системы и улучшения физической формы.

Хорошие впечатления:

–запах утреннего Воронцовского парка;

–здорово сделанные дорожки и тропинки в парке;

–прекрасное утро;

–потрясающий ливень, ох-ох-ох.

Плохие впечатления:

– несмотря на то, что на воротах парка написано "запрещено гулять с собаками", и вокруг 4 (!) специальных прогулочных площадки для собак, утром с собаками гуляют дофига народу, причем, обидно то, что собаки огромные (я их боюсь) без намордника, без поводков и гадят везде. И гуляют с ними друзья животных, на главных аллеях, а люди, бегающие по утрам, или делающие зарядку, прячутся среди деревьев, и старательно переходят на шаг или обходят все "опасные" места.

Но хороших впечатлений получилось больше!

Тренировка должна была быть 30 минут, но через 20 минут начался такой ливень, что сначала я пыталась наслаждаться, но потом пульс подскочил до 154 и пришлось тренировку закончить и бежать домой.

Единственное, что я бы посоветовала – это все же не брать такой "навороченный" Полар. Очень, блин, сложно с ним общаться. Когда я тренировалась по Лешиному было намного проще – он не требовал улучшения физической формы и не ставил программу тренировок, а был таким "сторонним" наблюдателем со своими робкими рекомендациями. Все-таки самая простая модель Полара за 3 тыс. рублей значительно круче этими своими свойствами "не вмешательства".

8 июня 2007

Сегодня утром побежала в очередной раз.

Профиль тренировки не посмотрела. Оказывается, была "Короткая". Ну они все варьируются от 30 до 50 минут. Для меня это детское время. Вот эта самонадеянность меня и подвела.

Начиналось все очень позитивно – эта хреновина выставила мне стабильный пульс после теста: 142-153, на таком пульсе я могу спокойно бегать хоть полтора часа. Но, оказывается в тренировке три части: "лайт", "модерейт" и "хард". В общем, когда эта штуковина запищала и потребовала поднять пульс 158 до 164, я по-возмущалась, но прибавила скорость. Но на этом издевательство не остановилось! Через 15 минут он снова давай пищать и требовать, чтобы я бежала в пределах 168-178, я думала умру. Единственно, что заметила – удивительное чувство, что когда бежишь в напряге самостоятельно, то начинает – колоть в боку, сводить ногу судорогой, задыхаться и так далее. А с этим "сализмом" – ни фиги подобного: только вся поверхность кожи красная, очень жарко и пульс бьется даже в кончиках ушей. Но никаких неприятных ощущений, кроме отчаянно сопротивляющегося нагрузке организма: лень, тяжело, неохота, и "когда все это закончится".

Я думала, что тренировка длится 30 минут. В части "хард" немного по-халтурила: разогнаюсь до нужного диапазона, потом перехожу на легкий бег и пытаюсь всеми способами удерживать высокий пульс – руками кручу и размахиваю, только чтобы не бежать с ненормальной скоростью. Проходит 30 минут, 35 ... Ни фиги – тренировка не заканчивается. Сначала он, типа, поддается, снижает границы пульса – дает отдохнуть, потом снова ставит запредельные. В общем на 36 минуте я разозлилась и отключила его и пошла домой уже шагом.

Вот было, наверное, зрелище: бегу неторопливо – "пи-пи", срываюсь с места, несусь как ненормальная, "пи-пи" замедляюсь, и начинаю размахивать руками в беспорядочные стороны...

В общем, пришла домой посмотрела файл с результатами тренировки и поняла, что это я сама себя мучила!!! Мне надо было всего еще 3 минуты продержаться в зоне "хард", и он бы от меня отъезжался и закончил тренировку, а я своей халтурой продлила ее и свои мучения еще минут на 15.

Я просто была уверена, что Полар считает только время, заранее определенное, а потом, типа подведет итог "ну-да, ты похалтурила, вот столько-то минут". Оказывается, он не отвяжется пока я всю программу не выполню. И чем быстрее все сделаешь, тем быстрее окончится тренировка. Вот жеж, блин.

12 июня 2007

сегодня совершили марш-бросок по Москве:

в 10 утра выехали на метро до Шаболовской, потом пешком: Нескучный сад, Воробьевы горы, Мосфильмовская, Мичуринский, Косыгина, Вернадского (зашли в Капитолий), Ленинский, Гарибальди и мы дома. Прошли километров 16-18, Миша поспал, раза три поел по дороге. Шли с разными остановками и петляниями, совсем медленно (хотела написать: при пульсе 115-125, 60% от максимального значения – просто научилась у Полара определять пульс свой точно. Пришли домой в 20.55 только.

Про Лешу: показываю ему как сделала аппликацию бабочками на кофту свою, спрашиваю:

– Прикольно получилось?

Он, желая показать, что понимает мою радость:

– А, что это за кофта?

– Зара. Я купила ее давно, бракованную, с дырочкой посередине, не могла придумать что с ней делать...

Леша (старательно восхищаясь):

– Ааа! Зара! Ух ты!.. Настоящая! – с такой интонацией, типа это от Диор или Шанель, ха-ха.

Еле сдержалась, чтобы не захохотать. А то думаю, человек старался выразить свое восхищение, а я тут...

13 июня 2007

В последнее время спортсмены и профессиональные актеры при необходимости сбрасывания веса все чаще стали обращаться к так называемой диете углеводного чередования. Почему она получила такое название? Тут все просто: дело в том, что главная роль в этой диете отводится постоянной манипуляции с количеством потребляемых углеводов. Допустим, вы отводите себе на похудение два месяца. Этот отрезок вы делите на четырехдневные циклы.

Первый и второй дни этого цикла – низкоуглеводные, потребление белка на уровне 3-4 граммов на килограмм веса, в то время как потребление углеводов составляет 0,5 грамма. Третий день – высокоуглеводный, потребление углеводов может составить 5-6 граммов на килограмм веса, при этом прием белка можно сократить до 1-1,5 грамма. Четвертый день – умеренный: потребление белка – 2-2,5 грамма на килограмм веса, углеводов – 2-3 грамма.

При этом вес тела меняется следующим образом: за первые два дня углеводного истощения можно потерять 0,5-1 кг, причем даже в третий день, когда вы едите много углеводов, этот процесс продолжается. К вечеру четвертого – утру пятого дня значительная часть потерянного веса возвращается, однако не стоит расстраиваться. Дело в том, что те углеводы, которые вы съели, привели к задержке воды в организме (1 грамм углеводов связывает 4 грамма воды) и вновь набранные граммы – вовсе не жир. Уже к утру шестого дня (второго дня второго микроцикла) вы будете весить столько же, сколько весили до начала углеводной загрузки. При этом хочу заметить, что подбор продуктов, калорийность, частота приемов пищи сугубо индивидуальны и диктуются такими обстоятельствами, как пол, возраст, личные пристрастия, наконец.

13 июня 2007

Грузят по полной с самого утра, ох...

А я с сегодняшнего дня начинаю диету углеводного чередования. Цель?

Во-первых, хочется сдвинуться со стабильных 58 кг.

Забыла указать для полноты картины: при росте 167 см. А то появятся у кого-нибудь ненужные заблуждения.

Во-вторых, занять уже мышечный рельеф хоть какой-нибудь, ниже пояса.

Выше пояса вроде все нормально, даже крылья подобрались, и бицепсы с трицепсами появились. Вот вроде и все цели.

Тренировки: каждый день кардио с Поларом. Я его так люблю! говорила уже? Он как тамагочи. И два раза в неделю силовая. Ну и одна для настроения. если со временем получится.

Посмотрим, что получится. Хотя бы 57 и уже было бы веселее. Хотя, мне сейчас больше важен рельеф и "сушка", чем вес.

20 июня 2007

Воронцовский парк закрыли совсем. Теперь вывеску с объявление "закрыто на реконструкцию до 07 июля" заменили на вывеску: "Приносим свои извинения. Парк закрыт на реконструкцию и подготовку к пятому фестивалю цветников до 14 июля". Я это перевела: дорогие сограждане, дайте уже нам отремонтировать, сдать и дальше засирайте себе на здоровье."

Утром видела, как в закрытый парк пыталась пролезть толстая тетенька – она протискивалась и испытывала на прочность ворота в парке. Не пролезла. Собаке, с которой она вышла гулять было очень за тетеньку стыдно."

Бегать вокруг парка, по тротуару, вдоль дороги – неинтересно и значительно менее приятно. Хотя в 6 утра машин не сильно много. Зато везде ремонтируют дороги.

В Москве везде покрасили (?) (выложили? сделали?) пол на остановках. Даже не знаю какие слова найти для описания, но на всем протяжении остановок (всех почти!) в Москве асфальт стал выложен шероховатым и ярко зеленым песочком. Очень красиво, как коврик. А переходы стали такой же фактуры, но красно-белыми и очень широкими. Как объясняет Московское правительство – это сделано (на переходах) для улучшения сцепления с дорогой при торможении. В связи с этим у меня вопрос: почему не ДО перехода, а НА нем? какой смысл увеличивать сцепление, когда пешеход уже сбит? А до этого его (сцепления колёс с дорогой) не было? Что бы преступник не сбежал? Или чтобы для сбегания, ему проще было стартовать? Может кто пояснит? Непонятно... Но очень красиво.

28 июня 2007

Короткий визит. Красноярск. Сестрѐнки.

Пока я выспалась и собралась, пока мы поболтали с Настѐной дома, пока оделись. В общем вышли, погуляли, прошли, как обычно, по всем магазинам.

Блин, как же весело и интересно было бы жить с сестренками! Ну почему они так далеко! Встретились со Светиком в "Жареном солнце" и объелись блинами.

Потом пошли гулять. По дороге на придумывали сценарий Настиной свадьбы. Жаль, правда, что она еще замуж не собирается. Но это же не мешает помечтать...

Началось все с того, что мы с Настей нашли зашибательское платье, всего за 3600 рублей. И я сказала, что оно бы очень прикольно и оригинально смотрелось в качестве свадебного (не люблю, когда невеста похожа на подушку на чайник – рюшечки и прочее). Настя оживилась и сказала:

–О! А еще к ним туфли, ну те, помнишь?

Надо сказать, что в этом деле мы с Настей понимаем друг друга с полуслова!

Короче, мы придумали зашибательский наряд. Но воображение шло дальше и надо было придумать дополнительный антураж для фотографий: автомобиль ретро, темно-серый костюм для жениха, прическу для невесты и т. д.

Так мы весело прогулялись по набережной Качи. Там прикольно, если Светик не поленился отправить мне фотки, я их выложу.

Потом приперлись домой, а по дороге я рассказывала Свете про "Отпуск по обмену" – фильм и вообще эту систему обмена домами. оказалось, что она этот фильм не видела. И тут во мне проснулся охотничий азарт. Я говорю:

– Давай, найдем его и посмотрим!

Дело было уже часам к 9 вечера. Короче, мы на машине объездили (очень беспорядочно) 8 или 9 супермаркетов круглосуточных (Каравай-Командор-Каравай-Каравай-Красный Яр-Командор и так далее). В каждом с маньячным видом обшаривали полки с фильмами. В конце концов нашли только "Реальную любовь". И я уже безнадежно предложила посмотреть его. Было уже часов 11 вечера. Или 12? Наконец, мы увидели еще один супермаркет, но, чтобы попасть туда надо было развернуться. Света не поленилась и решила все-таки поставить точку

в поисках. И, представляете, мы туда зашли и сразу его увидели!!! Причем не в сборнике, а лицензионку! Мы как заорали радостно. Напугали всех, конечно, ха-ха.

Еще купили Рафаэлло и Ферреро Роше, пришли домой и стали смотреть. Было очень приятно: хавать вкусные конфеты и смотреть такой уютный фильм. Особенно, приятно, когда ты смотришь отличный фильм в пятый раз, а кто-то, кто смотрит его с тобой – и смотрит в первый раз. Я, правда, не досмотрела, мне показалось, что я хочу спать: ведь завтра надо было вставать в 6 утра и ехать в аэропорт. Но когда легла, пришлось будить Настену и разговаривать с ней и не давать спать до 3 ночи, потому что 3 ночи – это в Москве-то только 11 часов вечера.

Ну вот собственно вся моя поездка.

И, все-таки, еще раз напишу, что было бы просто супер круто если мы с девчонками жили в одном городе. А так как в Красноярск я не хочу, то может быть им в Москву переехать?

28 июня 2007

Ну и еще новость: по приезду я не смогла выйти на работу.

"Ну не смогла я!"

Вышла на следующий день. В обед позвонили из садика и сказали, что у Миши ветрянка. Я поехала его забирать. Выяснилось, что у них карантин и болеет 80% детей. И нифига не сказали, главное. Короче, после выздоровления пойдем уже в другой садик. В дежурный. Туда будем ходить до сентября, пока не откроется наш.

Звоню в нашу детскую поликлинику, вызываю врача. В тот же день после обеда. Надо ещё и справку для садика брать, чтобы без уважительной причины дни не пропускать.

