

УДК 821.161.1-94
ББК 84(2Рос=Рус)6-44
М87

Мошарова, Мария Игоревна.

М87 Беззаботное материнство : заметки счастливой многодетной мамы / Мария Мошарова. — Москва : Эксмо, 2023. — 240 с. — (Вера и радость).

ISBN 978-5-04-165706-2

Книгу «Беззаботное материнство» написала Мария Мошарова — мама семерых детей и бабушка троих внуков, известный российский блогер, которая помогла тысячам других мам обрести уверенность в себе, преодолеть трудные ситуации, справиться с одиночеством и найти в себе силы и ресурс.

В своей книге Мария подробно описала рождение каждого своего ребенка. И ее истории не похожи одна на другую — они уникальны, как сама жизнь. Автор открывает мир своих чувств, эмоций и переживаний. Ее книга наполнена трогательными и глубокими историями бесстрашной мамы, решившейся на отважное путешествие рождения и воспитания семерых детей, трое из которых родились, когда ей было уже за сорок.

Ее рассказ — это еще и духовное откровение глубоко верующего человека, для которого рождение ребенка — божья благодать и благословение!

А еще это откровенная история женщины о трудных и радостных отношениях в браке. Каждый фрагмент жизни Марии — яркий рассказ, в котором она открывает нам свое сердце. И каждая глава ее книги созвучна любой матери в этом мире.

УДК 821.161.1-94
ББК 84(2Рос=Рус)6-44

ISBN 978-5-04-165706-2

© Мошарова Мария Игоревна, текст, 2023
© Фото Мазина Галина Сергеевна, 2023
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

ВЕРА И РАДОСТЬ

Мошарова Мария Игоревна

БЕЗЗАБОТНОЕ МАТЕРИНСТВО

ЗАМЕТКИ СЧАСТЛИВОЙ МНОГОДЕТНОЙ МАМЫ

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*
Руководитель направления *М. Виноградова*
Ответственный редактор *Т. Арзиани*
Младший редактор *А. Ангелова*
Художественный редактор *В. Брагина*
Корректор *Н. Кушнарченко*

В оформлении обложки использована фотография:

virtu studio / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

В оформлении обложки использованы фото *Г. Мазиной*

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:

chрупka, Tatiana Goncharuk, Batshevs / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

Страна происхождения: Российская Федерация

Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Россия, город Москва, улица Зорге, дом 1, стрение 1, этаж 20, каб. 2013.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндүрүш: «ЭКСМО» АКБ Баспасы.

123308, Ресей, қала Мәскеу, Зорге көшесі, 1 үй, 1 қырат, 20 қабат, офис 2013 ж.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.

Тауар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин : www.book24.ru

Интернет-магазин : www.book24.kz

Интернет-дүкен : www.book24.kz

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Дембровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат: сайтта: www.eksmo.ru/certification

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

www.eksmo.ru/certification

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Дата изготовления / Подписано в печать 20.02.2023.

Формат 60x84¹/₁₆. Печать офсетная. Усл. печ. л. 14,0.

Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-04-165706-2



9 785041 657062 >

12+

В электронном виде книги издательства вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:
один клик до книг



Москва. ООО «Торговый Дом «Эксмо»

Адрес: 123308, г. Москва, ул. Зорге, д.1, строение 1.
Телефон: +7 (495) 411-50-74. **E-mail:** reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми
покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»
E-mail: international@eksmo-sale.ru

*International Sales: International wholesale customers should contact
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.*
international@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном
оформлении, обращаться по тел.: +7 (495) 411-68-59, доб. 2261.
E-mail: ivanova.ey@eksmo.ru

Оптовая торговля бумажно-беловыми
и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс: +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).
e-mail: kanc@eksmo-sale.ru, сайт: www.kanc-eksmo.ru

