

Катерина Федотова



Помогите найти себя!

Divorce

2020

Екатерина Федотова

**Divorce**

«Издательские решения»

**Федотова Е.**

Divorce / Е. Федотова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-982306-9

Автор книги делится сокровенным и личным: как пережить развод. Книга будет полезна всем тем, кто переживает расставание. Своей историей и примером автор хочет поддержать каждого на жизненном этапе и, помимо примера, дает практические советы в виде практик, медитаций и настроев.

ISBN 978-5-44-982306-9

© Федотова Е.  
© Издательские решения

# Содержание

ВВЕДЕНИЕ	6
РАЗВОД И ДЕВИЧЬЯ ФАМИЛИЯ	7
Конец ознакомительного фрагмента.	9

# Divorce

**Екатерина Федотова**

© Екатерина Федотова, 2020

ISBN 978-5-4498-2306-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



## ВВЕДЕНИЕ

Приветствую тебя, мой читатель. Давно вынашивала идею написать книгу о том, как я пережила два развода и не потеряла себя. Как не просто одной женщине заново начать верить и знакомиться, но еще женщине – матери. Это немного другая история. Как хочется сказать одиноким мамам, чтобы они не забывали, что вы прекрасные женщины и не стеснялись того, что у них есть дети. Быть мамой это круто! Прочтите мою другую книгу «В декрете» и вы поймете, о чем я.

Да, в жизни всё бывает. Я сама никогда не думала, что пройду через развод, да еще и не один! Всегда мечтала выйти замуж раз и навсегда. Не сложилось. Никого не виню, это опыт. В отношениях несут ответственность оба партнера. Поэтому я нашла свои ошибки, приняла их и отпустила обиды. Это первое что нужно сделать. Не сразу. Но дать выйти через слезы всей боли, сожалению, разочарованию, обидам... Я первое время закрывалась в ванной и рыдала... да что там рыдала... выла! Я ушла сама, с маленьким ребенком на руках в никуда. Без денег, без постоянной работы, без жилья. Я понимала, что несу ответственность не только за себя, за сына! Ему сложнее. Ведь для него рухнул целый мир «мама-папа». Как не просто было объяснять, говорить, что он ни в чем не виноват, что мама и папа любят его и всегда будут любить. Что в жизни так бывает, что взрослые ошибаются, совершают ошибки, принимают не всегда простые решения. Сын через года 1,5 принял только, что мама и папа развелись, но любят его и он счастливый человек, так как у него есть родители.

В этой книге делюсь личным опытом и практическими советами о том, как начать жить с чистого листа. Буду счастлива, если хоть одной из читательниц она поможет, значит все это не зря. Позволь мне обращаться к тебе «на ты», так наш разговор будет похож на разговор двух подруг. Дорогая моя, ты прекрасна и уникальна. Да, сейчас не самое лучшее время, поверь мне, милая, ты справишься, ты сможешь!

Так же в этой книге собраны практики, которые мне помогли, список книг, которые мне помогли стать целостной и полюбить себя. Верю, что мой пример поможет и тебе, направит тебя, хотя ты сама и знала на многое ответы.

Прошу прощения у своих бывших мужей, зато, что рассказала миру историю, в которой не одна сторона. Постаралась сделать это тактично, не уронив ваше достоинство.

## РАЗВОД И ДЕВИЧЬЯ ФАМИЛИЯ

Не важно кто от кого ушел и, кто принял решение о разводе – это в любом случае боль для обоих. И большее всего тому, от кого решили уйти. Понятно, что просто так девушка с ребенком не уйдет в никуда. Это уже шаг отчаяния и понимания того, что лучше не будет, ничего не изменится, все с каждым днем становится еще хуже...

Мне было тридцать, никогда не думала, что кризис тридцати меня застигнет. Но я помню, как лежала на надувном матрасе, плакала и размышляла... «Мне 30... я потеряла все в этом браке... лежу почти на полу, неужели я достойна этого?!» Сейчас я никого не виню. На 50% я виновата сама в сложившейся ситуации. Да, я верила, да, я шла за мужем, да, я доверилась ему... Он не смог взять ответственность за нас и за свои ошибки. Это опыт, уроки. Сейчас я философски отношусь к этому, но, когда я ушла, было страшно. Нет денег, съемное жилье, маленький ребенок, заказов нет (у меня ИП по организации мероприятий). Я пошла работать няней вместе с сыном, затем судьба свела меня с государственной организацией «Под-росток», жизнь тихо-тихо налаживалась. Полгода я просто выла, ревела, жалела себя и сына, случился крах моих мечт и целей... Нужно было дать себе возможность все это выплакать и выпустить. Затем я стала замечать, что мужчины обращают на меня внимание. Это было приятно. Но не более. Я зарегистрировалась на сайте знакомств, чтобы под питаться мужским вниманием, почувствовать себя снова женщиной. И после, мне попало видео Сатьи Дас о том, как выходить из разрушительных отношений – я поняла, все делаю верно.