–Добрый день, врача на дом можно вызвать?

–Нет, все уже, только до обеда.

–А можно на завтра с утра? У ребенка ветрянка и кажется температура.

–Нет, нельзя. А где раньше были?!! Че с утра нельзя было позвонить?!

–... Так не знали же, что заболит. Только сейчас вот и узнали.

–Ну теперь поздно. Звоните завтра с утра, после обеда придет.

–А что делать то нужно, чего нельзя? Это вообще опасно? А если температура, что делать?

–Ничё не знаю, уже никого нет. Звоните завтра.

–Ну вам же дозвониться нельзя. Все время занято или трубку не берете. Может запишете вызов на завтра.

Начинает орать:

–Ну кто вам сказал?! Кто вам сказал, что занято?! Звоните! На завтра можно только завтра!

На следующий день:

–Добрый день, можно врача вызвать?

–Участок?

–Наша врач – такая-то.

–Понятно. Детский садик какой? Номер полиса?

–Номер полиса я не помню. У нас его никогда не спрашивали, мы же к вам регулярно ходим, и карточка заведена. Последний раз были недели две назад.

–Узнаете номер полиса – звоните.

После такого окончания разговора дозваниваться нужно снова по 30-40 минут.

–Я вам только что... Эээ... час назад звонила. Почему вы бросили трубку?

–Без номера полиса – вызов не приму!

–Вы не можете отказать в вызове – это неотложная помощь, высокая температура, инфекционное заболевание!

–Умная какая! Мамаша, номер полиса!

Я впадаю в бешенство, когда меня называют "мамашей", чаще всего такое можно услышать (именно в таком презрительном тоне) в поликлинике, Департаменте образования или в детском саду. В конечном итоге я сдаюсь, долго ищу полис, говорю им номер полиса, номер детского сада.

–Где ваша карточка?! Почему ее в регистратуре нет?!

–Потому что карточки до 3х лет, по ВАШИМ правилам хранятся у врача. Мне это неоднократно объясняют в каждом кабинете вашей поликлиники. И карточку на руки не дают!

–...

–Адрес говорите.

Ура!! Наконец-то вызов принят. Врач будет через два часа. Я потратила на это около 4 часов за два дня с учетом поиска полиса.

Пришла врач. Наша участковая. Была у нас до этого дома раза 4, и мы были у нее на приеме бесчисленное количество раз.

–Как ребенка звать? Где ваша карточка? У меняаа?! А почему не у вас на руках?

Блин! если бы вы знали сколько раз мы просили ее дать на руки, опасаясь, что с таким распиздяйством они (с такой же медсестрой) ее просто потеряют. Хрен! И вот она мне такое выдает!

Но это еще не все. Расспросы продолжаются:

–Номер детского сада? Номер полиса? Какой участок?

Тут я вообще в шоке. Мало того, что все что из меня пыткой вытягивали в регистратуре, записывая вызов – ей не передали (то есть они просто издевались?!) Они еще и нас ваааобще не помнит и участок свой на вызове не узнает. Говорю:

–Вы нас не помните, Вы же наш участковой врач?!

–Нет, я вообще у вас первый раз. А, вообще, почему вы не позаботились о том, чтобы карта ваша на руках была?!

Финиш. Занавес.

Хорошо хоть диагноз подтвердила. 100% уверена, что в карту записать забудет. Придется переться в поликлинику, напоминать. Стоять над ней, чтобы написала. И силой забрать карту. И потом биться с ней и регистратурой за справку для дежурного садика. Афигительная медицина.

Август 2007

2 августа 2007

Я была потрясена.

Момент первый: возле работы есть длинная узкая дорога, только на одну машину, и когда я там с кем-то пересекаюсь, даже если в конце этой долбаной дороге, все равно мне никогда никто не уступает. Ну, потому что принято стоять, упершись бамперами и тупить, выясняя, кто круче. А, мне кажется, это потому, что, что никто задом не умеет ездить на авто. Вот я сразу, без тупежа и уступаю – долго пятяться и прячусь в какую-нибудь завалинку. Это так обычно бывает... А тут, выезжает черная мицубиси, за рулем девушка. Я думаю, ну все, снова – мне пятиться задом метров 80. И она, представляете... Без колебания сразу кивнула и давай назад сдавать, блин со мной ТАКОГО не было уже с тех пор, не помню, когда даже! Короче, пока она задом пятилась по извилистым дорожкам, ее даже какой-то мудака умудрился подрезать.

Момент второй: выхожу с покупками из Седьмого континента, медитирую, вся в своих мыслях. И тут замечаю, что мне до двери на улицу еще метров 5, а девушка мне ее держит и ждет меня. Я подхожу, смотрю на нее в недоумении, она мне говорит:

–Вы знаете, я так неловко прямо перед вами дверь захлопнула, когда вы входили в магазин... Вот, хочу извиниться.

Честное слово, челюсть у меня была на полу.

То есть не то, чтобы со мной люди никогда себя вежливо не ведут, совсем нет. Но тут просто такие утрированные и смешные ситуации были, что просто капец.

Момент третий:

Подходим с Мишей и Лешей к продавцу фруктов, она что-то набирает и взвешивает покупательнице. Миша втирается между покупательницей и продавцом и кричит:

–Дайте мне пейзаф [персиков], пожаюста!

Покупательница, улыбаясь кивает, продавец обслуживает Мишу вне очереди. Все вежливые и внимательные.

Момент четвертый:

Все на работе, кто ко мне подходил за день, сначала осторожно спрашивали:

–Лена, ты, наверное, сегодня очень занята? Давай, я потом подойду?

Я даже расслабилась немного от такого... Такого вот. Вот. Такого.

Момент пятый. Чуть не забыла! Самый главный. Позвонила вечером мама и без наезда, и без обид говорит:

–Ты, конечно же, не сможешь меня отвезти в очень нужную мне Тьму-таракань в РАБОЧЕЕ время? Ну ладно, я что-нибудь буду думать... Я так удивилась, что сразу согласилась на пятницу. Прямо стыдно стало, думаю: "вот уже даже поняла, что уговаривать бесполезно". Отвезу!

Как-то слишком много доброго отношения за день... Люди, давайте так не будем быстро меняться! А то я становлюсь подозрительной и начинаю искать недоброе!

9 августа 2007

Странно, что эта тема пришла мне после многочасовой пробки в Королев и обратно. Ярославское шоссе – пробка навеки! И еще дорожное покрытие там такоооое, что можно сразу ехать в сервис менять подвеску. Всю.

Аэропорт. Какие он вызывает у вас чувства? У меня аэропорт вызывает дикую ни с чем не сравнимую радость, детский восторг, счастье и ликование. Мне хочется дышать, прыгать, веселиться и срочно лететь куда-нибудь на самолете. Для меня аэропорт – это часть здания после распашных дверей, вся внутренняя часть и взлетно-посадочная полоса. В числе прочих обожаю Домодедово.

В аэропортах и запах особый – керосина, счастья и путешествий. Я, конечно, прекрасно понимаю, что другого отношения и быть не могло у девочки, которая значительную часть детства провела в аэропорту, и собиралась стать летчиком-испытателем. Кстати, рекомендую всем мальчикам, старше 10 лет почитать книгу Маркуши "Вам взлет!"

Что странно... В детстве я летала на, мягко говоря, не очень комфортных самолетах. Однако, это никак не повлияло. С мыслями о самолетах и аэропортах у меня всегда повышается настроение. Удивляют люди, которые боятся летать, и поэтому ни разу не летали. Как можно бояться того, чего не разу не пробовал. Очень напрягает стоять в пробке в районе аэропорта Внуково или ехать за рулем в Домодедово: вид взлетающих и садящихся самолетов просто завораживает. И очень отвлекает от "приземленных" пробок.

22 августа 2007

очень люблю эту историю о том, как все в жизни условно

Предыстория

Алеша уехал в командировку в Барселону. Вся странность его командировок заключается в том, что как только он уезжает у меня начинаются сложности: чаще всего ломаются автомобили: то его, то мой, то сразу оба, или я заболею или Миша, ну или еще какие мелкие неприятности случаются... Обычно, к его приезду все устаканивается.

В этот раз был обычный день, я ехала по какому-то рабочему делу на своем Пежо 206 по третьему кольцу. Была ранняя весна. Как раз то прекрасное время года, когда Москва заполнена серой грязной массой, неизменно залепляющей зеркала и стекла автомобиля, почему-то называемой снегом.

Я видела снег! Он не такой!

Так вот, еду я по вот такому третьему кольцу, в плотном тумане грязных брызг, опаздываю, естественно. Машина тянет все хуже и хуже, судя по тому, что меня немного кренит влево, что-то произошло с левым передним колесом. Я пытаюсь одновременно мысленно материться и умолять автомобиль проехать хотя бы до конца тоннеля. Но нет же! Он стопорится на самом неудобном месте.

Для тех, кто имеет счастье быть автомобилистом в Москве, эта ситуация будет более чем прочувствована. На третьем кольце существуют странные развязки: сначала съезд на четырех полосное движение третьего кольца – двух плотно движущихся полос агрессивных московских авто, а потом (буквально метров через 50) – выезд с третьего кольца, естественно, ряда в три, не меньше. И вот, получается такая, прелестно создания проектировщиками ситуация (интересно, эти гениальные ни разу не усомнились в правильности своих решений), когда автомобили, которые въезжают на кольцо, перекрывают дорогу тем, которым надо съехать, ну и те

которые просто себе едут по крайней правой полосе кольца тоже в долгу не остаются – им-то надо прямо. И вот угораздило меня застрять ровно между этими двумя съездами-выездами, причем, не в правом ряду и не в левом, а нескромно так, ровно в центре "битвы за место на развязке".

Из двух миров

Сижу в машине в белых брюках, в бежевых туфлях, в залепленной грязным снегом машине и выходить нет никакой перспективы. Выяснить причину поломки тоже не хочется. Не обругал меня только ленивый, сигналият все даже ленивые. А, между прочим, стою, мигаю аварийкой.... Какие у них есть основания подозревать, что я встала там "назло всем", или "отдыхаю", допустим?! Минут через пять захотелось поплакать. Не получается, блин... У меня всегда сложности с поплакать. Я лучше сломаю что-нибудь. Звонок. Поднимаю трубу, звонил Алеша из Испании и сразу с ходу вываливает на меня свой энтузиазм и радость бытия:

– Привет! Представляешь, мы стоим на горе Монсеррат, помнишь мы до нее тогда с тобой не доехали? Погода – замечательная! Солнце, чистое голубое небо, прохладный ветерок. Прекрасный вид!!! Такая красота!

Дальше я не выдержала, отбила звонок и слезы потекли просто ручьями. Если рассказать все то, что он мне говорил, используя антонимы во всем, даже в интонации – получилось бы точное описание моего местоположения и ситуации... Стою запертая в грязном авто, в самой грязной дыре из которой даже серого неба не видно.

Засовываю телефон подальше, объяснять свое настроение или разницу в описаниях совсем не хочется. Мыслей, что делать дальше – просто нет. Вызвать эвакуатор? Аха, придет часа через четыре... А мне надо дома быть через час, максимум. Выйти, поменять колесо? Опыт, конечно, есть. Даже за 20 минут меняла...

Представляется живописная картина:

Стою в заляпанной грязью мокрой белой одежде. Дрожащая от холода. Меня обливают шнягой с дороги каждая проезжающая машина. Отковыриваю холодными руками запаску. А меня, между прочим, даже одежды по погоде нет. Не планировалось...

Собираюсь с мыслями, короче, к такому варианту развития событий. Никак не могу собраться.

Развязка

Впереди останавливается автомобиль представительского класса. Включает аварийку. Две минуты промедления. Думаю, наверное, остановился "под прикрытием" впереди меня, так чтобы им никто не сигналил, наверное, тоже какие-то проблемы. Открывается дверь. Правая сзади, где обычно сидит пассажир в такого типа машинах. Выходит мужик, подтянутый такой, в черном небрежно расстегнутом костюме, светлой рубашке, без галстука. За ним следом выскакивает водитель с очень недовольным выражением лица. Он делает ему небрежный знак рукой оставаться на месте и идет ко моей машине. Я так зла, что даже не успеваю сообщить, что надо опустить стекло, не говоря уже о том, что хорошо бы выйти. Все-таки, человек явно собрался помочь, и каждую секунду ожидания, его прекрасный черный костюм все больше и больше приходит в негодность, скоро уже не будет видно в каких ботинках он вышел из своего авто. Опускаю стекло. Молча смотрю на него. Вероятно, он удивился, увидев мое непримиримое выражение лица.

– Добрый день. Вам помочь?

– Если сможете... Что-то с левым передним колесом, -

Блин! блин! Ругаю себя, но никак не могу настроиться на более-менее вежливое выражение в голосе. Таким тоном с ним разговариваю, как будто это он виноват, что я застряла тут и ещё долго ехал, чтобы помочь. Пытаюсь поднять забрало на шлеме, опустить меч, засунуть его нафик в ножны. Не могу. Заело, блин забрало. Не поднимается. Меч тоже застрял...

