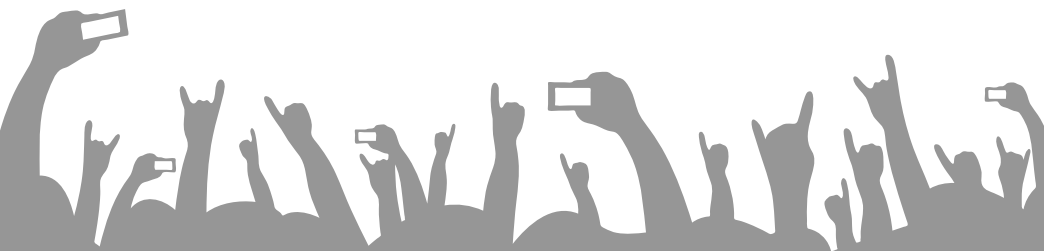


СОДЕРЖАНИЕ

<i>Вступление</i>	7
1. КУРС МОЛОДОГО ОТЦА, или Как не стать мужиком, который нарекает мясо по воскресеньям	13
2. ОТЦОВСКАЯ ОДИССЕЯ, или Как вырастить двух изобретательных парней в Париже	39
3. КАМНИ, ГИТАРНЫЕ ГРИФЫ И ОТЦОВСКИЕ СЛЕЗЫ, или Как остаться в своем уме в тяжелые времена	59
4. ПОСТОЯННАЯ БОРЬБА С ЭНТРОПИЕЙ, или Как бывалому рокеру найти покой в кругу семьи	75
5. ИЗ РОДДОМА НА РОК-ФЕСТИВАЛЬ, или Как объяснить жене и ребенку, что тебе повезло с работой	93
6. ТРАДИЦИИ, КОТОРЫМ ХОЧЕТСЯ СЛЕДОВАТЬ, или Как стать примером для своих детей	111
7. МУЛЬТИКУЛЬТУРНОЕ ВОСПИТАНИЕ, или Как научить детей говорить на трех языках и выжить на острове без Макдональдса	131
8. СОВЕТСКОЕ НАСЛЕДИЕ, или Как перенять у прошлого только самое лучшее	147
9. БИРМИНГЕМСКИЙ ПАРЕНЬ, или Коротко о том, как импровизировать, адаптироваться и побеждать!	161

10. ПЛЮСЫ БОЛЬШОЙ СЕМЬИ, или Как поддержка родных помогла молодым родителям достойно исполнить свою роль	185
11. МОТОКРОСС, НАТУРАЛЬНАЯ МЕДИЦИНА И ТЯЖЕЛЫЙ МЕТАЛЛ, или Как все успеть, когда работаешь шестьдесят часов в неделю	199
12. БОРЬБА ЗА МЕРЛИНА И МОРГЭЙН, или Как выжить в одном доме с двумя маленькими активными монстрами, четырьмя кошками и двумя игуанами	219
13. СПАЛЬНЯ С ДВУМЯ ДВЕРЬМИ, или Как оставаться на связи с детьми после развода	243
14. ЕДИНСТВО ПРОТИВОПОЛОЖНОСТЕЙ, или Как подружить осознанное родительство с религиозным воспитанием	259
15. ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД, или Как подстроиться под стили четырёх рок-групп и характеры двух дочерей	275
16. ПАНК-РОК, СТРЕЙТ-ЭЙДЖ И ВЕГАНСТВО, или Как оставаться верным своим идеалам, но не навязывать их ребенку	295
<i>Послесловие</i>	317
<i>Благодарности</i>	318



ВСТУПЛЕНИЕ

Когда подошло время заводить детей, со всей ответственностью могу сказать, что образцами отца в моем понимании на тот момент были два литературных персонажа. Первый — это главный герой постапокалиптической драмы Кормака Маккарти «Дорога»: простой человек, пробирающийся по разрушенному неизвестным катаклизмом миру вперед к иллюзорной надежде более счастливой доли для своего сына. Второй — герой условно исторической манги «Одинокий волк и его ребенок», созданной Кадзуо Коикэ и художником Госэки Кодзима. Пусть протагонист истории и одержим мстостью за поруганную честь клана, но его сын был почти всегда обут, одет и накормлен. Ну, насколько позволяли обстоятельства — средневековая Япония, сами понимаете. Согласитесь, яркие образы, но они имеют посредственное отношение к реальности. Реальность у каждого своя, и на неё неизбежно накладывается наш собственный опыт.

