Роза Пік-Агілера Рока

1-Е ВЫДАННЕ Ў БЕЛАРУСІ

Як жыць шчаслiва з 1, 2, 3... дзецьмі?

Роза Пік-Агілера Рока

Як жыць шчасліва з 1, 2, 3... дзецьмі?

Гродзенская дыяцэзія Рымска-каталіцкага Касцёла
ў Рэспубліцы Беларусь

2016

УДК 272
ББК 86.375
Р66

Nihil obstat
Цэнзар доктар тэалогіі
кс. Уладзімір Гуляй

З дазволу Курыі Гродзенскай дыяцэзіі
Рымска-каталіцкага Касцёла
ў Рэспубліцы Беларусь
№ 378/16 ад 2.09.2016 г.

Назва арыгіналу:
Rosa Pich-Aguilera Roca
«¿CÓMO SER FELIZ CON 1, 2, 3... HIJOS?»

Пераклад з іспанскай мовы Юліі Шэдзько.

ISBN 978-985-6940-89-0
© Rosa Pich-Aguilera Roca, 2013.

Прысвячаю гэтую кнігу маёй дачцэ Кармінеце, якая адышла на неба ўсяго год таму, у дваццаць два, у росквіце жыцця і зусім нечакана. Яна нястомна змагалася да самага канца, паказаўшы вялікую мужнасць перад абліччам хваробы, і памерла шчаслівая і поўная надзеі.

А таксама (як жа інакш) прысвячаю кнігу майму мужу, вернаму сябру і другой палове, які заўжды знаходзіцца побач, з кожным днём патрабуючы ад мяне больш і больш і выказваючы ўсё большую любоў да мяне, сапраўднаму нон-канфармісту і добраму сябру для сваіх сяброў.

Майму дваццацігадоваму сыну Перыка, з удзячнасцю за дапамогу ў карэктуры кнігі на працягу ўсяго жніўня. Ён рабіў гэта па меры магчымасці, паміж матчамі ў падэль-тэніс і футбол, з вялікаю пакораю, бо, зразумела, заўжды знойдзецца нешта цікавейшае, чым вычытваць маміну кнігу...

І маім сябрам, якія ўлетку кідалі кнігі, якія чыталі, каб дапамагчы мне ўнесці праўкі.

Змест

Уводзіны 5
1. Сямейныя пасілкі 9
2. Круглы стол 13
3. Змены да лепшага і самаўдасканальванне 15
4. Цуд і прыгажосць прыроды 19
5. Абавязкі 23
6. Выбар навучальнай установы 29
7. Фармаваць лідараў 33
8. Права на істэрыку 37
9. Праца і навучанне 41
10. Як дацягнуць да канца месяца? 47
11. Як вы гатуеце? 53
12. Найперш мама, найперш тата 57
13. Багацце ў дзецях: колькі дзяцей патрэбна? 63
14. Ад жыцця да смерці 71
15. А ў вас калі-небудзь губляліся дзеці? 81
16. Дзеці-спартоўцы і дужыя дзеці 85
17. Як бавіць выходныя на ўсе 100? 91
18. Пайсці куды-небудзь з сябрамі? 95
19. Ці атрымліваецца паспаць усю ноч без перапынкаў? 99
20. Матчына мультызадачнасць, татава мультыпрацоўнасць 105
21. Пахвала і пакаранне 111
22. Госці 117
23. А як справы ў ложку? 121
24. Бабулі і дзядулі — гэта скарб 127
25. Нарэшце насталі вакацыі! 133
26. Вучыць з дапамогаю гульні 137
27. Размаўляць з дзецьмі... быць сябрамі 141
28. Спрэчкі таты і мамы 147
29. Час для сябе 150
30. Роза, у чым твая таямніца? 157

Уводзіны

Пяць гадоў таму брытанскі тэлеканал ВВС звязаўся з намі і прапанаваў зрабіць тэлеперадачу «Самая вялікая сям'я ў свеце». Як толькі перадача выйшла ў эфір, у нас пачалі браць мноства інтэрв'ю: для тэлебачання, друкаваных і інтэрнэт-выданняў, штотыднёвікаў, радыё... Але нам не хочацца ўскладняць сваё штодзённае жыццё, таму мы вырашылі даваць два інтэрв'ю на год.

Тры гады таму маці школьнага сябра майго сына Пэпэ даведалася, што ў мяне 18 дзяцей, і вельмі ўпрошвала мяне даць інтэрв'ю для электроннай версіі газеты, дзе яна працавала... Я вырашыла згадзіцца, але не з той прычыны, што ў іншых падобных выпадках, а каб дапамагчы: гэтая мая сяброўка тады толькі што выйшла з дэкрэтнага адпачынку, а я ведаю, як сябе адчуваеш, вяртаючыся пасля гэтага да працы. Інтэрв'ю з'явілася ў электроннай версіі *La Vanguardia* (штодзённай газеце, якая мае вялікі ўплыў у Каталоніі). Паколькі тады пачынаўся перыяд вакацый і паўсюль панаваў эканамічны крызіс, мы гаварылі пра тое, чым можна заняцца з дзецьмі на вакацыях. Артыкул меў вялікі поспех, прынамсі пра гэта сведчыла тое, што ў дзень выхаду яго прачыталі 35.000 чалавек.

Таксама мяне вельмі здзівіла, калі ў гэтым годзе ўвесну 1 Канал тэлебачання зрабіў сюжэт з нашым удзелам для праграмы нядзельных вячэрніх навінаў. Людзі дасведчаныя ведаюць, што ў гэты час перадачы маюць найбольшую колькасць гледачоў. Стомленыя, мы ў выходныя ўрэшце сядаем перад тэлевізарам, каб адпачнуць і даведацца, што важнага адбылося за апошні час. А ў нашыя дні сям'я, дзе расце столькі дзяцей, здольная глыбока ўразіць гледача. Сюжэт доўжыўся каля трох хвілін: журналісты хацелі ведаць, як праходзіць будзень у такой вялікай сям'і, як нашая. У нас шмат сяброў ва ўсіх кутках Іспаніі, і ў гэты самы вечар мы сталі атрымліваць безліч паведамленняў на *WhatsApp* і званкоў: усе казалі, што бачылі нас па тэлебачанні, што ўсе мы такія прыгожыя, а рэпартаж — «проста бомба», што яны так моцна цешацца, што «дзеці так выраслі»...

У Іспаніі 19 сакавіка адзначаецца вялікае свята: гэта дзень святога Юзафа, апекуна працаўнікоў. У крызіс, які мы перажываем, чытачам неабходна бачыць у прэсе хоць якія-небудзь прыемныя навіны. Таму з гэтай нагоды нас папрасілі даць інтэрв'ю для *El Magazine* — нядзельнага дадатка вельмі папулярнай штодзённай газеты *El Mundo*. Яны надрукавалі вялізны каляровы фотаздымак нашай сям'і на цэлую разгортку часопіса, у чарговы раз здзівіўшы грамадскасць. Інтэрв'ю распавядала пра тое, як мы пераадольваем жыццёвыя цяжкасці. Апроч таго, святы Юзаф — апякун некалькіх членаў нашай сям'і, мы асабліва святкуем гэты дзень. Імя майго мужа — Хасэ Марыя, і нашых двайнятаў завуць Хасэ Марыя і Марыя Хасэ, а мы скарачаем імёны да мянушак Пэпэ і Пэпа.

Муж і я марылі мець вялікую сям'ю. Ажаніліся мы маладымі: яму было 28, а мне — 23. І у абодвух былі вялікія сем'і, у яго — 14 братоў і сясцёр, у мяне — 16. Праз год пасля вяселля мы радасна віталі на гэтым свеце нашу першую дачушку, але ўжо праз некалькі гадзін яе забралі ад нас і перавялі ў іншы, лепш абсталяваны шпіталь. Аказалася, што дзіцятка нарадзілася з цяжкай кардыёпатыяй. У першыя дні дактары папярэджвалі, што яна не пражыве больш за тры гады, але, хвала Богу, дзякуючы аперацыям і кардыёстымулятару яна дажыла да 22-х. Хаві, нашае другое дзіця, памёр у паўтара гады, таксама з прычыны хваробы сэрца. Нашае трэцяе дзіця, дачушка Мантсіта, памерла, калі ёй было 10 дзён, яна нарадзілася без аорты. Менш чым за два месяцы мы пахавалі дваіх дзяцей, і былі зусім не ўпэўненыя, што старэйшая дачка выжыве: гэта быў цяжкі час.

Медыкі раілі нам не нараджаць больш дзяцей, бо дагэтуль усе яны нараджаліся хворымі, а значыць і наступныя будуць мець праблемы. Нам выразна і настойліва даводзілі: «Вы не павінны мець больш дзяцей». Але здараецца, што навука памыляецца ў прагнозах, і мы вырашылі далей трымацца сваіх намераў мець вялікую сям'ю. Ніхто не мае права зазіраць у сужэнскі ложак. Рашэнне таты і мамы даць пачатак новаму жыццю — гэта рашэнне толькі гэтых дваіх, і толькі мы маем права на гэтае рашэнне. Ні свякроўка, ні маці, ні сяброўка, ні бабуля, ні сястра, ні сусед, ні дзяржава, ні старшыня кабінету міністраў не маюць права вырашаць будучыню тваёй сям'і. Нават добрыя і мудрыя людзі, якія вельмі нас любяць, раілі нам не мець больш дзяцей. Аднак мы цвёрда разумелі, што ніхто не можа вырашаць

замест нас. Мы былі маладыя, і будучыня належала нам.

Цяпер у нас 15 дзяцей, якія ЖЫВУЦЬ.

У мінулым чэрвені нас запрасілі на семінар па справах сям'і ў Дуброўнік. І на той сустрэчы мяне зноў настойліва прасілі напісаць кнігу і распавесці пра досвед свайго жыцця. Мая добрая сяброўка Жэлейка сказала: «У цябе няма магчымасці вандраваць па ўсім свеце і дзяліцца сваім жыццёвым досведам. Трэба ўсё запісаць, і гэтак ты здолееш прамовіць да большай колькасці людзей».

Яе парада пераканала мяне, што надышоў час напісаць кнігу. Мне 47 гадоў, ужо 24 гады я ў сужэнстве, у мяне 18 дзяцей, магчыма, мы — сям'я з найбольшай колькасцю дзяцей-школьнікаў у Іспаніі. І цяпер, падчас вялікага эканамічнага крызісу, нас гучна ўпрошваюць распавесці з першых вуснаў пра тое, як мы яго перажываем. Нам заўжды задаюць тое самае пытанне: «Як вы даеце рады?». Я ўзялася за справу, і ў ліпені напісала кнігу, якую вы трымаеце ў руках.

1. Сямейныя пасілкі

Пасілак — самая важная сустрэча на працягу дня, магчымасць для кожнага члена сям'і падзяліцца сваімі перажываннямі і распавесці гісторыйкі з асабістага жыцця ў асяродку цеплыні і прыязнасці. Кожная сям'я павінна вырашыць, які пасілак будзе ў яе галоўным: некаторыя бацькі вяртаюцца дадому позна ўночы, і ў гэтых сем'ях сняданак становіцца галоўным пасілкам. На вакацыях галоўны пасілак — гэта звычайна абед, а на працягу навучальнага года, калі дзеці ходзяць у школу, найлепшым супольным часам можа стаць вячэра. У нашай сям'і стравы простыя, але мы добра ўпрыгожваем іх і гатуем з вялікаю любоўю. Мне падабаецца дадаваць нешта асабістае ў аздабленне стала: напрыклад, раскласці на ім зялёнае лісце, якое я збіраю па дарозе з працы дамоў. Каб падаваць стравы на стол, мы

выкарыстоўваем вялікую шырокую місу і імкнемся раскладаць ежу густоўна, каб бачна было, што мы пра гэта паклапаціліся. У вялікіх сем'ях штодзённы пасілак часцей за ўсё бывае просты, таму што мы, бацькі, ходзім на працу і не маем часу гатаваць складаныя стравы. Але можна дадаць адценне радасці ў аздабленне стала, каб зрабіць сямейную сустрэчу больш прыемнаю.

Падчас пасілку кожны мае час распавесці пра свой дзень: пра настаўнікаў, сяброў, пра тое, што бачыў на вуліцы, каго сустрэў, што цікавага здарылася, што незвычайнага адбылося на ўроку матэматыкі... Тата распавядае забаўную гісторыю, якая мела месца на працы, а мама гаворыць пра свае апошнія прыгоды.

Важна, каб за сталом з'яўлялася актуальная тэма для абмеркавання, каб выхоўваць дзяцей і знаёміць іх з правільнымі жыццёвымі прынцыпамі. Неабходна ведаць, што мяркуюць на той ці іншы конт самі дзеці і паказаць ім, што добрае, а што дрэннае, дапамагчы вырашыць праблему. Да таго ж, пасілкі становяцца цікавейшымі, калі абмяркоўваць падчас іх самыя гарачыя навіны дня.

Нядаўна нашай дачцэ Кукі споўнілася 18 гадоў, і мы зладзілі дома святкаванне. На наступны дзень падчас сямейнага пасілку мы абмеркавалі тое, як усе былі апрануты, як паводзілі сябе, каб дзеці рабілі высновы. Мы ўзгадалі, хто разносіў стравы, хто займаўся напоямі, хто паклікаў танчыць госця, які самотна сядзеў у куце, хто развітваўся, хто дзякаваў...

Наша сям'я шмат смяецца падчас такіх пасядзелак, таму што кожны распавядае сваю забаўную гісторыю з гэтага дня. Я памятаю як

аднойчы Пэпа, якая не паспела схадзіць у душ перад вячэраю, слёзна прасіла не распавядаць ніякіх гісторый без яе, таму што інакш яна прапусціць частку вясёлай размовы.

Гэта час, калі мы забываемся пра сябе і думаем пра іншых, а не толькі пра ўласны страўнік. Хачу заўважыць, што мы ўсе ў сям'і ямо вельмі шмат, і нам гэта падабаецца. Асабліва гэта тычыцца пяцігадовага Тамаса, ён звычайна дзякуе напрыканцы пасілку так: «Дзякуй за гэтую ежу: спачатку за макароны, потым за паляндвічку, і за мандарыны на дэсерт. А, дарэчы, што ў нас будзе сёння на вячэру?».

У нас дома падчас пасілкаў пануе прынцып: служы таму, хто сядзіць побач. Паднясі вады, падай хлеба, дастань сурвэтку, падкладзі яшчэ ежы... Трэба думаць пра іншых і пакінуць лепшы кавалак паляндвіцы для суседа, а для сябе пакінуць крыху падпалены. Такім чынам, мы вучым дзяцей клапаціцца пра іншых.

Тэлевізар на гэтыя важныя сямейныя сустрэчы не запрошаны. Мы пакідаем яго ў гасцёўні, добра зачыняем дзверы, і ён не можа перашкодзіць нашым вясёлым і сумятлівым размовам.

2. Круглы стол

У маім бацькоўскім доме мы елі за вялізным круглым сталом, два метры ўшыркі, які мой тата замовіў у мясцовага цесляра. Вакол стаялі пяць лаваў, на кожнай можна было змясціцца ўтраіх свабодна, а ўчацвярых вельмі цесна. Давялося навучыцца есці, прыціснуўшы рукі да цела, таму што, каб трымаць іх вольна, проста не было месца.

Калі я стала жонкаю, і нашая ўласная сям'я стала расці, мы з мужам падумалі, што ідэальна было б займець свой круглы стол для сямейных пасілкаў. Нам таксама зрабілі яго на замову. Пасярэдзіне стала, на той жа вышыні, што і сама стальніца, умайстравана кола, якое круціцца, і такім чынам кожную страву лёгка дастаць са стала. Такім чынам, мы ставім начынне з ежаю пасярэдзіне, і кожны бярэ, што хоча, паварочваючы да сябе кола. Трэба

вучыцца есці ўсё, і мы імкнемся прымусіць дзяцей каштаваць таксама і тое, што ім не падабаецца. Калі па пятніцах мы хадзілі на вячэру да Аві (як называлі дзядулю), і тады, калі нехта з дзяцей быў пераборлівы да страваў на стале, мой тата паўтараў ім вядомую ангельскую прымаўку: In this house we eat everything, *a little bit more, a little bit less* — У гэтым доме мы ямо ўсё, трошкі больш ці трошкі менш.

Апроч таго, круглы стол дапамагае весці агульную гутарку. Варта толькі ўзгадаць, як мы супольна ходзім у рэстаран, што звычайна бывае раз на год. Усе бясконца просяць, каб ім перадалі соль, хлеб або аліўкавы алей, такім чынам перарываючы агульную, адну на ўсіх размову. Неабходна навучыцца слухаць.

Усім цікава ведаць, што адбылося з Магі і якія прыгоды здарыліся ў школе з Пабла, ёсць тысяча гісторый, якімі трэба падзяліцца і мала часу, каб іх распавесці. Гэта так цікава, калі малодшыя імкнуцца хітрыкамі ўлезці ў кампанію дарослых, каб далучыцца да гутаркі і паслухаць анекдоты, а назаўтра скардзяцца, што да іх не дайшла чарга, каб паразмаўляць.

За круглым сталом нам, бацькам, з аднаго пагляду бачна, хто стомлены, хто ўстрывожаны, хто раззлаваны, а хто задаволены. Ледзьве зазірнуўшы ў вочы дзіцяці, мы ўжо ведаем, як яно пачуваецца.

Хачу яшчэ сказаць, што мы шмат смяемся, калі збіраемся разам, а калі пры стале застаецца адна жаночая кампанія, рагочам так, што аж жываты баляць.

3. Змены да лепшага і самаўдасканальванне

У нашым доме ўсе — адна каманда, усе дапамагаюць адно аднаму. Мы добра ведаем адно аднаго: нашыя недахопы і моцныя бакі, добра ўсведамляем уласныя магчымасці і небяспекі, якія нам пагражаюць. Таму мы збіраемся адзін раз улетку і адзін раз зімою, каб запісаць, якія змены да лепшага патрэбныя нашай сям'і і кожнаму асабіста. Мы супольна за адну хвіліну запаўняем ліст паперы, які вешаем пасля ў сталовым пакоі, каб не забыцца.

Пачынаем са зменаў, неабходных тату і маме. Напрыклад, тата не павінен есці хлеба, бо ён не займаецца спортам, і ад назапашвання вугляводаў у яго баліць пячонка. Змены, неабходныя маме —

гэта не надта камандаваць татам. Мой муж кажа, што ў мяне ўжо дастаткова дзяцей, каб камандаваць імі. Калі да нас прыходзяць госці, яны таксама чытаюць спіс неабходных нам зменаў, бо ён вісіць навідавоку, і ўсіх захапляе сама гэтая ідэя. У рэшце рэшт, мужчыны заўжды адчуваюць, што жонкі імі камандуюць.

Дзевяцігадовая Пэпа павінна пачаць больш усміхацца, не таму, што заўжды злуецца, а таму, што яна вельмі сур'ёзная дзяўчынка… Але жыць побач з усмешлівым чалавекам нашмат прыемней.

Шасцігадовы Тамас — плакса, а браты забаўляюцца, слухаючы, як ён лямантуе, і няспынна даймаюць яго, малы ж раздражняецца ад кожнай дробязі. Таму ён павінен дасягнуць таго, каб плакаць толькі аднойчы на дзень. Калі ён ужо паплакаў з раніцы, то ўвечары ўжо не павінен гэтага рабіць.

Васямнаццацігадовая Кукі — шапаголік. Яна адчувае неадольную прагу хадзіць па крамах і вяртацца, несучы па чатыры пакункі ў кожнай руцэ. Яна, каб змяніцца да лепшага, мусіць навучыцца хадзіць па крамах, але нічога не купляць, а яшчэ пазычаць сёстрам сваё адзенне. Калі Кукі вяртаецца дамоў пасля шпацыру з сяброўкамі без ніводнага пакунку ў руках, сёстры жартуюць з яе, сустракаючы гучнымі воплескамі і ўсклікаюць: «Геніяльна, Кукі, ты здолела! Паглядзім, колькі ты вытрымаеш без аніякіх закупаў…».

Дзевяцігадовы Альвара вельмі сарамлівы. Ён — добры атлет, і раней, калі мы пра яго размаўлялі, ад няёмкасці хаваўся пад стол. На наступны год ён ужо проста закрываў твар рукамі, а цяпер адно толькі чырванее, калі мы яго хвалім.

Рафа, якому нядаўна споўнілася чатыры гады, вельмі адказна ставіцца да зменаў, якіх павінен дасягнуць. Сёння ў нас былі госці, гэта звычайная справа, і мы распавядалі ім, што ўлетку ўсе імкнемся яшчэ больш рупліва працаваць над асабістымі зменамі да лепшага. Падчас абеду госці ў кожнага з дзяцей запыталіся, якое заданне перад імі стаіць. Старэйшыя адказваюць на такія пытанні не задумваючыся, бо вельмі добра ведаюць, чаго мусяць дасягнуць. Але як жа здзівіліся ўсе прысутныя, калі задалі пытанне Рафу. Ён вельмі сур'ёзна ўзяўся адказваць, адначасова грызучы персік, і сок сцякаў у яго з куткоў вуснаў: «Маё заданне — навучыцца казаць "калі ласка", калі я нешта прашу». І ён ўсміхнуўся з-пад ілба. Калі мы не ставім перад дзецьмі аніякіх патрабаванняў, яны так і плывуць па цячэнні. «Ён жа яшчэ зусім малы!», «Ён нічога не зразумее», «Мы яго навучым, калі ён крыху падрасце»... Не! Малыя маюць права, каб ад іх патрабавалі гэтак жа сур'ёзна, як і ад старэйшых, толькі ў адпаведнай узросту меры. Рафа не хоча заставацца ззаду, калі ўсе астатнія выпрабоўваюць ўласную настойлівасць, імкнучыся змяніцца да лепшага. Апроч таго, у ягоным выпадку мы ўлічваем яшчэ і яго жаданне хутчэй вырасці і стаць дарослым...

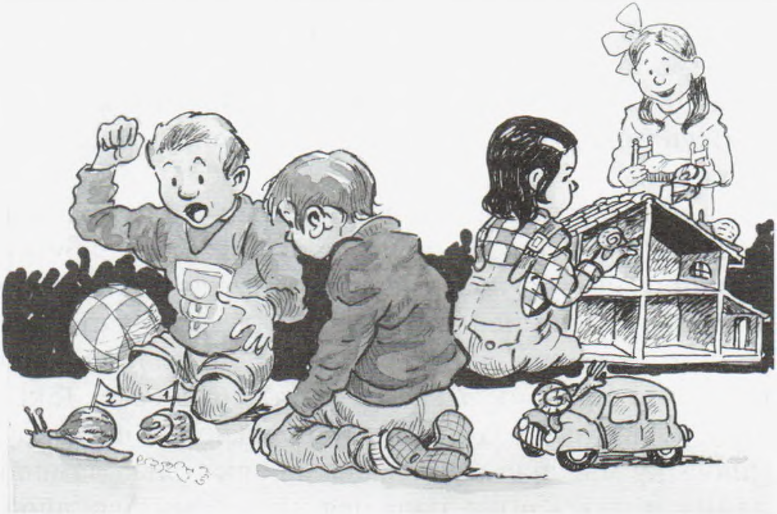
Пяцігадовая Лаліта павінна навучыцца добра засцілаць ложак.

Трынаццацігадовы Габі павінен перастаць перашкаджаць і дакучаць кожнаму, хто праходзіць побач.

Чатырнаццацігадовая Разіта павінна перастаць пратэставаць з любой прычыны. Мушу, аднак, сказаць, што такія яе паводзіны натуральныя для падлетка.

Такім чынам, адно за адным усе мы вызначаем, як павінны змяніцца да лепшага, і калі дасягаем пастаўленай мэты, ставім перад сабою іншую. Мы заўжды ў стане змагання і спрабуем удасканаліцца ў нечым. Жаўнеры ніколі не аслабляюць увагі і нават не спяць, бо незаўважна можа з'явіцца вораг.

4. Цуд і прыгажосць прыроды



Сёння была такая залева! З тых, што здараюцца ўлетку і ад якіх, здаецца, вось-вось абваліцца дах у доме. Мы абедалі на тэрасе, а вакол была сапраўдная вадзяная заслона. Маланкі бліскалі так ярка, што нагадвалі традыцыйныя феерверкі на ўрачыстасць святога Яна. Здавалася, нібы петарды выбухалі з усіх бакоў (муж забараняе дзецям падпальваць вялікія петарды). Гару, што насупраць нашага дома, было амаль не разгледзець. Мой малодшы сын Рафа ўсё шчыльней уціскаўся ў татавы калені кожны раз, калі чуліся грымоты або бліскалі маланкі.

Калі дождж скончыўся, я прапанавала дзецям пайсці пазбіраць слімакоў. Я дагэтуль памятаю, як ў дзяцінстве хадзіла са сваімі роднымі і стрыечнымі братамі і сёстрамі шукаць іх. Мы нацягвалі швэдры, абуваліся ў гумовыя боты і, узброеныя кошыкамі,

ішлі паляваць на слімакоў. Як жа мой тата любіў слімакоў з вострым таматным соусам па рэцэпце Мары Пэпы!

Канешне ж, Тамас пачаў ныць, што гэта нудота, і чаму мы кожны вечар павінны рабіць такія вылазкі і шукаць гэтых істотаў, што Пэпэ б'ецца, што яго гэта ўжо дастала... Здаецца, у малога комплекс брыдкага качаняці.

Але калі мама кажа ісці, трэба ісці. Нікога чакаць не будуць. Дзеці пабралі скрынкі з-пад абутку, знайшлі нейкую пластыкавую пасудзіну і некалькі бляшанак з-пад печыва. Мая сястра Каці засталася ў хаце. Яна носіць сёмае дзіця, малыя дачушкі бясконца плачуць, і сястру гэта знясільвае. Такім чынам, мы ўсе разам рушылі паляваць на слімакоў. Спачатку мы знаходзілі мала, але як толькі дайшлі да пшанічнага поля, пачаліся няспынныя воклічы: «Мама, вось адзін, а вось яшчэ адзін, глянь, які вялізны, вось гэта слімачышча! Чаму гэныя такія маленькія? Гэта дзеткі? А што, яны іншага колеру? Маленькія зусім белыя і ў іх панцыр мякчэйшы. Мама, я яго выпадкова раздавіў, калі лавіў. Мама, гэтая драбяза пакідае вялікія доўгія какашкі. Яны пастаянна выпускаюць пену...»

Каб назіраць за прыродаю, трэба спыніцца, нахіліцца долу разам з дзіцём, каб быць з ім аднаго росту, бачыць тое, што бачна яго вачам, і назіраць за тым, што адбываецца навокал. У той дзень мы ўбачылі на полі пшанічнае калоссе, якое ляжала на зямлі. Недалёка ад нас бабулька шпацыравала са сваім пудзелем і распавяла нам, што здарылася: «Авой, такая бяда! У гэтым годзе залішне ўгнаілі палі, і калоссе вырасла вельмі вялікае. Месяц таму быў

моцны вецер, і калоссе сагнулася да зямлі, бо зашмат важыла, а самі сцябліны былі невысокія». Вось мы даведаліся і яшчэ нешта новае.

Вяртаючыся дамоў, мы пайшлі праз лес, які атачае мястэчка. Была моцная залева, на дарогу сям-там скаціліся вялікія камяні, і цяпер можна было ўгледзець, як у яго карэнні, зарослым нейкім павуціннем, бегаюць мурашкі. Пахла вільготнымі хвоямі, намоклай зямлёю, зжатаю пшаніцаю. Часам мы спыняліся паслухаць новую птушыную песню з тых, што чуліся па ўсім лесе. Наскочылі на рэшткі пакусанай і растрыбушанай шышкі і супольна вырашылі, што недзе тут ёсць вавёрчына гняздо.

Вярнуўшыся ў свой сад, мы канешне ж зладзілі слімачыя гонкі! Тамас разам са стрыечным братам Тато пасадзілі сваіх слімакоў у пірацкі карабель, а самага вялікага — на мачту, каб ён кіраваў караблём. Аніта разам з Пэпаю і Мірыям вырашылі пасадзіць слімакоў у лялечную хатку, паклаўшы туды лісце шаўкавіцы, і доўга назіралі, як слімакі выпаўзаюць праз вокны хаткі. Хлопцы накрэслілі маршрут, і кожны паставіў на старт свайго найбольшага слімака, каб паглядзець, хто выйграе. Усе крычалі, падбадзёрваючы сваіх «спартсменаў», якім ужо і імёны далі. Нарэшце зрабілася так позна, што трэба было ісці за ліхтарамі.

Час, калі дзеці ўтрымлівалі слімакоў, стаў сапраўднай адысеяй, бо ў нас прыносіць жывёлаў у дом забаронена. Яны дадумаліся нарабіць дзірачак у скрынках, каб слімакі маглі дыхаць і не збеглі за ноч. Назаўтра вырашылі працягнуць слімачыя гонкі.

Калі дзіця вучыцца спыняцца, сачыць, што адбываецца навокал, траціць вечар, назіраючы за

слімаком: як ён какае, як выпускае пену, ці хочацца яму збегчы, ці ёсць у яго чацвёра рожак, як ён паўзе, як хаваецца ў панцыр і г.д., тады гэтае дзіця пазней спыніцца, каб паразважаць над сітуацыяй або праблемай, каб разгледзіць абставіны, якія пагаршаюць праблему або ўскладняюць сітуацыю. Яно будзе ведаць, як шукаць альтэрнатыву, каб вырашаць іх. Дзіця, якое з малых гадоў вучаць назіраць за навакольным светам, думаць, цаніць рэчы, не вырасце імпульсіўным і крок за крокам навучыцца найперш думаць, а пасля рабіць, улічваючы наступствы сваіх учынкаў. Як жа шмат праблемаў на некаторых вялікіх прадпрыемствах не вырашаюць як след, таму што не шукаюць выхаду або не ведаюць, як яго знайсці. А справа ў тым, што калі б мы прызвычаіліся быць руплівымі і ўважлівымі, то лёгка б высвятлялі, у чым справа, бо звычайна мноства розных дробязяў учыняюць праблему вялікаю.

5. Абавязкі

На пачатку навучальнага года мы збіраемся на сямейным сходзе і разам дзелім між сабою абавязкі, мы ж дэмакратычная сям'я. Старэйшы сын бярэ паперу і аловак і запісвае па чарзе ўсе імёны, маміна і татава таксама. Побач з кожным імем запісваецца абавязак, які яго ўладальнік сабе выбірае.