Принц наклоняется к колесу, изучает, снова подходит к окну. Пока он говорит, я печально смотрю на его бывшие черные ботинки, которых невидно и новые кирзовые сапоги из грязного снега до колена.

– У вас подкрылок лопнул, загнулся и заблокировал колесо. Его надо вытащить. У вас есть рабочие перчатки?

Не поднимая глаз с его грязных кирзачей, чтобы случайно не встретиться с ним взглядом, качаю головой. Пар бешенства не нашел выхода и теперь бурлит во мне, не давая благодарности даже созреть.

– Включите заднюю передачу, пожалуйста, и ногу на тормоз. Но не подгазовывайте пока не скажу. Я попробую потянуть подкрылок. Не оторвите мне руки, пожалуйста. – напоследок насмешливо просит он.

Принц вздыхает обреченно. Садится на корточки и сильным движением выпрямляет подкрылок. Машина слегка подается назад.

– Теперь чуть-чуть назад.

Я сдаю.

Снова наклоняется и что-то там пытается приладить. Я стараюсь не смотреть на его рукава пиджака, ставшие такими же, как и брюки. Да и рубаху уже явно в химчистке не спасут... Смотрю на водителя, который стоит, прислонившись к его, почти чистой машине. И очень неодобрительно качает головой. Лучше бы уж я и на него не смотрела...

– Я попытался зафиксировать подкрылок. Но далеко не уедете, снова подомнет. Постарайтесь ехать медленно и осторожно. Как только услышите, что скребет, останавливайтесь и... надо будет поправить снова. Хотите, я за Вами поеду на всякий случай?

Я выдавила:

–

Спасибо! Не надо! Дальше я сама.

Бля, и даже никакой благодарности или мольбы в глазах, ну что за хреновая актриса! "Спасибо" – и взгляд исподлобья... Вот, рыцари и принцы и вырождаются из-за таких как я...

–

«Да не за что!» — радостно говорит этот странный человек и посвистывая идет к своему авто... Вот после этого начинаешь верить в ангелов, которые приходят порой в очень странном виде.

28 августа 2007

Дневник ху (д) еющей. Я понимаю, что тебя успокаивают эти 58 кг на весах: "Ну, подумаешь, на какой-то килограмм..." 57-58. Фигня! Вот только захочу, даже завтра, сразу похую. Я ведь уже знаю как.

Нет, блин, надо смотреть правде в глаза – за месяц откоса от спорта мышцы давно не в тонусе. Жрешь, что не попадя! И, главное, какие оправдания-то смешные:

– сегодня гости, ведь я же не могу не попробовать пирожные. Да и потом: разве прикольно сидеть как зануда: пить одну водичку. Вот нормально все сидят выпивают, веселятся, а я после шести не ем и пью только воду...

– завтра мы идем в гости...

– на прошлой неделе была ну очень нервная работа, все время хотелось кого-нибудь сожрать...

– откуда дома столько искушений и вкусовостей?!!

– на спорт я не могла ходить сначала, потому что простыла, потом у Леша болела нога...

Странно, причем тут это? Мы же по очереди ходим? Не понятно! А тогда казалось, что оправдание стопудовое...

– А! еще кроссовки сохли! Ну точно! Я же их чистила.

– а вот еще: была такая жара, что бегать совсем не хотелось!

– А потом было холодно и сыро,

– завтракать уже давно не хочется. Потому что жру на ночь. Очень много жру на ночь.

Замкнутый круг какой-то с чего начать? Вот вечером, допустим, я полна решимости утром бежать. А утром у меня появляются ну такие убедительные мысли и аргументы, что будь я адвокатом на суде присяжных – зарабатывала бы бешенные деньги.

ЗАВТРА НАЧИНАЮ НОВУЮ ЖИЗНЬ! Нет, лучше начну прямо сегодня, вот с этого момента: 12 часов 17 минут вторника, 28 августа 2007 года. А то с утра понедельника, что-то уж очень банально.

План таков: сегодня пью только воду, чтобы очень-очень-очень захотеть завтра позавтракать. И... бегу на пробежку с утра. Завтра отчитаюсь. Если что не получится – пинайте меня ногами.

Сентябрь 2007

2 сентября 2007

Мая самая-самая-самая заветная мечта:

хочется иметь такую работу или просто возможность два-три года... может 10 лет, если понравится... жить в одной стране, потом два-три года в другой и так вести оседло-кочевую жизнь, пока не надоест...

Естественно, с моими любимыми мальчиками. Интересно, что это за профессия должна быть? Или работа?

Нравится мне вариант из "Мисс конгениальность":

–Интересно, зачем девушки участвуют в этих конкурсах (красоты)?

–Ну, жизнь посмотреть, себя показать, объехать весь мир...

–Хм. Странно... Для этого можно было просто пойти в морскую пехоту...

Вот сейчас такой момент, когда мы давно не путешествовали, так у меня просто пропеллер работает на высоких оборотах.

10 сентября 2007

Когда-то моим любимым фильмом был "Пятый элемент". Вообще, я люблю все сказки. Но, именно "Пятый элемент" я тогда посмотрела за год раз, наверное, 150... Могу озвучивать его... Точнее даже, знаю пять вариантов его перевода, есть и любимый ...

К чему это я? Как раз в то время, когда этот фильм только вышел на экраны, мы снимали квартиру с моей подругой. То были очень бесшабашные и безбашенные дни. Надеюсь, что она не так занята сейчас на своей прокурорской работе, чтобы это не прочитать.

Так вот на двери нашего подъезда долгих три месяца висело объявление:

"Ремонтируем межпланетные швы"

И меня это целых три месяца не волновало: ну "межпланетные", так "межпланетные"... Однажды, меня все-таки озадачило: КАК можно ремонтировать швы между планетами? Планеты же круглые! И между ними межгалактическое пространство... Промучилась этим вопросом ещё неделю, пока однажды не припекло – спустилась вниз, посмотрела:

"Ремонтируем межпанельные швы". Блин, как банально! Зато понятно...

И земное:

Представляете я только в 22 года узнала, что в песне "Надежда", поется: "мой КОМПАС земной", все время до этого я была уверена настолько, что меня это не особенно волновало, что там слова: "...мой КОМ по-земной..", ну, типа "КОМ" такой, как СКАЛА... "по-земной", значит очень надежный. Кстати, так это вбилося мне в голову, что до сих пор пою про "ком по-земной"...

12 сентября 2007

Сегодня, в шесть утра мыла посуду, потому что всю неделю отключают воду в течение дня, и много думала. А думаю я обычно об очень странных вещах.

Вот интересно у священнослужителей есть профсоюз? А у военных? В смысле не титульный, а хотя бы один действительный? действующий? в международной практике это распро-

странено повсеместно... и вот интересно: если эти профсоюзы есть (я покопалась в интернете и не нашла) как это происходит при столь жесткой вертикали управления? и может ли вообще быть какое-то согласование с профсоюзом?

Если в 2008 году действительно пройдет второй блок изменений в трудовое законодательство (а в этом сомнений нет), касающийся в том числе и обязательного участия в жизни организации не менее двух профессиональных трудовых союзов сделают ли какие-либо изъятия, касающиеся этих двух направлений?

Напомню, что сейчас профсоюзы носят больше добровольный, чем принудительный порядок. Есть ряд локальных трудовых документов, при утверждении которых обязательно нужно учитывать мнение представительного органа работников. Но "представительный орган работников" – это не профсоюз, поскольку регламента организации его нет, поэтому и нет никаких принципов его работы. Ну то есть достаточно протокола от общего собрания работников об утверждении своего представителя. И подпись этого представителя.

И еще интересно: если изъятий не сделают, и контрактные военные и священнослужители будут состоять в профсоюзе – будут ли проверять их учреждения (и вообще проверяют ли сейчас) на вопрос соблюдения трудовых прав?

16 сентября 2007

Меня всегда обуревали некоторые сомнения, когда люди начинали рассказывать, что первая любовь их поразила в самое сердце в детском саду или там на детской площадке... Вот, прямо – не верю, и все!

Расскажу про собственный опыт:

до 13 лет меня половые различия не волновали в принципе... Про садик я даже говорить не хочу. Меня вообще не волновало, как я выгляжу до 13 лет точно. Но может я была достаточно избалована вниманием и мне больше хотелось этого внимания избежать, чем привлечь еще больше.

О моей наивности очень хорошо говорит один эпизод, который приходится примерно на возраст шесть лет. Моей сестренке тогда было пять, и она в сокровенной беседе поделилась со мной, что ей нравится друг нашего брата. Но я "сокровенность" беседы не просекла (ввиду полного вышеприведенного отсутствия эмпатии... до 13 лет было еще далеко...) и на следующий день по доброте душевной ему всё рассказала. Из лучших побуждений. Типа, вы давайте, определитесь там, а то че париться то... Она на меня была потом в обиде недели две, а я не понимала за что.

В школе я была очень избалована вниманием со всех сторон и от противоположного пола, и от своего и учителей и вообще чувствовала себя звездой и всегда была лидером. Мальчики бегали за мной... очень много ха-ха. Но как-то меня волновали другие проблемы. И взаимоотношения меня не беспокоили, особенно, романтические. Скорее, смешили.

Помню один момент смешной: когда в моей незрелой детской душе стало появляться какое-то чувство, отдаленно напоминающее влюбленность, направленную на соседа со второго этажа, папа, возьми да скажи, что он похож на Юру Шатунова из "Ласкового мая". Подозреваю, что сказал он это нарочно... Зная мое глубокое презрение к этой группе. А я тогда была ярим фанатом НАУ, КИНО, Алисы, и была просто возмущена этим фактом. Специально спустилась вниз, позвонила в дверь, посмотрела: блин, правда похож... и сильно... И всю влюбленность, даже не успевшую начаться, как рукой сняло.

Ну, вот, что-то такое романтическое я стала понимать (замечать) только лет в 18... А когда говорят про детский сад, я ваще в шоке... До 13 лет у меня была одна мечта и влюбленность: я хотела стать летчиком испытателем, и любимая книга у меня была Маркуша "Вам взлет", мальчики там точно воспринимались только как механики по обслуживанию летной

техники. Вот все мои мысли были об этом. А когда я поняла, что девочек туда не берут, то решила стать юристом. Не спрашивайте в чем логика. И после 13 лет все усилия были направлены на то, чтобы поступить на Юрфак в КГУ.

17 сентября 2007

Воскресное приключение или как находить позитив во всё. Очень надо мне было съездить в гостиницу "Измайловская" пересечься с одним молодым человеком. В 18 вечера. В воскресенье. Ну, думаю, метнусь – 40 минут туда, 40 – обратно. Пробок точно нет. Никогда так не надо самонадеянно думать! Туда метнулась очень быстро, минут за 30 доехала. Обратно решила ехать тем же путем: Главная аллея, шоссе Энтузиастов, третье кольцо, Ленинский, Гарибальди...

Я еще когда в ту сторону ехала, в одном месте, когда парк проезжала было очень много авто на обочине... подумала: "Чего это так все дружно останавливаются пописать или колеса поменять? флэшмоб что ли? или место тут удобное?"

Ну, в общем, там ремонт дороги, "в полу дырка", точнее в асфальте ямка (маленькая такая вроде) а из нее арматура торчит, тоже маленькая и острая. Распорол я два колеса с правой стороны, причем сразу. На обочину съезжала уже на ободах, как Молния Маккуин в Тачках.

И так еще оделась: туфельки, кофточка тоненькая, типа, на пляж...

Вообще я колеса менять умею. Почему-то на всех машинах наших, проблемы с резиной всегда были "мои", что называется. Даже как-то на Матизе за 5 минут поменяла. Очень спешила. А в 5 утра помощников не так-то просто найти. Но то у меня была полноценная запаска. А на Пежо "докатка" маленькая, да и как ее одну на два колеса поставишь.

Я понимаю, что пыжиться в грязи: темно, обочина, лес, Измайловский парк, ну вы представили картину... пытаюсь накачать колесо, где порез явно виден и резина в хлам, и поставить докатку на другое, которое тоже в хлам – лучше не стоит. Да и все водители с этого флэш-моба тоже подтверждали, что у них большие порезы. Но у них по одному колесу. Я вышла на пять минут посмотреть, как все плохо (резина слезла с обоих дисков) и так замерзла, что вернулась в машину, позвонила Леше, попросила найти в Интернете эвакуатор. Вызвала.

Пока ехал эвакуатор видела такую картину: большой джип порезал правое переднее колесо и его крутануло вправо на обочину так, что, если бы там стояла одна из таких же машин, был бы пипец просто.

Решила, что мне очень и очень повезло:

1. Это выходной – эвакуатор приехал за час.
2. Мне некуда спешить, и я никуда не опаздывала.
3. Ехала на низкой скорости, поэтому все прошло очень аккуратно.
4. Поскольку проблема с резиной уже была, это был самый щадящий вариант.
5. Конец сезона, резину все равно менять на зимнюю и эту не жалко.
6. Стоять в Измайловском парке круче чем на МКАДЕ.
7. Я ехала одна, так что можно за пассажиров не волноваться.