Если полагаться на опыт родственников, то чаще всего относительно рождения ребенка и первых лет жизни с ним вам расскажут о стирке пеленок, иногда о бессонных ночах и паре милых детских шалостей вроде стрижки усов коту. В большинстве случаев семья с новорожденным двигалась по проложенной предшественниками колее: безоговорочная вера в непогрешимость городской поликлиники, компетентность воспиталки в саду, бабушкин деревенский опыт сбалансированной диеты и чудотворную силу отцовского ремня (портупея — это зву-

чит гордо) мостила прямую дорогу к «школьным годам чудесным». Там, кстати, все точно так же было сочтено и взвешено без вашего участия. И надо сказать, многие следуют этому алгоритму, потому как так называемое «осознанное родительство» — это не только сомнительное удовольствие, но и вообще энергозатратное и малопонятное в нашем обществе занятие. Особенно если вы человек с прицелом на карьеру или самовыражение в творчестве. Впрочем, как говорил Ежик в тумане: «Пусть река сама несет меня».

Нельзя сказать, что мы с женой бились за вымпел «Осознанный родитель года», но, к примеру, решение о совместных родах дважды приняли обоюдно, а к пожеланию жены о совместных посещениях педиатрических курсов я подошел с максимально возможной долей ответственности. Да, я часто там дремал, но никто не посмеет меня обвинить в том, что я не пытался! И я имел некоторое право гордиться собой, когда в самом деле принял участие в процессе рождения дочери, а через три года и три дня — сына.

Когда я рассказывал об этом опыте своим друзьям, коллегам и родственникам, подавляющее большинство относились к нему с плохо скрываемым недоумением и скептицизмом. Поверьте, я избегал ненужных подробностей, обозначив лишь скромные факты моего присутствия в родовой палате и перерезания пуповины, но даже это чаще всего встречало непонимание. Чаще всего высказывались в духе, что во время родов мужчина увидит такое, после чего с ним может случиться всякое. «Твоя жизнь никогда не будет прежней», — говорили они. Знаете, благодаря неосмотрительности и попушению

моих родителей в восемь лет я знал наизусть не только фильмографию с Джеки Чаном. Мой культурный багаж был также обогащен парой фильмов из разряда «Чужие», «Враг мой» и «Общество». Так что я видал и более пугающие вещи, чего уж скрывать... Впоследствии такое же непонимание вызывало ношение ребенка в слинге или отказ от выгодной командировки на юг в связи с очередным «детским» вопросом. При этом, если взглянуть на происходящее беспристрастно, я далеко не во всем и не всегда был на высоте: не преуспел в таком деле, как укладывание детей, в борьбе за полезное питание часто терплю фиаско, не всегда могу эффективно разобраться с внезапным и особо острым скандалом и даже иногда повышаю голос. Елы-палы, я профан и во многих других героических, требующих нестандартного решения вопросах. Тем не менее все чаще звучало категоричное «не мужское это дело»! Ну да, ну да...

А что тогда мужское дело? Около пятнадцати лет своей жизни я посвятил общению с музыкантами из андеграунда — тяжелый рок, тяжелый металл, вот это все. Я брал у них интервью, писал обзоры на их альбомы, потом объединил часть этих текстов в две книги и был собой доволен. Было нетрудно заметить, что среди этих суровых, часто brutальных нигилистов и нонконформистов от музыки оказалось немало таких, кто наряду с эффектными фото на сцене или в студии не стесняется выкладывать и мимимишные фотки с детьми. Я абсолютно искренне не понимал, как эти парни умудряются совмещать в своей жизни творчество, хард-роковый кутеж и заботу о детях. Да и совмещают ли? Этот вопрос и желание высказаться подтолкнули меня к идее

написать книгу, в которой рассматривался бы вопрос переноса своего детского опыта на новую для мужчины роль отца, а также — и это важно — совмещение активной творческой деятельности с бытовыми семейными хлопотами.

Я набросал для начала пару дюжин актуальных для себя вопросов из тех, с которыми сталкиваются почти все молодые родители, и решил построить каждую из глав на основе своего опыта решения этих вопросов с комментариями моих знакомых из разных стран. На мое предложение откликнулись пятнадцать человек, но в ходе работы над ответами ушел один, потом второй... Словом, история затянулась на год, состав героев книги поменялся почти наполовину в сравнении с исходным. Одновременно с этим стало очевидно, что у каждого из героев есть своя история, которую логично изложить отдельно.