Филиал «Торгового Дома «Эксмо» в Нижнем Новгороде
Адрес: 603094, г. Нижний Новгород, улица Карпинского, д. 29, бизнес-парк «Грин Плаза»
Телефон: +7 (831) 216-15-91 (92, 93, 94). **E-mail:** reception@eksmonn.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Санкт-Петербурге
Адрес: 192029, г. Санкт-Петербург, пр. Обуховской обороны, д. 84, лит. «Е»
Телефон: +7 (812) 365-46-03 / 04. **E-mail:** server@szko.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Екатеринбурге
Адрес: 620024, г. Екатеринбург, ул. Новинская, д. 2щ
Телефон: +7 (343) 272-72-01 (02/03/04/05/06/08)

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Самаре
Адрес: 443052, г. Самара, пр-т Кирова, д. 75/1, лит. «Е»
Телефон: +7 (846) 207-55-50. **E-mail:** RDC-samara@mail.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Ростове-на-Дону
Адрес: 344023, г. Ростов-на-Дону, ул. Страны Советов, 44А
Телефон: +7(863) 303-62-10. **E-mail:** info@rnd.eksmo.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Новосибирске
Адрес: 630015, г. Новосибирск, Комбинатский пер., д. 3
Телефон: +7(383) 289-91-42. **E-mail:** eksmo-nsk@yandex.ru

Обособленное подразделение в г. Хабаровске
Фактический адрес: 680000, г. Хабаровск, ул. Фрунзе, 22, оф. 703
Почтовый адрес: 680020, г. Хабаровск, А/Я 1006
Телефон: (4212) 910-120, 910-211. **E-mail:** eksmo-khv@mail.ru

Республика Беларусь: ООО «ЭКСМО АСТ Си энд Си»
Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Минске
Адрес: 220014, Республика Беларусь, г. Минск, проспект Жукова, 44, пом. 1-17, ТЦ «Outleto»
Телефон: +375 17 251-40-23; +375 44 581-81-92
Режим работы: с 10.00 до 22.00. **E-mail:** exmoast@yandex.by

Казахстан: «РДЦ Алматы»
Адрес: 050039, г. Алматы, ул. Домбровского, 3А
Телефон: +7 (727) 251-58-12, 251-59-90 (91,92,99). **E-mail:** RDC-Almaty@eksmo.kz

**Полный ассортимент продукции ООО «Издательство «Эксмо» можно приобрести в книжных
магазинах «Читай-город» и заказать в интернет-магазине: www.chitai-gorod.ru.**
Телефон единой справочной службы: 8 (800) 444-8-444. Звонок по России бесплатный.

Интернет-магазин ООО «Издательство «Эксмо»
www.book24.ru

Розничная продажа книг с доставкой по всему миру.
Тел.: +7 (495) 745-89-14. **E-mail:** imarket@eksmo-sale.ru

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ!



eksmo.ru

Мы в СОЦСЕТЯХ:

[eksmo](https://vk.com/eksmo)

[eksmo.ru](https://facebook.com/eksmo.ru)



book 24.ru

Официальный
интернет-магазин
издательской группы
«ЭКСМО-АСТ»

Содержание

Путь мамы

Не игра!11
(Не)идеальная мама15
Мое и не мое.17
Как я стала многодетной мамой19
Беременность и роды после сорока лет.36
Моя многодетность38
Страх vs предосторожность.40
Лишний ребенок?42
Для кого мама рождает?45
Сколько времени я уделяю своим детям?.47
Мое блоггерство50

Семья

Зачем нужна семья55
Жить без семьи легче?...57
Про отцов...59
Могила и цветущая сирень68
Как я познакомилась со своими мужьями71
Еще на тему отцовства73
Современное отцовство и материнское выгорание75
Я и отец моих младших детей82