Поскольку плюсов оказалось очень много, я очень хорошо провела время в ожидании эвакуатора, Леша только выбивал из нирваны: каждые пять минут звонил и спрашивал: "Ну как обстановка?" Как она может измениться за 5 минут? Прилетят инопланетяне и всех спасут? И тут я замечталась, что вот было бы круто! Приключение! Сразу стала представлять какие

именно инопланетяне, и какая у них техника, и чтобы вот они сказали... И как бы мы их поняли.

Пока эвакуаторщик грузил авто, мне пришлось сидеть за рулем в выключенной машине. Замерзла, как суслик. Он меня еще спрашивает:

–А что это Вы в такую даль собрались везти: в Новые черемушки. Давайте в ближайший шиномонтаж, я тут знаю рядом.

Я думаю: вот хрен тебе, эта резина и раньше была не ремонтируемая, а сейчас я еще только продлю агонию и заплачу ни за что, 100% потом придется еще раз эвакуатор вызывать. Ну в общем я не поддаюсь, и в Новых Черёмушках по этой же причине в шиномонтаж тоже не поехала, попросила к дому привезти.

Теперь машинка стоит внизу на двух колесах и еще на двух дисках (на чурбачках).

После этого я сделала себе основательный reset: прихожу домой, а там стол накрыт, картошка, селедка, водочка. К нам как раз гости пришли. Ну я и ... Моё оправдание было: “замерзла, чтобы не заболеть”. А поскольку мой организм к таким возлияниям давно не приспособлен, и у меня только два состояния: "еще трезвая" или "мне уже плохо".

В общем, окончания вечера, ночь и сегодняшнее утро я не помню, зато хорошо помню унитаз. Все так вот до чего я люблю свой унитаз: девственно чистый, белоснежный, а там синяя водичка от чистящей таблетки в бачке, от которой запах свежести идет. Сидишь на таком же чистом и теплом с подогревом полу, обнимаешь этот прекрасный сан фаянс, думаешь о вечном и смотришь в голубую воду. Песнь, просто!

17 сентября 2007

Было это в ту пору, когда я работала в должности руководителя юридической службы одной крупной производственной компании. Офис был на 1905 года, а жили мы тогда в Марьино. Я из автомобиля практически не вылезала. Причем автомобили... все! у нас стояли на стоянке в квартале от дома. Идти было недалеко, но так грязно. Я даже купила галоши. Настоящие!

Все получилось из-за того, что я носила "дежурные" куртку, шапку и перчатки. Все было рваненькое, перчатки – вязаные, порванные на пальцах и немного (гмм...) грязные. Ну, представляете, на улице зимой такая шняга, а я прихожу на парковку и начинаю стекла протирать, ну и все такое... А потом приезжала на работу, там парковка возле самого офиса, поэтому куртка, перчатки и шапка оставались в машине.

Возле дома у нас располагался круглосуточный ларек, который мы называли "маргинальный", туда всегда забегала пара-тройка алкоголиков. В общем, получалось так, что иду я с парковки – захожу в магазин и всегда там покупаю, что-нибудь "безопасное", типа хлеба и консерву какую-нибудь. А все остальное мы покупали в Седьмом континенте. И, поскольку путь мой пролегал мимо рынка, я как будто бы оттуда шла, что ли...

Так вот, захожу я как-то туда в очередной раз и за прилавком стоит хозяин заведения, не сильно разбираюсь в национальностях, допустим, азербайджанец и говорит с сильным акцентом. Мы там давно уже жили, и он меня уже хорошо знал (мне так казалось). Покупаю хлеб, и тут он вдруг выходит из-за прилавка и так мне ласково и сочувственно говорит:

–Ты, наверное, мерзнешь там на рынке-то?.. И на улице торгуешь, да? Не в палатке? Разве так можно? Все здоровье потратишь! Давай я тебе к себе продавцом возьму? Мне прописка не нужна! Тут может и немного денег, но тепло, зато...

Вот честно, в другой бы раз и послала сразу. Но, блин, человек так искренне и так от всей души хотел помочь, что я просто все слова проглотила. Проямлила:

–Ну, я там уже ... нашла кое-что... Спасибо... я, если что...в тепле работаю... Спасибо большое!!

Но на работе все очень радовались этой истории.

17 сентября 2007

Сегодня за Мишечкой пришлось идти пешком – 40 минут быстрым шагом туда. Обратное на коляске. Поехали на автобусе. Это какой-то ужас!!! Все время думалось: а если дитя два? а если вот так инвалиду куда-то надо? КАК?!

Короче сначала я просто банально не могла перейти дорогу. Пришлось искать пешеходный переход в более безопасном месте, где обзор, по-крайне мере открыт. Вернулись на остановку, подъехал автобус. Водитель разрешил мне зайти со стороны двери, где нет хрени, которая вертится. Там три высоченных ступени. Я оценила, что вытаскивать Мишу из коляски и затащить коляску и Мишу по отдельности еще сложнее, поэтому пришлось поднять Мишу в коляске (Миша 16 кг, коляска 4.5), в принципе, не так уж тяжело, в спортзале я больше поднимала. Но очень неудобно! Встали в автобусе. Следующая задача: как купить билет?

Цель: окошко водителя за крутящейся хренью. До нее с коляской не пройти. То есть прошла, но развернуть коляску не смогла. Водитель сжалился и махнул что билета не надо. Может у нас коляска не стандартная, но там нигде невозможно с ней развернуться. Короче, вывалились мы оттуда таким же образом, как и зашли. После еще часа шатания, дошли, наконец-то, до торгового центра. Даже если... особенно, если ребенок бежит сам в магазине значительно удобнее возить его в коляске, так дите наиболее контролируемо и можно быть уверенной, что за разные разбитые и схваченные штуки платить не придется.

Мне очень нужна сумка для ноута. Захожу в магазин сумок, девушка-продавец с непроходимым лицом:

– Оставьте коляску за дверью! (без всяких "пожалуйста", естественно)

Я улыбаюсь, спрашиваю:

– Вместе с ребенком?

Измеривает меня взглядом (типа, вот дура, с первого раза не понимает):

– Конечно с ребенком! Мне из-за прилавка через стекло хорошо видно. Я присмотрю.

Эээ... Че правда? Я засмеялась и, конечно, не пошла. Даже с коляской. Теперь вообще туда не пойду. Хотелось спросить: у вас дети есть? Но было понятно, что нет.

20 сентября 2007

Детский сад. Младшая группа. 26 человек. Возраст от 2.5 до 3.5. лет. Кажется. Первое родительское собрание с тех пор, как Миша ходит в садик (с февраля этого года), видимо прошлогоднее мы пропустили. В садике дубак недетский. Просто нереальный. Воспитатели сказали, что группа вообще холодная, даже когда есть отопление, а если нет, то тем более.

Назначено было на 17, я пришла без десяти минут, остальные подгребли в 17.10. Я за 20 минут успела ТАК замерзнуть, хотя была одета как на улице. Но, по поводу Миши, я не волнуюсь – он у нас морж, ему чем холоднее, тем круче. Там родители беспокоятся, что у них дети после бассейна "недосушенные" ходят, я подумала, видели ли бы вы Мишу после ванной, бегающего мокрым голышом дома. И ведь тепленький нос! Загадка! Мы его иногда ловим и греемся об него.

Удивительно, что собрание было очень деловым и конструктивным. Не ожидала. Единственное, мне показалось, что я сильно много выступала. Могла бы и промолчать...

Эхх, но я молчать не умею...

Если не рассматривать здесь все организационные вопросы, считаю, что сходила туда не зря, по двум пунктам:

во-первых, обогреватели. Короче, решили купить обогреватели. Скинуться. Группа большая по площади, еще и спальная, стены тонкие, расположение – угловое. Ну и тетеньки, конечно, давай: два обогревателя, три. Я напряглась. Говорю, что это опасно, и противопожарная безопасность превышает опасность от простуды. Давайте посоветуемся с электриками, наверняка, проводка алюминиевая. Меня не услышали. Говорят, все проверено: "а вот в других группах, по четыре обогревателя!". Меня это сильно напрягло. Блин, что за русская рулетка, никакого понятия о безопасности. Тем более, я заприметила, что там еще и чайник стоит электрический в кухне, а розетки сделаны "по кругу", не параллельно, а последовательно и они это знают!

Потом снова (через полчаса) о своем завела, говорю, неужели вас это не беспокоит? Ведь хватит и одного обогревателя 2 киловаттного (сейчас посмотрела в инете -даже преувеличила – они 1.5 – максимум), чтобы поднять температуру в группе до 19-20 градусов, тем более, если окна заклеить... Наконец-то, воспитатель меня поддержала, сказала, что в соседней группе было замыкание и возгорание, именно из-за обогревателя. Я была в шоке от такого откровения. Тетеньки заволновались и решили мне поручить выбрать обогреватели какие надо! Ура!! Меня просто клинит на безопасной электрике, так что я буду стараться. Одна проблема решена.

Еще потом, все-таки попрошу воспитателя позвать электриков (они начали плановую замену проводки в саду, правда, с другой стороны) и попрошу их, чтобы они проинструктировали по допустимой нагрузке, на всякий случай...

во-вторых, у нас в группе есть близнецы из достаточно обеспеченной семьи и тройняшки из семьи самой что ни на есть обычной. Ну и когда стали считать деньги, кто сколько сбрасывает, папа тройняшек схватился за голову: с него то в три раза больше всего. А там на круг очень много получилось (ну как много: для нас нет, конечно), но 80% надо сразу. А у него у детишек адаптация к садику, и они болеют по четвертому кругу. То есть ходить, пока не ходят, а деньги нужны – и лечить и в садик сдавать. И так расстроилась, сначала, из-за того, что на него родители накатили за то, что предложил на дни рождения детей не скидываться, а потом на меня за то, что я предложила считать его за одного ребенка.

Я подождала еще полчаса и снова начала. Как ни странно, первое решение изменилось в корне и мое мнение о людях, слава богу, оказалось ошибочным. Я показала общую сумму и сумму на каждого, и разницу, если этот мужик будет платить за троих или за одного. Получалось, понятно, больше на копейки. И все согласились. И даже решили, что в добровольной доплате воспитателям (по 100 рублей в месяц с опекаемого), он совсем не будет участвовать. Все встали на гребень волны альтруизма!

И еще решили, что поздравлять с ДР детишек будут, только подарки будут покупать сами родители. Ну и я, блин, еще раз ввязалась... Попросила, чтобы подарки, вручаемые в садике, были бюджетными в пределах согласованной суммы (50 рублей), то есть чисто символическими. Ибо нефик выпендриваться, все остальное – презентуется дома.

В общем, вроде не зря сходила. Пришлось только сбежать от мужика, он, видимо, хотел благодарить. И, правда, за что? Все оказались очень даже вменяемыми. Только, че то мне показалось, что я сильно инициативной себя вела. Мне всегда за это (уже после) неудобно. Вот уж точно неудобно было за то, что стала родителям рассказывать какие карандаши покупать. В оправдание могу сказать, что они хоть и дорогие, но лучше и экономичнее – у них стержень не ломается через неделю. И, потом, этот родитель сам спросил "какие покупать", можно было промолчать, конечно.

Какое-то у меня неоднозначное настроение... Закомплексованное, я бы сказала.

21 сентября 2007

Сегодня полдня "убила" на попку в сад радиаторов.

Открыла для себя суперпотрясный магазин. Начало выбора товара было обычным:

1. Почитала две статьи на тему безопасности масляных радиаторов.
2. Сравнила данные по мощности и количеству секций.
3. Вышла на сайт (...)
4. Нашла самую удачную цену на 12 секционный радиатор.

5. Из 4 найденных компаний, выяснилось, что три закупают у четвертой. И цены у них хоть и ниже на 100 рублей, но они еще и "впаривают" обязательную доставку за 400 рублей. И ради нее еще и надо дома тусоваться всю вторую половину дня в понедельник.

6. Попросила Лешу на обеде пробежать по сетевым магазинам и сказать порядок цен: оказалось, что в магазине Э... и иже с ними цены выше на 500-800 рублей, чем нашла я.

7. Фирма, которую нашла – (...)

8. Позвонила по телефону узнала наличие на складе, на всякий случай двух моделей МР.

9. Приехала. Супермагазин! То есть – это больше похоже на оптовый склад. Замечательная система обработки заказов: огромное количество мониторов (терминалов), где можно оформить заказ и множество касс, где можно оплатить. Судя по карте магазина – ассортимент огромный. Есть все.

Время оформления и оплаты, порядка 5-8 минут.

Для тех, кто в танке, все могут сделать менеджеры, но там очередь.

10. А вот на складе случился трабл: все, кто приходил с картой на товар – быстро забирали и уходили. А, блин, жду и жду. Раз спросила, другой. Через 40 минут начала ругаться, говорю: – Знаете, я долго терплю, но, если начинаю ругаться, остановиться уже не могу и начинаю припоминать всё! Вот у вас парковочные места не размечены, половина терминалов не работает. ...И когда мне радиаторы принесут?!