Самыя спрытныя адразу ж кажуць: «Я хачу рабіць вось гэтае і вось гэтае, таму што вунь тым я займаўся ў мінулым годзе». Не ўсе абавязкі аднолькава нам падабаюцца, але ўсім вядома, што мы дапамагаем у хатняй працы, робячы свой маленькі ўнёсак у агульную справу, і гэта займае толькі пяць хвілінак на дзень. Дом належыць нам усім, а не толькі маме і тату, і мы ўсе разам дбаем аб парадку.

У доме мы працуем парамі: старэйшы клапоціцца пра малодшага. Гэтак усталявалася, калі аднойчы Лаліта надоўга трапіла ў шпіталь. Мая дванаццацігадовая дачка Тэрэ дадумалася да гэтага. Як кажуць: кожнай сястрыцы па завушніцы, і тады, калі таты і мамы не было, кожны са старэйшых павінен быў апекавацца малым братам ці сястрычкай. Калі малодшым нечага не хапае або патрэбная дапамога, яны не ідуць шукаць тату і маму, а звяртаюцца да сваёй пары. І так заўжды, калі згубіліся чаравікі, трэба дапамагчы рашыць задачу па матэматыцы, або малы ходзіць кудлаты ці не пачысціў зубы...

Што датычыць асаблівага абавязку хадзіць па хлеб, ён размяркоўваецца па месяцах, бо для гэтага трэба ўставаць з ложку раней на паўгадзіны і ісці ў краму. Мы маем дамову аб спецыяльным кошце на хлеб з начальнікам Анджы, які мае пякарню, хоць яна крыху далекавата ад нашага дома. Але мы маем зніжку ў 25 цэнтаў за кожны бохан хлеба, а калі на дзень нам патрэбна 12 боханаў, гэта добрая эканомія. Мы яго *vip*-кліенты. Мой муж рабіў даследаванне рынку, і адпаведна з ім у многіх пякарнях можна атрымаць больш прыбытку, калі ставіць кошт у залежнасці ад вагі тавару.

Збіраць на стол і прыбіраць кухню — абавязак, які размяркоўваецца па днях тыдня: у панядзелак гэта робіць старэйшы, у аўторак — наступны, у сераду — наступны, і так далей па чарзе. Такім чынам, расклад заўжды аднолькавы і можна вельмі добра запомніць сваю чаргу, не зазіраючы ў спіс абавязкаў, які вісіць на сцяне ў кухні. Бывалі выпадкі, калі гэты спіс знікаў,

таму што некаму не падабаліся яго абавязкі, а калі спіс знікае і няма дадатковай копіі, трэба складаць яго нанова.

Ёсць яшчэ сезонныя абавязкі: прыводзіць у парадак ровары, развешваць рушнікі пасля басейна, клапаціцца пра сад...

Абавязак выключаць святло ў хаце добра падыходзіць трохгадоваму дзіцяці, а пяцігадовае можа падымаць трубку, калі звоніць тэлефон. Такім чынам, з маленства дзеці вучацца ўспрымаць дом як сваю ўласнасць. Двухгадовае дзіця, калі яго навучыць, ужо можа засцілаць ложак. Зразумела, што гаворка ідзе аб самым простым засціланні, а ёсць яшчэ вельмі практычныя сістэмы пасцельнай бялізны, калі прасціны па ўсіх чатырох вуглах прымацоўваюцца да матраца, а наверх кладзецца покрыва на маланцы, як у спальных мяшках, і на ноч маланку можна зашпіліць, каб дзіця не скідала коўдру.

Апроч таго, апрануўшыся і выходзячы са спальні, усе павінны пакінуць піжаму складзенаю, тапкі паставіць на месца, а ложак заслаць. Яшчэ адна добрая парада — павесіць за дзвярыма торбу, куды можна складаць бруднае адзенне.

У гэтым годзе мы стварылі новы абавязак для чатырнаццацігадовай Разіты: хваліць маму і не пратэставаць з любой прычыны. Яна мусіць навучыцца глядзець на жыццё станоўча і дзякаваць за тое добрае, што мае. Ёй нельга вышукваць прычыны, каб скардзіцца на ўвесь свет... Трэба ўдакладніць, што гэтае жаданне пратэставаць звязанае з пераходным узростам.

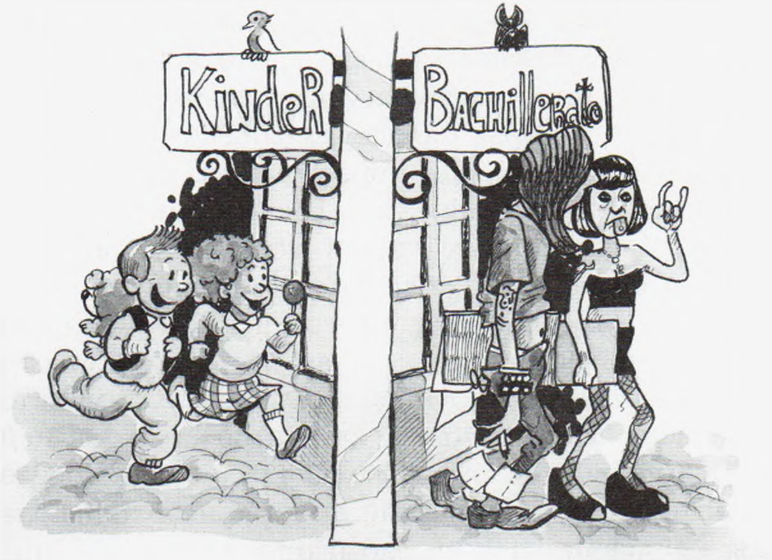
Чатырохгадовы Рафа і пяцігадовая Лаліта ўлетку дапамагаюць развешваць бялізну. Спецыяльна для іх мы набылі невысокую сушылку, і яны развешваюць на ёй ніжнюю бялізну і шкарпэткі. Трэба пачынаць з невялікіх прадметаў адзення і навучыцца прышчэпліваць бялізну і пасля здымаць прышчэпкі, якія часам супраціўляюцца і не хочуць адшчоўквацца. Для дзяцей гэта гульня і сапраўдны выклік. Управіўшыся і развесіўшы ўсё вымытае, можна панюхаць, як добра пахне свежая бялізна: «Мама, які цудоўны пах, пахне чысцінёю».

Пазбаўляцца ад насякомых — таксама сезонны летні абавязак, калі мы ездзім у горы. Пакідаючы вокны адчыненымі дзеля свежага паветра, можна быць упэўненымі, што ў памяшканне заляцяць насякомыя. Заўжды ёсць некалькі малодшых дзяцей, якім падабаецца ладзіць паляванне на іх. Аднаго дня яны забіваюць цэлых дваццаць мух, якія перад дожджам шукалі схованкі ў нас на кухні, іншага дня яны вырашаюць паляваць на павукоў, якія бегаюць па доме. Будынак вельмі сыры, і трэба забіваць павукоў па меншай меры раз на два дні, бо здаецца, што яны размнажаюцца імгненна. У нас стаяць трохпавярховыя ложкі, і тыя, хто спіць на самым версе, знаходзяцца амаль пад столлю. А нікому не спадабаецца, што ўначы, калі ты прыадкрываеш рот, туды валяцца павучкі. Яшчэ ў нас жывуць доўгія сараканожкі, па спінцы ў іх валасы, а з бакоў тырчаць ножкі. Дзякуй Богу, такой бяды як мурашкі ў хаце ў нас яшчэ не было.

Падчас вакацый ніхто нам не дапамагае з хатняй працай, і ўсе дзеці маюць магчымасць навучыцца

прыбіраць у ванных пакоях і прыбіральнях, гатаваць, прасаваць бялізну, месці і мыць хату, загружаць пральную машынку, развешваць бялізну, хадзіць у краму і разбіраць набытае. Хлопцы і дзяўчаты нароўні вучацца выконваць усю хатнюю працу. Яны вешаюць карціны, прышываюць гузікі, чысцяць трубы і ставяць кветкі ў вазы. На вакацыях не можа быць апраўданняў кшталту «у мяне няма часу» або «я страшна загружаны хатнімі заданнямі»... Таблічка, зробленая ў *Excel*, вісіць на сцяне і нагадвае пра абавязкі кожнага чалавека на кожны тыдзень. І такім чынам, усе выконваюць розную хатнюю працу па чарзе. Лета — залатая магчымасць навучыцца ўсім гэтым абавязкам і адначасова цудоўна адпачыць. Калісьці дзеці падзякуюць за тое, што навучыліся хатняй працы і ўбачаць, як лёгка ім весці ўласную гаспадарку.

6. Выбар навучальнай установы



Важнае рашэнне для кожнай сям'і — гэта выбар дзіцячага садка. Часта мы вырашаем на карысць бліжэйшай ад дома ўстановы, думаючы, што калі дзеці, напрыклад, захварэюць, можна будзе хуценька забраць іх дамоў. Аднак навучальную ўстанову сапраўды варта выбраць руплівa, бо звычайна атрымліваецца, што пачаўшы дашкольную адукацыю пры пэўнай навучальнай установе, дзеці працягваюць вучыцца там і далей. У мяне ёсць сябры, якія зрабілі сапраўднае даследаванне, каб выбраць навучальную ўстанову для сваіх дзяцей, яны нават стваралі асобную табліцу для кожнай школы, якую наведвалі, і распісвалі ўсё па пунктах: ці мае школа добры спартовы інвентар, на якім узроўні

ідзе вывучэнне замежных моваў, якая статыстыка ў іспытах для паступлення ва ўніверсітэт, колькі дзяцей вучыцца ў адным класе і г.д. ...

Ужо нельга без роздуму адправіць дзяцей у тую школу, дзе вучыліся мы самі або нашыя бацькі і дзяды, таму што з цягам часу навучальныя ўстановы змяняюцца. Добрая парада: падыйдзіце да школы, якую думаеце выбраць, і прасачыце за паводзінамі падлеткаў 14–16 гадоў, каб убачыць, што там за вучні. У пачатковых класах усе вельмі мілыя і сімпатычныя, але ў падлеткавым узросце гэтыя дзеці стануць сябрамі вашых дзяцей і завадатарамі іх кампаній. Пацікаўцеся, у якой ступені бацькам дазваляецца супрацоўнічаць са школаю, таму што асноўную адказнасць за адукацыю сваіх дзяцей усё адно нясуць тата і мама. Даверыць дзіцячую адукацыю спецыялізаванай установе неабходна, але мы, бацькі, не павінны забывацца, што выхаванне дзяцей — штодзённая праца без выходных дзён, і школа толькі дапамагае нам у гэтым заданні. Бацькі, сям'я і школа павінны рухацца ў адным накірунку і карыстацца аднолькавымі прынцыпамі.

Бацькі павінны ўдзельнічаць у жыцці школы, прысутнічаць на бацькоўскіх сходах і радах, і такім чынам вучыцца вучыць сваіх дзяцей, бо ніхто не нараджаецца з такім уменнем. Мы вучымся, каб атрымаць спецыяльнасць, атрымліваем навуковую ступень, каб стаць добрымі прафесіяналамі, але рэдка знаходзім час для таго, каб вучыцца стаць лепшымі бацькамі і сябрамі для сваіх дзяцей. Усе павінны былі б пра гэта паклапаціцца, бо нашая самая важная прафесія — стаць добрымі бацькамі. Калі нешта

ў школе нас не задавальняе, як на акадэмічным, так і на асабовым узроўні, трэба ісці размаўляць з настаўнікамі. Таксама я лічу неабходным, каб мне паведамлялі пра дрэнныя паводзіны маіх дзяцей, бо такім чынам настаўнікі дапамагаюць мне ў няпростым працэсе выхавання. Няхай лепш нашыя дзеці памыляюцца цяпер, пакуль яны малыя і мы можам дапамагчы ім выправіцца, чым яны зробяць гэта заўтра, калі вырастуць, і мы нічога ўжо не зможам зрабіць. Каб стварыць у дзіцяці матывацыю да вучобы, трэба адпаведна з пастаўленай задачай паказаць яму мэту, да якой варта імкнуцца ў кароткатэрміновай і доўгатэрміновай перспектыве.

Я ўзгадваю некаторых знаёмцаў, цудоўных прафесіяналаў сваёй справы. Яны — сапраўдныя «чэмпіёны» гэтага свету, яны дасягнулі піку кар’еры: дырэктары транснацыянальнай кампаніі, вельмі ўплывовыя людзі ў фінансавай сферы краіны. Так, яны атрымалі вялікі поспех у працы, здабылі папулярнасць у нашым грамадстве, пра іх пішуць на першых старонках газет, іх імёны ўзгадваюць, калі гавораць пра значны ўплыў на эканоміку краіны... Але калі звярнуць увагу на іх асабістае жыццё, аказваецца, што некаторыя жанатыя другі раз, а з дзецьмі маюць бясконцыя спрэчкі. Стаміўшыся за многа гадоў ад такой сітуацыі ў сям’і, яны кажуць нам: «Як добра вы ўсё зрабілі, колькі спадзяванняў і колькі радасці вам даюць вашыя дзеці. Так, я маю поспех у прафесіі, я дасягнуў вышыняў, пра якія нават і не марыў... Але на гэтым шляху я знішчыў сваё сямейнае жыццё з прычыны няведання, а не крывадушнасці, бо ніхто мяне не папярэдзіў і не

расказаў пра наступствы. Жанчына, з якою я жыву, не з'яўляецца маці маіх дзяцей, а пра дзяцей я нават не ведаю, як да іх падступіцца...».

Трэба працягваць змагацца, не мірыцца з паразаю і шукаць дапамогі. Ёсць мноства спецыялістаў, якія займаюцца сямейнай тэрапіяй, ёсць мноства добрых кніг. Змагаймася далей! Гэта нашае жыццё, яно нам належыць. Варта вяртацца і распачынаць нанова.

7. Фармаваць лідараў

У нашай сям'і ўсе дзеці ўсведамляюць, што ходзяць не ў абы-якую школу, а маюць шчасце наведваць найлепшую (па нашых крытэрыях) навучальную ўстанову горада. Яны ведаюць, што атрымаюць лепшую, чым звычайная, адукацыю, і адразу ўсведамляюць гэта, калі трапляюць ў іншае, нязвыклае атачэнне. Ні тата, ні мама не згодзяцца на тое, каб ў будучыні яны засталіся абмежаванымі недавукамі. Дзіця мусіць стаць лепшым ў сферы, якой захоча займацца, незалежна ад таго, будзе яно прэм'ер-міністрам, дырэктарам транснацыянальнай кампаніі або электрыкам...

Лідар — гэта чалавек, які клапоціцца пра іншых,

стварае каманду, аб'ядноўвае людзей. Ён мае новыя ідэі, дзеліцца імі і пераконвае іншых. Маючы лідарскія якасці, чалавек з дзяцінства заўсёды знаходзіць які-небудзь цікавы занятак, у яго няма лішняга часу. Ён вясёлы, і ўсе хочуць быць побач з ім, бо разам з ім няма часу сумаваць.

Іншы прыклад: калі аднакласніка не было ў школе, варта, вярнуўшыся са школы, патэлефанаваць яму і пацікавіцца, чаму яго не было і як ён сябе адчувае. А найлепш будзе ўзяць для яго ў настаўніка хатняе заданне і прынесці яму дамоў.

Аднойчы дзесяцігадовы аднакласнік Альвара месяц не хадзіў у школу, ён разбіў калена, гуляючы ў футбол. Альвара кожны дзень насіў яму дамоў хатняе заданне. Я пра гэта не ведала, пакуль аднойчы сын не перадаў мне скрынку цудоўных цукерак, якія мы вельмі любім, але не можам дазволіць сабе купляць іх часцей, чым на ўрачыстасць Трох Каралёў (традыцыйна ў гэты дзень у Іспаніі прынята абменьвацца падарункамі на ўспамін Трох Каралёў, што прынеслі дары Дзіцятку Езусу – заўв. пер.). Я запыталася ў сына, адкуль цукеркі, і вельмі здзівілася, калі ён распавёў, што цукеркі набыла маці Пака, каб аддзячыць за тое, што Альвара кожны дзень насіў яе сыну хатняе заданне.

Нашыя дзеці павінны клапаціцца пра ўсіх аднакласнікаў, не толькі пра тых, з кім яны больш сябруюць, хто больш падабаецца, з кім ёсць больш агульнага і больш падабенства. Варта памятаць і пра таго аднакласніка, які стаіць у куце на школьным двары, у адзіноце, бо таўсцейшы або менш кемлівы за іншых дзяцей... Варта клапаціцца і пра таго, ад каго дрэнна пахне або ў каго заўжды цячэ з носа.

Ёсць іспанская прымаўка, якая кажа: Хто жадае табе больш дабра, прымусіць цябе плакаць. Менавіта так, мне здаецца, што мы павінны быць больш патрабавальнымі да сваіх дзяцей і ўмець казаць ім «не». Тое, ад чаго яны не паплачуць у дзяцінстве, прымусіць іх плакаць, як толькі яны вырастуць. Калі дзеці падаюць на падлогу і плачуць, я часта кажу ім: «Жыццё — цяжкая рэч». І яны самі паўтараюць гэта адно аднаму.

Дзеці няспынна выпрабоўваюць нас і просяць паставіць для іх межы, яны хочуць, каб калі тата кажа «не», гэта было «не», і не было сэнсу ісці плакаць да мамы, каб меркаванне змянілася. Няхай сабе дзіця стаіць на сваім і гаворыць, што ўсім яго сябрам гэта дазволена, і чаму яму аднаму нельга… Трэба адказаць: «Не, не і не». Дома мы іншыя, ні лепшыя ні горшыя, у нас свая філасофія жыцця і свае выхаваўчыя метады. Мы тлумачым дзецям: «Калі ты будзеш жыць не дома, ажэнішся або проста пераедзеш - рабі, што хочаш. У сваім доме ты будзеш усталёўваць свае правілы пражывання. Але пакуль ты жывеш пад гэтым дахам, правілы ўсталёўваем мы, тата і мама. Мы паразмаўляем, і калі ты нас пераканаеш, добра, але калі не, трэба будзе нас паслухацца».

Часам мы, мамы, гатовыя лепш даць дзіцяці ляндрынку, толькі б прымусіць яго замоўкнуць, але гэта дрэнная паслуга. Дзецям трэба чуць слова «не», і не варта згаджацца з імі, калі яны капрызяць і ўчыняюць істэрыку.

8. Права на істэрыку

Дзецям часам здаецца, што яны маюць права на істэрыку, на прыступы плачу, на ўспышкі гневу і раздражнёнасці... У нашым горадзе гэта называюць «раўсці свіннёю». Яшчэ яны могуць сварыцца з бацькамі і заходзіцца ў плачы з бадай якой прычыны. Напрыклад, дзіця ладзіць цэлы «нумар канцэртнай праграмы» пасярод вуліцы, праходзячы паўз такую спакуслівую цукеркавую краму, што насупраць дома. Кожны тыдзень гаспадары крамы змяняюць убранне вітрын, каб ляндрынкі і слодычы выглядалі яшчэ больш апетытнымі. Дзеці прыходзяць у поўнае захапленне і просяць: «Мама, купі мне адну». Не, не і не. Мы гэта не купляем. І чым раней яны гэта запомняць,

тым лепш, таму што вы не збіраецеся пераязджаць у іншае месца, і цукеркавая крама таксама. Выходзіць, што трэба неяк вырашаць праблему. Апроч таго, яшчэ адна падобная крама знаходзіцца побач са школаю, дзе праходзяць сотні капрызных дзяцей, кожны дзень пакідаючы там некалькі манетак. У дзень нараджэння мы, канешне ж, набудзем дзецям ляндрынак і тых смачных смактулек на палачцы, пасля якіх застаецца чырвоны язык, і вельмі забаўна разглядаць яго ў люстэрка... Некаторыя мае сяброўкі проста не могуць выходзіць з дзецьмі на вуліцу, бо ледзьве ступаючы на ходнік, малыя пачынаюць ладзіць спектаклі і прыцягваць увагу ўсяго наваколля. Звычайна гэта здараецца з тымі маці, якія працуюць далёка ад дома і маюць звышурочную працу — тады дзеці ў такой «акторскай» манеры пачынаюць нешта выпрошваць.

Рэч не ў тым, што наша сям'я не можа дазволіць сабе набываць штодзённыя смактулькі дзецям, проста я лічу, што гэта некарысна. Таму што дзеці становяцца капрызнымі, таму што прыйдзецца хадзіць да стаматолага часцей. Калі дзеці просяць у нас ляндрынку, яны звычайна кажуць: «Я хачу цяпер, хачу, каб мне яе цяпер купілі, я не буду чакаць да заўтра!». Але, як усім вядома, у рэальным жыцці мы не атрымліваем адразу ўсё, што толькі захочам, трэба навучыцца чакаць і мець цярплівасць. Гэта правілы, якія трэба захоўваць.

Ёсць яшчэ і іншая прычына: Мігель, наш стаматолаг і добры сябра сям'і, забараніў нам есці слодычы. Калі мы з'яўляемся ў яго, каб прывесці ў парадак зубы і палячыць карыес, то гэта надоўга.

Напэўна, зубы ў нас не вельмі добрыя, таму што і месяца не праходзіць, як мы ізноў наведваем доктара. Ён дарыў нам зубныя шчоткі, вучыў правільна чысціць зубы і паказваў, як рабіць гігіену ротавай поласці... Ён вельмі клапоціцца пра нас, і сам — вельмі прыемны чалавек. Трэба сказаць, што яго жонка Элена мае фабрыку па вырабе шэрбету і печыва, і калі ў нас нараджалася чарговае дзіця, яна заўсёды дарыла нам гару піражкоў і цукерак, якія звычайна ў нашым доме не ўбачыш. Мы вельмі любім гэтую пару і цешымся, калі яны заходзяць у госці або на вячэру.

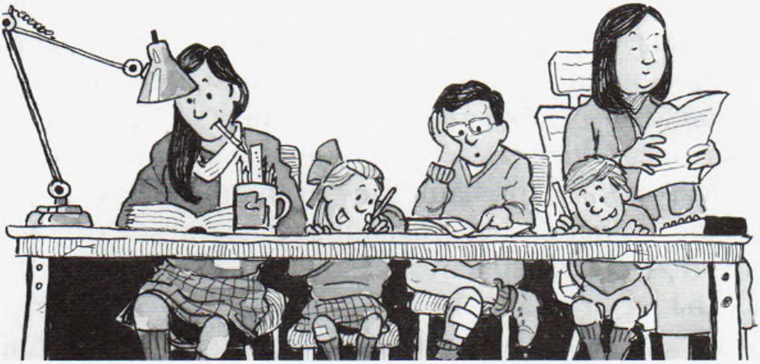
Бываюць выпадкі, калі дзеці не вінаватыя ў сваіх бясконцых істэрыках. Магчыма, мы не вытрымалі рэжым сну, і дзіця стамілася. Калі мы апроч гэтага яшчэ змянілі і рэжым харчавання дзіцяці, то цэлы дзень будзе панаваць поўнае бязладдзе, бо ў маленькіх дзяцей страўнік працуе як гадзіннік. Здараецца, што дзеці пастаянна плачуць, таму што ім баляць вушы, а гэта вельмі пакутна. Трэба вызначыць прычыну як мага раней, каб даць дзіцяці патрэбныя лекі і каб яно зусім не ашалела ад болю.

Дзіцяці патрэбныя межы і правілы. Няхай яно крыкам выпрошвае нешта, трэба гаварыць яму «не». Мы не дазваляем дзецям хадзіць у кіно з сябрамі падчас перыяду экзаменаў, і няхай хоць увесь клас ідзе на прэм'еру фільма, які абяцае быць лепшым і самым касавым у гісторыі, пра што сведчаць рэкламныя постэры, развешаныя на ўсіх гарадскіх дошках аб'яваў... Такім чынам, калі дзіця настойліва хоча дамагчыся свайго ў пэўным пытанні, яно спачатку звяртаецца да таты, а калі той адмаўляе —

ідзе да мамы, каб убачыць, ці спрацуе такі хітрык... Пасля, убачыўшы, што сілаў пераканаць бацькоў у яго не стае і атрымаўшы адмову ад абодвух, дзіця вырашае, што мае права на істэрыку: у яго псуецца настрой, яно замыкаецца ў пакоі, яго браты і сёстры таксама пачынаюць раздражняцца, бо пакой адзін на чацвярых, пачынаюцца віскат і енкі («Ты мне ніколі нічога не дазваляеш!»), урэшце гучыць: «Больш мы ніколі не будзем размаўляць!». Будзьце спакойныя, гэта праміне, трэба даць дзіцяці час, каб яно крыху падумала і паразважала над сітуацыяй. Раззлаваны робіць двайную працу: спачатку злуецца, а пасля супакойваецца. Калі дзіця перастане істэрыць, варта сам-насам паразмаўляць з ім, даць яму рэабілітавацца, растлумачыць, што бацькі жадаюць яму толькі дабра.

Мы, дарослыя людзі, таксама час ад часу ўчыняем істэрыкі. Напрыклад, калі нас раздражняе, што муж ці жонка недастаткова з намі ласкавыя і пяшчотныя. Нам таксама здараецца замкнуцца ў пакоі, каб выплакацца, калі келіх цярпення перапаўняецца, бо мы, жанчыны, не любім плакаць і скардзіцца пры іншых людзях. Мы пачынаем размаўляць аднаскладовымі словамі, некаторыя наогул маўчаць або амаль нічога не кажуць, а толькі: «так», «не», «як скажаш», «добра», «няхай сабе», «як хочаш», «акей»... Добрая парада для ўсёй сям'і: захоўваць добры настрой, умець пасмяяцца са сваіх і чужых недахопаў і «прусакоў», прасіць прабачэння і ўпакорвацца, хаця, магчыма, хтосьці адзін заўжды саступае... не істотна. Трэба ўмець ізноў пачынаць спачатку ды ізноў быць шчаслівымі. Мы не можам з'яўляцца рабамі ўласнага гонару, гэта заўжды грае з намі злыя жарты.

9. Праца і навучанне



У нашай сям'і дзеці ведаюць, што галоўная іх задача — вучыцца, а мы патрабуем ад кожнага адпаведна з яго магчымасцямі. Усе дзеці розныя, і ў аднаго мы просім дзявятак ў дзённік, а для іншага і шасцёркі — больш, чым дастаткова. У шматдзетнай сям'і, напэўна, выразней бачна, як дзеці адрозніваюцца адно ад аднаго.

Кожнае дзіця нараджаецца са сваімі здольнасцямі, разумовымі схільнасцямі ў розных сферах (здаецца, цяпер эксперты кажуць пра дзевяць розных тыпаў розуму). Раней, калі табе добра не давалася матэматыка і родная мова, цябе лічылі дурнем і пакідалі на другі год у тым жа класе. У нашай сям'і ўсе позна пачыналі гаварыць, а яшчэ некаторыя мае дзеці маюць дыслексію, то бок, першыя гады навучання ў школе заўжды былі

складаныя. Апроч таго, мы жывем у аўтаномнай вобласці, дзе навучанне ідзе на двух мовах, а часам і на трох адначасова: па-іспанску, па-каталанску і па-англійску.

Мы — бацькі, і таму павінны ведаць сапраўдныя здольнасці кожнага дзіцяці, а не тыя, якія б хацелі ў ім бачыць... Магчыма, у нашым доме расце мастак або шэф-повар, або будучы эксперт у сферы ІТ. Несумненна, што калі дзеці маюць нейкія здольнасці, неабходна падтрымліваць іх развіццё; некаторым людзям адной спецыяльнасці мала, і ім неабходна атрымаць дзве вышэйшыя адукацыі, каб не губляць часу; для іншых дастаткова будзе сярэдняй спецыяльнай адукацыі ў нейкай прафесіі.

Мы з мужам імкнемся раз на трыместр сустракацца з настаўнікамі кожнага нашага дзіцяці: прызначаем сустрэчу і паўгадзіны размаўляем з настаўнікам пра дзіця. Нам шанцуе, што можна паразмаўляць з чалавекам, які лепш ведае нашае дзіця па-за сямейным колам, тым больш, калі гэта прафесіянал у сферы педагогікі. Звычайна мы запісваем усе парады ў нататнік, бо маючы столькі дзяцей, мы да наступнага трыместра можам пра нешта забыцца, і здараецца, не можам узгадаць, якія бацькоўскія абавязкі мусім выканаць дома і якія патрабаванні мае настаўнік у школе. Найперш мы размаўляем не пра адзнакі, а пра паводзіны дзіцяці, як у школе, так і з іншымі дзецьмі. Ці клапоціцца наш сын або дачка пра аднакласнікаў, ці мае сваю кампанію, ці дастаткова велікадушны, каб падзяліцца сваім канспектам, ці дапамагае аднакласніку, які не спраўляецца з вучобаю?... І напрыканцы размовы мы

гаворым пра адзнакі: наколькі рупліва працуе нашае дзіця, ці здаецца нам, што настаўнік англійскай мае да яго антыпатыю, ці праўда, што яно не можа зразумець правілы дзялення ў матэматыцы?

Урэшце, мы дапамагаем дзецям падрыхтавацца да іх працы ў будучыні. Я сама пачала працаваць з 14 гадоў. Калі я вучылася ў школе, летнія вакацыі былі вельмі доўгія, і ў ліпені мы заўжды дапамагалі тату на сямейным прадпрыемстве па вытворчасці тэкстылю. Мы павінны былі хадзіць на фабрыку разам са стрыечнымі братамі і сёстрамі і рабіць, што спатрэбіцца: грузіць машыны, працаваць з дакументамі і на кантролі... Цяпер заканадаўства забараняе дзецям да 18 гадоў працаваць, але я шкадую аб гэтым, бо праца дапамагала нам ў вучобе, дапамагала прытрымлівацца раскладу, кожны дзень ставіць перад сабою мэты, браць на сябе адказнасць...

У маёй сям'і, калі мы былі студэнтамі, мы вучыліся і працавалі на палову стаўкі, хаця многія нашыя сябры прысвячалі сябе выключна заняткам. Мы ніколі не прасілі грошай у бацькоў, бо ведалі, чаго каштуе іх зарабляць. У нашых кішэнях было мала манет, і мала часу было на забавы. Таму ў тыя рэдкія выпадкі, калі на іх быў час, мы выкарыстоўвалі яго напоўніцу і забаўляліся як ніхто. Калі прыходзіла лета, мы працавалі поўны дзень, з 8.15 да 17.30, а пасля, скончыўшы працу, мусілі займацца яшчэ якой-небудзь замежнай мовай: англійскай, французскай або нямецкай.