Содержание

Семья без любви84
Немного о «жертвах абьюза»86

Беззаботность с Божьей помощью

Юбилей и возраст93
Обидчивый ли вы человек?97
Снова об обидчивости99
Поддержка друзей и благодарность	104
Моя беззаботность в надежде на Бога	108
О просьбах и благодарности Богу	110
Молодиться или остановиться?	113
Моя многозадачность	115
Антидот при материнском выгорании	117
Главный семейный лайфхак	119
Счастливые люди	121
Мальчик или девочка?	124
О чем говорят мамы, у которых 16 детей на двоих?!	127
Мои мечты тогда и сейчас.	130

Педагогика

О том, что очень нужно помнить	137
Экзамен	141
Нематериальное сокровище.	144
Такие разные дети	148
Немного психологии	150
Институт образования	152
Доверие	154
К родителям	156
Чтение как ценность	158
Странное зеркало	160
Об одинаковой одежде	162
Материнская молитва и педагогика	163
Снова об учителях	167

Как важен учитель	169
Моя педагогика	170
Почему детям нужно путешествовать	173
Почему детям полезно бывать на богослужениях	175
Немного прикладной аскетике	179
Папа и мама будут дольше, когда....	181
Ребенок и пища	183
Детский пост	186
О пище постом.	188
Лечение с минимальной фармакологией	191
Что скорее всего вспомнит ребенок, став взрослым?	194

Быть мамой семерых — это...

Если ты мать.	199
Насущные вопросы из Сети.	201
Ответ блогера на комментарии	203
Как мама пережила боль своей дочки	204
Путешествия и непослушание.	208
Ключ от машины нашелся	210
Про нетерпимость	212
Наш режим дня	214
Потери и находки	217
Материнская истерика	219
О нервном срыве.	221
Мама, которая путает имена детей!	223
Как провести лето с детьми и не сойти с ума	225
Зимнее такси и Луша	229
Каким будет ребенок	231
На самокате	233

Путь мамы





Не игра!

Для чего мы живем? В чем смысл нашей жизни? От этих вопросов не спрятаться никогда и никому.

Может быть, это опыт? Накопление материальных ценностей? Получение удовольствий? Продолжение рода? Духовное совершенствование? Или же вся наша жизнь — игра? И — как в игре повезет.

Когда я была молодой, еще до замужества, мне казалось, что меня ждут великие дела и свершения. Что я обязательно должна что-то важное в жизни сделать, и тогда умирать не страшно! Я не могла сформулировать, что конкретно великое я должна сделать. Но грандиозные планы точно были. И это никак не было связано ни с семьей, ни с материнством. Это я точно помню.

Я окончила журфак МГУ, много писала в качестве внештатного корреспондента, вела колонку в журнале «Лиза», некоторое время работала в литературном агентстве, брала интервью. Но собственные — тогда еще

Путь мамы

немногочисленные — дети, как ни старалась, забирали у меня бóльшую часть сил и времени. Мне казалось, что это сильно отвлекает меня от «чего-то важного».

Шли годы. У меня появлялись все новые и новые дети, а я продолжала работать, задвинув подальше тщеславные планы о чем-то великом. Сейчас я окончательно успокоилась. Веду максимально «беззаботный» образ жизни: не строю никаких долгосрочных планов и не пытаюсь «покорить мир». И сейчас я могу с полной уверенностью сказать, что эта «беззаботность» меня сохраняет. Иначе при такой сверхнагрузке и многозадачности, как у меня сейчас, выжить и полноценно жить в современном мире просто невозможно. Я поняла это на своей шкуре.

Я не унываю, не опускаю руки, не посыпаю голову пеплом от того, что у нас нет своего жилья, накоплений, счетов и т. д. И в этом тоже виновата моя «беззаботность». Я доверяю Богу. Знаю, что Он ведет меня и моих детей. Наш путь может кому-то нравиться, а кому-то — нет. Но это не имеет значения. Я не хочу зависеть от постороннего мнения. Я люблю ту жизнь, которую проживаю. Мой принцип: уповай на Бога, делай что должен — и будь что будет. Возможно, у меня в скором времени получится ответить на вопрос «для чего я живу?».