– Они, понимаете, на складе на верхних полках. Их достать сложновато...

– Я не понимаю слово "сложновато". Я понимаю: 5 минут, 10 минут. "Сложновато" – это сколько? Двое суток?

– Сейчас нет машины, которая сможет разгрузить, и я этим не занимаюсь.

– Покажите мне того, кто ЭТИМ занимаете и знает где машина и что она и где так долго делает?

– Я не могу.

– Хорошо... (ласково угрожающе). Тогда я сама пойду искать того, кто мне сможет помочь. Вы уж не обижайтесь. Ничего личного.

– Подождите, я сейчас уточню.

И через 30 секунд мне привезли радиаторы. Зачем спрашивается я терпела 40 минут?!

Приехала в сад, когда разгрузили радиаторы, еще раз рассмотрела проводку. Бля! Все розетки на одном проводе. Ни УЗО, ни распределения нагрузки. Вот, блин. Одна надежда, что кабель медный. Но это Леша уточнит в понедельник, когда пойдет розетку налаживать. А то два раза по 2.5 киловатта на «люминий» – это многовато все-таки.

23 сентября 2007

Страшный жор. Почему-то у меня бывает только два состояния мыслительной деятельности: одно-когда я не ем сладкого и углеводов и, следовательно, мозг у меня не отвечает на запросы, то есть просто не работает...

И второе, вот как сейчас, когда необходимо много работать головой, много думать, на меня нападает страшный жор: я ем все время, везде и все, что не прибито. Это какой-то ужас! Как с этим бороться, если интенсивной мозговой деятельности и работы еще на неделю?!!!

Октябрь 2007

2 октября 2007

Что-то так давно не писала! Просто очень много интересной работы на работе. Вот такая любопытная тавтология.

Сегодня смотрели с утра "Наше все" по НТВ, меня там некоторые специалисты по детям – просто умиляют. Вот, например, сегодня тетенька говорила, что головоломки чрезвычайно полезны детям, и что дети ДОЛЖНЫ проводить за ними очень много времени, это дисциплинирует и формирует усидчивость. Что за зверь такой "усидчивость"? И почему дети вообще кому-то что-то должны? И вот чего я не понимаю в этих рассуждениях: как можно детей с разными темпераментами (меланхолика с холериком, допустим) мешать в одну кучу? Я, например, сейчас, в 30 лет не могу себя заставить больше 15-20 минут (и то это достижение!) посидеть с ребенком порисовать или эту самую головоломку поскладывать. У меня терпения иногда даже на пять минут не хватает. И что теперь? Меня лечить надо? Тренировать усидчивость? Но если эта самая черта мне как раз помогает в жизни все успевать и делать все максимально эффективно?

Моя мама подарила нам пазлы в книжке со сказками, так я их спрятала, подальше чтобы никто больше не смел их при мне разбирать, потому что кропотливый процесс собирания выводит меня из себя – даже когда смотрю меня бесить начинает, как все медленно и неторопливо.

А тут – ребенок, у которого и так не права выбора... Вот, блин... Сиди и головоломь! А если он видеть не хочет их, эти головоломки. И потом: вот чем отличается квест на компьютере, или разбирание и собирание машины от такой головоломки. Мне кажется, ничем абсолютно, а вот мамы там молятся на головоломки из дерева, но из компьютеров делают просто какое-то вселенское зло. Так там такие же головоломки.

И еще там сказали:

Ребенок должен быть настойчивым и последовательным, и вот это самое качество воспитывается таким образом: родители выбрали тебе рояль, вот и рояль этот рояль в течение пяти лет, и даже если ты уже не хочешь, но когда-то же ведь хотел? Все теперь! Нет у тебя права на ошибку, сказал рояль – значит рояль, пока не сдашь экзамены в музыкальной школе...

Спасибо моей маме и спасибо папе, что у меня было в детстве все не так. И я могла выбирать что хочу и передумать столько раз столько хочу.

Я перебирала все секции в Доме спорта и кружки в Доме пионеров, а также иные увлекательные самостоятельные хобби с периодичностью – максимум месяц... Надо сказать выбор был в моем родном городе довольно скудный, но я точно попробовала все, что было доступно! В Москве я бы разошлась на всю ивановскую!

Я занималась: в художественной школе дольше всего и очень последовательно и потом еще год занималась с дядей-заслуженным художником, год в музыкальной школе, три месяца в кукольном театре, два года в настоящем театре-студии "Поиск", год балетными танцами (потом единственная преподаватель в городе ушла в декрет, наверное еще дольше бы занималась), два года рукопашным боем, четыре года – карате киокушинкай, даже сдала на четыре пояса, разбила все руки. Все кружки, которыми я занималась по три месяца я даже вспомнить не смогу, в десятом-одиннадцатом классе я вела физкультуру для класса отсталых детей в нашей школе

(раз в неделю по часу, совсем ненапряжно), тем более что дети были на редкость замечательными, а вовсе не отсталыми.

А еще четыре года мы в школе были заядлыми походниками.

Однажды, Лена захотела учиться в музыкальной ((с) Смешарики) школе. Папа достал Лене пианино, затащил на пятый этаж. Через год Лена сказала: или ты (папа) убережешь отсюда этот ненавистный инструмент, или я с ним что-нибудь сделаю. До сих пор ненавижу пианино. Конечно, меня стыдили, но совсем немного, больше журили: типа, вот Маша ходит туда-то пять лет, какая молодец... Но на этом все заканчивалось.

Тем не менее, уже к 13 годам я четко определилась чего хочу от жизни: я хочу стать юристом. С максималистским подходом я вычеркнула из школьного расписания все "непрофильные" предметы и месяца три их просто не посещала. Потом учителя маму таки "уведомили". Пришлось сдавать все экзамены экстерном, с чем я справилась на ура. Не скажу, чтобы я и минуты не сомневалась в выборе профессии, не далее, как полгода назад, у меня все-таки был творческий кризис, слава богу, прошел. Теперь могу четко сказать, что из 18 с лишним лет своей работы по профессии, я не пожалела о выборе своей профессии ни разу, а получить другую профессию хотела только месяца три в общей сложности. И я очень люблю свою работу. И юридическое образование получала с огромным удовольствием.

Так вот, может чем заставлять своего ребенка придерживаться четко выбранного кружка или музыкальной школы, может лучше пусть он переберет все занятия до 18 лет, чем он будет это делать в 20-30-40? Ведь нет ничего хуже, чем нелюбимая профессия и ненавистная работа... Нет, есть... Хуже, когда ты вообще не знаешь, чего хочешь! Желаю всем вдохновения, чтобы определиться с целями и профессией, если кто еще не определился!

3 октября 2007

Фраза недели у нас:

– Не фсмефно!

Говорится категоричным тоном и с молниями в глазах. При вынужденном повторе еще и употребляется с решительным отводящим жестом руки. Типа, покиньте помещение! Немедленно!

Вчера заходили домой после садика. Зашли в подъезд. И немного нарушили Мишин незатейливый ОСД ритуал: ему надо самому нажать кнопку, подняться на лифте, двери откроются, он быстренько забегаем на один лестничный пролет вверх, там сесть и оттуда увидеть, как погаснет кнопка вызова лифта и только потом он может заходить в дверь квартиры. При этом кто-то должен придержать нашу дверь, чтобы она не захлопнулась, пока это вот всё по порядку не пройдет.

Так вот, мы заговорились и забыли про это, встали прямо между Мишей и этой самой кнопкой лифта, которую он должен был гипнотизировать. Миша сразу начал командовать:

– Мама-мама! Встань туда! Отойди! Подержи дверь! Надо все сначала сделать! Поехали вниз на лифте!

Мы с Алешей решили, что Мише надо вот прямо в этом возрасте озвучивать скандальные новости, как на НТВ: "Скандалы происшествий недели". Решили, что все их нынешние дикторы будет нервно курить в сторонке. Потому что Мишина способность создавать панику, никем не может быть побеждена.

Если мы гуляем на улице и Миша начинает кричать:

– О! Мама! Смотри-смотри! Какая машина! С мигалкой!

И сколько бы вокруг не было народу все начинают смотреть в ту сторону, где эта самая машина с мигалкой.

Поговорив об этом в лифте, мы и начали смеяться, а Миша строго посмотрел на нас, метнул пару молний и строго сказал:

– Прекратите смеяться! Это ни сфмефно!

Вообще он почти все слова он говорит правильно, причем словарный запас у него довольно большой с невероятно сложными словами. Только некоторые слова выговаривает неправильно, причем если постарается, то может все произнести абсолютно правильно. Одно слово произносит очень смешно: "ГОВОРИТЬ".

– Мама, ты что сейчас даваешь?

–Го-во-ришь.

Послушно повторяет:

– Го-во-ришь... Мама, ты что сейчас даваила?

5 октября 2007

Сегодня мы весь день провели в теплой компании с Мишечкой: он что-то засопливил, и я решила оставить его дома, потому что в садике все болеют. Так классно с ним время проводить – дорожу каждой минутой, даже на работу отвлекаться не хочется. Мне кажется, такого чувства не бывает, когда все время дома сидишь и привыкаешь быть с ребенком с утра до вечера. Очень много смешных моментов наблюдала за день:

Миша разобрал лего-самолетик на тысячу деталей, я ему дала маленькую пластиковую коробочку, чтобы он их туда сложил. Миша их все аккуратно сложил, закрыл и давай ее трясти, создавая довольно шумный шум.

– Мама, слушай! Ушком наклонись и послушай, как я шумлю!

– Очень громко шумишь! Даже наклоняться не надо.

– А ты мама? На! Тоже пошуми, давай.

– Вот. Шумлю. Правильно? Или у меня не так громко получается?

– Дааа, ты что-то тихо шумишь. Мама, смотри-смотри, как я громко могу!

Шумление продолжается около минут 5. В этот момент надо просто терпеливо подождать "когда надоест". Не надоедает.

Я говорю:

– Надо же! Очень здорово шумишь! Даже удивительно, как много шума может создавать такой маленький человечек!!!

Шум замолкает. Любопытный носик поворачивается в мою сторону. Раздумывает, с удовольствием кивает, садится и на целых три минуты полная тишина и сопение.

Потом крик:

– Вот! Вот он мама!

– Кто?!

– Тот маленький человечек, котольый создает много шуму! Он был там в коробочке и там все время шумел!

И показывает мне радостно очень маленького пилота из лего конструктора.

Я засмеялась от неожиданности. Сразу последовал подозрительный вопрос:

– Мама, а что ты смеешься?

– Я смеюсь, потому что когда говорила про "маленького человечка", я говорила про тебя, про то, что ты создаешь много шума, а ты подумал про того маленького человечка, который в коробке был.

Миша был очень рад удачной шутке, которую сам неожиданно придумал и воплотил.

5 октября 2007

У Миши сейчас в фаворе фильм "Роботы" про Пола Родни Нержавейкина, он его называет смешно: "Йоботы".

Удивительно, что, когда попросишь сказать правильно, говорит: "РРоботы", а так – нет. И когда много времени дома проводит, начинает говорить более правильно. Наверное, потому что в садике никто из детишек не говорит правильно, и они общаются между собой на своем "птичьим" языке.

5 октября 2007

Если за норму у меня уже принято везде оставлять свой мобильный и меня спасает только то, что клавиатура не заблокирована и там есть контакты "мама" и "папа". Оставляю всегда в магазинах. Стандартный ход добрых людей, примерно такой: звонок маме или папе и вопрос: "как имя безголовой дочери" и объявление по "громкой связи" на весь супермаркет.

Мама с папой уже привыкли.

А сегодня я превзошла сама себя. Заехала в салон связи заплатить за интернет, и сжимая в руке мобильный телефон, вышла из магазина без ключа от автомобиля. Подошла к машине, не нашла ключа. Думаю: вот сейчас пойду за ключом с этого входа, а с другого выедет человек и уедет на моей машине. Как могла быстро (колено болит) доковыляла до входа. Хорошая девушка продавец, укоризненно покачав головой, отдала мне ключ. До сих пор постоянные провалы в памяти меня не сильно напрягали...

У меня были (и есть до сих пор) и гораздо более тяжелые случаи. Если вы вдруг подумали, что это недавно началось.

Случай раз:

Работала я на своей первой работе и было у нас два начальника. Один генеральный, другой вице-президент. В компании всего 5 человек, и я один юрист, поэтому с обоими начальниками общаюсь очень часто, практически живут в моем кабинете.

И вот, представляете, после 3 лет работы там, я понимаю трубу телефона и там спрашивают:

– А директор ваш на работе?

Я привычно спрашиваю:

– Которых из двух?

После короткого мычания, видимо фамилию и имя вспомнить не может, говорит:

– Ну, тот который с большими черными усами...

Я уверенно отвечаю:

–А у нас нет директора с усами! Оба без усов!