Калі я была цяжарная блізнятамі Пэпэ і Пэпай, маімі дзецьмі пад нумарамі 11 і 12, то знайшла магчымасць сумяшчаць працу па паўдня з

магістратурай ва універсітэце Наварры па развіцці і кіраванні прадпрыемствам. У гэты час у мяне ўжо былі дзесяць дзяцей, праца, муж, магістэрская і блізняты пад сэрцам. Цяпер, азіраючыся назад, я не магу зразумець, як мне хапала адвагі брацца за ўсё гэта адразу. Зразумела, што тады я была маладзейшаю і мацнейшаю.

Чалавек быў створаны ut operaretur — каб працаваць. Біблія таксама кажа нам: «У поце твару твайго будзеш есці хлеб» (пар. Быц 3, 19). Чалавек становіцца шчаслівы, калі добра працуе і ўпэўнены, што такім чынам служыць іншым людзям, а не толькі зарабляе грошы для ўтрымання ўласнай сям'і. А ў маім выпадку сям'я даволі вялікая.

Нашыя дзеці ведаюць, што з 18 гадоў мусяць працаваць усё лета. З улікам таго эканамічнага крызісу, які перажывае Іспанія, і з улікам таго, што 50% маладога насельніцтва краіны — беспрацоўныя, трэба пачынаць шукаць працу загадзя, за год.

Падчас вучобы дзеці звычайна выконваюць нескладаную працу: трэніруюць футбольную каманду малодшых дзяцей, даюць прыватныя заняткі, праваджаюць малодшых дзяцей дадому, сядзяць з маленькімі... Заўжды знойдзецца простая праца, якую яны могуць выконваць і такім чынам зарабляць грошы на летнія школьныя падарожжы за горад або на забавы са сваімі сябрамі, бо тата і мама лішніх грошай на гэта не дадуць. Напрыклад, мае дочкі-падлеткі за ўласныя грошы купляюць сабе моднае адзенне і розныя дробязі, якія хочуць мець. Заўжды нехта мае зэканомленыя грошы, а нехта траціць заробак адразу, як ён трапляе ў рукі,

і ніколі не мае ашчаджэнняў. Напрыклад, мая дачка Тэрэ працуе прыватным сакратаром у цёці Монтсэ, адзінокай бабулькі 86 гадоў, вельмі шчаслівай ад таго, што нехта здольны выканаць тысячу яе даручэнняў і разабрацца з тысячай яе справаў.

Зразумела, што ў гэтым жыцці трэба вучыцца, каб стаць добрым спецыялістам і здолець лепш паслужыць таму грамадству, у якім мы нарадзіліся: можна клапаціцца не толькі пра свой дабрабыт, але і стварыць новыя працоўныя месцы.

Мы мусім патрабаваць, каб нашыя дзеці станавіліся лепшымі і шчаслівейшымі ў прафесіі, якую яны выберуць, каб гэты занятак прыносіў ім радасць. Яны шмат гадзінаў кожны дзень будуць праводзіць на сваім працоўным месцы, і ад іх залежыць, якая атмасфера будзе створаная ў гэтым асяродку. Я памятаю, як на фірме, дзе я працавала ўжо 10 гадоў, калегі гаварылі: «Роза, незразумела, як ты можаш быць такой задаволенай і заходзіць на працу спяваючы, калі сёння панядзелак і яшчэ 8.15 раніцы...».

10. Як дацягнуць да канца месяца?

Цяпер прапаную паразмаўляць пра эканомію ў вядзенні сямейнай гаспадаркі. Гэтая тэма мне добра знаёмая, а цяпер мы яшчэ і часта абмяркоўваем яе на сяброўскіх пасядзелках. У нашым доме закупы адбываюцца раз на месяц па інтэрнэце. Тое, што тычыцца свежых прадуктаў, садавіну і гародніну мы, напрыклад, набываем два разы на месяц у краме побач з домам. Ёсць фірмы, якія робяць даследаванні, дзе танней набываць той ці іншы прадукт, параўноўваючы кошты, таму мне недарэчы гаварыць пра тое, дзе і на чым зэканоміць. Апроч таго, мая сяброўка Роза — адзін з кіраўнікоў у сетцы супермаркетаў, і яна папрасіла мяне не закранаць гэтую тэму. Гэта пытанне нашага сяброўства, і я не

хачу страчваць сяброў. Але ўсім вядома, што можна зберагчы вялікую суму ў залежнасці ад таго, куды ісці на закупы. У маім выпадку эканомія складае ад 100 да 300 еўра штомесяц. Я, як сапраўдная жыхарка Каталоніі і маці вялікай сям'і, ужо зрабіла ўласнае даследаванне і гэта таго варта.

Запасы ў маёй кладоўцы — гэта амаль заўсёды тавары з сеткавага гіпермаркета. Зразумела, што ў асаблівых выпадках там можна знайсці даражэйшыя прадукты, або госці могуць прынесці нешта незвычайнае з ежы. А наогул на пачатку месяца на паліцах у нас можна знайсці 1.300 галетаў, 240 літраў малака, 100 яек, 96 скруткаў туалетнай паперы, 25 кіляў бульбы...

Розныя напоі і слодычы, сокі і шакалад лічацца ў нас святочнымі прадуктамі. Дзеці і я звычайна п'ем ваду з крана, халодную ўзімку і дастаткова гарачую ўлетку. Немагчыма назапасіць халоднай вады для ўсіх у звычайным халадзільніку, які стаіць у нашым доме. Я ўзгадваю, як шасцігадовы Альвара сказаў мне ўлетку: «Мама, нашыя суседзі багатыя, у іх у лядоўні ёсць халодная вада, і я заўжды хаджу з сябрам папіць да яго дадому». У маёй сям'і было гэтак жа, як у нас, і цяпер я не адчуваю ніякай патрэбы ў халоднай вадзе ўлетку. Аднак прызнаюся, што калі мне прапануюць выпіць халоднай вады, я пасля адчуваю больш свежасці.

Па Барселоне я езджу на Рэно Твінга. Гэта маленькая машына, добрая для гарадскіх умоваў. Для мяне не мае значэння клас машыны, яе элеганцкі выгляд, поўны прывад... Матэрыяльнае становішча маёй сям'і, дзякуй Богу, магло б дазволіць мне

набыць лепшы аўтамабіль, але я задаволеная сваім Твінга. Мой дваццацігадовы сын Перыка таксама ганарыцца нашай машынай. Ён бачыць, што мноства яго знаёмых, здаецца, выбіраюць сабе дарагія аўто толькі для таго, каб прыцягваць да сябе жаночую ўвагу і ствараць імідж паспяховых людзей. Аднак нягледзячы на гэта, сын здольны быць вышэй за матэрыяльнае і за чужыя меркаванні. Аўтамабіль патрэбны, каб ездзіць, а не дзеля таго, каб дэманстраваць нашаму грамадству спажывання свой сацыяльны статус. Вартасць чалавека вызначаецца тым, кім ён з'яўляецца, а не тым, што ён мае. Я ўзгадваю выпадкі, калі сама бываю нібы аплявухаю для тых людзей, што ўсе свае мары і намаганні прысвячаюць будучаму аўтамабілю, які збіраюцца сабе набыць.

Мае дзеці могуць вам сказаць, што яны — самыя шчаслівыя ў свеце, калі ідуць адзначаць чый-небудзь дзень нараджэння, бо дома бывае так мала розных ласункаў, што на святкаваннях усё прыносіць ім велічэзную асалоду, большую, чым каму іншаму. Вярнуўшыся дамоў, першае, што яны распавядаюць — гэта якія былі прысмакі і як усё было ўпрыгожана.

Паўтару, мае дзеці вельмі любяць паесці, і калі ходзяць у школьную сталоўку, то могуць нават чатыры разы браць дадатковую порцыю нейкай стравы. Аднойчы, калі Тамасу было пяць гадоў, ён сказаў мне: «Мама, хадзем, бо скончваецца» і павёў ў кладоўку, каб паказаць, што там пуста. Сапраўдная праблема, бо Тамас вельмі любіць паесці, а калі ў кладоўцы нічога няма, то што ж мы будзем гатаваць? Я адказала яму, што цяпер канец месяца і мама хутка

зробіць спіс, каб мы зноў маглі зрабіць замову ў інтэрнэт-краме.

Напрыканцы месяца, адчыніўшы нашую лядоўню, можна ўбачыць, як святло з верхняга яруса свабодна даходзіць да самага ніжняга, бо лядоўня амаль пустая. Аднойчы я сустрэла суседку Тэрэзу на вуліцы і запыталася, куды яна ідзе. «Іду за маслам і вяндлінаю, бо скончыліся» — адказала Тэрэза. Калі ў нашым доме нешта заканчваецца, да наступнага месяца мы ўжо не будзем гэтага купляць. Добра, ёсць адно выключэнне: калі скончыцца туалетная папера, мы пойдзем купіць яшчэ.

Некалькі гадоў таму ў сувязі з эканамічнай сітуацыяй, якая склалася ў краіне, я растлумачыла дзецям, што пачынаецца вялікі крызіс і будзе працягвацца некалькі гадоў, таму дома мы будзем прымаць меры. Многія бацькі застануцца без працы, я таксама два гады была беспрацоўнаю, большай частцы людзей няпроста будзе перажыць гэты час. У нашай сям'і мы не будзем больш купляць любімую шакаладную пасту *Nocilla* (калі дзяліць адзін слоічак на ўсіх, у месяц на кожнага атрымаецца па адной скібцы намазанага хлеба) і не будзем набываць *Cola-Cao*, каб дадаваць у малако. Праз некалькі месяцаў у суботу я снедала з трынаццацігадоваю Разітаю, і яна сказала: «Мама, калі крызіс скончыцца, у 2017 годзе, калі табе не складана, купляй зноў *Cola-Cao*, мне простае малако, без нічога, не падабаецца...».

Крызіс чыніць розум спрытнейшым. Напрыклад, зразумела, што падручнікі пераходзяць ад аднаго дзіцяці да іншага, а калі не, то іх можна папрасіць у каго-небудзь з сяброў. Яшчэ да таго, як завяршыцца

навучальны год, кожны кажа мне, у каго будзе прасіць падручнікі, таму што шчоўкаючы дзюбаю, можна ўбачыць, што ў верасні патрэбных кнігаў ужо ні ў каго не засталося, і трэба купляць новыя.

Тое самае адбываецца і са школьнаю формаю. Ужо дваццаць гадоў я ўваходжу ў Раду былых вучаніц школы. Апроч розных іншых справаў, мы арганізуем дабрачынны кірмаш, каб сабраць грошы для беднага раёна Барселоны, Эль Раваль. Адна з найбольш паспяховых ініцыятываў — гэта продаж ношанай школьнай формы. Напрыканцы навучальнага года людзі аддаюць нам адзенне, з якога выраслі дзеці, і мы прадаем яго па 3 еўра за прадмет. Усе мамы вельмі гэтым задаволеныя, таму што эканомія атрымліваецца даволі значная. У гэтым годзе прыйшлі некалькі бабуляў, якія хвалююцца за сваіх унукаў і хочуць дапамагчы сваім дзецям зэканоміць. Яны ўмеюць рамантаваць адзенне так, што яно становіцца амаль як новае. Што б мы, маладыя бацькі, рабілі без дапамогі такіх бабуляў, без іх вялікага досведу і жадання дапамагчы!

Важны момант: нельга даваць дзецям шмат кішэнных грошай. Няхай у іх кішэнях амаль ніколі не бывае грошай, і няхай іх будзе яшчэ менш, калі дзеці іх не зарабілі самі. Грошы, якія лёгка прыходзяць, лёгка і сыходзяць. Калі дзеці не зарабляюць самі, яны не ведаюць, чаго гэта каштуе — зарабіць. Калі мае дзеці ў 18 пачынаюць працаваць і кожны дзень з невялікім заробкам стомленыя вяртаюцца пасля працоўнага дня, яны нашмат лепш усведамляюць каштоўнасць грошай. Тады яны доўга думаюць пра тое, як іх выдаткоўваць. А калі хросная маці дорыць

ім грошы на дзень нараджэння, яны адразу кідаюцца купляць «той неімаверна шыкоўны швэдар, якія ўсе цяпер носяць». Мне здаецца, што бацькі, якія даюць дзецям шмат грошай, робяць ім дрэнную паслугу. Я прытрымліваюся меркавання, што з пэўнага ўзросту яны самі павінны зарабляць на свае забаўкі і жаданні. Калі ў мяне просяць грошай на кіно або каб схадзіць з сябрамі ў кавярню паабедаць, я кажу, што я не Дзяржаўны банк Іспаніі, што дома абед бясплатны, а за свае «хацелкі» трэба плаціць самім.

11. Як вы гатуеце?

Нядаўна мы з мужам выехалі ўдваіх на пляж, мяне гэта вельмі пацешыла. У яго самога пясок выклікае агіду, але доктар прапісаў яму сонечныя ванны, так што я задаволеная. Там я сустрэла адну знаёмую з сяброўкаю, мы загаварылі пра дзяцей, і калі я сказала, колькі іх маю, то першае, што пачула, было: «А як вы гатуеце?». Такія пытанні звычайна задаюць мне людзі, якія гатуюць самі. Я адразу ж адказала, што ў Ікеі прадаюць рондлі на восем літраў.

Папраўдзе, мы не надта тлумім сабе галаву гатаваннем. Я б сказала, што мы харчуемся «павайсковаму»: макароны, печаная курыца, рыс і яешня, бульба ў мундзірах, каб кожны сам абдзіраў

шалупінне, сасіскі... Смажаную бульбу мы ніколі не робім, бо проста нерэальна насмажыць яе дастаткова на такую колькасць людзей. Аднойчы мая дачка Разіта вырашыла насмажыць бульбы, бо ўлетку заўсёды больш вольнага часу: цэлую гадзіну яна з дапамогаю васьмігадовага Пабла яе чысціла, пасля пачала смажыць у алеі, і калі астатнія члены сям'і ўжо скончвалі вячэраць, яна ўсё яшчэ смажыла бульбу. Але мае дзеці так любяць паесці, што ім было па вялікаму рахунку ўсё адно: яна засыпала бульбу пацёртым сырам, пасаліла, дадала соўса барбекю і маянэза, і нягледзячы на тое, што са стала ўжо паспелі прыбраць, пасярэдзіне была пастаўленая міса са стравою, і ўсе на яе накінуліся. Рафа, якому ледзьве споўнілася 4 гады, сказаў па-англійску: «Delicious!» (вельмі смачна), і мы ўсе рассмяяліся. Нават я не змагла ўтрымацца і адшчыкнула некалькі кавалачкаў, нягледзячы на тое, што сядзела на дыеце.

Калі надыходзіць дзень нараджэння ў некага з дзяцей, я дазваляю ім выбраць меню. Улюбёная страва для хатняга святочнага стала — гэта белы рыс з яешняю і памідорамі, а калі да яго дадаць франкфурцкія сасіскі, атрымліваецца так смачна, што язык праглынеш. Дзеці могуць і два, і тры разы прасіць дадатковую порцыю, так ім падабаецца гэтая страва. У такія дні размова за сталом цячэ без спрэчак і сварак, усе ўсім задаволеныя. Зрэдку нехта злуецца, што сусед за сталом не даеў зяляніну або цыбулю, а пакінуў на талерцы. Шчасце мець старэйшых дзяцей, бо яны не саступаюць прынцыпам. «Мама, а мне ты не дазваляла нічога пакідаць на талерцы і прымушала з'ядаць усё» — кажа Магі, — «і ты, Пэпэ,

павінен даесці зялёную фасолю, і не ўстанеш ад стала, пакуль не даясі ўсё, што на талерцы...». Часам мы, бацькі, стамляемся і перастаем заўважаць такія рэчы, таму добра, што можна разлічваць на старэйшых дзяцей, якія заўсёды нагадаюць, як і што трэба рабіць.

Вельмі добра з дастаткова маленькага ўзросту прывучаць дзяцей есці ўсяго патроху, каб яны спрабавалі і адкрывалі для сябе мноства розных смакаў, што існуюць у свеце. Апроч таго трэба, каб яны з'ядалі ўсё, нават калі кладуць на талерку зусім трошкі. Гэтак з маёю дачкою Лалітаю: калі яна заканчвае есці, усе ўсклікаюць: «Сёння Лаліта ўсё з'ела, і на талерцы нічога не засталося, гэта заслугоўвае авацый!». Лаліта — перадапошняя з маіх дзяцей. Трэба сказаць, што яна нарадзілася з вельмі хворым сэрцам і амаль два месяцы правяла ў аддзяленні інтэнсіўнай тэрапіі паміж жыццём і смерцю. Калі я нарэшце прынесла дачку дамоў, трэба было паставіць ёй зонд праз нос у самы страўнік, бо Лаліце было вельмі складана есці, а губляць вагу ёй было нельга, слабенькі арганізм не вытрымаў бы больш умяшальніцтваў. Вядома, у вялікіх сем'ях ёсць дзеці, якія ядуць усё, і тыя, каму нічога не падабаецца, як нашай Разіце. Яна ўжо старэйшая за 14 гадоў, але ёй вельмі складана есці ўсё, што даюць, і сёстры кажуць, што Разіта занадта пераборлівая і гэтак яе ніколі не будуць запрашаць у госці. Ёй гэта не важна, Разіта толькі касавурыцца на іх, папраўляе свае доўгія светлыя валасы і працягвае есці выключна тое, што ёй падабаецца. Дачку мала клапоціць, што нехта можа не запрасіць яе ў госці на

абед, яна мае мільён сябровак і з'яўляецца старастаю свайго класа.

У дзесяцігадовага Альвара абавязак на лета — гатаваць курыцу. Калі яго запытаць, як ён гэта робіць, Альвара адказвае: «Я бяру курыцу і мыю яе пад кранам, пасля добра абсушваю і націраю соллю і перцам. Пасля я пхаю ёй у зад яблык і добра прыціскаю, каб не ўцёк. Я сяку зяляніну і кладу яе на бляху вакол курыцы. Тады пакідаю яе на гадзіну ў печцы, і гатова». Летнія вакацыі — добры час, каб усе маглі навучыцца гатаваць, і ў нашым доме кожны ўмее рабіць сваю фірмовую страву. Улетку меню звычайна вельмі простае, як, напрыклад, у гэтай табліцы.

панядзелак	аўторак	серада	чацвер	пятніца	субота	нядзеля
АБЕД						
макароны	рыс	бульба	спагеці	салат	пюрэ	сачавіца
кілбаса	яйкі	тунец	гамбургеры	свініна	курыца	сасіскі
ВЯЧЭРА						
піцца	сэндвічы	франкфурцкія сасіскі	фахітас (лаваш з мясам і зялянінаю	бакатас (бутэрброды на багеце)	рэшткі	гамбургеры

12. Найперш мама, найперш тата

Я не разумею пазіцыі некаторых сваіх знаёмых жанчын, калі падчас нашай размовы яны кажуць: «Я вельмі кахаю свайго мужа, але сапраўдную любоў адчуваю да сваіх дзяцей. Яны — кроў ад маёй крыві. Я насіла іх дзевяць месяцаў ва ўлонні, адчуваючы, як яны варушацца ўва мне, а пасля бачыла, як немаўлятамі яны пазнаюць мяне па адным толькі паху...». Я кажу: «Добра, няхай так, але ж і тата прыняў пэўны ўдзел у працэсе з'яўлення вашых дзяцей, праўда?» Калі мы з мужам чакалі першае дзіця, нам прапанавалі прайсці курс навучання родам без болю. І вось я, рыхтуючыся ўпершыню стаць маці і любячы ўсялякія нававуводзіны, запісалася на гэты

курс, калі насіла сваю старэйшую дачку Кармінету. Як жа я здзівілася, убачыўшы, што ў спартовай зале, дзе праходзілі курсы, поўна і мамаў, і татаў! Я ж думала, што курсы толькі для цяжарных... Усім сабраным загадалі стаць на карачкі. Таты павінны былі размаўляць з дзецьмі, што знаходзіліся ў матчыных жыватах. Адна жанчына сказала, што яе муж часта ў раз'ездах, і выйсце знайшлося: ёй сказалі прыкладаць тэлефонную трубку да жывата, каб дзіця такім чынам слухала тату (тады мабільных тэлефонаў яшчэ не было). Іншая жанчына, што была ў такой самай сітуацыі, распавяла, што запісала голас мужа на плёнку і кожны дзень патроху давала слухаць дзіцяці, каб яно чула тату ў запісе.

Мне здаецца, што не паставіць свайго сужэнца на першае месца — гэта памылка. Для таты самы важны чалавек — мама, а для мамы — тата. Яны — самыя важныя людзі ў доме. Менавіта гэта трэба бачыць дзецям, ім неабходна бачыць моцных бацькоў, якія больш за ўсё кахаюць адно аднаго, нягледзячы на бадай якія жыццёвыя змены. Дзецям неабходна бачыць, як тата цалуе маму, калі вяртаецца дадому і кажа: «Пачакай, сынок, пачакай, дачушка, спачатку я прывітаюся з мамаю, а пасля паразмаўляю з вамі. Вы добра сябе паводзілі? Мама вамі задаволеная?». Калі час ад часу тата моцна абдымае маму і прыціскае да сябе на вачах у дзяцей, — гэта проста цудоўна, бо дае дзецям упэўненасць. Ім трэба бачыць, што бацькі кахаюць адно аднаго, і таму варта кожны дзень аказваць адно аднаму маленькія праявы пяшчоты. Усе ведаюць папулярную прыказку: «Любоў — гэта справы, а не словы».

Пяшчота добра выяўляецца, калі, напрыклад, ты прымаеш рашэнне, якое даспадобы таксама і твайму сужэнцу, а не тое, якое даспадобы толькі табе. Дзеці адразу заўважаюць такія дробязі. Яны ведаюць, што тата любіць кіно, а мама падымаецца з канапы і сыходзіць падчас самых інтрыгуючых сцэнаў, бо не можа вытрымаць такога напружання. Таму, калі ў пятніцу бацькі збіраюцца разам у кіно, дзеці цудоўна ведаюць, што гэтак мама хоча зрабіць тату шчаслівым.

З цягам часу людзі прыціраюцца адно да аднаго, калі ўчынкамі дэманструюць адно аднаму сваю любоў і пяшчоту. Да вяселля я рэдка чытала кнігі, за выключэннем тых, што ўваходзілі ў школьную праграму. У маёй сям'і было 16 дзяцей, і заўжды знаходзіліся нашмат цікавейшыя агульныя заняткі, чым чытанне. Я вельмі актыўная і жвавая асоба, таму такі спакойны занятак, як чытанне, даецца мне вельмі складана. Але мушу сказаць, што цяпер я чытаю па кнізе ў месяц. Мой муж — інтэлектуал, ён кожны дзень па цэлай гадзіне чытае газеты і апроч гэтага знаходзіць час, каб чытаць па кнізе ў тыдзень. Дома мы жартуем з гэтай яго асаблівасці, і калі нехта ў сям'і нечага не ведае, то перш чым звяртацца да Вікіпедыі або лезці ў інтэрнэт са смартфона, мы задаем пытанне тату. Ён заўжды нас здзіўляе, ён — сапраўдная энцыклапедыя! І вось я зразумела, што калі хачу праводзіць час побач з мужам, мне трэба прысвячаць больш часу чытанню. Цяпер мне вельмі падабаецца чытаць, і мы любім сядзець разам у цішыні, кожны са сваёй кнігай. Зразумела, я не чытаю навуковыя даследаванні і кнігі па філасофіі,

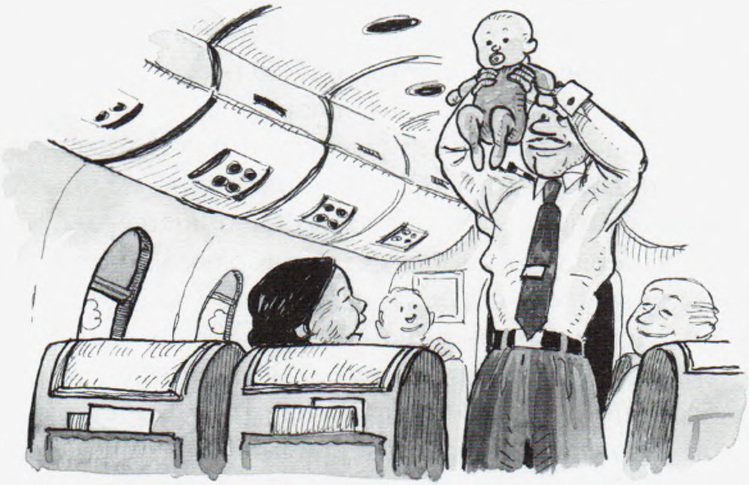
як мой муж. Мне падабаюцца бытавыя раманы, пра каханне і раскошнае жыццё. Як бачыце, цяпер я і сама пішу такую кнігу.

Сужэнцам неабходна знаходзіць час, каб пабыць сам-насам. Маленькія дзеці патрабуюць вельмі шмат часу: трэба змяніць ім падгузнік, пакарміць кашкаю, пасадзіць на гаршчок... А крыху вырастаючы, яны жадаюць, каб мы выслухоўвалі іх, распавядаюць пра свае малыя змаганні, пра свае мары. «Дзеўкі любяць гаварыць пра транты» — сказала б мая бабуля, то бок — пра адзенне, пра апошнюю моду, пра тое, ці носяць цяпер туфлі на платформе і вялікія торбы, плеценыя з саломы. Таму час ад часу тату і маме трэба хадзіць некуды толькі ўдваіх, каб ім ніхто не перашкаджаў. Я заўжды зайздросціла сваёй сяброўцы Пакі, таму што яна, рыхтуючыся да сур'ёзнага суразмоўя на працы і маючы на руках некалькіх малых дзяцей, неяк вымудралася знаходзіць час выйсці са сваім мужам Бальда на дваццаціхвілінны шпацыр вакол квартала. Яны распавядалі адно аднаму пра свой дзень, пра розныя падзеі, пра свае клопаты і спадзяванні. Так, іх чакаў мільён розных справаў, але яны ведалі, што першасная неабходнасць — каб іх сужэнства нармальна функцыянавала. Камунікацыя ў сужэнстве — гэта падмурак, трэба абавязкова размаўляць адно з адным, выбіраючы, аднак, адпаведны час і адэкватны тон, каб нешта сказаць. Нельга хаваць у сабе крыўды, каб аднойчы выкарыстаць іх для ўласнай выгоды. Нельга злавацца, «таму што аднойчы ты сказаў (сказала)....». Лепш будзе гучаць: «Прабач, калі я цябе пакрыўдзіў (пакрыўдзіла)». Менавіта так, варта гаварыць аб

прабачэнні. Часцей за ўсё крыўды нараджаюцца ад непаразуменняў, а калі нам нешта не ўдалося, трэба папрасіць прабачэння, прабачыць і забыць. Нельга нічога хаваць у сабе. Умеючы прасіць прабачэння, прабачаць і забываць, адчуваеш сябе больш свабодным і шчаслівым.

Тыя, хто ўсё яшчэ працягвае лічыць, што дзеці павінны стаяць на першым месцы, мусяць зразумець, што сёння дзеці разам з імі, а заўтра яны выляцяць з гнязда. Яны могуць паехаць вучыцца ва ўніверсітэт у іншым горадзе, могуць атрымаць працу за мяжою, могуць ажаніцца і з'ехаць некуды далёка. Дзеці сыходзяць, і ў доме застаюцца толькі тата і мама, лоб у лоб, тварам у твар, побач. Нельга заставацца адно для аднаго таямнічымі незнаёмцамі, размаўляючы заўжды толькі пра дзяцей, пра іх праблемы і мары. Што наконт нас саміх? Ці вядомыя нам спадзяванні і чаканні нашых мужоў і жонак, іх прафесійныя амбіцыі, іх густы? А ім вядомыя нашыя? Трэба пражываць гэта ўсё разам, смяяцца (як гэта цудоўна — здаровы смех!) з нашых маленькіх дзівацтваў. Смехатэрапія — вельмі добрая рэч, як і вясёлы настрой! Так, мы шмат гадоў таму пакахалі адно аднаго, вырашылі ажаніцца і стварыць сям'ю, наш агульны праект. А цяпер мы старэем разам і марым разам убачыць, як растуць нашыя ўнукі.

13. Багацце ў дзецях: колькі дзяцей патрэбна?



У нас існуе адна папулярная прыказка: кожнае дзіця нараджаецца з хлебам пад пахаю.

У XXI стагоддзі, аднак, многія памылкова лічаць, што дзіця — гэта цяжкая ноша, якая перашкаджае табе рабіць, што хочацца, якая цябе знявольвае і апроч таго патрабуе вельмі вялікіх фінансавых укладанняў. Уся справа зводзіцца да таго, колькі грошай у месяц утрыманне дзіцяці будзе каштаваць і гэта памнажаецца на лічбу дзяцей, якіх пара вырашыла мець. Але гэта зусім іншая арыфметыка, і вы добра гэта ведаеце, дарагія мае чытачы.

На пачатку лета я была ў гасцях на 25-гадовым юбілеі з дня шлюбу маіх сяброў. Жонка, мая добрая

сяброўка Беатрыс, працуе асабістым памочнікам у закупах, а яе муж — кінапрадзюсар. Юбілей яны святкавалі ў Жэроне, але можна было падумаць, што ў самім Галівудзе, да таго ж на святкаванне і сапраўды прыехалі госці з Лос-Анджэлеса. Маштабы ўрачыстасці пераўзыходзілі ўсе магчымыя ўяўленні: розныя упрыгожванні звісалі з дрэваў, укрытых белым цюлем вакол камлёў, паўсюль стаялі свежыя кветкі, ружовыя і ліловыя, квартэт музыкаў вітаў гасцей, вядомыя спевакі выступалі падчас вячэры, паркоўшчык паказваў, дзе пакінуць машыну. Дарэчы, майго мужа пераблыталі з шафёрам, бо ён ішоў перада мною са сваім сябрам. Банкет быў замоўлены ў *«El Celler de Can Roca»*, які лічыцца цяпер лепшым рэстаранам свету. Як вядома, мне падабаецца знаёміцца з новымі людзьмі, і на банкеце я пазнаёмілася з сястрою юбіляркі з Севільі. Даведаўшыся, што ў мяне 18 дзяцей, яна сказала: «Што, ты маеш 18 дзяцей? Значыць, маеш 18 фальваркаў». Трэба растлумачыць гэтую фразу: адзін фальварак корміць многія сем'і, а ў старажытнасці дзеці былі таннаю працоўнаю сілаю, што было неабходна, каб працаваць у полі, і вялікая колькасць дзяцей сведчыла пра багацце сям'і.