В ходе работы над текстом ко мне в руки попала чудесная книга *Nordic Dads*, рассказывающая истории отцов из скандинавских стран, и было очевидно, что ее идея тесно перекликается с моей. Было глупо бросать сделанную работу на полпути, я неудачно попробовал навести контакт с издательством, и в итоге решение о переводе книги в формат «один отец — одна глава» появилось спонтанно. В конечном счете уже привык к тому, что некоторые идеи буквально витают в воздухе, и не всегда ты будешь первым, кто быстрее их освоит и реализует. Когда моя книга была написана и каждая из шестнадцати историй приобрела свой законченный вид, стало понятно, что мои старания себя оправдали. Общение с героями этой книги стало для меня вдохновляющим опытом. А теперь надеюсь, что станет таковым и для

вас. Кто-то скажет, что в книге не так много по-настоящему героических, самоотверженных примеров, но все эти истории шестнадцати отцов из четырнадцати разных стран объединены одним: каждый из них понимает и принимает свою ответственность без оглядки на то, как это выглядит со стороны, и каждый находит силы оставаться собой, при этом становясь лучше благодаря новому опыту. При всем при этом эти истории не умаляют исключительную роль матери в жизни каждого ребенка, просто знайте — отцы тоже иногда стараются! И преуспевают.

Один отец будет биться до последнего и отстаивать свое право на воспитание ребенка после развода, что само по себе немало. Другой может испечь для сына торт с трактором. Третий через пару лет после рождения ребенка, будучи уже вовлеченным отцом, обнаруживает вдохновение и возвращается в мир рок-музыки, чтобы взглянуть на некоторые вещи по-новому. Кто-то готов все бросить и переехать на другой материк ради комфорта семьи. А кто-то принимает в свою жизнь новую ответственность и новые страхи, оставаясь при этом на сцене мрачным крутым парнем. Многие меняют свою жизнь к лучшему и, например, завязывают с алкоголем. Но главное, что когда ты втягиваешься, то можешь научиться получать удовольствие от самого процесса, от простых вещей, ты даже можешь продолжать заниматься творчеством. И еще теперь ты можешь купить все те машинки, о которых мечтал в детстве.

Предлагаю вам перейти по QR-коду, чтобы ознакомиться с творчеством всех героев этой книги.





1

**КУРС МОЛОДОГО ОТЦА,
или Как не стать мужиком,
который нарезает мясо
по воскресеньям**

Нидерланды

Алекс Шенкельс, тридцать шесть лет, вместе с женой Джиской воспитывает пятилетнего сына Дэвида. Преподает и проводит научную работу в университете прикладных наук Фонтис в Эйндховене, а также играет и поет бодрый гаражный рок в Enna и Major Mitchell.





встретил этого улыбчивого голландца в Петербурге несколько лет назад, когда он со своей будущей женой прилетел в наш город, чтобы в полной мере насладиться его культурным достоянием. Это было жаркое лето. Обилие шедевров архитектуры и непривычное для Алекса количество людей в форме привели к тому, что в первый и единственный альбом его стонер-рок группы *Yama Ananta* вошла песня *Migraine City*, написанная по впечатлениям от поездки. Санкт-Петербург — это не Тильбург, но все-таки город Алексу понравился. Еще бы! Сегодня *Yama* официально не существует, потому что после рождения сына приоритеты на время сместились. Но когда Дэвид подрос, какие-то вопросы стали решаться проще, и Алекс снова вернулся к музыке.

Теперь его главной музыкальной отдушиной стал проект *Enma*. Алекс играет и поет гаражный рок, и кажется, что его творчество стало более осознанным и зрелым. Отцовство косвенно повлияло на работу с *Enma*.



¹Теперь в том, что касается написания и исполнения музыки, я руководствуюсь принципом «меньше времени — острее фокус». Время — это роскошь. Но я не

¹ Здесь и далее таким образом оформлены реплики героев. (Прим. ред.)

пишу для группы тексты о родительских делах, хотя во время беременности жены я написал песню New Beginning для своего инди-рокового проекта Major Mitchell. Ну, знаешь, это про ожидание рождения новой жизни. Это странно и абстрактно для отца, потому что в период беременности физической связи с ребенком у тебя в общем-то нет.

Алекс в настоящее время работает над диссертацией на тему родительства в исламских семьях. В ней он рассматривает то, как родившиеся в Нидерландах родители-мусульмане видят воспитание детей в теории и как применяют это видение на практике. По словам Алекса, в Нидерландах мусульмане представляют собой довольно стигматизированную социальную группу, поэтому ему было интересно изучить, как они справляются с этим в повседневной жизни. Это любопытный выбор, ведь его собственная семья в том, что касается распределения родительских ролей, была довольно традиционной для Нидерландов. Его отец был главой в доме, но и мать также играла не последнюю роль в принятии решений, то есть глобальные вопросы решались сообща. Алекс вспоминает, что с каждым из них у него были свои отношения, но в итоге для него оба родителя многое значат. И у отца, и у матери был свой стиль родительских отношений, однако для сына определяющую роль играла личность каждого, но не пол.