В этот момент ко мне в два прыжка подлетает тот, который с усами (Оказывается! Все три года был с усами!) и гневно делает пассы вокруг свои усов.

Я удивленно передаю ему трубку и говорю:

– Действительно... С усами! Никогда не замечала.

Еще смешной момент был на другой работе в Москве... через 10 лет после первого случая.

У меня был стикер прилеплен на столе: "Позвонить Иван Ивановичу, сказать, что документы готовы, но не хватает выписки от него. Попросить, чтобы отправил кого-то с выпиской – копия не подойдет!"

Я смотрю на стикер, звоню Ивану Ивановичу, говорю ему всё, что надо, кладу трубку и... забываю про это напрочь. Кто-то заходит в кабинет, я решаю какие-то вопросы, потом взгляд падает на стикер..., и я такая: "О! Надо же Ивану Ивановичу позвонить!" Звоню, говорю все что надо.

И так 4 раза за день. На 3 раз, Иван Иванович странно ржал в трубку. На 4й осторожно спросил всё ли в порядке. И тут я все вспомнила!! Все 4 раза! Долго смотрела на трубку размышляя КАК я могла напрочь забыть о том, что звонила... 4 раза!

Кто-нибудь в курсе: Гинко билоба – помогает?

7 октября 2007

Забираю Мишу из садика, подходим к авто, у меня на плече сумка с ноутбуком в количестве кг и на другой руке Миша, которого мне надо посадить в детское кресло в трехдверной машине, что само по себе ещё тот цирк. Подходит бомж, пьяный в дрызг, вонючий до ужаса. Подходит почти вплотную, что-то хочет. Миша начинает с ним разговаривать, блин. Точнее, бомж начинает первый: что-то вроде: это твоя машина? И Миша тут же отвечает:

– Да – моя! Папина!

Ну и бомж осмелел, подходит совсем близко, начинает мне мямлить про деньги и все такое. Я очень-очень не люблю ругаться при Мише, поэтому говорю бомжу очень тихо, но внушительно:

– Уходите. Отсюда. Быстро.

Не реагирует. Я как наседка с двумя яйцами, не знаю, что мне делать: или садить Мишу в кресло, чтобы прервать странный диалог, в котором Миша явно выражается более внятно. И тогда оставить ноут без присмотра. Или поставить ребенка... (ну уж нет!) Короче, я разозлилась больше на свое замешательство, тем более что запах совсем был уже невыносимый, посмотрела бомжу в глаза и со всей выразительностью тихо сказала:

– Быстро отсюда убрался!!! Даю тебе 10 секунд.

Не хвастаясь, скажу, что напугать я умею, даже не говоря ни слова, а если уж надо сказать так, то вообще нет проблем. Только как я и опасалась, Миша тоже это слышал.

В машине произошло тяжелое выяснение:

– Мама, что ты сказала дяде? (Очень тревожно спрашивает)

– Чтобы он уходил.

– А почему? Я же с ним разговаривал и он со мной, а ты сказала, чтобы он ушел (Обиженно)

Я нервничаю, поэтому говорю первое что придет в голову:

– Мне дядя очень не понравился. Я его не знаю. Он незнакомый дядя.

– А почему не понравился?

– Потому что был грязный и от него пахло.

– А я тоже не нравлюсь? Я тоже грязный и от меня пахнет... (очень тревожно говорит)

Черт! А я ведь действительно, часто, когда забираю его из садика говорю, что малыш пахнет садовой едой и грязенький, но при этом – это звучит как похвала. А тут новый оборот событий.

– Ты что, зайка! Ты очень хорошо пахнешь – я тебя люблю, и ты мне очень нравишься!

– А дядя?

Вот ведь, блин! "Дядя" этот хренов!!!

– Нет, дядя – не нравится. И он незнакомый! (Стараюсь делать акцент на этом слове).

– Почему? Мы же познакомились уже.

И снова по кругу.

– Мама, а ты меня любишь, потому что я грязный? И я – пахнут?

И я еще в это время пыталась вести машину по пробкам. Очень и очень сложно отвечать на такие вопросы, тем более, если так коряво начат диалог. В общем, я трусливо перевела разговор на другую тему. Ужас! Моментально перевел мои негативные эмоции с "дяди" на себя. И как в такой ситуации быть? Просто на будущее – надо подумать и быть готовой. И провести беседу на тему общения с незнакомыми дядями.

7 октября 2007

Да-да! До сих пор спал с нами! И не пинайте меня ногами. Делали мы так из собственного эгоизма.

Во-первых, Миша мальчик серьезный – всякие там поцелуи и обнимания, только по делу. Так просто: ни-ни!

А когда скажите потискать, пожулькать и поцеловать нежного малыша? А когда он засыпает, он – добрый. Мне позволяет себя по обнимать вечером, папе – утром, когда просыпается. Я встаю раньше всех, поэтому этот момент пропускаю, к сожалению.

Во-вторых, я испытываю недостаток общения, восполняю его тисканием вечером и ночью. В детской кроватке с деревянными рейками, которая была у нас до сих пор – это делать нереально.

И вот – свершилось! Я решила проявить твердость. Удивительно, но при правильной подготовке – все прошло более или менее успешно. Мы устроили массированную PR акцию: рассказывали, что у детей есть свои классные кроватки, выбрали с Мишей кроватку. Ну конечно же в каталоге ИКЕА, потому что альтернативы нет, а по магазинам ходить некогда и нереально. Поехали торжественно купили, собирались два дня реально. Потом Миша с папой все собрал, причем папа и это уже больше для пущей рекламы, сказал, что Миша сделал всю посильную часть работу сам и закручивал все что мог. Еще приобрели большой зеленый листик для уюта, коврик и лампу, покрывало в виде льва – все это Миша выбирал сам. Теперь его кроватка – его гордость. Спит только там и всем демонстрирует.

Была дважды проверка вечером:

- Мама! (задиристо) Я буду спать на вашей кроватке! И фсе!
- Здорово! Давай! А мы – на твоей кроватке!
- Нет! Ты что... Моя кроватка маленькая – вы ее ломаете!
- Мы осторожненько! Ну, пожаааалуйста!
- Нет!

Решительно забирается на свою и укрывается одеялом.

10 октября 2007

Вот почему так, когда много дел всяких и планов, вдруг откуда ни возьмись появляется простуда, теряешь голос и полностью выпадаешь из жизни на 3-4 дня...

Спорное утверждение, что дети часто симулируют болезнь, чтобы привлечь внимание родителей или близких кто мне точно не относится. Вчера вспомнила, что когда в школе заболела, мама всегда говорила:

– Сама виновата, скоро выздоровеешь...

По какому поводу вспомнила? Вчера Лёше говорю:

– Блин, так фигово, горло болит...

Лёша отвечает:

– Сама виновата, скоро выздоровеешь...

Это карма. Не иначе.

Размышления:

Такое чувство, что в голову входило только 2 литра соплей, а впихнуто 5 и от этого создается такое давление...

Если сопля – это вытекающие мозги, то, блин, какая же я умная!!!

Почему я болею не неделю, как все нормальные люди, а дня три... Но эти три дня у меня все концентрировано: и ощущения и лечение...

Вспоминаю все время историю, рассказанную моим хорошим другом Серегой. Он заболел, и я ему посоветовала свой инквизиторский способ: прокапать нос солевым раствором с морской солью. Именно прокапать. Добавила, что это очень больно.

Его рассказ:

– Лена, я подумал, что ты девушка нежная и для тебя, конечно, это больно, но мне то пофигу. Поэтому я решил ужесточить способ: попросил жену как ты посоветовала навести концентрированный раствор морской соли, и взять спринцовку (клизму). И чтобы самому не остановится на середине, попросил ее помочь. Когда она влила мне этот раствор в одну норку, и увидела мои квадратные от боли глаза, она быстро влила и во вторую.

Стены в ванной зашатались, в голову воткнулся шуруп, было так невыносимо больно, что я заорал на весь дом, схватился за раковину и упал на пол в ванной. Прибежала моя мама, у которой с моей женой очень напряженные отношения, и подозрительно глядя на меня спросила:

–Что с моим сыном?! Ты его отравила? Ударила?

А я корчусь на полу не в силах ответить и обеими руками держусь за нос, как будто он у меня разбит. Весь мозг пылает, в него все еще ввинчивается дрель из носа.

Жена отвечает дрожащим голосом:

– У него насморк... Я ему просто закапала водичку... Он сам попросил.

12 октября 2007

Про перлы моей мамы, как и про Мишины надо отдельные теги выставлять и писать можно бесконечно.

Что мне в ней очень нравится так это высокая самооценка и неизгладимый неискоренимый оптимизм, вне зависимости от обстоятельств!

Рост 153, мне по плечо, а если спросишь – возмущается и говорит, что “Да вы что! Я всего на немного ниже Ленки. Где-то – 165-166!”

Вес до сих пор держит в тайне, но старается подобрать цифру кг на 10 меньше существующей.

Учитывая тот факт, что я ношу вещи 40 размера, а мама 46-48, она, не моргнув глазом утверждает, что ей "как раз" все мои вещи.

Возраст ~~52~~ года 46 лет. Про возраст подробнее:

Разговаривает со знакомым мужчиной:

– Саша, вот странно как: у тебя в анкете возраст четыре года назад был 46, а сейчас 50 лет – ты что же так стареешь то быстро? Мне вот как было 46 тогда, так и сейчас 46... Странно, правда?

– Лена, ну скажи: пальто страшное, да? Оно мне большое, да? Ну, вот что с ним сделать? Может постирать, чтобы село?

О! Нужно его продать... или отдать кому-то....

Нужно найти кого-то, кто значи-тель-но толще меня....

– Лен, может ты его померишь?! О! Может оно тебе подойдет?!

Встает на электронные весы, досадно говорит:

– И что вы другие весы не купите – эти все время все неправильно показывают!

Сразу не записала – теперь больше половины не могу вспомнить над чем смеялись.

12 октября 2007

Или как Миша нас закаливает.

Предисловие: дети все – разные, и то, что тут написано не надо воспринимать как руководство к действию.

С рождения Миша не любит:

- укрываться,
- одеваться,
- спать одетым,
- когда закрыты форточки (даже зимой),
- температуру выше +16.

Лёша всегда очень любил холод, но тут даже он взвыл. Потому что, когда Миша не умел разговаривать все ограничивалось только спихиванием одеяла и срыванием одежды. А сейчас уже конкретные требования: помоги снять одежду, открой балкон, убери одеяло. В его комнате всегда – дубак нереальный, мы спим под двумя одеялами и мёрзнем. Миша спит голенький, ледяной, а нос и уши теплые, даже горячие. И попробуй укрыть его хотя бы простынкой! Через две минуты согревания, в лучшем случае будет пассивный протест со скидыванием всего «лишнего», в худшем – просыпание и активный протест:

– Я же просил! Не укрывайте меня никогда!

Вот вы, конечно, скажете:

– Отстать от ребенка. Он же не болеет – не простывает, значит все нормально.

Умом я это понимаю. Но «материнский инстинкт» сродни «инстинкту самосохранения», он не думает. «Хотя... Кроме «материнского», в конце концов еще есть много инстинктов... (с) Крош Смешарики. И когда в комнате нереальный холод, я не могу уснуть, глядя на сопящего моржика.

А! И еще:

Миша, как и его папа, пьет ледяную воду и молоко, и купается в почти в ледяной воде. А все говорят про закаливание детей... Это как раз не проблема! Вот, что делать с принудительным закаливанием родителей. В 30 лет уже поздновато, мне кажется...

12 октября 2007

История про роды, оптимистичная. Читать всем, кто боится рожать.

На пятом месяце меня ответственно предупредили, что у меня будет плановое кесарево из-за 7 минус диоптрий. Идеалистические соображения не давали мне смириться с этим. И после 32 недели я посетила три офтальмологических государственных центра, где каждый раз пыталась выцыганить разрешение рожать самой. Надо сказать, что все офтальмологи, совершенно не договариваясь между собой были единодушны, чем меня и убедили.

Их доводы были веские и убедительные:

– мне все равно не дадут "тужиться", так как это может повлечь "отслоение сетчатки" и снижение зрения, соответственно рожать я буду "естественно" с максимумом стимулирующих препаратов, эпидуралкой, щипцами и рассечением (ужос!);

– поскольку это все будет "осложнением" процесса родов, врачи не смогут уделить внимание ребенку, что может повлечь всякие ненужные проблемы.

В общем, это только краткий пересказ, но я решила: зачем испытывать судьбу: кесарево, так кесарево. По крайней мере, точно смирилась, что надо так надо.

Мы заключили контракт со страховой. Мне назначили замечательного врача-акушера. Она мне сказала примерно так:

– Леночка, не волнуйся! Все будет замечательно! Мы с тобой назначим дату родов да 38 неделе, чтобы точно не было схваток, все будет по плану: поставим красивую штורочку, эпидуралочку, я тебе ниточки приготовила – импортные – прямо замечательные – не будет никакого шва видно. Все будет топ-топ!