У майго мужа 13 дзядзькоў, і пра яго дзядулю казалі, што ён разбагацее праз людзей, бо кожнае дзіця магло працаваць на кілбаснай фабрыцы ў Канцімпала. Дзядуля здолеў стаць алькальдам (галавою) горада, і калі ў 102 гады памерла бабуля, у іх было ўжо больш за 180 нашчадкаў.

У старажытнасці, як і цяпер, і заўжды, дзеці былі багаццем, з якім нішто не можа параўнацца.

Усім добра вядома, што ў мінулым на бясплодную жанчыну паказвалі пальцам на вуліцы, бо плоднасць лічылася знакам любові багоў. Абрагаму Бог паабяцаў памножыць яго патомства як нябесныя зоркі і марскі пясок. У рэшце рэшт, усе мы хочам, каб нашае прозвішча захавалася і род працягваўся, і калі людзей знаёмяць між сабою, звычайна кажуць: «Гэта сын А., які пабудаваў….». Цяпер жа падобны ход мыслення змяніўся.

Дзеці прымушаюць нас глядзець вонкі і больш думаць пра іншых, а менш — пра сябе саміх, дапамагаюць прайсці міма рознай зямной мітусні, у тым ліку і таму, што з дзецьмі застаецца зусім мала часу для таго, каб разглядаць сябе ў люстэрка і займацца самакапаннем: «Ці баліць у мяне галава, ці выскачыла болька, ці я тоўстая, ці маю цёмныя кругі пад вачыма...» Калі няма магчымасці па тры гадзіны на дзець глядзецца ў люстэрка, тады не атрымаецца вышукаць у сябе хібы знешнасці або змены, выкліканыя ўзростам. Значыцца, я не марную шмат грошай на крэмы для твару, і гэта не б'е па сямейным бюджэце. Дзякуй Богу, мой сябра Вісэнтэ робіць крэмы для сеткі супермаркетаў Mercadona і прадае мне тавары з вялікай зніжкай. Я, хоць і далёкая ад самалюбавання і аматарка эканоміі, удзячная яму за гэта. Іншы добры сябра, Хасэ М., таксама забяспечвае мяне крэмамі для падарункаў на Раство, і асабліва гэтаму цешацца мае швагеркі, іх твары аж свецяцца радасцю ў гэтыя святы. Ніякая эканомія не дае нам апраўдання, каб не сачыць за сабою, бо ўсім мужчынам даспадобы, каб побач была прыгожая жанчына, пісаная красуня.

Дзеці дапамагаюць нам заўжды быць шчаслівымі, выходзіць па-за межы сябе саміх і з радасцю дарыць сябе іншым. Як казаў Маленькі Прынц Экзюперы, «шчаслівейшы той, хто дае, а не той, хто атрымлівае». У сям'і заўжды ёсць магчымасць даваць, не чакаючы нічога ўзамен. Нельга нават уявіць, як моцна кожнае дзіця павялічвае тваё сэрца. Мяне часта пытаюць: «І ў цябе хапае часу, каб любіць кожнага? Паасобку? Яны адчуваюць, што іх любяць? Ім хапае любові?». Як казала мая бабуля Энрыкета: «Гэтым дзецям не хапае мацярынскага падола», бо як толькі немаўляці спаўняўся год, на свет з'яўлялася яшчэ адно дзіця. Ужо дарослаю жанчынаю я спыталася ў Карміны, сваёй сястры нумар 10, ці адчувала яна калі-небудзь, што мама мала яе любіць. Яна сказала, што ніколі не адчувала браку любові, што мама ўсіх любіла пароўну, вельмі-вельмі моцна, і ўсе адчувалі, што іх любяць. Не трэба далёка хадзіць, мой уласны самы малодшы сынок Рафа, якога мы ласкава называем Бубі, прыходзячы дамоў, атрымлівае пацалунак ад таты і мамы, а таксама ад 15 сваіх братоў і сясцёр. Ці можа быць дзіця, якое штодня атрымлівае больш пацалункаў?

У інтэрв'ю, якія я даю, вельмі часта гучыць пытанне: «Колькі дзяцей ты хочаш мець?». Але ці ж можна абмежаваць любоў? Чым больш любіш, тым шчаслівейшым становішся. Чалавек быў створаны, каб любіць. І я заўжды адказваю так: «У мяне няма любімай лічбы». Я паходжу з вялікай сям'і, мой муж — таксама. Мы цудоўна жылі ў сваіх па-свойму асаблівых сем'ях. Ажаніўшыся, мы марылі займець вялікую сям'ю, каб нашыя дзеці атрымалі гэткі самы

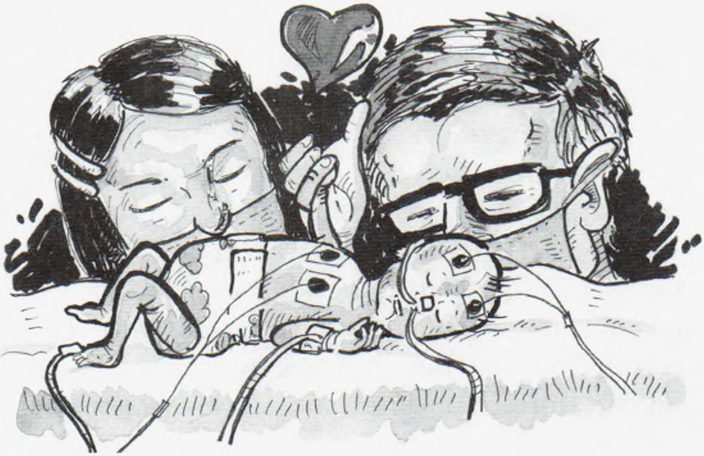
цудоўны досвед, што і мы, каб іх таксама атачала шмат братоў і сясцёр. Я ўжо распавядала вам, што Хаві — маё другое і Мантыста — маё трэцяе дзіця, памерлі ў чатыры месяцы, і медыкі раілі нам не мець больш дзяцей. Цяпер мы маем 15 дзяцей, якія жывуць. А калі некага з іх няма дома, бо яно бавіць час у сяброў, гэта адразу заўважна, бо кожны ў нашай сям'і мае сваё месца.

У 2005 годзе з намі здарылася сапраўды забаўная рэч. Я тады была ў дэкрэце са сваімі сынам Томі, і паехала разам з ім і некалькімі сяброўкамі ў Мадрыд. Там праводзіўся вялікі кірмаш падарункаў, і мая сяброўка Крыстына здолела здабыць запрашальныя квіткі для 6 чалавек. Мы мусілі ехаць хуткасным цягніком *AVE* і ледзь на яго не спазніліся. Мы несліся па платформе станцыі нібы ненармальныя і ўрэшце паспелі, бо так галасілі і ўчынілі такі вэрхал, што цягнік затрымаўся на пару хвілін. У Мадрыдзе мы пасяліліся ў Хасэ Луіса і Інмы — яны нас прынялі, як каралеўскіх асобаў. Раніцай нам прыгатавалі гарачы сняданак: як цяпер памятаю, яечню з бульбаю, што я вельмі люблю, свежыя булачкі і каву... Гэта зусім не падобна да майго звычайнага хатняга сняданку. Правёўшы два дні ў Мадрыдзе, я разам з Томі паляцела на семінар у Санцьяга дэ Кампастэла. Праз тыдзень я вярталася дамоў ужо даволі стомленая ад усіх клопатаў і бегатні з малечаю на руках. Мы вярталіся рэйсам кампаніі *Vueling*, самалёт хутка павінен быў узлятаць. Па мікрафонах пачалі аб'яўляць: «Спачатку праходзяць пасажыры з шэрагаў 80–100, маці з малымі дзецьмі праходзяць без чаргі» і яшчэ шмат іншых інструкцый, на якія я ніколі не звяртала ўвагі,

бо не імкнулася заняць сваё месца адной з першых. Тады я яшчэ не вярнулася ў форму пасля нядаўніх родаў і была таўставатаю, да таго ж з немаўлём на руках. Я вырашыла ісці апошняю. Калі ўрэшце я паднялася ў салон з дзіцем, яго сумкай, кнігай, якую хацела пачытаць, дзіцячым вазком-кошыкам *Maxi-Cosi*, коламі ад дзіцячага вазка і мноствам маіх уласных рэчаў, я ўбачыла месца ў чацвёртым шэрагу і вырашыла сесці там. Я не хацела праходзіць праз увесь салон самалёта са столькімі торбамі. У маім пасадачным талоне стаяла месца 90С — гэта значыць у самым хвасце самалёта. Падышоў ветлівы сцюард, каб дапамагчы мне раскласці рэчы. Ён хацеў забраць дзіцячы кошык, але я адмовілася, бо везці немаўля ў ім нашмат зручней, чым трымаць яго на маім тоўстым жываце. Сцюард жа адказаў, што паветраныя правілы перавозкі забараняюць гэта з прычынаў бяспекі, і ён дасць мне дадатковы пас бяспекі для дзіцяці... Я сказала, што падарожнічаю па ўсім свеце і ў мяне куча дзяцей і стос адпаведнага досведу. Ён спытаў: «І колькі ў Вас дзяцей?» Я сказала, што чатырнаццаць, і паказала дакументы на дзяцей, якія мела пры сабе, каб сведчыць, што Тамас — мой сын. Сцюард узяў дакументы і ўбачыў, што Тамас ідзе ў іх пад нумарам 16, бо я не палічыла двух памерлых дзяцей, а ў дакументах іх імёны былі. Сцюард папрасіў мой пасадачны талон, дзе было напісанае маё імя, і ўбачыў, што я села не на сваё месца. Але паколькі яму ўжо надакучыла разбірацца са мною, а самалёт і так спазняўся з вылетам, ён пакінуў мяне на чацвёртым шэрагу. Падчас палёту сцюард узяў мікрафон і ў поўнай цішыні

аб'явіў: «Шаноўнае спадарства, хачу паведаміць вам, што з намі падарожнічае спадарыня Роза Пік-Агілера, маці 14 дзяцей, і яна заслугоўвае моцных апладысментаў». Ён выйшаў з рубкі і падышоў да мяне, я паднялася і павярнулася да людзей, памахала ім, а ўвесь самалёт пляскаў у мой гонар. Тады я ўзяла на рукі дзіця і падняла яго ўверх, як у мультфільме «Кароль Леў». Уявіце, як увесь самалёт выбухае воплескамі: не ў гонар уласна мяне, а ў гонар вялікай сям'і XXI стагоддзя. Калі мы прызямліліся, я мусіла чакаць, пакуль мне прынясуць дзіцячы вазок, і таму заставалася ў салоне. Іншыя пасажыры, выходзячы, усміхаліся мне, гладзілі немаўлятка... Які-небудзь недавярак падумаў бы: «Вось жа ненармальная, я б так не рабіў». Адна бабуля сказала мне: «У вас і праўда столькі дзяцей?» і заплакала, бо ўжо даўно не чула і не бачыла нічога падобнага.

14. Ад жыцця да смерці



Мы — сям'я *pro life*. Такія словы я пачула ў кансультацыі аддзялення кардыяпатыі шпіталя святога Яна Божага ад загадчыка аддзялення, які, даведаўшыся пра нашую гісторыю, сказаў, што мы адкрытыя на жыццё насуперак усяму. І калі б мы мусілі пахаваць усіх сваіх новапароджаных дзяцей, перажыўшы страшэнны боль, то абсалютна зразумела, што і тады ніколі б не згадзіліся на аборт, нават улічваючы, што іспанскія законы падтрымлівалі б нас у гэтым рашэнні. Законы грамадства, як сведчыць сама іх назва, створаныя людзьмі, яны не з'яўляюцца абавязковымі, калі дзейнічаюць супраць чалавечай натуры і здаровага розуму. Увесь свет ведае, што забіць дзіця — самы горшы з усіх магчымых учынак, ён пакідае ў

чалавечай душы дзіру, якую нічым нельга запоўніць, і даводзіцца несці гэтую віну праз усё жыццё... Мы ж заставаліся адкрытыя на жыццё, не ставілі для яго ніякіх абмежаванняў і бар'ераў, і навука вельмі ўдзячная нам за гэта.

Напрыклад, некалькі гадоў таму з намі звязалася дакторка з ЗША, якая даследавала спадчынныя віды кардыяпатыі. Яна не магла працягваць свае даследаванні, бо сем'і, дзе нараджалася немаўля або двое з кардыяпатыяй, не хацелі больш мець дзяцей, іх пужала думка пра новыя аперацыі і бяссонныя ночы. Такім чынам, немагчыма было зрабіць паўнавартаснае даследаванне гэтай тэмы. Дакторка даведалася, што ў Барселоне ёсць сям'я з 18 дзецьмі, 8 з якіх маюць кардыяпатыю, і звязалася з намі. Яна прыехала разам з супрацоўнікамі і прывезла з сабою партатыўны эхограф, розныя прыборы, медсястру, каб браць кроў на аналізы, і ўзялася за справу. Цэлы месяц яна падарожнічала па ўсёй Іспаніі, бо як я ўжо казала, сваякі майго мужа жывуць у розных гарадах. З маёй сям'ёй, члены якой рассеяныя па ўсім свеце, дакторка таксама мела магчымасць пазнаёміцца, бо яе візіт супаў з сямейнай сустрэчай — мы сабраліся разам, таму што майму тату аперавалі пухліну мозга, і яму заставалася жыць некалькі месяцаў.

Мая сяброўка, доктар Георгія, зрабіла для нас генетычнае даследаванне: для маіх шаснаццаці братоў і сясцёр і іх дзяцей, а таксама для чатырнаццаці братоў і сясцёр майго мужа і іх дзяцей. Яна цешылася, што можа завяршыць сваё даследаванне, узяўшы кроў у кожнага з нас, амаль у сотні чалавек з адной сям'і.

Пасля таго, як у нас нарадзілася трое дзяцей з кардыяпатыяй, з якіх другое і трэцяе памерлі, а пра старэйшую дачку казалі, што яна не пражыве і трох гадоў, нам параілі рабіць эхаграфію пры кожнай наступнай цяжарнасці. Гэтак яшчэ да нараджэння дзіцяці мы маглі ведаць, што яму спатрэбіцца хірургічнае ўмяшальніцтва. Калі прэнатальнае даследаванне давала дрэнныя вынікі, медыкі адразу казалі нам: «Закон на вашым баку, калі хочаце, можаце пазбавіцца ад дзіцяці, не трэба пакутаваць». Хлусня! Калі нехта пазбаўляецца ад дзіцяці, то пакутуе нашмат больш. Мы рабілі прэнатальную эхаграфію не для таго, каб перарываць цяжарнасць і забіваць сваё дзіця, таму што яно павінна нарадзіцца хворым, а для таго, каб папярэдзіць медыкаў і каб яны былі гатовыя да родаў.

Калі нарадзілася Лаліта, наш нумар 17, мы не ведалі пра яе хваробу, і ў яе здарыўся сардэчны прыступ праз некалькі дзён пасля нараджэння. Я яшчэ амаль не выходзіла і нават па хаце перасоўвалася ў піжаме, бо стараюся першыя паўмесяца пасля родаў не ўставаць з ложка, — і ўбачыла, што Лаліта амаль не дыхае. Ёй было пяць дзён, назаўтра быў прызначаны яе хрост. Выклікаўшы ліфт, я набрала вады з крана і пахрысціла дзіця: «Лаліта, я цябе хрышчу ў імя Айца і Сына, і Духа Святога». Дзякуй Богу, мы жывем побач са шпіталем святога Яна Божага, і калі я дабегла туды, дзіцяткам заняўся дзесятак медыкаў: у яе аказаўся сардэчна-рэспіраторны прыступ. Нам сказалі, што малая не выкараскаецца, бо ў яе кроў не праходзіць па сасудах, а калі нават і выжыве, то застанецца сляпою, глухою і з мноствам іншых праблемаў...

Два месяцы мы правялі ў рэанімацыі, і гэта здавалася вечнасцю. Чатыры разы на дзень мы прыходзілі да Лаліты, каб пабыць з ёю, паспяваць ёй. Гэта былі вельмі цяжкія дні, мы бачылі, як шмат дзяцей памірала. У шпіталі мы пазнаёміліся з Хаймэ, судовым доктарам, яго дзеці вучыліся ў школе разам з нашымі дочкамі. Аднойчы ён прыйшоў у аддзяленне інтэнсіўнай тэрапіі, каб засведчыць смерць чатырнаццацігадовай дзяўчынкі. Ён моцна падтрымаў нас, бо знаёмых медыкаў у нас не было. З таго часу мы вельмі пасябравалі з ім і яго жонкаю Дорыс.

Я не разумела, як гэта Лаліта яшчэ жыве, пры карціне яе хваробы гэта здавалася неімаверным... Аднойчы, калі я, стомленая, не змагла пайсці ў шпіталь, мяне замяніў мой брат Марцін, прадставіўшыся дзядзькам Лаліты. У той час загадчыца аддзялення праводзіла агляд, і брат спытаў у яе: «Вы верніца? Вы верыце ў цуды?». Яна адказала: «Я няверуючая. Ужо 15 гадоў я працую ў інтэнсіўнай тэрапіі: напэўна сюды да нас прыязджаюць людзі з усёй Іспаніі. Я была на дзяжурстве, калі сюды прынеслі Лаліту, і ніколі яшчэ я не бачыла дзіця ў такім крытычным стане. У яе па сасудах не цыркулявала кроў, а гэта значыць — яе немагчыма было рэанімаваць звычайнымі медыцынскімі спосабамі. Заставаўся апошні шанец — зрабіць ін'екцыю ў косткі... Шмат часу было ўжо страчана, і мы зрабілі працэдуру, не маючы асаблівай надзеі на поспех. Я павінна сказаць Вам, што цяпер, бачачы Лаліту, я веру ў цуды».

Маючы сяброў па ўсім свеце, мы пачалі прасіць аб малітве за яе. Тыя, хто не верыць у Бога, пасылалі

нам «станоўчую энэргію» — я не вельмі добра разумею, што гэта такое, але ў той сітуацыі мы былі ўдзячныя за якія-кольвек праявы спачування. Нам прыходзілі электронныя лісты з Расіі, Аўстраліі, Бразіліі, Індыі, Афрыкі... увесь свет быў уражаны тым, што мы перажывалі. Так, гэта было нашае сямнаццатае дзіця, але кожнае дзіця ўнікальнае і вельмі каханае. Мы пахавалі дваіх дзяцей на працягу чатырох месяцаў і не хацелі пахаваць яшчэ адно. Мы не разумелі, чаму смерць ізноў пажадала пастукаць у нашыя дзверы. Спаўнялася тое, чым пужалі нас сваякі і сябры: «І астатнія таксама памруць». Але, дзякуй Богу, навука развіваецца, і з усеагульнаю дапамогаю Лаліта выжыла. Ёй ужо пяць гадоў, яна збіраецца ісці ў першы клас і вядзе цалкам нармальнае жыццё, не прымаючы ніякіх лекаў.

Праз два гады падчас звычайнага штогадовага медыцынскага агляду я спытала ў дырэктара кардыялагічнага аддзялення, чаму Лаліта выжыла і якія мае прагнозы са сваёй хваробай. Ён адказаў: «Звычайна такія дзеці, як Лаліта, у такіх умовах і з такой карцінай захворвання, не выжываюць. Але я зразумеў, што яна будзе жыць, таму што Вы і Вашая сям'я перадавалі ёй жыццё ўсімі клетачкамі скуры». Гэты доктар ведае нас толькі па штогадовых медыцынскіх аглядах і візітах сацыяльнай бяспекі. Але гэта праўда: мы перадаем жыццё, мы адкрытыя жыццю, і таму ў асяродку нашай сям'і яно перадаецца адно аднаму.

Мы з мужам марылі мець вялікую сям'ю, мы хацелі, каб нашыя дзеці былі такія ж шчаслівыя, як і мы. Пасля кожнай цяжарнасці і родаў мы думалі, ці

маем сілы сустрэць новую цяжарнасць і новае дзіця, які наш фізічны, псіхічны, душэўны і эканамічны стан... мы цанілі ўсё, што маем, і ішлі напралом. Мы станавіліся выключэннем з правілаў, калі нам казалі: «Цяпер неадпаведны час для такіх вялікіх сем'яў, грамадства ў вельмі дрэнным стане, крызіс, у вас праца, дзеці хварэюць...» і яшчэ тысячы прычынаў і апраўданняў, вельмі рацыянальных, для таго, каб больш не мець дзяцей.

Не думайце, што нам гэта даецца лягчэй, чым іншым. Напрыклад, я на працягу ўсёй цяжарнасці ванітую па некалькі разоў на дзень, нават у дзень родаў я ўваходжу ў радзільную палату і прашу даць мне місу, бо ванітую. Мама казала мне, што на чацвёртым месяцы цяжарнасці гэта праходзіць, але я ўсё адно ванітую кожны дзень. Апроч таго, паколькі мы маем хворых дзяцей, то нельга дазваляць ім доўга плакаць, каб не вычарпаліся іх сілы. Бывалі выпадкі, калі кожны з нас падымаўся па 20 разоў за ноч і ішоў да дзяцей. Уставаў той, хто першы чуў плач: часам муж, а часам я. На наступную раніцу а сёмай гадзіне роўна званіў будзільнік, і мы двое ішлі на працу. Мы пыталіся адно ў аднаго: «Колькі разоў табе давялося сёння ўстаць?». «Толькі пяць разоў». «А я толькі тры, вось і добра!» Наш рэкорд на дваіх: устаць 40 разоў за ноч. Увечары мы клаліся спаць, супакоіўшы немаўля, і думалі: «Ну ўсё, цяпер яно чыстае, накормленае, атрымала лекі, і можна паспаць да самай раніцы». Але даводзілася падымацца з ложка зноў і зноў, пакуль не прыйшоў час, калі нарэшце атрымалася праспаць цэлую ноч без перапынку. Паціху дзіця расце, яно ўжо не пісаецца ў ложку, не прачынаецца

ад холаду, і цяпер старэйшы брат або сястра могуць паклапаціцца пра яго і даць яму вады, якой малое раз дваццаць паспела папрасіць, пакуль нехта пачуў.

Мяне і сапраўды можна назваць ненармальнай авантурысткай, бо моцна кахаючы адно аднаго, мы з мужам вырашылі: хай будзе як будзе. Калі лонданская студыя BBC рабіла пра нас перадачу «Самая вялікая сям'я ў свеце», то зайшоўшы ў спальню, дырэктар праграмы задаў пытанне: «Гэта ваш пакой?» і загадаў здымачнай групе: «Абавязкова здыміце гэты ложак, бо ён — фабрыка дзяцей». І сапраўды, гэта там ствараліся дзеці сям'і Пастыга Пік. Але я лічу, што слова «вытворчасць» не падыходзіць, я б назвала наш ложак месцам, дзе выяўляецца нашая пяшчота і гарачыня нашых пачуццяў, а плодам гэтага шчырага кахання з'яўляецца кожнае новае дзіця. Калі ў нас пытаюцца, ці любім мы дзяцей, мы адказваем, што так, любім і цешымся сваімі дзецьмі, хоць часам яны нас стамляюць і пазбаўляюць сілаў. «Але хто мне найбольш падабаецца, — кажа муж, — дык гэта мая жонка».

Амаль год таму зусім нечакана для нас памерла нашая старэйшая дачка Кармінета. Ёй акурат споўнілася дваццаць два гады, яна скончыла ўніверсітэт і магістратуру, збіралася працаваць у Лондане. Жыццё Кармінеты было ў росквіце, яна была прыгожая, з моцным характарам, працавітая, гатовая змагацца, жадала спазнаць увесь свет, была добрай сяброўкай, цэлае жыццё чакала яе наперадзе.

Кармінета нарадзілася з сур'ёзнай формай спадчыннай кардыяпатыі, і ў тры гады, пасля мноства аперацый дзяўчынцы мусілі паставіць

кадыёстымулятар, бо яе сэрца не хацела біцца. Кармінета вяла зусім нармальнае жыццё: мы ўсёй сям'ёй ездзілі катацца на лыжах раз на год, рабілі экскурсіі, яна хадзіла ў школу, як усе іншыя дзеці. Ужо нейкі час яна гаварыла, што адчувае стомленасць, але я не звяртала на гэта шмат увагі, бо на медыцынскіх аглядах нам казалі, што ўсё ў парадку.

Провад кардыёстымулятара, пастаўленага Кармінеце ў тры гады, з таго часу не замянялі, гэта павінны былі зрабіць у дваццаць два гады. Нам прызначылі дату замены кардыёстымулятара на 1 чэрвеня 2012 года. Гэта звычайная аперацыя, без аніякай рызыкі, ніхто цяпер не памірае падчас такіх працэдураў. Як звычайна, я пайшла ў той дзень на працу: у мяне была сустрэча, якую я рыхтавала вельмі даўно. Пацалаваўшы дачку і развітаўшыся з ёю перад уваходам у аперацыйную, я пайшла па справах, а ў шпіталі застаўся муж, каб чуваць і чытаць газету.

Каля дзясятай гадзіны муж патэлефанаваў і сказаў, што сітуацыя пагоршылася і я павінна хутка ехаць у шпіталь. Медыкі не маглі паверыць у тое, што адбывалася: усе сасуды Кармінеты пачалі рвацца. Яны не паспявалі зашываць разрывы, адусюль лілася кроў: «Патрэбная кроў!» За дзень сярод сяброў удалося сабраць тысячу трыста пакетаў крыві — я ніколі не бачыла такога ў шпітальным банку крыві. Каля брамаў кардыялагічнага аддзялення інтэнсіўнай тэрапіі сабраўся такі вялікі натоўп, што людзі выклікалі паліцыю, каб яны пракантралявалі, што адбываецца. Прыйшла ўся сям'я і сябры Кармінеты, якія за яе перажывалі. Пацыенты пыталіся, хто мы такія, бо ніколі не бачылі столькі спакою і вытрымкі

перад абліччам такога вялікага болю.

Усе мы пайшлі развітацца з ёю. Праз тры дні Кармінета памерла, усе органы мы ахвяравалі на карысць навукі. Мы пажадалі развітацца з дачкою ў сваім доме, прыбралі мэблю і паставілі труну пасярод гасцёўні. Усе хацелі ўбачыць яе ў апошні раз і прыходзілі цэлымі сем'ямі: заставаліся пры ёй, спявалі, апавядалі гісторыі, вернікі маліліся на ружанцы. Пасярод вялікага болю адчуваўся спакой, і сыходзячы, людзі гаварылі: «Мы нібыта дакрануліся да нябёсаў». Гэта было вельмі прыгожа.

У мяне пыталіся: «Роза, як ты?». «Ну, я падымаюся а шостай і гадзіну плачу. Пасля, вядома, я малюся паўгадзіны, як звычайна кожны дзень, і іду займацца дзецьмі, сваякамі і сябрамі, якія прыходзяць нас наведаць. Увечары, калі я застаюся адна, то ізноў пачынаю плакаць».

Пахаванне было вельмі эмацыйнае, людзі не змяшчаліся, касцёл у Саррыя быў перапоўнены. Дзеці апранулі строі ў кветачку, якія я так люблю, і трымалі ў руках букецікі. Я таксама апранула каляровую сукенку, бо мы і сумавалі, і цешыліся адначасова: Кармінета пайшла ў неба. Мой сын Хуампі прачытаў вельмі кранальную прамову, якая прымусіла ўсіх расплакацца. Мясцовы айцец Масэн Манэль быў настолькі узрушаны, што сказаў напрыканцы цырымоніі: «Выйдзем жа з касцёла, каб даць сведчанне ўсяму раёну». Людзі дзівіліся супакою, які панаваў навокал: «Як жа гэта магчыма — заставацца такімі спакойнымі, толькі-толькі пахаваўшы старэйшую дачку?» Так, гэта было сведчанне жывой штодзённай веры, якая абуджаецца не толькі ў такія

цяжкія моманты, як пахаванне дзяцей або сваякоў. Гэта было сведчанне хрысціянскай сям'і, якая трэці раз перажывала смерць дзіцяці.

Праз тры тыдні, ужо ізноў заглыбіўшыся ў штодзённыя справы і працоўныя клопаты, мой муж напісаў ліст да ўсіх медыкаў аддзялення кардыялогіі з удзячнасцю за іх старанныя спробы працягнуць жыццё Кармінеты. Яны вельмі любілі дзяўчыну, апекаваліся яе здароўем з самага нараджэння. Муж паслаў ім скрынку віна і цукеркі для медсясцёр. 26 чэрвеня мы атрымалі адказ ад галоўнага доктара аддзялення, ён пісаў пра тое, як ім пашчасціла пазнаёміцца з намі, пра цудоўнае сведчанне, якое мы далі ім, пра тое, што яны зрабілі ўсё магчымае і немагчымае, каб Кармінета жыла... Ліст быў вельмі эмацыйны і пяшчотны. Гэта вельмі каштоўна яшчэ і таму, што юрысты па чарзе дзяжураць пры выйсці са шпіталю, каб дапамагчы жадаючым скласці судовы пазоў на няшчасных медыкаў, што выконваюць сваю працу так добра, як толькі магчыма... На медыках, якія прыклалі ўсе свае намаганні і веды, каб працягнуць жыццё нашай дачкі, не было віны: сасуды ў Кармінеты былі нібы з папяроснай паперы, і раней ці пазней яна пакінула б нас.

15. А ў вас калі-небудзь губляліся дзеці?

Гэта звычайная справа ў кожнай сям'і. Я — вялікая нядбайла, але нават з маім мужам, нашмат больш арганізаваным і разумным за мяне, падобнае здаралася. Першая гісторыя, якая мне ўзгадваецца, здарылася з Пэпаю, сястрою-блізняю Пэпэ, калі ёй было чатыры гады. Па суботах раніцаю мы заўжды рана сыходзім з дома, бо наведваем баскетбольныя і футбольныя матчы, у якіх удзельнічаюць дзеці, і заразом заходзім на закупы ў крамы ў сваім раёне. У той дзень мы зайшлі ў краму з садавіною, я была з шасцю дзецьмі, а муж з астатнімі пяццю затрымаўся ў аптэцы, купляючы для іх патрэбныя лекі.

У краме з садавіною Пэпа пачала капрызіць, бо захацела атрымаць тыя вельмі прыцягальныя галеты, якія рэкламуюць па тэлебачанні і якіх у нас дома ніколі не бывае. Я сказала, што ні ў каго няма дня нараджэння, таму галеты нельга браць. Зразумела, яна ўчыніла істэрыку. Мы сказалі, што ўсе ідзем дамоў, а яна няхай ідзе адна, падумаўшы, што яна пойдзе ззаду. Мы даволі часта ходзім гэтай дарогай, да таго ж дзеці ведаюць, што калі мама сказала ісці, трэба ісці, бо ніхто нікога не будзе чакаць. Мы вярнуліся дамоў, і я пайшла на закупы ўжо з адною Карміпетаю.