Мой отец был прямолинеен, он держал все под контролем, мама была более эмпатичной, более мягкой. Тем не менее оба были вовлечены в мое воспитание на равных, в том числе и на эмоциональном уровне. Роль отца в моей жизни изменилась, когда я уже был подростком,

и он развелся с мамой. Из-за этого поддерживать отношения стало сложнее. Это долгая история. На мою удачу, несколько лет спустя мы наладили контакт, и наши отношения стали лучше. Я бы сказал, что сейчас все нормально. Определенно он был для меня примером. Возможно, это был специфический пример, потому что мы с ним были единственными мужчинами в семье, у меня еще есть две младшие сестры. Но он всегда поддерживал меня в выборе карьеры и подбадривал на стезе музыканта. Все-таки развод оставил немало скверных воспоминаний, скажем так. Сейчас, много лет спустя, я могу сказать, что развод предопределил наши дальнейшие отношения. Я помню, как мы ездили с отцом на каникулы в Ирландию, и там он рассказал мне о своей работе. Он социальный работник, помогает бездомным. Меня это очень вдохновило. И еще он очень забавный. Мой сын иногда называет его глупым дедулей. И это комплимент.

В Нидерландах многое изменилось за последние десятилетия. Алекс считает, что его отец был одним из представителей первого поколения так называемых «вовлеченных отцов». В девяностых по телевизору показывали социальную рекламу, которая должна была заставить отцов задуматься над своим положением в семье. В центре сюжета была типичная семья из пятидесятых с мужчиной во главе стола. Когда он начинает резать мясо, один из детей спрашивает мать: «Кто этот мужик, который всегда нарежет мясо по воскресеньям?» Посыл был понятен: не будь таким отцом, как этот бедолага, принимай участие в жизни своих детей. Это хороший пример того, как изменилась национальная культура семьи. В лучшую сторону, разумеется.



На самом деле я не помню, были ли у нас с отцом какие-то особенные традиции или ритуалы. Перед глазами встает клишированный образ отцов, которые угощают коллег на работе сигаретами в честь рождения ребенка. Но я подозреваю, что этот образ у меня сформировался после одной диснеевской картины, а не в результате воздействия голландского коллективного сознания, ха-ха... На мой взгляд, идея патриархальной семьи устарела, она себя исчерпала, и на практике патриархальный стиль указывает на то, что отец прячется от своих обязанностей.

Но в то же время Алекс не берется однозначно ответить на вопрос о том, был ли он готов к тому, чтобы стать отцом. Он на секунду задумывается.



У моей жены хроническое заболевание — рассеянный склероз, — поэтому как таковой вопрос заводить ребенка или нет, как вообще это сделать с учетом всех принимаемых ею лекарств, казался в перспективе крайне трудным. Мы опасались проблем со здоровьем. Мы прошли через довольно продолжительный период, который я бы назвал «предполагаемое родительство». Я хочу сказать, что у нас были опасения. Ну, они есть у многих пар, ожидающих прибавления в семействе, но в нашем случае страхи подкреплялись диагнозом Джиски. Когда происходит такое событие, кардинально меняющее жизнь, ты не можешь быть полностью готовым. Правила игры меняются, сам образ жизни меняется. Так что, как бы мы это не обсуждали, как бы мы не рефлексировали, нельзя быть полностью готовым.

Помимо подготовки на медицинском уровне я в целом готовился, но не усердно. Мы посетили одну или две

встречи в роддоме, на которых рассказывали о кормлении. И я принимал участие в одном занятии по гимнастике для беременных вместе с Джиской. Если честно, это был странный опыт. Инструктор рассказывал, как помочь жене при родах в случае, если вы не успеете добраться до больницы. На мою удачу, мне это знание не пришлось использовать на практике! Я читал различные материалы о беременности, о родах, но специальных курсов не посещал. В Нидерландах проводится немало таких курсов, даже заточенных специально под отцов. Но, гм... Это выглядит чрезмерно осознанно, если ты понимаешь, о чем я. Хорошо быть в курсе, что к чему. Но в Нидерландах, кажется, родители думают слишком много.

В то же время Алекс старается не осуждать поколение своих родителей: всякое время порождает свои трудности. Сегодня появились и новые вызовы в сфере безопасности, в том числе цифровой, социального обеспечения и материальной сфере в целом. Взять хотя бы возросшую в разы интенсивность дорожного движения или интернет и социальные сети — родителям приходится держать под контролем гораздо больше направлений, угрожающих потенциальной опасностью.



Мы далеко ушли от идеи о том, что нам необходима «деревня, чтобы вырастить ребенка»¹. Я читал, что исследования, проводившиеся среди голландских пар,

¹ Алекс здесь ссылается на поговорку *It takes a village to raise a child*, предположительно африканского происхождения, суть которой в следующем: чтобы ребенок вырос гармоничной личностью, о нем должно заботиться все окружающее его общество. (Прим. ред.)