Но первый раз решиться на развод и уйти от не своего человека случился ранее. Мне было 17, первая любовь, мой первый мужчина, гормоны... В промежутке я потеряла маму, бабушку и дедушку, мне было 18 лет, и я захотела семью, которой в миг не стало. Ну ничего хорошо из этого не получилось. Да, были прекрасные моменты, как и у всех. Сейчас я не испытываю ни злости, ни обиды, ни боли. А тогда да – измены, пьянки... диагноз «бесплодие» ... Я никак не могла решиться на развод. Меня одолевали мысли о том, что скажут люди! Родственники, друзья? Ведь сор из избы я не выносила. Только пару близких людей знали, что было у нас. Для всех остальных – он идеальный муж, глава семьи. Все-таки от женщины очень многое зависит – как она к нему относится и позиционирует своего мужчину, такое впечатление и мнение о ней складывается и в обществе. И в один день я решилась. Да, он пытался все наладить, обещал измениться, решил на ребенка из дома малютки... но все это мы уже проходили, когда я ушла первый раз и мы приняли решение пожить отдельно. Никогда не делайте так – чтобы ни было, лучше жить под одной крышей и пытаться со временем решить проблемы. Чем разъезжаться, а после сойтись и видеть, какая пропасть стала между вами. Так было и в нашей ситуации. И в один день я решилась сказать, что подаю на развод. Я помню, как он ушел, я спиной повернулась к закрытой двери, сползла вниз, села и разревелась – в тот день умерла моя детская мечта выйти замуж за принца раз и навсегда, нарожать троих детей и жить счастливо. Потом я позвонила подруге и сказала: «Все... я ушла от Андрея»

Развод дался нелегко. Хоть нам и нечего особо было делить, но суд все-таки у нас был. Так получилось, что в общем компании я познакомилась с молодым человеком, я не думала в тот момент, что он мой будущий второй муж! Мы начали встречаться, но в тот момент я еще была на стадии развода и ждала, когда супруг согласится на обоюдное заявление и мы тихо-мирно разведемся. Развод он не давал, а в суд я не хотела. Встречавшись с парнем, мы даже не целовались, я не могла так, ведь я еще была «законной женой» и считала это не правильным. Развод вскоре я получила. А в суд подала на раздел автомобиля. Суд я выиграла. Меня на это настроил мой новый жених. Ну а я под эмоциями запустила это дело. Некая месть, зато что он забрал ноутбук. Такая глупая ситуация. Но эмоции, злость сделали свое дело. О чем в последствии я жалела. И вот буквально года полтора назад я встретила с бывшим первым

мужем и попросила у него за это прощения. Я была не права. И очень рада, что смогла сказать об этом, глядя в глаза, и от чистого сердца извиниться. Я не знаю, простил он меня или нет, да и не важно. Мне важно, что за свой некрасивый поступок я попросила прощения. Кстати, он недавно женился. И это хорошо. Пусть у них все сложится.

Вывод из этой первой истории: совершенно неправильно начинать почти сразу же новые, серьезные отношения! Как минимум нужен год для того, чтобы отойти от первого разрыва, прийти в себя и не тащить груз прошлого в новые отношения. В моей жизни все сложилось иначе. И это тоже одна из причин второго развода. Вернее, его бы и не было бы, если я смогла бы правильно выйти из первых отношений. Не было бы встреч, свадьбы. Но сложилось как сложилось. Это мой опыт. Значит так было нужно. Еще один вывод – не нужно мстить и делать на зло. Ничего хорошо из этого не выйдет.

После нового года, в 2012 году мы с парнем начали жить вместе. Жили у меня, в маленькой уютной квартирке, готовились к свадьбе летом, а в мае я узнаю, что беременна! До этого, в первом браке я не могла забеременеть, и врачи поставили мне страшный диагноз «бесплодие». Своему жениху я сразу сказала об этом, что если ему нужна жена, которая не может родить, то ради бога. Я за честность. Жених сказал, порвав мою карточку, что все это бред и все будет хорошо. Наш сын желанный и долгожданный ребенок. Это самое лучшее, что случилось в этом браке. На сроке 5—6 месяцев начались скандалы, ссоры, муж ревновал меня беспочвенно и доводил до слез. Он завел мне новую симку, почистил всех моих друзей вконтакте, запретил общаться со многими людьми, в том числе и с родным братом. А сам мог общаться с кем хочет, как мне было сказано – я умею дружить с девушками, а ты с парнями нет... Я ничего не могла ему возразить, не могла никому сказать – меня обуял страх. Как я одна буду рожать?! Что скажут люди?! Как признать, что я ошиблась?!

## **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.