Калі мы вярнуліся, ужо быў час перад абедам, і муж спытаў, ці гэта я тэлефанавала ў паліцыю: «Яны пазванілі ў дамафон, і, зразумела, я адчыніў ім, бо аказваецца, што ўсе іншыя ў нас заўжды вельмі занятыя. Гэта была паліцыя. Пэпа подбегам пранеслася па сходах, і праз вакно мы ўбачылі патрульную машыну. Атрымліваецца, што ты згубіла Пэпу, і яе знайшла нейкая пажылая пара. Яны пакінулі яе ў паліцэйскім участку. Пэпа ведала, на якой вуліцы жыве, але не памятала нумар дома, таму яны правезлі яе па вуліцы, каб яна магла пазнаць свой дом».

Усе яе браты і сёстры нібы звар'яцелі: яны пыталіся, як выглядае знутры паліцэйская машына і ці сядзіць унутры які-небудзь злачынца жудаснага выгляду або ў масцы... Усе зайздросцілі сястры, бо яна праехалася ў паліцэйскай машыне пад гукі сірэны. Я ж прызнаю, што не заўважыла б яе адсутнасці да абеду, бо толькі тады, калі мы сядаем за стол, я бачу, што некага няма. Цэлы дзень усе ходзяць туды-

сюды, а я не пералічваю дзяцей кожныя пяць хвілін. Я раблю гэта выключна тады, калі мы на пляжы з малодшымі дзецьмі, бо асцерагаюся, каб нехта не патануў.

А з мужам здарыўся нашмат горшы выпадак. Ён паехаў з некалькімі дзецьмі і са сваімі сябрамі ў вялізны гандлёвы цэнтр, што ў Самантана, паміж Уэскай і Лэрыдай, каб замяніць садовы стол. Ён паспрачаўся з супрацоўнікамі, бо стол быў з дэфектамі, а дзеці тым часам заставаліся на пляцоўцы для гульняў. Вырашыўшы неабходныя пытанні, муж сабраў усіх дзяцей у машыну. І толькі бялявенькі і канапаты Альвара, якому тады было тры гады, не пачуў або не пажадаў пачуць тату і застаўся далей гуляць.

Ледзь-ледзь па іх вяртанні зазваніў тэлефон. Муж пакінуў нумар мабільнага ў гандлёвым цэнтры, каб замяніць стол, і супрацоўнікі, бачыўшы яго з вывадкам дзяцей, здагадаліся, што згубленае дзіця таксама ягонае.

Муж папрасіў мяне забраць малога, бо ўжо дамовіўся на сустрэчу з сябрамі, таму на мяне зваліліся ўсе абвінавачванні ў тым, што я нядбайная маці, і апроч таго, я мусіла выцерпець ганьбаванне, таму што накрычала на малога за тое, што ён не паслухаўся, калі тата загадаў усім сядаць у машыну... Як жа змяніліся часы! У рэшце рэшт усе задаволіліся, Альвара атрымаў вялізны пакет слодычаў і па дарозе дамоў раздзяліў іх з усімі... Я асабіста вельмі люблю салодкае. Але падобныя гісторыі здараліся не толькі з намі, з нашымі сябрамі — таксама. Напрыклад, у гэтым месяцы мы паехалі на пляж з сябрамі, у якіх

расце трое дзяцей. Старэйшая дачка, якой шэсць гадоў, згубілася і дзесьці заблукала... Бацькі шукалі яе па ўсім пляжы: Хаўер плаваў у моры, правяраючы, ці магла малая залезла на нейкі з катамаранаў, на якіх мы каталіся раней, Іса і я хадзілі па пляжы. Якая ж была радасць, калі мы знайшлі яе разам з нейкаю жанчынаю: тая падабрала малую, убачыўшы, што яна заплакала, бо ўжо стамілася бегаць па пляжы адна. Мая бедная сяброўка Іса страшна перапужалася. Яна ўпершыню згубіла дзіця, і гэта вытрапала ёй усе нэрвы.

Мы павінны навучыць дзяцей, што рабіць, калі яны згубяцца. Мы павінны добра падрыхтаваць іх, каб яны самастойна маглі выходзіць з розных складаных і канфліктных сітуацый. Напрыклад, дзеці могуць вывучыць напамяць нумар мабільнага тэлефона бацькоў.

16. Дзеці-спартоўцы і дужыя дзеці

Мне падабаецца чытаць газеты ў інтэрнэце. Кожны дзень мне на электронную пошту прыходзяць розныя бясплатныя газеты, на якія я падпісаная, і распавядаюць, што адбываецца цяпер у свеце. Здараецца, што ў мяне мала часу, і тады я чытаю толькі *«Kit Buenos dias»* — рубрыку ў штодзённай он-лайн газеце Te interesa, якую вядзе Алекс, муж Паломы, маёй сяброўкі і партнёршы па гульні ў падэль-тэніс. Гэтая рубрыка мне падабаецца, бо там шмат фотаздымкаў і за хвіліну можна прачытаць самыя важныя навіны з усяго свету.

Некалькі дзён таму я прачытала, што «заняткі спортам і фізічныя практыкаванні дапамагаюць

палепшыць настрой», а «дзеці, якія робяць фізічныя практыкаванні, атрымліваюць лепшыя за іншых адзнакі».

Mens sana in corpore sano — як кажа лацінскае прыслоўе, — у здаровым целе здаровы дух. Рухацца — гэта важна, і таму ў шпіталях у пасляаперацыйны перыяд пацыентаў прымушаюць патроху хадзіць кожны дзень. Ёсць сем'і музыкаў, мастакоў, інтэлектуалаў... дык мне здаецца што мы — сям'я спартоўцаў. Нашыя дзеці з самага малога ўзросту, з трох гадоў, ходзяць у суправаджэнні старэйшых братоў і сясцёр у дзіцячы садок: гэта 35 хвілінаў хады ў адзін бок і столькі ж назад. Не толькі ў сонечнае надвор'е, але і ў холад, і ў дождж. Апроч таго, калі ім час выходзіць з хаты, таты і мамы дома ўжо няма, і скардзіцца бессэнсоўна. Толькі ў дзень нараджэння тата падвозіць іх да школы на машыне. Так дзеці робяцца вельмі дужымі.

Акрамя штодзённага шпацыру і школьных заняткаў спортам дзеці запісаныя на дадатковыя заняткі: хлопчыкі — на футбол, дзяўчынкі — на баскетбол. Такім чынам, два разы на тыдзень у іх трэніроўкі, а па суботах — матчы. Я заўжды кажу ім: «Лепш біце па мячы, чым забівайце сабе чым-небудзь галаву», таму што большасць дзяцей атрымалі ў спадчыну маю жвавасць і нэрвовасць. А паколькі мы жывем у адносна невялікай кватэры, атрымліваецца добра, калі яны прыходзяць дамоў крыху стомленыя ад напружаных заняткаў спортам: тады ў дзяцей менш жадання сварыцца між сабою...

Дзесяцігадовы Альвара — добры спартовец, звычайна ён перамагае ва ўсіх школьных

спаборніцтвах па лёгкай атлетыцы; у гарадскіх спаборніцтвах Барселоны і ўсёй Каталоніі ён часта ўзыходзіць на подыум пераможцаў. Сябры прызнаюць яго першынства ў прэстыжнай сферы спорту, і ён, саромеючыся, згаджаецца. У гэтым узросце дзеці вельмі схільныя да канкурэнцыі, і аднакласнікі задаюць Альвара пытанні, як яму ўдаецца паўсюль перамагаць. Альвара кажа, што не ведае: ён проста пачынае бегчы, а калі азіраецца назад і бачыць, што нехта набліжаецца да яго ззаду, тады бяжыць яшчэ хутчэй.

— «Раскажы нам, чым мама цябе корміць».

— «Дома мы ямо макароны, рыс, гамбургеры, сасіскі...»

То бок, ён есць тое самае, што ўсе іншыя, і таму ўрэшце гаворыць: «Я не ведаю, чаму паўсюль перамагаю. Я трэніруюся разам з вамі, як і ўсе іншыя ў школе, я не раблю нічога асаблівага. Напэўна, я проста такім нарадзіўся»... Альвара — вельмі шчыры хлопчык.

Нам падабаецца займацца камандным спортам, каб дзеці разумелі, што перамога — заслуга каманды, а не толькі іх адных, што ўсім разам дасягнуць перамогі можна хутчэй і меншымі высілкамі. Калі нехта адсутнічае і не прыходзіць на матч, тады ўся каманда прайграе. З іншага боку, мы вучым дзяцей з малога ўзросту браць на сябе абавязкі: калі ты гуляеш у школьнай лізе, прапускаць трэніроўкі нельга; калі ў суботу прызначаны матч, а сябры запрасілі цябе на выходныя, можна ехаць туды толькі пасля гульні, каб не падвесці сваю каманду. Трынаццацігадовы Габі вельмі добра разумее, што мы нясем адказнасць

за футбольную каманду, якую арганізавалі разам з яго сябрамі, і злуецца, калі сябры разважаюць не пакаманднаму.

Камандная гульня вучыць дзяцей, што ёсць добрыя і не вельмі добрыя гульцы, ёсць тыя, хто гуляе сам за сябе, і тыя, хто найперш думае пра каманду. Некаторыя мае дзеці вельмі любяць «перацягваць коўдру на сябе», і я раблю ўсе магчымыя спробы навучыць яго думаць таксама пра астатніх гульцоў, нават калі гэта азначае не забіць гол. Я хачу даць яму разуменне таго, што проста неабходна даслаць пас вунь таму няўклюднаму таўстунчыку, таму што гэта падтрымае ў ім ўпэўненасць у сваіх сілах і з цягам часу ён навучыцца гуляць лепш.

Дзіця, якое займаецца спортам, — гэта здаровае дзіця, як я ўжо казала на самым пачатку. Настойлівасць і любоў да спорту, якую дзеці адчувалі з малых гадоў, яны будуць адчуваць і падлеткамі — у тым няпростым узросце, праз які праходзім мы ўсе. Гэтак, напрыклад, юнак, што мае матч у суботу а 9 раніцы, не будзе напівацца ў пятніцу ўвечары, каб на наступны дзень не было пахмелля.

Гэта праўда, што дзеці, якія займаюцца спортам, выглядаюць больш атлетычнымі і прывабнымі. Яны ўмеюць прымаць выклік, могуць падтрымаць больш тэмаў для размовы, а гэта яшчэ адзін спосаб сацыялізацыі і магчымасць утварыць трывалае сяброўства, якое загартоўваецца ў супольных выпрабаваннях і высілках дзеля дасягнення адной і той жа мэты: «Вось жа добрай лазні я яму даў учора, калі гулялі ў падэль-тэніс!»

Малаактыўныя дзеці, якія праводзяць дні перад

тэлевізарам або за відэагульнямі, звычайна бываюць капрызнымі цюхцямі. Спорт добра ўплывае на чалавечы настрой, незалежна ад выніку матча. Я, напрыклад, імкнуся кожны панядзелак апоўдні гуляць у падэль-тэніс, а ў добрае надвор’е іду крыху паплаваць на спіне.

Улетку, калі мы ходзім у басейн, то ніколі не смажымся на сонцы цэлы дзень. Дзеці могуць пагуляць у карты каля вады, але калі я іду плаваць, яны таксама мусяць праплыць як мінімум па дзесяць разоў туды-назад кожны. Такім чынам, раніцаю мы ходзім плаваць, а ўвечары выбіраемся на дзвюхгадзінны шпацыр па навакольных лясах: пешкі або на роварах.

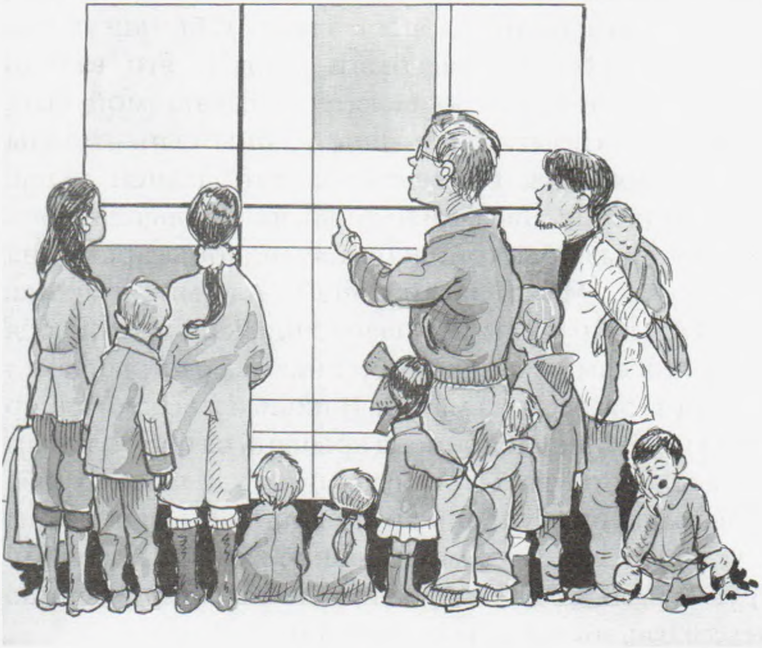
Цяпер па вечарах мы некалькі дзён шпацыравалі разам з маёй сяброўкай Крыстынай, якая рыхтуецца да конкурса, каб атрымаць павышэнне ў працы, і таму мае некалькі дзён адпачынку. Я вельмі цешуся, бо мне ёсць з кім паразмаўляць на працягу тых васьмі кіламетраў, якія мы праходзім кожны дзень.

Разам з сямнаццаццю дзецьмі мы ездзілі ў Мунт і там трапілі пад жудасны віхор з дажджом, але гэта была цудоўная вандроўка. З некалькімі дзецьмі мы на роварах ездзілі да крыніцы ў Сала. Рафа, якому чатыры гады, дамогся таго, каб узяць свой дзіцячы ровар. Старэйшыя папярэджвалі яго, што дарога будзе складаная, і вельмі здзівіліся, таму што ён здолеў даехаць да вяршыні гары, да крыніцы, на сваім чатырохкалёсным роварчыку, хоць у пэўны момант мусіў злезці з яго і пхаць наверх. Нават я сама змардавалася, пакуль дайшла з гары дамоў, абапіраючыся на свой кіёк, а Рафа даехаў дадому

адным з першых і закрычаў: «Мама, а я прыехаў перш за цябе!»

У кожнай сям'і ёсць свае ўлюбёныя заняткі. Бацькі абавязаныя дапамагчы сваім дзецям знайсці тое, што ім даспадобы, і навучыць атрымліваць ад гэтага занятку асалоду, хоць самі могуць і не падзяляць іх зацікаўленасцяў. Мая роля ў сям'і — перадаваць радасць і захапленне ад заняткаў спортам, таму што у мужа хворыя калені і ён не можа залішне іх напружваць.

17. Як бавіць выходныя на ўсе 100?



Да выходных трэба рыхтавацца загадзя, у залежнасці ад густаў сям'і: ад таго, любіце вы хадзіць у музеі і на канцэрты ці займаецеся экстрэмальным спортам і г.д. Нам падабаецца камандны спорт, шпацыры, сямейныя хатнія кінапрагляды, мы любім хадзіць да сяброў у госці і ў музеі.

Такім чынам, па суботах раніцаю мы звычайна вандруем ад школы да школы або да спартыўнага клуба і глядзім матчы па футболе і баскетболе. Пачынаючы а 9 раніцы, за дзень мы паспяваем паглядзець тры матчы. Мы — вялікія заўзятары:

прыходзячы на матч, пытаемся, які цяпер лік, а калі наша каманда прайграе, пачынаем усе разам крычаць, каб падтрымаць гульцоў. Між іншым, мы ўмеем зычна крычаць! Калі на полі абражаюць майго трынаццацігадовага сына Габі, які яшчэ не выцягнуўся і невысокага росту, і яго валяць на зямлю, я ўздымаю віскат: «Гэй, гэта мой сын, уважліва!». Нібыта ён у мяне адзіны сын... і тады сябры смяюцца, бо ведаюць, што дзяцей у нас нашмат больш. Часам мае дочкі, якія больш дбаюць пра манеры і прыстойнасць, пачынаюць саромецца і гавораць: «Мама, давай цішэй». Але мне здаецца, што ў глыбіні душы ім падабаецца, калі я з'яўляюся на полі з сямю меншымі брацікамі і сястрычкамі і мы гучна заўзеем на матчы. Наколькі я ведаю, цяпер яшчэ нікому не забаронена крычаць на футбольным полі, але праўда і тое, што пры гэтым не трэба забывацца пра супернікаў. Прыйшоўшы на поле, мы заўсёды вітаемся з сем'ямі нашай каманды і сем'ямі другой каманды і напрыканцы матча, калі супернікі перамаглі, мы заўжды іх віншуем.

Суботнія абеды — асаблівая рэч, мы заўжды збіраемся ў коле сям'і і з запрошанымі гасцямі за круглым сталом. Гэта доўгая гасціна, мы абмяркоўваем матчы, якія глядзелі з раніцы («суддзя быў на баку супернікаў», «нікчэмны гол ён мне закінуў», «гэты пад нумарам 10 брудна гуляў»...) і яшчэ тысячу розных гісторый. Пасля мы выбіраем фільм і глядзім яго ўсе разам. Старэйшыя заўжды саступаюць, і мы глядзім якое-небудзь дзіцячае кіно, каб задавальненне атрымалі ўсе, і дваццацігадовыя, і трохгадовыя. Тады мы з мужам імкнемся зрабіць

сабе сіесту, каб паспаць, і просім, каб дзеці нас не турбавалі залішне і не грукалі у дзверы, калі ізноў пасварацца або паб'юцца.

Увечары ў суботу мы любім пайсці на шпацыр з самымі маленькімі. У пяці хвілінах хады ад дома ёсць сцежка, якая віецца па горным схіле і называецца Дарогаю водаў. Адтуль відаць усю Барселону і мора ўнізе. Можна разгледзець сабор Святой Сям'і Гаўдзі, катэдральны сабор, вежу Агбар, палац на гары Монжуік і дыхаць пры гэтым здаровым паветрам. Дзеці бегаюць туды-сюды, падбіраюць палкі, робяць з іх дзіды і кінжалы, лашчаць сабаку, які прабягае міма, а ў гэты час тата і мама могуць крыху паразмаўляць і атрымаць асалоду ад прыгожага краявіду і водару хвоі. Вельмі прыемна таксама спусціцца на пляж Барселоны і прайсціся па прыморскім бульвары, дзе катаюцца на роліках і самакатах. Дзеці, якім трэба вучыцца, застаюцца ў гэты час дома, і малодшыя не перашкаджаюць ім сваімі крыкамі і гульнямі.

Узімку пляж таксама прывабны. Мне вельмі падабаецца слухаць шум хваляў, якія б'юцца аб пясок, падабаецца, што твар ад вільготнага паветра пакрываецца соллю, падабаецца бегаць, шпацыраваць, размаўляць, абмяркоўваць тое, што мы бачым. У такой спакойнай атмасферы малыя адкрываюцца і шчыра распавядаюць пра свае клопаты і спадзяванні. Мне падабаецца распытваць іх пра школьных сяброў, раіць, як дзеці могуць ім дапамагчы, даведвацца, ці дзеці перажываюць за іх.

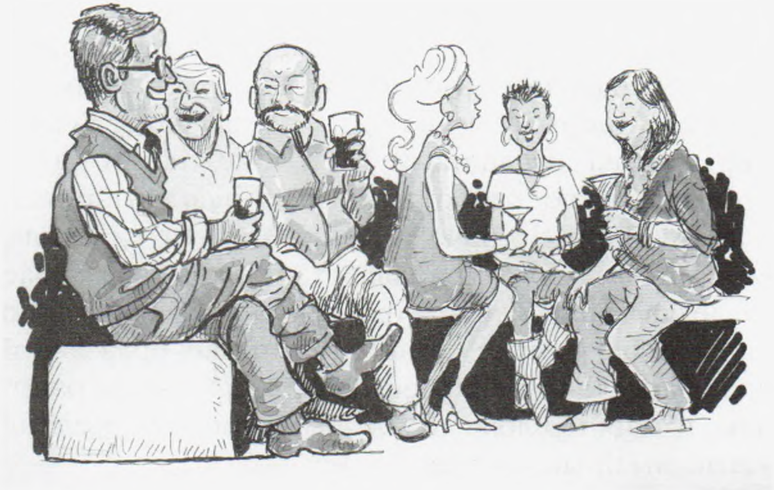
Па нядзелях мы застаемся ў ложку даўжэй, пасля гатуем асаблівы сняданак і снедаем цэлую гадзіну. Нам падабаецца есці хлеб з памідорамі і аліўкавым

алеем, кілбасу, сыр, вострую кілбасу чарыса (найлепш з Кантымпалас), масла з варэннем, мёд, паштэт, сабрасада — свіную кілбасу з перцам, мяккі сыр, хамон, злакавыя шматкі з малаком (вы ўжо ведаеце, што з прычыны крызісу сям'я адмовілася ад Кола-као). Мы размаўляем пра тое, ці хадзіў хто на вечарынку ўчора ўвечары, і тыя, хто хадзіў, распавядаюць, як паводзілі сябе прысутныя і ці развіталіся з гаспадарамі і дзякавалі ім. Пасля трэба прыбраць у хаце, і ўжо надыходзіць першая гадзіна, і мы ўсе разам ідзем на Імшу ў мясцовы храм. Так, усе разам — і малыя, і вялікія. Абед мы гатуем таксама разам, а перад абедам бывае нядзельны аперытыў.

Увечары па нядзелях нам падабаецца хадзіць у музеі, мы імкнемся загадзя даведацца з газет або з інтэрнэту, якія выставы цяпер праводзяцца.

Калі на выходныя нічога не плануецца, то ў хаце можна ўбачыць стомленага тату, які хоча пачытаць; малодшых дзяцей, якія сварацца, бо, замкнёныя ў хаце, не могуць выцерпець; старэйшых дзяцей, раздражнёных, бо не могуць вучыцца; яшчэ дзяцей, якія з парасонам замест пісталета ганяюцца за Тамасам і даймаюць яго, бо ведаюць, што калі яго хоць крыху кальнуць, малы адразу кінецца ў плач. Таму лепш за ўсё выходзіць з хаты на шпацыр. У пяці хвілінах хады ад нашага дома знаходзіцца вуліца Дыяганаль, што перасякае горад з поўначы на поўдзень. Там ёсць роварная дарожка, таму мы ідзем туды, малодшыя дзеці бяруць свае роварчыкі і ролікі, а старэйшыя далучаюцца да нас, калі скончваюць рабіць урокі. Дзеці бегаюць, даюць выхад эмоцыям, і мы ўсе разам вельмі добра праводзім час.

18. Пайсці куды-небудзь з сябрамі?



Так, каб падтрымліваць гармонію ў сужэнстве і спакой у сям'і, гэта абсалютна неабходна. Я памятаю, як аднойчы дзеці сказалі нам: «Тата і мама, вы ўжо даўно нікога не запрашалі да нас на вячэру». Гэта дрэнны знак. Я зрабіла высновы: і праўда, то быў час, калі мы абое вельмі шмат працавалі, разблытвалі розныя складаныя сітуацыі і таму страшна стамляліся. Да таго ж, мы былі крыху знерваваныя і нават час ад часу злаваліся і зрываліся на крык, а гэта для нас нехарактэрна. Трэба адзначыць, што цяпер амаль кожны дзень нехта прыходзіць у наш дом на вячэру. Цяпер мы запрашаем сяброў разам з дзецьмі, бо вельмі часта іх дзеці — аднакласнікі і сябры нашых, а паколькі

дзеці рознага ўзросту, заўсёды знойдзецца нехта блізкі па духу.

Напрыклад, на мінулым тыдні я запыталася ў мужа, хто бываў у нашым доме ў апошні час, бо я сама тады выязджала з Барселоны з дзевяццю малодшымі, а дома з мужам засталіся старэйшыя дзеці. Ён распавёў мне, што ў гасцях была сям'я з Харватыі з трыма дзецьмі; пасля да нашага сына Перыка, які вучыцца ў Памплоне, на 10 дзён прыязджалі двое сяброў з універсітэцкага інтэрната, Хаві і Маркас; яшчэ была жанчына з Літвы, якая прыязджала працаваць і пісаць навуковае даследаванне ў Валенсіі і затрымалася ў Барселоне на 15 дзён; і ўрэшце, сваякі з Вільні, якія праязджалі праз Барселону па дарозе ў Мадрыд. У рэшце рэшт, паколькі цяпер ложкаў у нашым доме ў Барселоне хапае, мы прымаем усіх, хто нас просіць.

Учора была нядзеля, і мы запрасілі дзве сям'і правесці дзень у Кастэльтэрколь: Хаўера, які займаецца продажам хатніх жывёлаў, і яго жонку Ісу і Бальда з Пакі, нашых вялікіх сяброў, якіх мы вельмі цэнім. Мы пакінулі дзяцей есці макароны з кілбасой на тэрасе, а самі, тры сужэнскія пары, пайшлі ў мясцовы бар. Мы вельмі даўно адно аднаго не бачылі і хацелі шмат пра што паразмаўляць. Усе шмат смяяліся, гаварылі пра дзяцей, летнія планы, выезд на Мальёрку, пра школы і, канешне ж, узнікла тэма бацькоў нашых мужоў і жонак.

У доме ў Кастэльтэрколі мы займаем памяшканні на ніжнім паверсе старой вежы, якія гадоў пятнаццаць таму былі перароблены са службовых пакояў. У былой вугальнай павеці спяць

дзевяць дзяўчынак, у ложках па трое; хлопчыкі — у былой пральні, таксама ў агульных ложках; а мы ў кладоўцы. Гэтая частка дома вельмі вільготная, а паколькі ў майго мужа з 18 гадоў праблемы са спінаю, памяшканне зусім яму не падыходзіць. Таму мы некалькі разоў замянялі матрас, і муж хоча, каб я набыла яшчэ адзін, а я адказала на гэта, што няхай ён сам выбірае і купляе, бо інакш зноў захоча замяніць купленае, а я застануся вінаватая.

Урэшце, пасмяяўшыся з сябрамі з такой нашай штодзённай хатняй спрэчкі, мы прыйшлі да высноваў, што напэўна гэта ўжо прыкметы старасці або наступствы мінулай аварыі, і колькі б матрасаў мы не набылі, муж усё адно будзе прачынацца з болем у спіне. На шчасце, гэта сказаў яго сябра, бо калі б я нешта падобнае сказала...

Таму я і гавару, што выходзіць некуды разам з сябрамі — гэта добра. Калі няма грошай ісці ў рэстаран, можна зладзіць вячэру дома, і кожны прынясе з сабою нейкую страву. Мая сяброўка Крыс, якая працуе ў цукерні «Sweet in a box», заўжды дапамагае мне аздабляць сямейныя святы сваім наборам слодычаў. На такіх вячэрах выяўляюцца ўсе гэтыя дробныя дзівацтвы і непрыемныя рысы, уласцівыя ўсім нам, і пасярод агульнага смеху спрэчкі набываюць мірнае цячэнне і не становяцца прычынаю раздражнення і сямейных скандалаў. Мы бачым, што той, хто не зацыкліваецца на рэжыме дня, у сваю чаргу зацыкліваецца на чысціні або на тым, каб улетку захінаць на вокнах усе шторы, каб сонца не трапляла ўнутр і хата не награвалася. Кожны тлуміць галаву па-свойму: мой муж звычайна на сяброўскіх

вячэрах кажа: «А вось мая жонка зашмат камандуе». А я кажу яму, што ён гэта ведаў і закахаўся ў мяне такую, а мяне з маладосці сяброўкі клікалі Камандзіршаю, і я з таго часу не змянілася. Гэта не азначае, што я не прыкладаю высілкаў, каб памаўчаць і дазволіць мужу камандаваць, калі мы разам. Я заўжды кажу, што ў нашым доме муж — кароль, а я — яго намеснік. Трэба імкнуцца выпраўляць хібы, што разбураюць сужэнства, і адначасова цярпліва мірыцца з тымі рысамі мужа або жонкі, якія нам не даспадобы, таму што выпраўляць іх вельмі цяжка. Я ўжо распавядала вам, што мая асабістая змена да лепшага, да якой я павінна імкнуцца і якая адзначаная ў спісе ў сталовым пакоі, гэта «Не камандаваць татам».

Выходзіць некуды з сябрамі — гэта добра, бо часта падчас з размоваў з імі мы ўсведамляем, што прычыны, якія выклікаюць вялікія сямейныя скандалы, — гэта насамрэч дробныя недахопы, дзівацтвы... Гэтак вырашаюцца справы, з якіх мы раздзьмуваем вялікія праблемы і сваркі ў сям'і. Абмеркаваўшы іх ў сяброўскай атмасферы, мы бачым, што гэтыя дзівацтвы нам непатрэбныя, і з дробязямі, якія так раздражняюць мужа або жонку, варта змагацца. Але трэба быць цярплівымі, бо нават калі цябе папраўляюць, недахопы не знікаюць імгненна.

19. Ці атрымліваецца паспаць усю ноч без перапынкаў?

Усім добра вядомае зло ў сужэнстве — гэта немагчымасць паспаць усю ноч, не прачынаючыся. На працягу некалькіх гадоў, пакуль дзеці маленькія, мы мусім уставаць уначы і ісці за вадою, каб даць папіць малому, што енчыць як апантанае: «Вады, вады, вады!»... Зразумела, калі б мы не давалі дзіцяці перад сном бутэрброд з вэнджаным хамонам або салёны суп, яму на світанні не захацелася б піць. Пакуль дзеці малыя, мы даем ім хамон толькі на абед, але не ўвечары, каб пасля ім не трэба было піць.

Наогул, калі прытрымліваццa рэжыму дня, дзіця не павінна прачынацца ўначы. Трэба імкнуцца захоўваць яго біярытмы, толькі каб гэта не надта разыходзілася з сямейнымі раскладамі. То бок, няхай дзіця есць у вызначаныя гадзіны, крыху спіць удзень, выходзіць пашпацыраваць і пазаймацца спортам, а пасля ўвечары, чысценькае і расслабленае цёплай ваннай, ідзе спаць у адпаведны час, не робячы істэрык.

Нельга патрабаваць, каб дзіця, якое ўвесь дзень не выходзіла на вуліцу, спала тры гадзіны ўдзень і ела абы-як, пайшло спаць у час, трэба прымаць да ўвагі яго біялагічны гадзіннік.