В общем, она меня замечательно приободрила и успокоила. Странно, но за неделю перед кесаревым меня беспокоил такой смешной факт: а правильно ли, что я вот так вот с врачом выбрала ребенку дату рождения? А как же таинство рождения? Не испорчу ли я этим "соотношение звезд и планет в его судьбе"? Может судьбой запланировано, чтобы он родился на 40 неделе? И я вот так вот весь гороскоп его перевероршу на другую дату, только из-за расписания врача и моего контракта. Вот такие смешные мысли...

На 37 неделе, мы назначили дату родов (кесарева), это должно было быть 8 декабря 2004 года – среда и самое-самое начало 38 недели, а во вторник я должна была лечь в роддом на подготовку. Ну, по этому поводу мы еще с ней поспорили, и в результате она мне разрешила не ложиться за день а приехать прямо в среду утром, если я обещаю не есть до этого сутки, пить только воду с лимоном и что то еще такое сложное, направленное на то, чтобы не было осложнений, спаяк и чтобы хорошо зажили швы после операции...

И еще подготовила меня основательно информацией чего нельзя делать после кесарева: оказалось, что первые три дня ничего нельзя есть вообще, кроме воды с лимоном или грейпфрутом, но ходить надо, даже если больно. Я морально была к этому готова. По плану у меня было на неделе до этого: четыре КТГ через день – это когда слушают сердечко плода, на всякий случай, чтобы понять, во-первых, хорошо ли ему, а во-вторых, не собирается ли он на выход.

В пятницу мы с Лешей поехали на КТГ (это было 3 декабря) до кесарева оставалось 5 дней. Миша на КТГ упорно спал, а там надо чтобы дите проявляло активность, поэтому мы развлекались тем, что находили его пятки у меня под ребрами и щекотали их. Было очень весело. КТГ показало, что все ОК, на выход не готов. Все идет по плану, приходите в понедельник. Мы прощаемся с моим врачом до понедельника и Марина Львовна (так ее зовут) очень усталая, не выспавшаяся жалуется мне что уже сутки дежурит за кого-то и что дежурство её кончается только утром в субботу. Я говорю задумчиво:

– Вы знаете, а моя мама родила меня и моего брата рано утром и обоих на 37-38 неделе.

Она замолчала, посмотрела на меня как на предателя Родины и говорит:

– Вот ты мне сейчас это зачем сказала? Не запугивай меня! Я уже никакая и спать хочу...

Все давай, береги себя и до понедельника.

Мы после этого не поехали домой, а поехали в ИКЕЮ, накупили там всякой фигни – кресло и еще что то, но не для ребенка. Объялись страшно в икеевском ресторане. Обрато попали в огромную пробку, короче приехали домой только в половине 12 ночи. Я всю дорогу смехом жаловалась, что мне уже ремня безопасности не хватает длины. Приехали, я задумчиво говорю:

– Что-то у меня живот потягивает слегка.

Небольшое отступление: вот говорят все "схватки-схватки", а никто ведь не объясняет, что это такое, блин. А это оказывается вовсе не то, что показывают по телевизору, когда женщины на себе волосы рвут и кричат на весь госпиталь. Это, видимо "потуги" уже перед самым рождением ребенка, а схватки у меня по крайней мере были легким, едва заметным потягиванием живота. Даже можно сказать неуловимым. В большинстве случаев казалось, что просто придумала. Или переела слегка.

Леша положил руку на живот, послушал, строго на меня посмотрел и сказал:

– Что ты придумываешь себе! У тебя какая неделя? 37! А рожают на 40! Ложись и спи!

Я еще обратила внимание, что потягивает очень закономерно: раз в 15 минут. Но ведь так логично все мне сказали – рожают на 40, а у меня 37. И... легла спать. Замечательно выпалась – ничего не болело. Проснулась, как обычно, по привычке, в 6 утра. Я еще на этой неделе на работу за рулем ездила всю неделю до пятницы и выезжала очень рано. Лежу, понимаю, что суббота, на работу не надо, до родов еще 4 дня – такой кайф! Лежу потягиваюсь и Лёше лениво говорю:

– Прикинь уже каждые 2 минуты тянет живот. Совсем неуловимо, но как-то регулярно.

Леша положил на живот руку. И, я так понимаю, просто у меня в кровь уже выделилось этих самых эндорфинов и прочих естественных обезболивающих до фига, из-за которых я ловила полный кайф и по незнанию ничё такого и не подозревала. А со стороны, чувствовалось намного сильнее. Потому что Леша изменился в лице, у него стали бешенные глаза, он мне стараясь казаться спокойным, сказал:

– Не волнуйся, не двигайся, ничего не делай, я – за машиной!

И убежал. Я в задумчивости сходила в душ. Побрилась. Простите за подробности, но девушки меня поймут. Думаю, мало ли что, если меня из больницы в понедельник больше домой не отпустят, придется отдаваться там в руки противных бабок-санитарок. Не очень-то хотелось. Помыла голову очень тщательно, вышла, посушила феном. Тупила страшно, прислушивалась и пыталась понять сильнее тянет живот или только кажется. И думала, что вот сейчас приедем, мне скажут это ложные схватки, вот вы придумываете всегда! Схватки "погасят" и оставят на сохранении до часа X, до 8 декабря. Ничего не собирала, потому что не верила вообще, что это схватки и думала, что меня домой отпустят и на роды я "потом" приеду. Все-таки это слабое странное регулярное потягивание никак с родами вообще не ассоциировалось. И, вообще, у меня состояние было полного такого загашенного блаженства.

Леша прибежал, я спустилась, села в автомобиль. Ехали мы на большой скорости, Леша постоянно мигал ближним и дальним и сигналил. И вообще вел себя как полный псих. Машин не было, встретилось два Гаишника, но они нас не остановили. Может не в первый раз? И было все понятно? В любом случае, мы оставили дома ВСЕ документы, включая паспорт и документы на автомобиль.

Приехали в роддом, меня осмотрели в приемном покое, не спрашивая ничего поставили клизму. И сказали, чтобы сидела в "отведенном" месте и ждала своего врача. Когда я сидела, простите на унитазе, то все что я чувствовала – это что люди чувствуют на унитазе после клизмы. Ничего больше. Когда пришла моя Марина Львовна, меня скрутило в первый раз. Но тоже так ... не сильно. Вот представьте, как простите живот крутит, когда съешь что-нибудь, ну совсем не то... Вот именно так ... Только дыхание перехватывает.

Короче, взобралась я на кресло сама и совершенно нормально. Марина Львовна посмотрела меня укоризненно сказала:

– Эх ты... Я же не спала целые сутки и во втором род зале роды очень тяжелые. Ну пойдем, рожать будем.

Тут я вышла из своего розового затмения и что-то заподозривала. Было уже 7 часов утра.

Мы зашли в род зал, меня уже “подкручивало” регулярно, но опять-таки – не больше, чем живот крутит, когда острый понос или что-то типа такого. Я взобралась на стол (?) (не знаю, как он называется со штуками для ног. И вот тут я испугалась и слабым дрожащим голосом спросила:

– А где же “шторочка” ...? “Эпидуралочка” ...? Вы же обещали, Марина Львовна! Я сама рожать не умею!

Врач снова посмотрела на меня укоризненным взглядом и сказала:

– Ты что не в курсе, что родила уже почти?

И ловко нацепила мне датчики на живот. Датчики показали, что все в порядке. Видимо, воды отошли пока я “дождалась” врача на унитаза, а я даже и не заметила. Хорошо хоть там не родила...

После этих ее слов я пришла в состояние паники:

– Нееет! Так не пойдет! Я не готова! Я ничего не знаю! Я не умею! Я на курсы не ходила! Как дышать не знаю! Вы мне обещали шторочку! Эпидуралочку! Кесарево! Я боюсь, в конце концов!

– Потрогай, у тебя между ног уже ребенка голова!

Я потрогала между ног, нащупала верхушку головы с волосами и вот в тот момент я чуть не потеряла сознание: Я!!! Хожу тут!!! Как дура!!! А мой ребенок!!! Пытается родиться!!!

Короче, я смиренно легла, и вот после этого начались реальные потуги, которые продолжались секунд 50? Ну может минуту от силы... Но такое ощущение, как будто толкаешь поезд на гору. Очень тяжело, но я бы не охарактеризовала это как “больно”. По крайней мере, я не кричала, а рычала и спорила с медсестрами. Для тех, кто занимается силовыми – это как пытаться присесть с очень тяжелым весом. Точнее, встать. А еще точнее, как лежать под платформой с весом и толкать вверх афигенно тяжелый вес. Всё. Никакой драмы.

Лешу, как только он завел меня в приемный покой, чокнутые санитарки отправила за паспортом. В принципе, их можно понять: в карте у меня было написано “кесарево”, а анестезию выписывать без паспорта нельзя. Ну короче, какое-то такое дурацкое правило. Ну и потом Леше четко втемяшилось, что мне после родов нельзя ничего кроме воды с лимоном и он с безумными глазами помчался за паспортом и водой с лимоном.

Рассказывает:

“Захожу в магазин в 7 утра, небритый, взлохмаченный, с безумными глазами, мечусь ищу бутылки воды 1.5 литра, не нахожу. Подбегаю к холодильнику, выгребая все 0.3 с водой в корзину, хватаю пакет с лимонами и дрожащими руками отдаю деньги:

– Быстрее, пожалуйста, быстрее!!!

Вот, наверное, кассир подумала, что у мужика сушняк нереальный.”

Подъехал он к роддому, как раз, когда я взобралась на стол. В общей панике, в соседнем род зале были очень-очень сложные роды, его пропустили как есть в коридор перед род залом, безо всяких бахилов и масок и анализов. Он был в дверях как раз в тот момент, когда подхватили Мишу и он закричал.

Мы вообще не предполагали, что он будет присутствовать на родах, все-таки думали, что будет кесарево. Ну и потом там такие сложности: типа анализы, флюорографии и все такое. Кто бы знал, что так все просто. Короче, медсестра-акушерка, которая держала Мишу, сказала:

– Ну чтож вы отца то в коридоре держите: дайте ему срочно на голову что-нибудь и халат!

Как только Леша попал в поле моего зрения, я сразу стала ему втирать радостно:

– Леша, я сама родила! Представляешь! Очень круто! Без кесарева!

У меня такое ощущение, что я вообще болтать не переставала. Хотя меня после самого процесса родов так трясло, просто колотило минут 30. От напряжения, наверное. Потом Мишу положили мне в ноги и кто-то, кажется, Леша меня повез в палату. А я все боялась, что я ногой тряхану и Мишу придавлю, поэтому все внимание мое было в ногах.

Когда мы приехали в палату, я поняла, что хочу жрать – так сильно, как никогда в жизни есть не хотела. И могу съесть слона. И еще поняла, что у меня нет вообще ничего что нужно было. Я список писала заранее специально под кесарево, как белая женщина, и дома его где-то забыла – потеряла. Короче, отправила Лешу за едой какой-нибудь любой. Миша дрых.

Полчаса после того, как Миша родился. Заходит врач-анестезиолог, он был из той же бригады, но как я поняла моя врач больше нужна была во втором род зале, где были сложные роды, и поэтому они послали его зайти ко мне. Он заходит и спрашивает:

– Ну как впечатления?

Я радостно, улыбаясь во весь рот:

– Замечательно! Так круто было! Хоть сейчас на второй сеанс!

Он ржет на меня смотрит и говорит:

– Ну и здорово! Вот такие бы отзывы всегда! Приходите еще! Вам точно ничего не ставили и выпить не давали?

А мне реально ничего не ставили и даже таблетки но-шпы не давали, как принято в таких случаях – вообще ничего не успели.

А я чувствую такую вину, за то, что жрать то хочется, а нельзя. Я же помню про правило – 2 или 3 дня только воду с лимоном, и чувствую, что если сейчас не спрошу, то эти бутылки с водой и с лимонами сожру вместе с пластиком.

– Скажите, доктор... А мне поесть можно? Ну хоть что-нибудь... Пожалуйста...

Он так на меня посмотрел удивленно-удивленно:

– Девушка, посмотрите на себя, Вы тут как коза прыгаете по палате. Вам сейчас всё можно!

Я так была рада, что можно поесть, что даже хотела его обнять.

Потом спрашиваю у своего уже врача:

– А что у меня роды "скорые" были?

– Нет, нормальные у тебя роды были – 12 или 14 часов...

– Так я в 6 с копейками сюда приехала, а в 7:40 уже родила...???

– Нет, это лучше ты мне расскажи, как ты все схватки спокойно проспала, приехала с полным раскрытием, а дите твое КТГ вчера ввело в заблуждение!

К слову сказать: поставить мне ничего не успели: не эпидуралку и ничего другого. Даже но-шпы.

Я, конечно, не утверждаю, что все будет так замечательно и во второй, и в третий раз. Но хотелось бы надеяться на лучшее. Да и в кесарево ниче страшного не вижу.