Материнство — это дорога, которую нужно постараться пройти целиком. И не просто так, а с пользой. И чтобы в сухом остатке — любовь. Да, бывает очень сложно. Непогода, мороз, вьюга, туман и даже смерч. Но случаются прекрасные рассветы, дивные по красоте закаты, встречи с единомышленниками, а иногда — и это настоящее

Не игра!

чудо — кто-то временно помогает нести / везти наш материнский груз. И в такие моменты мама может оглянуться вокруг, расправить плечи, отдохнуть и даже помечтать.



* * *

САМАЯ ДОБРАЯ, ЧУТКАЯ,
НЕЖНАЯ И ПОНИМАЮЩАЯ,
В САМЫЕ СЛОЖНЫЕ ДНИ
СМИРЕННО ДЕТЕЙ ПРИНИМАЮЩАЯ.

ТОЛЬКО МАМИНО СЕРДЦЕ
ВМЕЩАЕТ СТОЛЬКО ЛЮБВИ,
ТОЛЬКО МАМИНЫ РУКИ —
КАК ДВЕ БЕСПОКОЙНЫХ РЕКИ.

И НА РУКАХ У МАМЫ
КАЖЕТСЯ СКАЗОЧНЫМ МИР.
КРОМЕ БОГА И МАМЫ
НИКТО НАС ТАК НЕ ЛЮБИЛ.



(Не)идеальная мама

Уже давно я не успеваю готовить детям ежедневно первое, второе, третье и тем более компот. Рацион чаще всего строится на том, что есть в холодильнике. Есть никого не заставляю, однако если совсем не поел — никаких перекусов. Придется ждать следующего приема пищи!

Я не люблю делать уроки с детьми. Мои дети все в курсе (что не люблю). Да, помогаю, когда сложная тема. Но так, чтобы сидеть с ребенком, от и до штудировать материал, решать задачки, — нет, увольте. Мои старшие хорошо это усвоили и учились полностью самостоятельно, я только «стихи наизусть» проверяла.

Не всегда считаюсь с мнением детей. Ну, к примеру, они хотели бы поехать в Австралию — посмотреть кенгуру, а я в который раз безжалостно везу их в Крым.

С одеждой и обувью у нас без «всех этих сюсюканий». Что нашла на распродаже — в том и ходят. Со старшими проще — они самостоятельные. Но когда покупаю

Путь мамы

рубашку/свитер/пальто и т. д. для старшего сына Тимофея, он все это носит.

Выбор мероприятий всегда мой, единолично. Если есть возможность попасть на хороший спектакль — мы едем. Детей готовлю: делюсь названием, иногда — лейтмотивом. А бывает, что ставлю перед фактом. У нас это называется «сюрприз». Та же самая тактика у нас при выборе мастер-классов, фотосессий и т. д.

Я не разрешаю жаловаться друг на друга. Предлагаю рассказать о себе, о своих поступках и словах. Всегда подчеркиваю, что отношусь ко всем своим детям одинаково — несмотря ни на что, и всегда буду на их стороне. Но если замечу дурные проявления, то не стану этому поощрять.

Считаю, что все лучшее — для мамы. Ведь мама одна! Детей много. Меня нужно беречь, холить и лелеять. И если лучший кусок, то тоже — маме.

Не разрешаю шуметь, когда мне хочется побыть в тишине. Предлагаю выражать свои бурные эмоции на занятиях спортом, на танцах и в музыкальной школе. Со мной (особенно когда очень устаю) полагается спокойно общаться, читать, тихонечко играть.

В машине, когда я за рулем, включаем режим тишины. Но бывает, что и песни поем, но только если я захочу.

Дети занимаются домашними делами. Я им это не только доверяю, но и всячески мотивирую на эти занятия.