Звычайная справа, калі двухгадовае дзіцятка мае начныя страхі, якім спрыяе тое, што яго старэйшы брат любіць глядзець фільмы жахаў, а сястра пужае яго, ходзячы па хаце пераапранутаю ў вядзьмарку, з такою маскаю на твары, якая нават у мяне выклікае агіду. Гэта ж так забаўляе: даймаць маленькага брацікa і глядзець, як ён пужаецца і бяжыць шукаць мамчыну спадніцу!.. У гэтым узросце для дзіцяці лепш пакідаць святло ўключаным на ноч у калідоры або ў прыбіральні побач з яго пакоем, і растлумачыць, што мама і тата спяць у суседнім пакоі. Яшчэ мы разам з ім нахіляемся і зазіраем пад ложак або калыску, каб паказаць, што там нікога няма, а дзверы ў дом добра зачыненыя. Да таго ж, тата вельмі моцны, і ніхто не здолее забрацца ў дом, а калі забярэцца, тата ў імгненне вока выкіне злодзея вон.

Нядаўна быў дзень нараджэння Ані, і яна з гэтай нагоды папрасіла дазволу паглядзець фільм

на маім кампутары, таму што на лецішчы ў гарах ў нас няма тэлевізара — і так ёсць шмат чым заняцца, апроч таго, каб сядзець у доме перад экранам. Такім чынам, у дзень народзінаў я пасля абеда дазволіла дзецям паглядзець мультфільм Дыснэя і Піксар «Смелае сэрца», а сама пайшла прылегчы. Калі я ўстала, то ўбачыла, як мае дзевяць дзяцей і Аляксандра, сяброўка Пэпы, якая гасцюе ў нас ужо тыдзень, сядзяць на маленькай трохмеснай канапе адно ў аднаго на галавах, каб усе маглі ўбачыць, што адбываецца на невялікім экране кампутара, а там паказваюць сцэну жорсткай пагоні лясных жывёлаў. Вось ведайце, да мяне ў ложак ужо даўно не прыходзілі дзеці, а пасля гэтага прагляду на світанні з'явіліся адразу двое: Лаліта, якая не магла заснуць, бо баялася, і Пабла з гэтай жа прычыны. А яшчэ адно малое напрудзіла ў ложак... Калі дзеці глядзяць фільмы са страшнымі сцэнамі або сцэнамі жорсткасці, мы гарантавана будзем мець бойку на працягу дня, бо яны паўтараюць тое, што бачылі ў кіно. Калі гэта быў баявік, дзеці будуць хадзіць па хаце, «забіваючы» адно аднаго, калі трылер — уначы яны прыйдуць да цябе ў пакой...

У кожнага дзіцяці ёсць свой ложак. Гэта нармальна, што дзіця, спужаўшыся, бяжыць у ложак да таты і мамы, але нікому не прыносіць карысці. Перш за ўсё, гэта пытанне гігіены, а па-другое, такім чынам нікому не магчыма адпачыць: дзіця ўсю ноч круціцца і штурхаецца, не даючы спаць бацькам. Важна з самага маленства растлумачыць гэта дзецям і не саступаць ім, інакш кожную ноч яны будуць

імкнуцца спаць з бацькамі, а на наступны дзень тата пойдзе змучаны на працу, а мама будзе без канца крычаць, бо таксама вельмі стомленая.

Кладучы дзяцей спаць, мы ідзем разам з імі ў пакой, абдымаем, цалуем і кажам: «Дабранач і да заўтра! Добрых сноў!». Мне падабаецца пасядзець крыху з кожным дзіцем і падвесці вынікі дня. Напрыклад, я магу пахваліць дачку за тое, што яна саступіла сястрычцы сваю ляльку, якая так ёй падабаецца і мае такі цудоўны касцюмчык, падораны на дзень нараджэння, дазволіўшы малой пагуляцца з ёю, нягледзячы на тое, што яна можа ляльку зламаць. Так, я бачыла, як цяжка дачцэ было на гэта згадзіцца, і цяпер, калі мы сам-насам, хачу яе пахваліць. Але мне не спадабалася, як яна ляснула дзвярыма, не атрымаўшы той ёгурт, які я захоўваю спецыяльна для таты. Такім чынам, размаўляючы з усімі дзецьмі сам-насам, я вучу іх разумець, што такое дабро, і паляпшаць тое, што трэба палепшыць. У рэшце рэшт, мы ставім на заўтра мэту не пабіцца падчас сняданку за блакітны кубачак з Мікі-Маўсам, які толькі адзін на ўсіх і ўсім падабаецца.

Некаторыя бацькі пакідаюць дзяцей чытаць у адзіноце ў сваім пакоі. Мы звычайна чытаем усе разам у гасцёўні, і гэтак падбадзёрваем тых, каму цяжка даецца доўгае чытанне. Да таго ж, памяшканні ў дзяцей невялікія, кожны дзеліць пакой з чатырма братамі або сёстрамі. Чытаючы ў гасцёўні, яны не спрачаюцца і не сварацца ад таго, што нехта выключыў або запаліў святло: «Дай жа мне заснуць! Я так стамілася!». Увечары ў пакоі ідуць, каб класціся

спаць, а той, хто хоча пачытаць або пагуляць, мусіць рабіць гэта ў гасцёўні.

Калі дзіця на працягу дня адчула дастаткова любові, тады ўначы яно не будзе патрабаваць сабе пад бок тату і маму. Калі дзеці маленькія, ім больш патрэбная маці. Вельмі часта маці вельмі шмат працуе, рэдка бывае дома і рэдка бачыць дзяцей. Яна купляе ім усё, што яны захочуць, але дзецям не хапае важнейшага: матчынай любові. Дзіця просіць уначы ўвагі матулі, бо ўвесь дзень праводзіць з нянькаю. Ад недахопу гэтай увагі яно гатова зрабіць усё магчымае, каб толькі пабыць з мамаю, нават можа прыкінуцца хворым.

Мы, бацькі, ахоўваем сон дзяцей і адначасова імкнемся да таго, каб самім здолець паспаць усю ноч без турботаў. Як-ніяк, мы адказныя за іх і можам зрабіць так, каб дзеці добра адпачывалі ўначы.

20. Матчына мультызадачнасць, татава мультыпрацоўнасць

Сёння панядзелак, апошні дзень ліпеня. Габі і яго трынаццацігадовыя стрыечныя браты Пэдра і Луіс вярнуліся з летніка ў арагонскіх Пірэнэях, дзе тры тыдні праходзілі інтэнсіўны курс англійскай мовы і займаліся экстрэмальным спортам. І вось я тут, дзевяць малодшых дзяцей дома са мною, ад трынаццацігадовага Габі да чатырохгадовага Рафі. Пасля цудоўных, але поўных мітусні і клопату выходных, старэйшыя паехалі на працу ў Барселону разам з татам, і трэба прывесці дом у парадак. А 9.30 мы паснедалі і падзялілі паміж сабою хатнія абавязкі. Кожны павінен быў засцяліць свой ложак і прыбраць пакой, а яшчэ дзевяцігадовая Пэпа вымыла ванныя пакоі, адзінаццацігадовы Альвара

загрузіў пральныя машыны, дванаццацігадовая Ані падмяла і працерла пыл, танчачы пад рытмічныя спевы Пералеса. Ёй дапамагаў чатырохгадовы Рафа, які, убачыўшы павукоў, кожны раз бег пра гэта распавядаць, бо ён нават з дапамогаю веніка не мог да іх дацягнуцца. Тады на паратунак яму прыходзіў шасцігадовы Тамас. Ён дастаткова высокі, а каб дастаць павука, забіраецца на крэсла, тады збівае павука на зямлю і ўдваіх з Рафам яны з крыкам накідваюцца на казурку, якая ў страху імкнецца збегчы: «Увага, зараз уцячэ! Ён пад канапаю! Давай за ім, ён наш! Ад нас не схаваешся!». Яны ўчынілі такі галас і так гучна весяліліся, што тут жа з'явіўся дзевяцігадовы Пэпэ, які мусіў забіваць мух у кухні. Мухабойка некуды знікла са свайго звычайнага месца, таму ён схапіў анучу, скакаў з ёю і паказваў мне ўсіх мух, якіх збіў у палёце адным ударам. Пяцігадовая Лаліта заявіла, што будзе займацца гатаваннем і што ёй падабаецца лушчыць зялёную фасолю. Яна апранула свой асабісты фартух, на якім вышытае яе імя (Лаліта атрымала яго ў падарунак ад святога Мікалая), і села за працу на тэрасе.

Падчас усёй гэтай мітусні зазваніў тэлефон: мне званілі з офіса і пыталіся нейкія дадзеныя па працы. Я папрасіла прыслаць ліст па электроннай пошце і паабяцала адказаць на працягу некалькіх гадзінаў. Праз пяць хвілін з'явілася мая сястра Каці і папрасіла, калі мне не складана, пазычыць ёй бульбы, каб зрабіць пюрэ для немаўляці. У гэтую ж хвіліну прыйшоў Габі, паведаміў, што яму вельмі горача (цяпер у Іспаніі стаіць невыносная гарачыня), і папрасіў, каб яго падстрыглі. Мы толькі-толькі

апранулі на яго фартух, каб пачаць стрыжку, калі па скайпе стаў званіць мой сын Хуампі, які цяпер жыве ў Карэі. Такім чынам, усе селі перад кампутарам, каб павітацца з Хуампі. Кожны кінуў сваю працу, пачуўшы, як Пэпэ закрычаў: «Хуампі тэлефануе па скайпе!». Усе мы, канешне ж, перад кампутарам не змяшчаемся, таму падыходзім вітацца па чарзе. Хуампі нагадаў, што я мушу тэрмінова адказаць на і-мэйл, які ён мне даслаў.

Я працягнула стрыгчы Габі: «ні ў якім разе не машынкаю, а нажніцамі, і ўважліва з чубам!» А яшчэ ён ужо дарослы і сябры яму сказалі, што так коратка, на два сантыметры, стрыгуць толькі маленькіх дзяцей. Далей, паколькі стаіць такі свар, а я ўжо ўсё адно занялася гэтаю справаю, дзеці падыходзяць на стрыжку адно за адным: Тамас, канешне ж, не любячы гэтую працэдуру і стаміўшыся ад яе, пачаў плакаць, хаця для самаўдасканальвання мае за мэту навучыцца плакаць толькі раз на дзень. Ну магчыма, сёння ўвечары мы яго слёз не ўбачым. Пабла вельмі адчувальны і не любіць падразаць валасы: «Скончвай ужо, ужо хопіць, ты мне ўсе валасы састрыжэш!». Рафа кажа, што ён ужо вялікі і плакаць не будзе. Ён у сям'і самы малодшы. Урэшце з'яўляецца Альвара, які хоча, каб я састрыгла яму валасы пад ноль, то бок пагаліла. Яго сябар Кіка хоча стаць вайскоўцам і пастрыгся налыса, і выглядае проста супер, «А ты як лічыш, мама?» Нарэшце мне ўдалося пераканаць Альвара, што калі пакінуць два сантыметры валасоў, ён таксама будзе вельмі прыгожы. Вось я ізноў пабіла ўласны рэкорд і пастрыгла 6 галоваў за 35 хвілін. Але цяпер я сама ўся ў валасах, хоць і горача, але ветрык

крыху вее, і на потную скуру прыклеілася мноства састрыжаных рэшткаў. Цяпер усё цела колецца, мне патрэбны душ.

Калі выйшла з душа, сустракаю Пабла, які заляцеў у ванны пакой, бо ўбачыў, што мае даўжэзныя пазногці, і папрасіў іх падстрыгчы. Я пачала стрыгчы яму пазногці на руках, а пасля на нагах. Пасля Пэпэ ўбачыў, што я гэтым займаюся, і заявіў, што яму таксама трэба. Пасля міма праходзіла Пэпа, і раз ужо я і так узялася за справу, няхай падстрыгу пазногці і ёй. Урэшце ўсе па чарзе падышлі, і я падстрыгла дзвесце пазногцяў за паўгадзіны: у сваіх дзевяці дзяцей і ў сябе самой...

Мы выключылі пліту, каб не згарэў абед, і Ані прыйшла да мяне з пытаннем па летніх хатніх заданнях. Калі праўда, я не магу ёй з гэтым дапамагчы, бо сама многіх рэчаў ужо не памятаю ды і ў школе не была выдатніцай. Я папрасіла яе звярнуцца да Габі, які дакладна з усім разбярэцца. «Мама, а ты не ведаеш?» Так, я не ведаю, але не прызнаюся ў гэтым ні за што, і таму кажу, што мне трэба адказаць на электронныя лісты.

Скарыстаўшыся тым, што засталася адна, бо ўсе дзеці пайшлі ў басейн, я праверыла пакоі: вось некалькі незасцеленых ложкаў, але я не буду іх засцілаць, хоць мяне вельмі раздражняе непрыбраны дом і незасцеленыя ложкі. Цяпер, калі дзеці вернуцца з басейна, яны не сядуць абедаць, пакуль усе пакоі не будуць прыбраныя. Яны самі за гэтым прасочаць, бо пасля плавання вернуцца вельмі галодныя і не захочуць доўга чакаць.

Урэшце я саджуся адказваць на і-мэйлы, паставіўшы каля сябе місу чырвонай чарэшні — гэта так смачна ўлетку, у самы сквар. А другой гадзіне я бяру мікрааўтобус, каб забраць дзяцей і зрабіць свае штодзённыя дзесяць колаў у басейне. *Mens sana in corpore sano:* пасля такой мітуслівай раніцы мне трэба крыху разгрузіць сябе, пазаймаўшыся спортам, і выпусціць жар з цела. Альвара, калі яму было пяць, казаў: «Я не разумею, мама, чаму сонца мяне паўсюль праследуе — куды я не дзенуся, яно ідзе за мною. У якую гульню яно гуляе?».

Гэта нармальна, што ў складаных умовах мы перажываем стрэс, важна ставіцца да ўсяго спакойна і разважліва, каб не ператварыцца ў істэрычных маці, якія ўздымаюць крык ад любой дробязі.

21. Пахвала і пакаранне

Дзіцяці патрэбна, каб тата і мама ўсталёўвалі для яго межы. Ёсць рэчы, якія ім можна рабіць, ёсць рэчы, якія можна рабіць толькі з пэўнага ўзросту, а ёсць рэчы, якія рабіць забаронена назаўжды. Напрыклад, у доме маіх бацькоў забаронена паліць, нават тады, калі яшчэ не было вядома, якая ад гэтага шкода, а таксама забаронена ездзіць на матацыкле, бо мой тата бачыў смерць дваіх дзяцей свайго сябра ў матацыклетнай аварыі. Нам усім было выразна зразумела, што можна, а што нельга, наконт чаго можна дамовіцца, з чым лепш ісці да мамы, а не да таты, бо калі пашчасціць, мама дасць дазвол.

Вось нядаўна пяцігадовая Лаліта і чатырохгадовы Рафа, якія запісаныя ўлетку на ўрокі плавання,

надумалі учыніць скандал у басейне. Разам з імі пайшла пятнаццацігадовя Тэрэ, так што я магла ў гэты час крыху пачытаць. Тэрэ распавяла, што ў першы дзень на занятках малыя няспынна плакалі, і за імі сталі плакаць астатнія дзеці. Тэрэ была раззлаваная спектаклем, які яны ўчынілі, бо раніцаю Лаліта і Рафа ўжо хадзілі са мною ў басейн, і ў іх усё цудоўна атрымалася, да таго ж малыя сказалі, што вельмі хочуць на гэтыя заняткі. Тэрэ папярэдзіла, што калі яны не перастануць плакаць, то застануцца без вячэры, а яны, цвердалобыя, не спыняліся крычаць і капрызіць. Таму дома абодва атрымалі не смачнае шакаладнае печыва, што прызначалася на падвячорак, а толькі хлеб. Малыя ізноў учынілі істэрыку, і я, ужо стомленая ад іх плачу, пашкадавала іх. Толькі я сабралася аддаць сваю порцыю, як усе дзеці закрычалі: «Не, мама, яны пакараныя!» Якія жорсткія гэтыя дзеці!.. Яны не дазволілі, каб матчына сэрца, расчуленае няшчаснымі тварыкамі малых, прымусіла мяне зняць з іх пакаранне: «Не, мама, яны ад голаду не паміраюць, затое гэтага яны не забудуць. Той хто чыніць дрэнна, плаціць за гэта». Усе ўважліва сочаць, каб пакаранне выконвалася і каб нават з самымі маленькімі ніхто не цацкаўся. Нават самыя маленькія маюць права на тое, каб мы іх добра выхоўвалі. Я і муж ўжо ў такім узросце, што крыху стаміліся ад гэтага. Як жа добра, што ў нас ёсць старэйшыя дзеці, што дапамагаюць нам рабіць усё як след!

Пакаранне, прызначанае дзецям, павінна адпавядаць учыненай правіне. Напрыклад, дзіця ўключыла тэлевізар, калі было забаронена. Мы

не будзем забараняць тэлебачанне на год, бо гэта немагчыма і занадта строга. Але можна забараніць яму глядзець кіно разам з астатнімі ўвечары ў суботу, калі запланаваны сямейны прагляд, або забараніць есці папкорн, як мы збіраліся ў дзень нараджэння Пабла.

Дзіця, якому не ставіць рамкі, цудоўна ведае што бацькі гэта робяць, каб пазбегнуць скандалаў. Такія дзеці вельмі нешчаслівыя, бо разумеюць, што сказаць ім «так» — гэта самае лёгкае, але ніхто не займаецца іх выхаваннем. Нікому не спадабаецца глядзець, як выцягваецца ад крыўды твар дзіцяці, калі яму забаранілі паехаць на Коста Брава ў госці да сябра, дзе яны збіраюцца без бацькоў, бо нібыта ўжо дарослыя... Сябар, якому дазваляюць рабіць усё, што хочацца, — няшчаснае дзіця.

Калі нехта не слухаецца маму і не запраўляе ложак, то павінен будзе паразмаўляць з татам, калі той прыйдзе з працы. Гэта не справа, бо ўжо цэлы тыдзень дзіця сыходзіць раніцай у школу, не запраўляючы ложак. Як шкада, што мы вымушаныя ўчыніць тату такую непрыемнасць адразу, як толькі ён вяртаецца стомлены і мае столькі праблемаў на працы! Калі тата прыйдзе дахаты і запытаецца, як ідуць справы, дзіця з апушчанаю галавою, падштурхнутае мамаю, выйдзе наперад і раскажа, што адбылося. Яно добра разумее, што зрабіла злы ўчынак. Тата запытае, ці шкадуе яно аб учыненым, і прапануе самому выбраць сабе пакаранне. Як звычайна, я ўжо прыдумала адзін варыянт: «Як ты думаеш, можа табе варта адмовіцца ад цудоўнага дэсерта, які спецыяльна прыгатавала сёння мама, і прыбраць шафу з цацкамі, якія

належаць усім і адначасова нікому?» Ну добра, мы дамаўляемся, дзіця атрымлівае пацалунак і абдымак ад мамы. Цяпер засталося толькі прасачыць, каб яно выканала пакаранне, аднак не стоячы над ім крукам і не прымушаючы, як паліцыянт. Дзеці павінны карыстацца сваёй свабодай і несці за гэта адказнасць.

У кожнай сям'і свой лад жыцця, свая завядзёнка. Гэта праўда — няма найлепшых і найгоршых варыянтаў. Кожнае сужэнства і кожная сям'я самі выбіраюць, як жыць. Часам, калі нашыя дарагія дзеткі падрастаюць і становяцца падлеткамі, юнакамі, яны з вялікім пратэстам заяўляюць: «Мама, я думаю, не варта рабіць так, ты перабрала меру». «Так, гэта праўда, што з падобным пакараннем мы перабольшылі, і магчыма, ты цяпер не ў гуморы, але мы зрабілі так, бо хацелі, каб усе вы запомнілі гэты ўрок, і выбіралі пакаранне адпаведна з правінаю. Вось калі ты ажэнішся і займееш уласную сям'ю, зможаш рабіць, што захочаш, і будзеш вырашаць усе пытанні разам са сваёю другою паловаю. Але пакуль ты жывеш пад гэтым дахам, мусіш прытрымлівацца мінімальных правілаў. І я лічу, што на сённяшні дзень мы ўсе вельмі шчаслівыя, што шануем адно аднаго і ведаем гэтыя правілы».

Таксама добра час ад часу прызнаваць свае памылкі. Напрыклад, калі мы не ўтрымаліся і балюча стукнулі Пабла, які стаяў бліжэй, а сапраўднаю прычынаю катастрофы быў Пэпэ — але ён спрытнейшы, таму паспеў выкруціцца і ўцячы.

Як я заўжды кажу, мы — сям'я і каманда, і дапамагаем адно аднаму. Я памятаю, як Разіта ў

чатырнаццаць гадоў уцякла з дома і без дазволу пайшла на вечарыну, якая ладзілася ў суседняй школе для збору грошай на падарожжа пасля заканчэння вучэбнага года. Мы забаранілі ёй, бо палічылі, што памочнікі на гэтым свяце — самі яшчэ дзеці і не змогуць сачыць за парадкам на вечарыне. Мы ў той вечар пайшлі ў кіно з Лолаю і Хаакінам, суседзямі і нашымі добрымі сябрамі, і вярнуўшыся апоўначы, адразу ўбачылі, што Разіты няма. Мы папрасілі шаснаццацігадовую Магі пайсці пашукаць яе, і сказалі, што будзем чакаць і не пакладземся спаць, але папрасілі не затрымлівацца, бо ўжо стаміліся. Усе ў доме бачылі, як Разіта збіраецца, апранаецца і сыходзіць з дома, хоць тата і мама забаранілі ёй. Такім чынам, пакаранне мусіла быць для ўсёй сям'і, каб усе дзеці зразумелі: «Той хто чыніць дрэнна, плаціць за гэта». Мы вырашылі, што на працягу месяца не будзем хадзіць ні на якія забавы, бо браты і сёстры Разіты не змаглі пераканаць яе і дапамагчы не пайсці на вечарыну. Як добрыя браты і сёстры, яны павінны былі паспрыяць, каб яна засталася добраю, але нічога не зрабілі. Напрыканцы тыдня дзевяцігадовы Пэпэ сказаў мне, ідучы ў школу, што сябар Альберта запрасіў яго ў госці пагуляць, а ён адказаў, што не можа. Я спытала, чаму так. «Ты што, мама, не памятаеш, што мы ўсе пакараныя і нікуды не можам хадзіць цэлы месяц, бо Разіта збегла на вечарыну?». Я сапраўды ўжо забылася, а ён запомніў урок...

Трэба памятаць, што гэта варта — пахваліць за добры ўчынак, нават нягледзячы на тое, што гэта даецца яму цяжка. А калі дзіця прыклала вялікія

высілкі, можна нават учыніць яму авацыю пры ўсіх братах і сёстрах. Калі мы перастаем апранаць падгузнік двухгадоваму дзіцяці, і яно вучыцца хадзіць на гаршчок, то кожны раз, калі ў малога атрымліваецца і яно не пэцкае штонікі, мы крыху тэатральна робім для яго авацыю. Дзіця, шчаслівае ад таго, што атрымала столькі ўвагі, будзе імкнуцца не хадзіць больш пад сябе, каб пацешыць сваіх бацькоў, братоў і сястрычак і зноў стаць цэнтрам усеагульнай увагі.

22. Госці

Дом заўжды павінен заставацца адкрытым для ўсіх. Сябры нашых дзяцей — нашыя сябры, яны — маленькая частка нашых дзяцей, і мы павінны з імі пазнаёміцца, калі любім сваіх сыноў і дачок. Варта ведаць іх імёны і прозвішчы і запомніць, як яны выглядаюць, калі дзеці распавядаюць пра сяброў, якія хоць раз з'яўляліся ў нас дома. Кожны сам выбірае сабе сяброў у школе, і з цягам часу адны сыходзяць, іншыя застаюцца — нават калі дзеці скончваюць школу і ідуць ва ўніверсітэт, сяброўства працягваецца. Зразумела, мы настойліва просім, каб яны сябравалі з усімі дзецьмі ў класе, але вядома, што з некаторымі яны сыходзяцца бліжэй, чым з іншымі. Гэта добрае практыкаванне — імкнуцца быць сябрам

для кожнага і ўмець адпавядаць розным густам іншых людзей. Мець розных сяброў — гэта вельмі узбагачае асобу, бо ад кожнага можна чаму-небудзь навучыцца.

На выходных з намі звычайна застаецца хто-небудзь з маленькіх знаёмцаў, чые бацькі, напрыклад, паехалі ў падарожжа з нагоды гадавіны шлюбу. Яны кажуць: «Як жа нам яго пакінуць на вас? У вас і так іх столькі»... Справа ў тым, што менавіта таму, што ў нас столькі дзяцей, яшчэ адно або два нічога не зменяць, і гэта добра — дапамагаць людзям. Важна, каб муж і жонка маглі хоць раз на год выехаць куды-небудзь разам, няхай нават у суседні горад, каб падмацаваць свае сужэнскія батарэйкі да наступнай гадавіны.

Часам да нас прыязджаюць сяброўкі маіх старэйшых дачок. Выпадак, пра які я збіраюся распавесці, адбыўся напрыканцы лета. Ана, сяброўка Кукі, з'явілася ў нас апранутая ў кароткія шорты, бо ўсе збіраліся ісці на пляж. Яна зайшла да нас дахаты пад'есці, бо яе бацькоў дома не было. Я нічога не маю супраць нечаканых гасцей да абеду, не патрабую паведамляць пра гэта загадзя, але трэба ж прыходзіць у дом у нармальным адзенні! Пляжнае адзенне не падыходзіць для горада. Калі дочкі ўбачылі Ану, то напрамілы Бог прасілі мяне нічога ёй не гаварыць. Яны мяне ведаюць і ведаюць, што я не магу спакойна бачыць дзяўчыну з абсалютна голымі нагамі, якая зайшла да мяне ў дом пад'есці. Я проста не магу прамаўчаць — абавязкова выкажуся, хоць і вельмі далікатна. Такім чынам я з усмешкаю, вельмі мякка зрабіла Ане заўвагу, зусім не жадаючы яе пакрыўдзіць. Дочкі папярэдзілі мяне, што яна

больш ніколі не зойдзе да нас у дом, што ёй ужо васемнаццаць і яна можа рабіць, што хоча. Так, яна мае такое права, але ў сваім доме, а ў маім доме існуюць свае нормы і ў тым ліку правіла апранацца прыстойна, а калі яна яшчэ гэтага не ведае, то я навучу. Трэба сказаць, што я ужо амаль дваццаць гадоў працую ў фірме па вытворчасці адзення, у аддзеле дызайну, і аб'ездзіла паўсвету, гледзячы на дэфіле апошніх модных тэндэнцый. Таму я лічу, што крыху разбіраюся ў гэтай сферы, а паколькі люблю сяброў сваіх дзяцей, то адчуваю, што маю права падзяліцца з імі сваімі думкамі.

Прайшоў тыдзень. Ана ізноў прыйшла да нас, вельмі радасная. Яна запомніла ўрок і падзякавала, што я клапачуся пра яе. Ана — вельмі мілая дзяўчына, і мы заўжды шмат смяемся ў яе прысутнасці, бо з ёю заўжды здараюцца розныя цікавыя выпадкі.

Майго мужа запрашаюць у розныя краіны праводзіць сямейныя кансультацыі і весці фармацыю бацькоў, каб яны станавіліся рухавіком для іншых сужэнстваў. Мы некалькі разоў былі ў Бразіліі і ў Харватыі, я езджу разам з мужам, так сказаць, на правах жонкі: моўчкі знаходжуся з ім побач. Калі мне задаюць пытанне, я даю адказ, калі не, то стаю побач і ўсміхаюся, зрэдку кажучы нешта на сваёй жудаснай англійскай. Мне здаецца, што мяне можна зразумець дастаткова добра, улічваючы выразную жэстыкуляцыю і эмоцыі, але муж гаворыць, што я нават не ўяўляю, што такое англійская мова. У гэтых падарожжах мы пазнаёміліся з мноствам людзей з усіх пяці кантынентаў, і паколькі Барселона — адзін з самых

папулярных турыстычных гарадоў на планеце (а Гаўдзі — адзін з самых вядомых архітэктараў у свеце), у нашым доме бывае мноства гасцей. Некаторыя начуюць у нас, некаторыя проста прыходзяць на вячэру як нашыя сябры або сябры каго-небудзь з маіх братоў і сясцёр, а некаторыя прыходзяць з цікаўнасці, каб паглядзець, як столькі людзей змяшчаюцца ў адной кватэры ў цэнтры Барселоны. Таму атрымалася, што мае дзеці зблізу пазнаёміліся з рознымі культурамі свету. Яны вячэралі разам з людзьмі з усіх кантынентаў: з сям'ёй аўстралійцаў, якія прыехалі на вакацыі ў Еўропу, бо іх тата атрымаў нейкую прэмію, а яе ўручаюць у Бельгіі; з бацькамі Аўроры, настаўніцы кітайскай мовы ў семярых маіх дзяцей, якая пяць гадоў выкладала ў іх, пакуль не ўзяла шлюб з Сеегерам, і цяпер яны жывуць у Ганконгу; з Максам, які на працягу траўня праводзіў заняткі ў бізнэс-школе IESE і яго жонкай з Мічыгана... Добра, я ўжо, напэўна, надакучыла вам з пералічэннямі. У нас дома ёсць кніга ў скураной вокладцы з назваю «Подпісы вядомых людзей для сям'і Пастыга Пік».

23. А як справы ў ложку?

Муж спытаў мяне, ці збіраюся я пісаць штонебудзь пра інтымнае жыццё таты і мамы. Праўду кажучы, ён не ўмешваецца ў маю пісьменніцкую справу, цалкам пакінуўшы яе мне, і вельмі бянтэжыцца, бачачы, што расце колькасць старонак, і дзівіцца, што праект, які пачынаўся з прывідных мараў, становіцца рэальнасцю. Час ад часу ён гаворыць мне: «Пра гэта ты раскажаш у кнізе, праўда?»

Трэба сказаць, што ўзяўшы шлюб, я перайшла спаць у сужэнскі ложак з шматпавярховага ложка, які дзяліла з сёстрамі. Я ніколі не забудуся, як да

нас прыехалі журналісты з ВВС, з Лондана, каб зрабіць рэпартаж пра нашую сям'ю, і ўвайшоўшы ў сужэнскую спальню, запыталіся, ці наш гэта ложак. Атрымаўшы станоўчы адказ, яны кінуліся здымаць яго, кажучы: *«This is the factory of the children»* (Гэта фабрыка па вырабе дзяцей)...