Еще один любопытный момент:

В среду (или в четверг) мы ехали с КТГ, и что-то мне так захотелось в церковь заехать, просто иррациональное какое-то желание. По пути "попался" только Даниловский монастырь, заехали. Я вообще не религиозный человек, хоть и крещеная. И там ТАК много народу, оказалось празднуется наступающий праздник какой не помню. Ну, в общем в тот Даниловский храм, как раз привезли икону Божьей Матери, которая олицетворяет этот праздник. Только мы зашли, а тут ее проносят кругом и все целуют, ну и мы тоже поцеловали. В общем 4 декабря и был этот праздник, представляете совпадение!

Не меньшим удачным совпадением, конечно, было, что родился Миша в субботу утром, и ехали мы из Марьино, для тех, кто в курсе, со скоростью 80 км/ч, если бы был рабочий день, вероятно, я бы родила в пробке. Потому что из Марьино в рабочий день даже за 2 часа иногда не выехать.

21 октября 2007

Всегда смещит пункт в договоре:

"В случаях, не предусмотренных в настоящем Договоре, применяется Гражданский кодекс РФ".

Так и хочется сказать: Друзья мои, Гражданский Кодекс РФ применяется всегда – в случаях, не в случаях, и в предусмотренных, и в предусмотренных, не важно: хотите – не хотите. На территории РФ это закон, точнее кодификационный документ даже выше закона, ну не надо марать бумагу этими бессмысленными фразами.

21 октября 2007

Надо было как-то на днях сдать иски в суд. Не стала отправлять по почте, надо было отдать в канцелярию по определённым причинам.

Квест: "Районный суд". Прохождение:

1. На двери канцелярии надпись: "Канцелярия по гражданским делам заявления не принимает.

Прием осуществляется судьями (...) в таких-то кабинетах с 10.00 до 12.00 понедельник и четверг"

Фуф! Чувствую, прямо повезло! Как раз был четверг.

2. Моя судья – Демидова в кабинете 22 на 3 м этаже (это из списка на этом листочке). Прусь туда.

3. На кабинете 22 написано: "Судья Демидова принимает в кабинете 15 на 2 м этаже" Прусь туда.

4. На кабинете 15 написано: "Зал заседаний на ремонте обращайтесь в кабинет 38 на 3 м этаже" Прусь туда.

5. О чудо! На кабинете 38 на 3 м этаже – подсказка! Написано: "Судья Демидова до 15.11.2007 в отпуске, вместо нее принимает судья Иванова каб. 18 на 1 м этаже". Прусь туда.

Ну, думаю: следующий уровень уже близко! Вон оно как круто получается, уровень прохожу прямо как по маслу! Плохо только, что не сохраниться нигде. Чуть что не так придется заново уровень проходить, то есть в следующий раз прийти.

6. На кабинете 18 написано: "Зал заседаний на ремонте – обращайтесь по всем вопросам в каб 32 на 2 м этаже".

7. На кабинете 32 ничего не написано... Кабинет закрыт. Что – ошиблась? Возврат в начало, на первый уровень? Нееееет!! Где-то пропустила вход или подсказку.

8. Возвращаюсь к канцелярии на 1 м этаже, кроме того, что прочитала раньше на огромной доске информации больше ничего нет. Пытаюсь найти "активные" ссылки, подсказки... Двери, которые не заметила. Активные предметы. Ничего... Долбаная игра. Оказалась сложнее, чем думала сначала. Прусь снова в каб. 32 на 2 м этаже. Там, где потеряла прохождение уровня.

9. О! Кабинет открыт. Аха! Значит надо было спуститься в канцелярию!! Вот так всегда квесты придумывают – не знаешь от какого действия дверь откроется.

10. Стучусь, захожу, спрашиваю: "Добрый день, а где найти судью Иванову, которая вместо Демидовой?" В 11 кабинете на 2м этаже, говорят.

11. На 11 кабинете надпись: "Судья Иванова в каб 41 на 3 м этаже"

12. Кабинет 41 открыт! Даже очереди нет, секретарь судьи на месте и документы приняты. Я в нерешительности? Все? Это переход на другой уровень? Или мне надо было номера кабинетов запомнить и посчитать?

13. Выдали листочек со штампом о принятии документов. Назначили первое рассмотрение на дату, на которую нужно. Фуф! Переход на 3 уровень квеста выполнен!

про Мишечку:

Миша строго спрашивает папу:

– Папа! Где мои за-пти-пти?!

–Что? (папа смеется)

Миша ещё строже:

– За! Пти! Пти! Ма-шин-ки-ны!

– Запчасти?!, – папа давится от смеха.

Миша несколько не смущаясь, по-прежнему очень строго и даже назидательно:

– Да! Заптясти! Я забыл просто слово!

29 октября 2007

Мы блин, в пятницу заболели по второму кругу, точнее, Миша заболел: ходил в сад на два дня. Когда забирала, при мне воспитательница отчитывала старшую сестру, которая забирала ребенка, за то, что водят дите с температурой и с кашлем, говорит, не раз уже говорила. Из-за это дети в группе болеют "по кругу". Ну, да, ладно... Мало ли у кого какие дела... Меня сейчас с работы по поводу больничного не дрючат, поэтому я спокойно работаю ночами, а днем лечу Мишу.

В субботу у него пропал голос, и мы все выходные ржали над ребенком: Миша очень любит командовать, отдавать распоряжения, отправлять всех в сад, ну или выговоры объявлять. А тут, попробуй все это проделай, когда, кроме шёпота ничего не выходит. Два дня у нас в квартире тишина, только слышится горячий, возмущенный шёпоток. Очень смешно... Сейчас остались уже только сопли, нет температуры, но кашель и голос сиплый.

Сидит на столе на подоконнике в кухне:

–Смотри, мама, как листья падают! Патаму что – ВО-ДО-ПАД!

–Наверное, листопад?

–Ой! Да – листопад...

Если раньше у Миши был любимый вопрос: "Где?" То теперь: "Как покажи?"

Иногда получается очень цинично:

Папа: -AAA!

Миша: – Что, папа, кричишь?

Папа: -Палец прижал дверью!

Миша: -Как покажи!

–Миша. не лезь на шкаф, оттуда можно упасть!

–Как покажи!

Это вопрос теперь преследует нас постоянно. Причем ему не интересен результат, а надо воспроизвести весь процесс.

30 октября 2007

Одной из моих многочисленных мечт можно считать мечту о личном секретаре.

Это когда мозг может быть абсолютно не загруженным текущими проблемами, память не насилуется, а есть человек, который составляет за тебя расписание, все помнит, все знает:

- Ведет телефонную книгу и книгу контактов.
- Помнит о всех встречах, делает за тебя дежурные звонки,
- Напоминает, когда нужно сделать звонки тебе, говорит кому звонить и что говорить,
- Никогда не забудет о памятных датах и днях рождениях (боже! как же меня мучает обязанность помнить об этом!) и не рассказывайте мне о напоминалках, я так успешно забываю о них через 30 секунд, после нажатия OFF,
- Всегда закажет за тебя пропуск, такси, билет, спланирует рабочий график,
- Напомнит про долгосрочные проекты, социальные сети и так далее,
- Запишет в салон, когда надо, а не когда уже опасно появляться на глазах у окружающих.

Ну еще неплохо бы иметь няню и помощницу по хозяйству, а также личного водителя – очень удобно, когда негде парковаться или надо кого-то довезти.

Ноябрь 2007

1 ноября 2007

На кухне стоит папа в семейных трусах. Занят делами.

Рядом стоит Миша в таких же трусах. Занят своими делами.

Папа оборачивается, видит Мишу и возмущенно спрашивает:

– А ты почему тут стоишь не одетый и без носков?! Пол холодный!

Миша с честным взглядом и твердой убежденностью:

– Ну, наверное, потому что ты тоже так стоишь тут?..

Папа с Мишей играют:

– Папа, зачем ты у меня забрал игрушку?

– Миша, забрал, повтори

– Папа, зачем ты у меня взял игрушку?

8 ноября 2007

Эээ... я вот так без предупреждения. Короче, мы в Египте в самой южной курортной точке – Марса Аламе. Будем тут до 21 ноября, не скучайте! : Да, мы втроем. К сожалению, на местной интернет точке на клавише только арабская вязь, виртуальную клавиатуру использовать крайне неудобно. напишу подробнее потом.

25 ноября 2007

Ну что же, пора и честь знать. Описываю все как было...

Как же мне тяжело поездка далась в этот раз. И не из-за Мишки, а так как-то из-за себя. Видимо, из-за нервного и умственного напряжения мой организм не хотел отдыхать и расслабляться. Со скрипом рас тормозиться и не гнать по минутам получилось только на четвертый день отдыха. На четвертый!

Ездили мы в Египет, самую южную его курортную часть – Марса Алам. Почему туда? Потому что на экскурсии ехать не хотелось – мы везде уже были, да и с Мишкой по жаркой Африке таскаться неохота. Да и потом мы засобирались только за неделю, а на тот момент места были только там. Не считая мелких рыбешек самых разнообразных видов, стандартных для Красного моря, кучи небольших скатов, самых разнообразных видов, не превышающих 70-80 см, крылаток, хочется погордиться кого необычного видели на ежедневном снорклинге:

– огромной муреной – метра два: синяя с черными узорами, афигительно красивая;

– большой скат – метровый, с красивым хвостом "рюшами",

– рифовая акула, метра полтора, сделала вокруг нас с Дианой круга два – красавица!

У Леша арсенал покруче – он за ними просто охотился, гонялся чтобы только посмотреть поближе – акул видел несколько, огромную черепаху даже потискал, за что ему потом выговорила инструктор дайверов, которая все видела. Еще видел ската – огромного – метра 4, причем он парил рядом, а не плыл над дном.

Море абсолютно прозрачайшее, даже на глубине 50 метров – все просматривается отлично. Очень понравилось качаться на волнах перед прибоем. Релакс полный.

25 ноября 2007

Предвосхищая все вопросы о том, как отдохнул Миша, рассказываю:

Поскольку туда мы летели в 5 утра в аэропорту надо было быть в 3 часа ночи, мы за два дня сдвинули распорядок: будили Мишу сначала в 6 утра, потом в 4, поэтому спать он улегся в 6 вечера (кстати, и я с ним), к 2 часам ночи, когда мы его разбудили он был уже выспавшийся и веселый. Хотя, когда сели в самолет (без задержек) только включился двигатель, Мишу как будто выключили и до приземления он спал как сурок. Прилетели, первый день ходили обследовали местность отеля. Никто из нас ни разу не обгорел – я пользовалась 50 SPF и Мишу тоже регулярно замазывала. К загару отношусь предосудительно. Так что не мучайте меня при встрече словами:

– Ну и не похоже, что на море была!

Миша два дня к морю вообще не подходил, поднимал визг, потом стал играть на песочке и потом уже мчался только обсохнув снова плескаться.

Заметила, что Мишке нужно общение как воздух. Когда он знакомился с англоязычными детьми или взрослыми, он все время допытывался что они говорят и пытался отрететировать ответ. Сильно страдал, что не понимает и не может поддерживать разговор. Очень сильно сдружился с двумя людьми: инструктором дайверов, и администратором всех ресторанов отеля.

Очень смешная была ситуация:

в очередной раз подходит к нам администратор ресторана, Леша общается с ним по-английски, Миша не выдержал и спрашивает Лешу:

– Папа, что мне ему сказать, чтобы как ты?

– "Хеллоу"

Миша репетировал весь день, ходил повторял "Хеллоу!" "Хеллоу!" вечером приходим в ресторан, Миша кричит:

– Вон мой друг идет!

Он подходит, И Миша говорит:

– Хеллоу!

Он в ответ:

–Привет! Как дела?

Мы афигели, а оказывается он потом сказал, что тоже специально для Миши выучил, весь день репетировал.

Миша сразу попросил у папы перевести как дела, и потом учил уже:

"хау-ду-ду-ду"... нет... "хау ду ю ду" – плавно, папа? Но каждый раз расстраивался, что не понимает, что ему отвечают дальше.

25 ноября 2007

Очень интересный у нас получился сервис. Когда мы заказывали тур пакет, изначально ориентировались на "все включено", хотя ни разу так не ездили. Решили, что с Мишей так будет удобнее, тем более что супермаркетом шаговой доступности, как в Европе нет. Но поскольку с деньгами у нас сейчас напряженка и отпуск мы вообще то не планировали, а так появилась просто физическая потребность, решили все же переиграть на НВ – завтрак -ужин, это было дешевле на 600 баксов. А отель остался все тот же. Короче, первый день прошел как-то в заботах по размещению, а на второй день я пыталась взять чек за сок в ресторане. Ремешок на руку мы не одевали, там многие его тоже не носили, но бармен долго мне объяснял как

умалишенной, что "ВСЕ ВКЛЮЧЕНО", у Леши произошла такая же история. И мы решили, что парить мозг: включено, так включено. Тем более выяснилось, весь отель, кроме нас троих был на "Все включено", так мы и пользовались всеми услугами – все оставшиеся дни отпуска.

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.