Кожны чалавек свабодна выбірае КАХАННЕ ўсяго жыцця і абяцае другой палове вечную вернасць і дапамогу. Мы, людзі, — абмежаваныя істоты са сваімі недахопамі і станоўчымі якасцямі. Каханне — гэта агонь, які трэба кожны дзень падтрымліваць і клапаціцца, каб ён гарэў і даваў усё больш цяпла.

Ужо пяць гадоў я прымаю ўдзел у праграме сужэнскіх кансультацый, якая называецца «Сужэнская любоў». Гэты курс складаецца з пяці кансультацый, заснаваных на рэальным жыццёвым досведзе: першая кансультацыя гаворыць пра мужчыну і жанчыну як істотаў, адораных сексуальнасцю, і вызначае іх адрозненні ў гэтай сферы; другая тычыцца сексуальнага жыцця ў сужэнстве; трэцяя прысвечаная камунікацыі... Напрыканцы праграмы сужэнцы запаўняюць анкету, дзе пішуць, ці задаволіў курс іх чаканні і што ў ім можна палепшыць, і большая палова ўдзельнікаў адзначае, што курс павінен станавіцца яшчэ больш практычным.

Гэта сведчыць пра асаблівую важнасць гэтай тэмы для сужэнстваў. Нельга навучыць людзей, як паводзіць сябе ў ложку, бо гэта інтымная справа кожнага сужэнства, якую яны павінны даследаваць разам, размаўляючы, адзначаючы, што ім найбольш падабаецца або не падабаецца. Жанчыне патрэбная

падрыхтоўка, неабходна, каб да яе ўвесь дзень праяўлялі ўвагу, і тады яна можа быць гатоваю да фінальнай кульмінацыі. Мужчына падобны да полымя агню, але ў яго ёсць галава на плячах і розум, каб зразумець, якое стаўленне падабаецца жанчыне.

Сексуальнае жыццё кожнага сужэнства — гэта важнае пытанне, і калі не перажываць яго ў шчырасці, наступствы могуць закрануць іншыя аспекты сямейнага і асабістага жыцця. Калі два целы становяцца адным (1+1=1), з'яўляецца пачуццё неімавернай важнасці таго, што адбываецца, і калі ёсць адкрытасць да жыцця, з'яўляецца ўлада з нічога прывесці ў свет новае стварэнне. Даваць пачатак новаму жыццю — гэтая задача напаўняе сэнсам нашае існаванне, дае нам працяг у дзіцяці (1+1=3, тата, мама і дзіця), вядзе нашую сям'ю ў будучыню, у вечнасць...

Нельга быць добрым працаўніком, добрым бацькам або маці для сваіх дзяцей, не клапоцячыся пра сужэнскую любоў. Тут усё мае значэнне. Абодвум трэба навучыцца прыносіць адно аднаму задавальненне ў ложку. Нам, жанчынам, трэба быць прывабнымі, як след апранацца і ўпрыгожваць сябе, бо гэта вельмі падабаецца нашым мужам, і не толькі ўдзень, але і ўночы. Калі муж задаволены ў ложку, ён не будзе шукаць іншых жанчын. Мы цудоўна ведаем, як распаліць мужа і зрабіць шчаслівым; калі ты можаш быць шчыраю ў ложку, значыць ты шмат чаго дасягнула ў сужэнскім і сямейным жыцці. Нельга няспынна казаць: «Мне сёння баліць галава», «Я дрэнна сябе адчуваю», «Ой, як жа стамілася!», «У мяне быў найпаганейшы дзень, я зусім не ў стане»,

«Я проста паміраю, не магу больш трываць». Калі муж бачыць мала радасці і адкрытасці з боку жонкі, ён аддаляецца. У мужчыны іншыя патрэбы, яму складана заставацца пазбаўленым ложка. Нам, жанчынам, часам дастаткова простай пяшчоты і абдымкаў, але ім патрэбны паўнавартасны сужэнскі акт. Яны ні лепшыя, ні горшыя за нас, яны проста іншыя. Мы дапаўняем адно аднаго.

Аднойчы ў нейкай дзяржаўнай газеце публікавалася даследаванне, што іспанскія пары звычайна маюць інтымныя адносіны два-тры разы на тыдзень. Дарагія мае, статыстыка статыстыкай, але трэба рабіць высновы са свайго інтымнага жыцця ў сужэнстве. Калі ў нас ужо тры месяцы нічога не было, трэба запытацца, што адбываецца, і калі праблема не вырашаецца, неабходна звярнуцца па дапамогу да кансультанта або сямейнага тэрапеўта, а нават і да доктара-сексолага.

Нельга пагарджаць гэтым аспектам нашага жыцця. Многія сужэнскія праблемы вырашаюцца, калі мы, жанчыны, бываем больш адкрытымі і актыўнымі ў ложку.

Дайшоўшы да гэтай тэмы, хачу сказаць, што не разумею сваіх сяброўак, якія гавораць: «Проста я больш яго не кахаю», «Мы зусім чужыя», «Мы жывем паралельнымі жыццямі», «Такое жыццё сябе не апраўдвае», «Калі б я мела грошы, то развялася б»... Калі так, то благаславі Божа крызіс, які мы перажываем цяпер у Іспаніі, бо ён захаваў многія сужэнствы ад разводу, таму што ў іх няма на гэта грошай. Я кажу сяброўкам: «Мяне цешыць, што ты не маеш грошай на развод, бо гэта дае табе магчымасць

нанова адшукаць вашае страчанае каханне, і мы ўсе пастараемся дапамагчы вам ізноў закахацца адно ў аднаго».

Я раю ім узяць аркуш паперы і аловак, і напісаць дзесяць рэчаў, якія прымусілі іх закахацца ў свайго мужа, і дзесяць рэчаў, якія яны цяпер у ім не выносяць. Адмоўнае яны пішуць хутка і без роздумаў, але рэчы, якія прываблівалі іх у перыяд закаханасці, яны ўжо забылі. Муж павінен зрабіць тое ж самае, а пасля трэба пайсці на вячэру толькі ўдваіх і памяняцца гэтымі спісамі, паставіўшыся да гэтага выпрабавання з пачуццём гумару, і шукаць вырашэння праблем. Патрэбна шмат часу, каб змяняцца — змагаючыся, церпячы паразы і перамагаючы час ад часу. Неабходны час, каб перамяніць сябе, і асабліва гэта тычыцца глыбока ўкаранёных недахопаў. У рэшце рэшт, мы маем цэлае жыццё для таго, каб станавіцца лепшымі і кахаць адно аднаго ўсё больш.

Я мушу сказаць, што чалавек становіцца тым больш шчаслівым і жыве тым лепш, чым больш аддае іншаму чалавеку. А паколькі гэтая кніга пра тое, як быць шчаслівымі… вось вам адзін з рэцэптаў.

24. Бабулі і дзядулі — гэта скарб

Як жа гэта важна — бабулі і дзядулі! Выпадкова я прачнулася сёння, ва ўрачыстасць святых Яўхіма і Ганны, а 6 раніцы і пішу. Сонца яшчэ не ўзышло, і я гляджу на поўню, якая ў гэты ранак, калі яшчэ не развіднела, зззяе яскрава, як і ўчора.

Святыя Яўхім і Ганна лічацца апекунамі бабуляў і дзядуляў у нас у Іспаніі і, наколькі я ведаю, у многіх іншых краінах. Таксама Ганна — святая апякунка маёй дванаццацігадовай дачкі Ані, і дзяўчынка, цудоўная кулінарка, паведаміла нам учора, што зробіць з нагоды свята два пірага, браўні і шакаладны вулкан. Мы так любім шакалад!

У такія раннія гадзіны мне пішацца найлепш, ніхто не перашкаджае, і тысячы ідэй гараць і вiруюць у маёй галаве. Я нарэшце магу іх запісаць, не паўтараючы ізноў: «Вы ўрэшце пакінеце мяне ў спакоі і дазволіце напісаць хоць адну старонку, не перарываючы?». Бо каб напісаць гэтую кнігу, маю першую кнігу, я не аддалялася ад свету, не з'язджала ў ідылічнае месца, дзе ўсё навокал спрыяе таму, каб мяне напаўняў спакой, такі жаданы для ўсіх пісьменнікаў. Не, мяне атачае крутаверць вялікай сям'і: «Дзе ў нас ляжыць ануча для выцірання шкла?», «Дзе мой купальнік у кветачку?», «Я не разумею, як рабіць гэтую задачу з тых, што нам задалі на лета...», «Вось гэтыя двое пабіліся за жоўтую машынку, самую прыгожую!», «Вада ўжо закіпела, ці можна закідваць макароны?», «Пральная машынка вельмі страшна шуміць...». Урэшце, гэта нармальна, калі столькі людзей жывуць разам пад адным дахам.

Сёння ўжо пяць гадоў, як мой тата пакінуў нас і адышоў на неба. Якім цудоўным прыкладам ён быў для ўсіх! Напрыканцы жыцця нас будуць судзіць па нашай любові, усе зробленыя намі грошы нічога не будуць вартыя — у магілу нічога не забярэш з сабою. Маюць значэнне твае сябры, праца, якую ты зрабіў для іншых, паслуга, якую ты выканаў, каб палепшыць гэтае грамадства і зрабіць больш гуманным гэты свет. Так, мой тата шмат зрабіў для іншых людзей, і справядліва будзе ўзгадаць у гэтую гадавіну некаторыя яго ўчынкі: ён заснаваў школы, дапамог у арганізацыі моладзевых клубаў, дзе юнакі могуць навучыцца служыць іншым людзям і дзе іх развівае спорт. Ён дапамог у стварэнні курсаў для

сужэнцаў у розных краінах. Ён утварыў сямейнае прадпрыемства, якое дало працу многім людзям і паспрыяла дабрабыту многіх сем'яў. Але найбольш ён любіў і найпаўней аддаваў сваё сэрца справе сямейных кансультацый, дапамагаючы іншым людзям станавіцца лепшымі мужамі і жонкамі і кожны дзень радавацца сваёй бацькоўскай місіі. Як урэшце сказаў сам тата ў прамове, калі яго ўганароўвалі званнем *Doctor Honoris Causa* у Міжнародным каталонскім універсітэце: «Кожны дзень любіць усё больш і больш сапраўднае і цудоўнае, так, цудоўнае сямейнае жыццё».

Калі вы звернеце ўвагу, то заўважыце, што бабулі і дзядулі жывуць у рытме дзяцей, у іх узросце, больш павольна, нага ў нагу з імі. Дзецям у першыя гады жыцця цяжка падстроіцца пад напружаны рытм жыцця бацькоў, якія бяруць іх за маленькія ручкі і зверху ўніз кажуць: «Бяжы, дзетка, мы будзем сёння позна». Мы, маці, мітусімся цэлы дзень, больш за тое — жывем у гэтых вар'яцкіх гарадах так, нібыта спазняемся на цягнік. Рытм, у якім жывуць бабулі і дзядулі, — зусім іншы, бо за сваё жыццё яны навучыліся, што важна не спяшацца, каб паспець зрабіць тысячу розных рэчаў, важна чыніць тое, што трэба, і аддавацца цалкам гэтай працы.

Людзі, якія ўвесь дзень праводзяць у шалёным рытме, у рэшце рэшт пачынаюць усё рабіць дрэнна. Трэба займацца справамі спакойна і разважліва. Я належу да тых людзей, якія цэлы дзень праводзяць на нагах, але імкнуся рабіць усё спакойна, хоць мне гэта даецца вельмі цяжка, бо я ўся — суцэльныя нэрвы, і мяне цалкам з'ядаюць тыя 24 гадзіны, з якіх

складаецца дзень: мой муж, мая сям'я, мае сяброўкі, мая праца, мой спорт, маё чытанне, мае разважанні, мае абавязкі, мае абеды, мае госці...

Учора, вяртаючыся са штодзённага летняга шпацыру, я стала сведкаю дзвюх вельмі розных сцэнаў. Я бачыла сваю цётку Марыю Розу, якой ужо 84 гады, — вакол яе сядзелі трое з яе дзесяці дзяцей. Яны вынеслі крэслы на ганак і размаўлялі, а дзеці мітусіліся навокал: хтосьці ездзіў на ровары, іншыя рабілі фрызуру старэйшай стрыечнай сястры, іншыя гулялі ў даганялкі. Я падумала: «Як гэта прыгожа — бавіць старасць у атачэнні сваіх дзяцей і ўнукаў, седзячы на свежым паветры на адвячорку, абмяркоўваючы мінулы дзень, маленькія дзіцячыя праблемы і спадзяванні, апошнія плёткі»! З іншага боку плошчы сядзела адзінокая бабулька 86 гадоў з адзінаю сяброўкаю — кнігаю у руках. Прырода падарыла ёй толькі дваіх дзяцей, хлопчыка і дзяўчынку, якія цяпер пасварыліся між сабою з нейкай дурной прычыны. Яна часта выходзіць на вуліцу і сядае на ганак, каб паслухаць шум суседзяў насупраць, што маюць шасцёра дзяцей, старэйшаму з якіх ледзь-ледзь споўнілася дзевяць. Так, старыя людзі любяць малых дзяцей, ім патрэбная кампанія.

Я ўзгадваю саму сябе ў першыя гады сямейнага жыцця: вакол мяне шэсць маленькіх дзетак, якія яшчэ і на дзве пядзі ад падлогі не выраслі, адно у вазочку і адно ў жываце, а суседзі з майго раёна гавораць: «Ну цяпер ты ўжо спынішся, так? Якая ты эгаістка, у цябе што, тэлевізара няма? Скажы мужу, каб ён цябе пакінуў у спакоі, каб усе былі як ты, людзі не змясціліся б на зямлі. Ты што, не

ведаеш, што ежы на ўсіх людзей не хапае?». Вядома, што няведанне бывае вельмі ўпартым. Кажучы справядліва, цяпер у Іспаніі мы маем перавернутую піраміду насельніцтва: з кожным годам смерцяў становіцца больш, чым нараджэнняў. Невядома, хто будзе праз нейкі час выплочваць пенсіі. У рэшце рэшт, гэта вымушаны будуць рабіць шматдзетныя сем'і, на якія з асуджэннем глядзяць на вуліцы, калі яны праходзяць міма... Што ж тычыцца «праблемы» з харчаваннем... У год выкідваюцца тоны і тоны вырашчаных прадуктаў, якія не ставяцца ў продаж, каб не зніжаць кошты на прадукцыю і не абядняць працаўнікоў сельскай гаспадаркі.

Мушу сказаць, што цяпер, калі дзяцей стала мала, стыль мыслення змяніўся, і мы, шпацыруючы па раёне, бачым позіркі зайздрасці і захаплення. Некаторыя кажуць: «Яны мелі смеласць і не паддаліся ціску сучаснага грамадства».

Я зайздрошчу, калі бачу на вуліцах бабуляў і дзядуляў, а вакол іх унукаў. Мая мама раптоўна памерла, калі я чакала пятае дзіця, і ў нас засталася толькі бабуля Хуліта, якая жыве ў Мадрыдзе. Гэта ідэальная бабуля для маіх дзяцей: з белымі валасамі і смуглым тварам, яна гатуе так, што язык праглынеш, і вельмі любіць распавядаць розныя гісторыі са свайго мінулага. Але Хуліта жыве за 600 кіламетраў ад нас, і мы бачымся рэдка, толькі на некалькі дзён на Божае Нараджэнне і крыху ўлетку. Калі бабулі і дзядулі жывуць побач — гэта добра для ўсёй сям'і. Мой тата заўжды заставаўся для мяне татам, і нават калі я ўжо была замужам, ён, бачачы нешта, што яму не падабалася, заўжды з вялікаю любоўю

рабіў мне заўвагі. Ён быў вельмі патрабавальны да ўнукаў, праяўляў да іх любоў, дапамагаючы стаць лепшымі, і нічога не прапускаў у паводзінах дзяцей. Дзеці вельмі шмат смяяліся побач з ім, ён ладзіў з унукамі тэатр, апавядаў гісторыі, перабольшваючы рэальнасць і выдумляючы, і ўсё, што ён рабіў, мела сваю дыдактычную задачу. Тата з дапамогаю розных дробязяў вучыў іх кожны дзень, і ўсё мела сваю мэту і прызначэнне.

Бабулі і дзядулі — гэта такі вялікі скарб! Нам не пашанцавала, і ў маіх дзяцей няма бабуляў і дзядуляў побач, але ёсць самотная старая цётка 87 гадоў, да якой яны могуць хадзіць у госці і быць ёй кампаніяй. Гэта цудоўна, што яны, жывучы ў такім эгаістычным грамадстве, аддаюць свой час бескарысліва, нічога не атрымліваючы за гэта. Няхай яны вучацца «траціць час», аддаючы сябе іншым, цікавячыся іх клопатамі і пакутамі, якія заўжды бываюць у такім узросце. Няхай ходзяць разам да доктара, робяць для старых маленькія паслугі, ідуць пашукаць для іх садавіну, якая скончылася. Няхай выконваюць розныя даручэнні і лічаць сябе малойцамі, бо апякуюцца старэнькаю цёткаю матулі. Насамрэч выйграюць ад гэтага менавіта мае дзеці, якія выходзяць за межы свайго камфорту і думаюць пра іншых. Такім чынам, яны не заліпаюць ізноў у кампутар, не бадзяюцца па горадзе, губляючы час, як многія іх сябры і навакольная моладзь.

25. Нарэшце насталі вакацыі!

Гэта найлепшая частка года і самы чаканы ўсімі час! Можна жыць нікуды не спяшаючыся, не па раскладзе, таму мы вельмі чакаем жніўня. Нам падабаецца пачынаць вакацыі з першых выходных пасля завяршэння заняткаў у школе, выязджаючы на 5 дзён на пляж, — мы карыстаемся тым, што ў Барселоне вялікія выходныя і ўсеагульнае святкаванне з нагоды дня святога Яна. Мы праводзім гэты «фэст» як кажа мой муж, на марскім узбярэжжы Коста Дарада. Мне падабаецца пах крэма *Nivea*, падабаецца намазаць ім усё цела, прыйшоўшы на пляж, бо ў мяне вельмі сухая скура, і мне найбольш пасуе гэты крэм у сіняй бляшанцы — той самы, які ўжывала мая бабуля Энрыкета, калі хадзіла прымаць сонечныя ванны на пляж у Кома-Руга.

Мы ездзім на пляж з некалькімі сем'ямі сяброў, у дом маіх сваякоў, якія вельмі ласкава дазваляюць нам пасяліцца там на некаторы час. З гэтых выходных на пляжы ў дзяцей пачынаюцца вакацыі, і тады я еду з дзевяццю малодшымі ў маленькі, амаль лялечны дамок за 35 кіламетраў ад Барселоны, у горы. Над уваходам напісаныя словы: *«Casa petita, bon repos»* — «Маленькі дамок, добры адпачынак». Гэта праўда, дамок вельмі маленькі, але ўсё там вельмі добра ўладкавана: там ёсць наш пакой, пакой для хлопчыкаў з двума трохпавярховымі ложкамі і пакой для дзяўчынак з трыма трохпавярховымі ложкамі. Таму ў адным пакоі могуць спаць дзевяць чалавек.

Нядаўна Разіта сказала мне: «Як нудна ў гэтых вёсках». Ну так, улетку можна крыху занудзіцца, і вёска з 2.000 жыхароў, аточаная лясамі, мала што можа прапанаваць падлетку. Кожны дзень мы ходзім на шпацыр да розных крыніцаў. Здаецца, што ў XVII і XVIII стагоддзях вялікае значэнне мела вытворчасць лёду, і паўсюль навокал знаходзяцца «ледзяныя калодзежы», якія вельмі добра захаваліся: і пасярод лесу, і пасярод палеткаў.

З прычыны крызісу і бізнэсовага зацішку ў краіне я ў гэтым месяцы папрасіла свайго шэфа Мігеля перавесці мяне па-за штат, каб прысвяціць час дзецям і, зразумела, гэтай кнізе. Такім чынам, мы прачынаемся і да сняданка кожны запраўляе свой ложак і складае піжаму. На сняданку мы разам вырашаем, чым будзем абедаць і хто будзе мне сёння дапамагаць. Я ў чарговы раз упэўнілася, што дзеці пабіцца гатовыя за права стаць маім ценем і маімі

памочнікамі на кухні, бо, як добра вядома, усім нам вельмі падабаецца есці. Таму, каб не было сварак, адзін дапамагае мне гатаваць першую страву, другі — другую. Кожны атрымлівае якое-небудзь заданне па прыборцы дома, і пасля, завяршыўшы, усе сядаюць за стол у зале, каб рабіць хатнія заданні. Такім чынам, апоўдні дзеці ўжо гатовыя для пятнаццаціхвіліннага шпацыра да муніцыпальнага басейна, а я застаюся дома і адказваю на электронныя лісты, пішу кнігу.

А 13.00 я бяру машыну і еду плаваць, праплываю свае 10 колаў у басейне, і мы разам вяртаемся дадому абедаць. Стол стаіць на тэрасе, адкуль бачны лес, што атачае вёску. Гэтак на прыродзе, слухаючы птушыныя спевы, мы ладзім сямейны абед. Пасля ёсць час для адпачынку: хто хоча, можа зрабіць сабе сіесту і паспаць, пачытаць або пагуляць у настольныя гульні, не выходзячы на вуліцу.

Пасля у нас падвячорак і шпацыр: старэйшыя бяруць ровары, малодшыя ідуць пехатою. Кожны дзень мы выбіраем іншы маршрут. Нам падабаецца збіраць палявыя кветкі і ставіць у вялізную вазу, якая стаіць пры ўваходзе ў дом. Мы шукаем розных маленькіх лясных жывёлак, насякомых, разглядаем розныя віды дрэваў у лесе, збіраем лясныя суніцы і блукаем у пошуках якой-небудзь крыніцы, каб асвяжыцца, хоць у лесе і так заўжды вее ветрык. Нам падабаецца спыняцца і назіраць за чорным скарабеем, які пераходзіць дарогу, і разглядаць мурашнік, поўны мурашак, якія становяцца ў чаргу, каб увайсці ўнутр, а яшчэ велічэзнага брыдкага смаўжа, усяго ў слізі, які паўзе па мокрым лісці пасля дажджу.

Лета — гэта час, які мы пражываем у вельмі цеснай еднасці, бавячы разам 24 гадзіны на дзень. Гэта час, каб лепш зведаць адно аднаго, раздзяліць між сабою ў сям'і шмат розных справаў і спадзяванняў. Гэта час, калі можна навучыцца рэчам, на якія дзецям не хапае часу ў навучальны год: малодшыя, напрыклад, вучацца плаваць, трымацца на вадзе і не патанаць. Таксама гэта добрая магчымасць навучыцца ездзіць на ровары. Старэйшыя глыбей вывучаюць замежную мову або пачынаюць вучыць новую. Калі дзіцяці спаўняецца 18, можна пачынаць вучобу для атрымання правоў кіроўцы. Некаторым дзецям падабаецца шыць і вязаць — яны робяць для сябе торбы.

Мы бавім час проста неімаверна цудоўна і вельмі засмучаемся, калі вакацыі заканчваюцца і трэба вяртацца ў школу. Аднак мы цешымся ўбачыць школьных сяброў, прывітаць настаўнікаў, паглядзець, ці змянілася нешта ў школе, пазнаёміцца з новым выкладчыкам, які будзе весці новы прадмет.

26. Вучыць з дапамогаю гульні

Трэба дазволіць дзецям развіваць сваю крэатыўнасць. У нашым грамадстве дзеці павінны быць вельмі вынаходлівымі і кемлівымі, каб нечага дасягнуць, бо канкурэнцыя вельмі вялікая і працы на ўсіх не хапае, а атрымліваюць яе тыя, хто ва ўсіх сэнсах найлепш падрыхтаваны. Сёння неабходна не толькі атрымаць дыплом і навуковую ступень, ведаць замежныя мовы... Не, паспяховым становіцца той, хто лепш рэалізуе сябе як асоба, умее працаваць у камандзе, аб'ядноўваць высілкі і ўлічваць розныя меркаванні. Вялікае значэнне мае камунікацыя між людзьмі.

Маленькія дзеці маюць шмат вольнага часу, і нам трэба накіроўваць іх у гульнях, каб тыя адпавядалі ўзросту. Для немаўлятаў, якія ўвесь час праводзяць у калысцы, добра падвешваць мобілі на невялікай вышыні, каб яны маглі кранаць іх сваімі маленькімі ручкамі. Калі фігуркі рухаюцца, дзеці вучацца засяроджваць на іх пагляд і сачыць, як яны змяняюць адна адну. Пасля, калі малыя пачынаюць поўзаць, яны перасоўваюцца за дарослымі на чацвярых, і з імі можна гуляць, спрабуючы злавіць: такім чынам у дзяцей сінхранізуецца праца левага і правага паўшар'яў. У два-тры гады мы дазваляем дзецям гуляць у пясочніцы, ляпіць піражкі з пяска і вады — гэтак яны трэніруюць пальчыкі, каб пазней лепш трымаць у іх аловак і хутчэй пісаць. Мы дазваляем ім пэцкацца, бярэм дзяцей у парк з вядзёркамі і рыдлёўкамі, і няхай яны ўсе замурзваюцца ў гліне з ног да галавы, нават герметычныя падгузнікі бываюць поўныя зямлі. Таксама добрае практыкаванне для дзяцей такога ўзросту — браць прышчэпкі для бялізны і вучыцца адкрываць і закрываць іх. Прышчэпкі тугія і гэта цяжкая праца, а калі прышчэпкі каляровыя, можна разбіраць іх па колерах і вывучаць назвы. Ёсць кнігі, дзе шмат гульняў, найбольш адпаведных кожнаму ўзросту, і выбіраючы іх, можна развіваць сваіх дзяцей.

Але насамрэч найлепш развівае і стымулюе дзяцей, калі ў іх ёсць браты і сёстры, з якімі можна гуляць. Супольныя дзіцячыя гульні дазваляюць навучыцца многім рэчам, якім кнігі не навучаць: працаваць у камандзе; сварыцца, прасіць прабачэння і пачынаць усё спачатку; саступаць і згаджацца на

гульню, якая падабаецца іншаму; рабіць, каб усе былі задаволеныя выбранай гульнёй; пераконваць таго, хто злуецца, і каму гульня не падабаецца. Заўжды ёсць лідар, які аб'ядноўвае групу і ўсталёўвае спакой, робіць так, каб усе адчувалі сябе добра.

Я заўжды кажу дзецям, што вялікімі міжнароднымі прадпрыемствамі кіруе не адзін чалавек, а каманда людзей, якія працуюць разам і прыходзяць да згоды: кожны выказвае свой пункт погляду і калі яна не супадае з іншымі, саступае камандзе дзеля агульнага дабра, а не злуецца.

Дома мы ладзім камандныя гульні на свежым паветры: футбол, баскетбол, падэль-тэніс, робім буданы з вецця, гуляем у хованкі. Дома ёсць настольныя гульні, парчысі (гульня з фішкамі), карты, мазаікі, жаўнерыкі, машынкі. Мы не ўхваляем кампутарныя гульні і гульні на мабільных тэлефонах, таму што яны вельмі адасабляюць дзіця. Гэта гульні з самім сабою, дзе ні з кім не трэба прыходзіць да згоды, нікога не трэба пераконваць, каб выбраць тую гульню, якую табе цяпер хочацца. У іх не трэба саступаць, не трэба думаць пра іншых. У гэтых гульнях толькі я, я і я. А наш дом — не фабрыка па вытворчасці эгаістаў.

27. Размаўляць з дзецьмі... быць сябрамі

У мяне ёсць сябры, якія кажуць: «Вось калі маё дзіця падрасце і зможа падтрымліваць размову як след, тады я і пачну з ім размаўляць. А пакуль няхай няня даглядае яго, каб яно было чыстым, няхай клапоціцца пра яго асноўныя патрэбы і песціць яго».

Дзіцяці з самага маленькага ўзросту трэба размаўляць з татам і мамаю. Калі яно яшчэ ў калысцы, мы паўтараем яго першае балбатанне, і немаўлятка чуе, што ў мамы мяккі голас, а ў таты — грубейшы, яно вучыцца пазнаваць інтанацыі, якія 9 месяцаў слухала ў матчыным улонні. Калі яно

пачынае поўзаць, мы таксама час ад часу становімся на карачкі, каб нашыя вочы былі на ўзроўні яго вачэй. Рысы чалавечага твару прамаўляюць. Вочы, бровы, скулы — увесь твар нешта гаворыць дзіцяці. Я ўзгадваю адну маму з нашай школы, якая ўзяла на выхаванне немаўлятка з Расіі, і псіхолаг сказала ёй: «Вельмі дрэнна, што Вы рабілі пластычныя аперацыі на твары і вуснах», бо гэтак твар траціць выразнасць, а немаўляці неабходна, каб з ім размаўлялі і тварам, і ўсім целам, а не толькі тулілі яго да сябе і песцілі.

Хлопчыкі вельмі любяць гуляць з машынкамі. Яны ставіць машынкі адну за адной, паркуюць іх у гараж і даліваюць паліва, якое скончылася. Кожны хлопчык хоча паказваць тату, у які вялікі шэраг выставіў машыны, хоча распавесці, што ў чырвонай машынкі разбілася вакно, а ў жоўтай адкідваецца верх. Гэта яго клопаты і чаканні, якія дзіця хоча раздзяліць з татам. Такім чынам сын размаўляе з татам. Дзяўчынка гуляе з лялькаю, якая ўмее плакаць, дае ёй смактушку і просіць маму дапамагчы, бо заблыталася і не можа апрануць ляльку ў піжаму, таму што ўжо час класціся ў ложак разам з гаспадыняй. Мама пацалуе ляльку, і дачка запытае яе, як нараджаюцца дзеці, і чаму цёця Мамэн так растаўсцела, калі стала чакаць дзіця: «А як яно народзіцца? А гэта будзе дзяўчынка?» Гэтак паціху ў такіх размовах паміж імі ўсталюецца давер, і мама заўжды адкажа на пытанні дачкі.

Трэба імкнуцца быць дома, калі дзеці вяртаюцца са школы. Яны прыносяць з сабою мноства гісторый, якімі жадаюць падзяліцца: па дарозе дамоў яны бачылі аўтамабільную аварыю, настаўніца ў школе цяжарная, у Аны тата захварэў на рак, у Пака тата

страціў працу, была вельмі складаная кантрольная, настаўнікі аказаліся занадта суровымі, і амаль ніхто не змог рашыць задачу, абед сёння быў цудоўны, давалі печаную бульбу... Мама або тата павінны быць дома, каб выслухаць дзяцей, бо для іх гэта самае важнае.

Мы заўжды мусім быць гатовыя слухаць, нават калі гатуем ежу, калі тэлефануе маці, калі суседка просіць некалькі яек, якія ў яе скончыліся, і акурат у гэты час адзінаццацігадовы Альвара хоча распавесці, што мама яго найлепшага сябра Санці чакае нараджэння хлопчыка пасля таго, як у яе адна за адной нарадзіліся пяць дзяўчынак, і яна збіраецца назваць яго гэтаксама — маленькага будуць зваць Альвара. Для сына гэта вельмі важна, і ён менавіта цяпер хоча распавесці мне тое, пра што ўзгадаў, а «калі не цяпер, мама, тады я забудуся». Ён не разумее, што суп гарыць, што тэлефон разрываецца, што Пэпэ і Пабла б'юцца за чорную гоначную машынку.

Калі дзеці становяцца падлеткамі, яны могуць прыйсці і пачаць распавядаць пра тое, што іх так турбуе, напрыклад, што Марыя, лепшая сяброўка дачкі, увесь дзень яе абгаворвала, карыстаючыся тым, што яна хварэла і не была ў школе. Час ад часу мы, бацькі, у сваю чаргу падыходзім да спальні і кажучы, што прынеслі свежую пасцельную бялізну, заводзім размову і пытаемся, як справы ў школе. А дачка, не маючы асаблівага жадання гаварыць, (бо ёй забаранілі пайсці ў кіно са сваёй кампаніяй, таму што яна не паслухалася вас у прысутнасці сваіх братоў і сясцёр і была пакараная), усё ж распавядзе, што настаўніца да яе чапляецца, ненавідзіць і вытурыла

дачку з класа толькі за тое, што яна сказала, што нельга было ставіць такую задачу ў кантрольную, таму што гэта не праходзілі на ўроку; яна раскажа, што ў сяброўкі Монтсэ ўсё дрэнна, бо тата страціў працу, і ўсёй сям'і жыць цяпер вельмі цяжка.

Мы, бацькі, сапраўды павінны быць гатовыя размаўляць з дзецьмі, выслухоўваць тое, чым яны жадаюць з намі падзяліцца. Нават калі мы вельмі стомленыя і ўжо адзінаццаць гадзінаў вечара, дзень быў проста вынішчальны і бязмерна хочацца адпачыць і пасядзець з кнігай, бо і так не атрымліваецца прасунуцца ні на адну старонку наперад. Аднак шмат людзей прыйшло ў залу пачытаць і заўжды знойдзецца нехта, хто пажадае распавесці вам пра тое, што зараз прыйшло яму ў галаву!

Дзеці павінны давяраць вам, тату і маме, але не чакайце, што сын прыйдзе да вас і пачне распавядаць, што ёсць дзяўчынка, якая яму вельмі падабаецца і ён упэўнены, што вам вельмі спадабаецца пазнаёміцца з ёю, што ў яе заўжды ўсмешка на твары, што жыццё такое прыгожае... калі ў яго маленстве вы не станавіліся на карачкі, каб быць да свайго сына бліжэй, не размаўлялі з ім пра сяброў з дзіцячага садку і пра бойкі, якія адбываліся ў школе.

Калі дзеці пачынаюць вучыцца ва ўніверсітэце, яны і далей будуць распавядаць нам, што здарылася з імі ў дзень святога Юрыя, калі ў Каталоніі традыцыйна дораць ружу каханым дзяўчынам: «У гэтым годзе, калі купляеш ружу, табе бясплатна даюць прэзерватыў — вось гэта дык жахі, мама!».

Тата і мама — не аднакласнікі. Гэта бацькі, якія

заўжды выслухаюць сваіх дзяцей. Мы ведаем, якія яны, бываем патрабавальныя да іх, бо гэтак паказваем сваю любоў. Яны давяраюць нам, просяць выказаць меркаванне і, калі ўзнікаюць сумневы, ідуць да нас за парадаю.

Так, трэба прысвячаць шмат часу, каб размаўляць з дзецьмі, забаўляцца і смяяцца разам з імі. Яны — нашы хаўруснікі, мы разумеем адно аднаго з першага пагляду. Мы плачам, калі ў іх праблемы, нас клапоцяць іх клопаты, мы адчуваем сябе дрэнна, калі з імі бяда, вучым іх прымаць усіх людзей, бо гэта так балюча, калі з чалавекам не лічацца! Калі вы са сваімі дзецьмі, то не павінны адчуваць, што губляеце час. Калі так, значыць нешта ідзе няправільна, і вы мусіце выправіць гэта, бо дзеці — гэта вашае самае нядаўняе мінулае, вашае вечнае цяпер і вашая непазбежная будучыня. Вам вырашаць.

У рэшце рэшт, яны на нашым прыкладзе вучацца, як паводзіць сябе з сябрамі: як не забывацца віншаваць іх у дзень нараджэння і тэлефанаваць ім, калі мы ведаем, што ў іх праблемы; як дзякаваць, калі сябры запрашаюць нас на вячэру ў госці і пасля не абавязкова даслаць і-мэйл, каб ізноў падзякаваць. Найбольшы прыклад для нашых дзяцей — гэта мы самі, няхай дзеці бачаць, што тата і мама — сябры, што яны добра ладзяць між сабою, размаўляюць адно з адным і смяюцца разам. Так, я заўжды кажу, што мой лепшы сябар — мой муж.

28. Спрэчкі таты і мамы

Гэта нармальна, што тата і мама не заўжды згаджаюцца адно з адным у нейкім пытанні і пачынаюць спрачацца. Як кажа прымаўка: «Каму як балота, каму як залота».

Адзін раз на год, калі блізіцца 15 ліпеня, нашая гадавіна шлюбу, мы выязджаем разам з мужам на два дні. Паколькі я люблю мора, і муж гэта ведае, ён зарэзерваваў для нас пакой у гатэлі на ўзбярэжжы Коста Брава. Трэба імкнуцца выязджаць кудынебудзь удваіх прынамсі раз на год. Часам грошай бывае мала, да таго ж цяпер крызіс і няма магчымасці паехаць куды-небудзь далёка. Напрыклад, аднойчы

мы наймалі пакой у гатэлі ў самой Барселоне. Важна куды-небудзь выехаць і пакінуць дзяцей са старэйшымі братамі і сёстрамі або з вартым даверу апекуном.

У гэтым годзе ледзьве мы селі ў машыну, як пачалі абмяркоўваць мноства рэчаў. Спачатку я выгаварылася, пасля муж выказаў усё, што думае. Трэба весці абмеркаванні, але выказвацца з выразнасцю і любоўю, каб не параніць адно аднаго. Мы пасварыліся, і нашая рамантычная вандроўка пачалася дрэнна: увесь першы дзень мы наогул не размаўлялі, а з намі гэта здараецца рэдка. Пасля правальнага дня мы паспрабавалі вырашыць сітуацыю, папрасілі прабачэння адно ў аднаго, і другі дзень прайшоў нашмат лепш.

Гэта нармальна, што разлад можа ўзнікнуць, калі мы хочам лепшага для іншага чалавека і пачынаем выказваць яму патрабаванні, імкнучыся гэтак зрабіць яго шчаслівым. У нас абодвух з мужам моцны характар, мы бачым многія рэчы па-рознаму: я вельмі ўпартая, і муж адчайваецца, спрабуючы мяне ў нечым пераканаць. Дзякуй Богу, мы амаль заўжды прыходзім да згоды ў выхаванні дзяцей.

Напрыклад, калі мы толькі што ажаніліся, муж сказаў мне: «Мая мама ўмее так смачна падсмажыць моркву на патэльні з аліўкавым алеем!». Я ніколі не была надта добраю кулінаркаю і нарэшце мне гэтыя словы так надакучылі, што я сказала мужу: «Паслухай сюды, даражэнькі мой, калі твая мама так добра гатуе, а гэта чыстая праўда, ідзі сабе да яе, а мяне пакінь у спакоі...».

Ёсць некалькі тэмаў, якія ў нашым сужэнстве не закранаюцца, бо мы з мужам добра ўсведамляем, што калі падняць адну з іх, дакладна будзе бойка.

1) Тэма грошай: мы не дацягваем да канца месяца, і пачынаецца: «Як гэта ты набыла такую дарагую машыну ў крызіс?» і г.д...

2) Змены ў доме: або нехта саступае, або пачынаецца вір дыскусій, бо «жоўтая сцяна гэткая ж прыгожая, як чырвоная». Адна мая сяброўка, дэкаратар, пафарбавала ў сябе сцяну ў чырвоны колер, і атрымалася вельмі прыгожа. Мне таксама захацелася зрабіць сцяну чырвонай, але муж гаворыць, што нашая кватэра занадта маленькая, а чырвоны колер з'ядае прастору. Я кажу яму, што займаюся дызайнам ужо дваццаць гадоў у кампаніі, якая выпускае адзенне, а ён мне кажа, што працуе інжэнерам у мясной прамысловасці і ведае вельмі шмат пра раздзяленне прасторы. Адзін з дваіх павінен будзе ўрэшце саступіць.

3) Выхаванне дзяцей: ёсць больш ліберальныя сем'і, ёсць больш строгія. Некаторыя аддаюць перавагу музыцы, некаторыя — спорту. У доме маіх бацькоў былі забароненыя матацыклы, і мы спрабавалі зрабіць гэтак жа. Але, напрыклад, мая сяброўка Сафія стала жонкаю Дані, чыя сям'я працуе ў мотаіндустрыі, і іх дзеці з трох гадоў маюць свае матацыклы.

4) Сям'я мужа і жонкі: ніколі не кажыце дрэнна пра сям'ю свайго мужа або сваёй жонкі. Магчыма, брат мужа ўчыніў нешта дрэннае, але няхай пра гэта гаворыць сам муж, а жонцы не варта каментаваць

сітуацыю або паўтараць за ім. Не трэба разбірацца ў сям'і сужэнца, каб зразумець яе, трэба проста любіць гэтых людзей без разумення, бо гэта — сям'я.

Калі нехта злуецца з той прычыны, што мае іншыя погляды на нейкую справу, з нечым не згаджаецца або не выносіць пэўную манеру іншага чалавека весці справы, ён найперш перастае з ім або з ёю камунікаваць: наогул не размаўляе або размаўляе аднаскладова. Я раю, каб такі стан доўжыўся не больш за дзень, гэта дрэнна і для сужэнцаў, і для дзяцей — і ком праблемы становіцца ўсё большым.

Уночы, калі вы сам-насам у ложку, трэба папрасіць прабачэння і расцалавацца «смачным пацалункам», як кажа адзін наш сябар. Калі нашыя дзеці бачылі, як бацькі сварацца, мы таксама павінны папрасіць прабачэння адно ў аднаго перад імі, бо інакш дзеці пачнуць станавіцца на бок або таты, або мамы, а яны ж папраўдзе хочуць, каб тата і мама кахалі адно аднаго.

Іншы цудоўны спосаб вырашаць спрэчкі паміж татам і мамаю — гэта ніколі не страчваць пачуццё гумару. Смяяцца ў складаных сітуацыях — лепш, чым плакаць, і смех не дае сітуацыі абвастрацца. Пачуццё гумару дапамагае выходзіць з самых складаных сітуацый. Калі відавочна, што справа ў нашых капрызах або ўпартасці, то нарэшце трэба паціснуць рукі адно аднаму і прызнаць паразу. Гэта найлепшае рашэнне!

29. Час для сябе

Мой дарагі чытач, ты здзівішся, прачытаўшы амаль усю кнігу і пазнаёміўшыся з ладам майго жыцця, калі я скажу табе: «Я — эгаістка, і мне патрэбны час для сябе». Гэта можа быць мой час, неабходны, каб дасягнуць дзэн, або мая прастора, дзе можна аднавіць сілы і вярнуцца на змаганне са сваёй сям'ёй і жыццёвымі абставінамі. Я — жывы чалавек і шмат разоў на дзень стамляюся, хаця не вельмі часта кажу пра гэта ўслых.

Мне вельмі шкада людзей, якія ходзяць і плачуцца па кутах, — не варта вечна выклікаць шкадаванне. Ва ўсіх нас ёсць праблемы, усе мы людзі і жывем у

няпростым грамадстве. Мой тата заўжды казаў: «Той, хто мае праблему, мае магчымасць пераадолець сябе і ўзвысіцца, супрацьстаяць ёй і змагацца, каб вырашыць тое, што так яго непакоіць». Гэта значыць, што праблема дазваляе чалавеку заставацца гатовым да барацьбы, не дае спачываць на лаўрах. Добрыя змагары заўжды гатовыя да атакі ворага. Усе маюць праблемы, галоўнае — як іх сустракаць. Некаторыя ўмеюць змагацца і перамагаць, а іншыя дазваляюць праблеме захапіць і патапіць сябе.

Яшчэ тата казаў мне: «Роза, ты павінна берагчы сябе». Я нічога не разумела, імкнулася выступаць супраць геданістычнага грамадства, дзе кожны лічыць сябе пупком свету. «Так, ты павінна берагчы сябе, бо некаторыя людзі, даведаўшыся, што ў цябе столькі дзяцей, будуць разглядаць цябе пад мікраскопам, і калі ты будзеш тоўстаю, неахайнаю, непрывабнаю, яны не захочуць мець дзяцей». Калі мець дзяцей — значыць таўсцець... дык людзі не жадаюць таўсцець. Мы жывем у грамадстве, дзе пануе сапраўдны культ цела, і на першае месца ставіцца звышхудзізна — на мяжы анарэксіі — і здольнасць быць «жудасна прыгожаю», як бы сказала мая дачка Лолі. У сённяшнім грамадстве найважнейшае — быць жанчынаю Барбі, апранацца па апошнім піску моды, быць вельмі худою, вельмі прыемнаю і мілаю, і мець тысячу сяброў у Фэйсбуку. Мушу сказаць, што ў свае школьныя гады я была самай худой дзяўчынкай у класе, але калі пачала нараджаць і мусіла прайсці праз усе ўскладненні, з гэтым звязаныя, я крыху распаўнела. Цяпер дзеці сочаць за тым, што я ем, і кажуць мне: «Мама, як так атрымліваецца, што ў

цябе столькі сябровак Барбі, а ты такая тоўстая?». Ну няхай, я не лічу, што гэта праўда, але ж не адмаўляю, што мне варта часцей закрываць сваю дзюбку, калі мы абедаем.

Калі я выпраўлялася ў шпіталь на роды, то ў торбе, акрамя адзення для немаўляці, заўжды мела скрыначку з асаблівым печывам. Пасля родаў, калі я заставалася ўночы адна з дзіцяткам, на мяне навальвалася пост-родавая дэпрэсія. Як след выплакаўшыся (гэта вельмі добрая рэч, усім раю), я даставала сваё шакаладнае печыва, клала ў рот і такім чынам песціла сябе. Перажываючы розныя гарманальныя змены, жанчына мусіць паплакаць. Да таго ж, пасля родаў мяне проста жудасна круціць, аж зорачкі ў вачах танчаць, і гэта для мяне найгоршае ў родах. А ў іншых аспектах, дзякуючы сучаснаму развіццю навукі і эпідуральнай анэстэзіі, роды сталі зноснай рэччу.

Нядаўна мая сястра Каці сказала маім дочкам: «Вучыцеся ад сваёй мамы, яна ўмее быць шчаслівай, маючы вельмі мала». Гэта праўда, мне не трэба шмат, каб задаволіцца. Я з дзяцінства навучаная, што нельга залежаць ад матэрыяльных рэчаў, а трэба знаходзіць радасць кожны дзень: у сямейных абедах, калі мы збіраемся разам за адным сталом; у агульнай гутарцы, калі Магі прымушае нас паміраць са смеху; у нечаканым выступленні Рафы, які кажа мне: «Дзякуй, мама, дзякуй, гэта так міла...»; у пяшчотным пацалунку Пабла, які раптам увечары кідаецца мне на шыю і вельмі гэтым здзіўляе. Такое стаўленне трэба выхоўваць з самага малога ўзросту, трэба навучыць дзяцей не прывязвацца да матэрыяльнага.

Нельга дазволіць, каб цябе падманула тэлерэклама, якая абяцае, што кока-кола зробіць цябе шчаслівым, цудоўны крэм цалкам цябе амалодзіць, і ўсе зморшчынкі знікнуць. Я прытрымліваюся меркавання, што зморшчыны — гэта прыгожа, і лічу, што складкі, якія з'яўляюцца на нашых тварах, — гэта сведчанне нашых змаганняў, яны паказваюць нам, як цякуць гады. Гэта дае радасць — спыніцца, азірнуцца назад і ўбачыць след, які ты пакінуў на сваім шляху.

Кожны павінен знайсці для сябе якую-небудзь форму адпачынку, павінен быць крышачку эгаістам і адпачываць, бо калі чалавек змучаны жыццём, ад яго пачынаюць ляцець іскры, і яму трэба супакоіцца. Я імкнуся раз на тыдзень апоўдні гуляць у падэль-тэніс, а яшчэ я люблю шпацыраваць і выходжу на шпацыр з сяброўкамі, таксама апоўдні. Займаючыся спортам, мы даем волю языкам, бо жанчынам вельмі падабаецца пагутарыць, нам гэта неабходна. Мы гаворым пра дзяцей, пра мужоў, працу, плёткі, школу… пра што заўгодна.

Чытанне таксама добры адпачынак для мяне. Гэта праўда, што я палюбіла чытаць толькі пасля шлюбу, як вы ўжо добра ведаеце. Гэта мой муж паглынае кнігі адну за адной, і ён заразіў мяне любоўю да чытання. Таксама гэта чыніць мяне больш культурнаю асобаю, бо няма ў свеце большай нуды, чым размаўляць з дурнем.

А яшчэ прызнаюся, што я — фэшн-кілер. Мне да шаленства падабаецца сачыць за модай. Падумайце толькі, я дваццаць гадоў працавала дызайнерам тканіны і ездзіла на тыдні моды ў Парыж і Франкфурт,

у Італію. Я хадзіла па ўсіх модных вуліцах вялікіх гарадоў, была ў курсе ўсяго, што мэтры моды прапануюць моладзі, і страшэнна жадала апранацца па апошнім піску. Цяпер у мяне мала часу хадзіць па крамах, і дочкі надакучаюць мне, калі просяць пайсці з імі на закупы, але я бязмерна люблю жыццё і мне вельмі падабаецца здзіўляць мужа і апрануць на сябе, напрыклад, каралі з вялізнаю кветкаю, якую відаць за кіламетр. Яшчэ мне падабаюцца прынты і шырокія, вельмі яркія сукенкі, нічога бледнага або цёмнага. Я люблю вясёлыя і крыклівыя фарбы, яны зараджаюць аптымізмам, і ў пэўным сэнсе з дапамогаю свайго яркага адзення мы расфарбоўваем жыццё тых, хто побач з намі.

30. Роза, у чым твая таямніца?

Гэты раздзел зразумее не кожны. Я раю тым людзям, што не маюць дару веры, не чытаць яго наогул, бо яны не зразумеюць напісанага і будуць проста агаломшаныя. Гэты раздзел для тых, хто ведае, што быць чалавекам — значыць мець цела і дух, хто ўсведамляе, што мы маем душу і розум. Гэта рэчы, да якіх нельга дакрануцца, яны не будуць зразумелыя людзям, што вераць толькі ў матэрыяльнае, таму лепш ім наступнае прапусціць.

Я веру, што чалавек быў створаны па вобразе і падабенстве Бога, нашага Стварыцеля і Айца, і што мы — яго дзеці. Таму, як добрыя сыны і дочкі, мы

жадаем размаўляць з Ім і падтрымліваць з Ім сувязь: мы распавядаем Богу пра свае беды і радасці, пра тое, што нас клапоціць і не дае нам спаць. Таму што Бог — не толькі наш Айцец, але і наш Сябар, які суцяшае нас, заўжды гатовы працягнуць нам руку, выслухаць, і заўжды знаходзіцца побач, калі нам гэта патрэбна. Ён — найлепшы Сябар, таму мы размаўляем з Ім і молімся да Яго кожны дзень, гэта неад'емная частка нашага жыцця.

У нашым доме малітва — гэта не абавязак, бо мы паважаем свабоду сваіх дзяцей. Але мы тлумачым ім, што дапамагае нам станавіцца лепшымі, больш чалавечнымі, дабрэйшымі, што дапамагае падтрымліваць іншых людзей і не сварыцца з прычыны розных глупстваў. Калі аднойчы раніцай малыя пачынаюць сварыцца і біцца ўжо за сняданкам, я кажу ім: «Дзеці, вы сёння не маліліся?» і пачынаю спяваць малітву прысвячэння дзённых справаў Пану Богу праз заступніцтва Дзевы Марыі, у якой мы просім дапамогі. Гэтак мы выганяем «чорціка», што сядзіць у кожнага ўнутры.

Сяброўкі часта пытаюцца ў мяне: «Роза, у чым твая таямніца? Ты ненармальная, ты дакладна нешта сабе колеш. З усімі справамі, з якімі ты мусіш спраўляцца, з усім, што ты перажыла ў жыцці... гэта ненармальна — быць заўжды ў добрым гуморы». Сяброўкі ведаюць, што ў мяне васямнаццаць дзяцей (трое з іх памерлі, дачка — менш за год таму, ва ўзросце дваццаці двух гадоў), што я працую на паўстаўкі, што займаюся тысячай справаў, што кансультую некалькі прадпрыемстваў і маю мноства сяброў, пра якіх імкнуся клапаціцца. «Роза, можаш

нам сказаць, як ты гэта робіш? Для ўсіх дзень мае дваццаць чатыры гадзіны, а твой дзень, здаецца, даўжэйшы, бо табе хапае часу зрабіць больш справаў. Ты імкнешся быць на ўсіх школьных сустрэчах, калі дзесьці праходзіць цікавая канферэнцыя — ты там, па суботах раніцай ты наведваеш спартовыя матчы сваіх дзяцей. Мы бачылі цябе на маніфестацыі аб вяртанні права на свабодную школу без ідэалогіі. Як ты гэта робіш?» Хочаце ведаць, у чым мая таямніца? Што такое я калю сабе ў вену? Мушу сказаць, што мая таямніца нічога не каштуе, яна дармовая, даступная для ўсіх кішэняў на планеце, у любой сямейнай эканоміцы. Яна зусім бясплатная — а для каталонцаў, якія эканомяць кожны еўра, гэта важна — і вельмі простая: кожны дзень прачынацца рана і хадзіць на святую Імшу. Пасля я заўжды стараюся затрымацца на паўгадзіны перад Найсвяцейшым Сакрамэнтам. Вось адкуль я бяру сілы, вось дзе бачу магчымыя рашэнні праблемаў, з якімі сутыкнуся сёння, вось дзе я па імёнах узгадваю ўсіх сваіх дзяцей і бачу, над якімі цнотамі я магу папрацаваць з кожным з іх, вось дзе я думаю пра свайго мужа. Таксама я бачу працу, якую павінна зрабіць сёння, узгадваю ўсе сустрэчы, якія павінны адбыцца, кліентаў, якіх трэба наведаць, лісты, якія трэба адправіць. Пасля я ўзгадваю сваіх сяброў, тую сяброўку, якая перажывае складаныя часы, старэнькіх сваякоў, якім патрэбная пяшчота і ўдзячнасць. Там Пан Бог, мой Айцец, дае мне сілы, я размаўляю з Ім пра свае праблемы, Ён суцяшае мяне і дае святло разумення, як пражыць гэты дзень.

Кожны дзень у вялікім горадзе, дзе мы жывем, — гэта шаленства. Трэба адначасова граць на стольких

клавішах, што з самай раніцы вельмі карысна спыніцца і паразважаць, каб зразумець, што і як рабіць. Здараецца, што змяняеш падгузнік і робіш масаж немаўляці, а да цябе падыходзіць Пэпа і кажа, што не разумее хатняга задання па матэматыцы, і ты з усмешкаю нагадваеш ёй, што яе мэта для паляпшэння — усміхацца. Адначасова прыбягае Пэпэ, за якім гоніцца Тамас, ізноў скардзіцца і плача, што ў яго забралі блакітны аловак. Пэпэ ты загадваеш перастаць дакучаць брату, а Тамасу — што яму няможна плакаць, бо ён ужо плакаў на сняданку, калі ў яго пралілася малако, а плакаць можна толькі раз на дзень. Яшчэ можа зазваніць тэлефон, і муж скажа, што затрымліваецца на працы, бо там сустрэча, і каб мы пачыналі вячэраць без яго. За пяць хвілін адбываецца столькі ўсяго, што выйсце адно — або прадумаць гэта ўсё загадзя, або, калі ў хаце ўсё віруе, проста немагчыма ўзгадаць пра многія рэчы.

Мы былі створаныя, каб любіць, нашая чалавечая прырода шукае шчасця, а знайсці яго можна толькі калі будзеш любіць іншых. Найперш — самых блізкіх: мужа, дзяцей, сям'ю, сяброў, супрацоўнікаў, усіх тых людзей, што сустракаюцца на тваім шляху. Мой муж распавёў, што Пэпэ сказаў яму: «Мама з усімі размаўляе на вуліцы. Гэта таму, што яна хоча з усімі пасябраваць?». Што ж, менавіта так — мне цікавы кожны чалавек, якога я сустракаю на вуліцы. Мне даспадобы затрымацца і паразмаўляць з маладой мамай, што шпацыруе са сваім немаўляткам — я спыняю яе і вітаюся, пытаюся, як завуць яе дзіцятка. У безасабовым свеце, у якім мы жывем, вельмі добра цікавіцца іншымі, задаваць ім пытанні пра

іх чаканні, спадзяванні, праблемы, вельмі добра плакаць з прычыны іх бедаў і цешыцца з прычыны іх дасягненняў.

На вакацыях мае дзеці-падлеткі кажуць: «Хадзіць на Імшу неабавязкова», але на вакацыях у нас больш часу, каб любіць Пана Бога, нашага Айца. Я кажу ім, што згодная і трэба быць свабодным, каб любіць, але д'ябал — вельмі спрытны, і яны могуць гэта бачыць: на вуліцы пануюць жорсткасць, секс, наркотыкі, абвостраны матэрыялізм... і гэта ўсё блізка ад нас. Мы можам не дазволіць д'яблу ўвайсці ў сваё жыццё, калі пабудуем сцяну, молячыся Ружанец усёй сям'ёй і штодня ходзячы на святую Імшу. Гэта ўсяго паўгадзіны, а пасля ў нас ёсць цэлы дзень, каб выканаць усе свае планы і пабыць з сябрамі.

Калі мы няздольныя выхоўваць сваіх дзяцей ў Любові, навучыць іх любіць Найвышэйшую Асобу, што дала ім жыццё, як жа тады навучыць іх любіць бліжняга? З дапамогаю святой Імшы і Ружанца мы вучым іх любіць і набліжацца да Таго, хто няспынна ўдзяляе нам столькі ласкаў, неабходных, каб жыць у супакоі і шчасці.

Эпілог

Я спадзяюся, што вам спадабаліся гэтыя маленькія простыя гісторыі з жыцця маёй сям'і. Мая заслуга невялікая, я шмат чаму навучылася ў доме сваіх бацькоў. Мая мэта была паказаць вам вельмі простыя рэчы, якія кожны можа з дня ў дзень практыкаваць ва ўласнай сям'і. Можна быць вельмі шчаслівым і цудоўна бавіць час, маючы 1, 2, 3... дзяцей. Дзякуй вялікі за вашую ўвагу і прабачце, калі я параніла каго-небудзь, бо часам магу быць вельмі рэзкаю ў выказваннях. Яшчэ раз дзякуй і спадзяюся, што гэтая кніга прыдасца вам калі-небудзь у жыцці.

«Я СПАДЗЯЮСЯ, ШТО ЗА ГЭТЫ ДАДЗЕНЫ МНЕ КАРОТКІ ЧАС ДАМОГСЯ ТАГО, ШТО МЫ КРЫХУ ЛЕПШ ЗРАЗУМЕЛІ ВАЖНАСЦЬ СЯМЕЙНАГА ЖЫЦЦЯ. НЕ ДЛЯ ТАГО, КАБ ХОЦЬ НЕЯК ТРЫВАЦЬ ЯГО... З ПАКОРАЮ... НЕ! ДЛЯ ТАГО, КАБ ЛЮБІЦЬ ЯГО, ЖАДАЦЬ ЯГО І КОЖНЫ ДЗЕНЬ РАБІЦЦА ЎСЁ БОЛЬШ ЗАКАХАНЫМІ Ў ЦУДОЎНАЕ, НАШАЕ ЦУДОЎНАЕ СЯМЕЙНАЕ ЖЫЦЦЁ!»

З прамовы Рафаэля Пік на цырымоніі
ўзнагароджання званнем
Doctor Honoris Causa ў Міжнародным
Каталонскім універсітэце.

Духоўна-асветніцкае выданне

Роза Пік-Агілера Рока

ЯК ЖЫЦЬ ШЧАСЛІВА З 1, 2, 3... ДЗЕЦЬМІ?

Адказны за выпуск а. Т. Крыштопік
Камп'ютарная вёрстка Ірына Амельяновіч
Мастак Мігель Арангурэн
Карэктары Павел Міцкевіч, Анхела Эспіноса

Падпісана да друку 7.09.2016.
Фармат 60x84/16. Папера афсетная. Друк афсетны.
Ум. друк. арк. 9,65. Ул.-выд. арк. 11,3.
Наклад 1000 асобнікаў. Заказ № 548/6

Гродзенская дыяцэзія
Рымска-каталіцкага Касцёла
ў Рэспубліцы Беларусь.
Пасведчанне аб дзяржаўнай рэгістрацыі выдаўца,
вытворцы, распаўсюджвальніка друкаваных выданняў
№ 1/443 от 21.10.2014.
Вул. К. Маркса 4, 230025, Гродна.

Надрукавана ў ТАА «Капітал Прынт»
Пасв. № 1/485 ад 23.12.2015, № 2/181 ад 4.11.2015
Вул. Ф. Скарыны 40/211, Мінск.

Кніга выдадзена на ахвяраванні каталіцкіх вернікаў.
Дзякуем усім ахвярадаўцам, а таксама Дабрачыннаму фонду
падтрымкі дзяцей і сем'яў «Святое сямейства»
за аказаную фінансавую дапамогу.

Як жыць шчасліва з 1, 2, 3... дзецьмі?

Як вы гэта робіце? Якім чынам вы так арганізоўваеце час, каб паспяваць рыхтаваць на такую колькасць ратоў, рабіць пакупкі і сціраць адзежу? Як вы здолелі ўсталяваць у хаце цішыню і парадак, так неабходныя для вучобы, і пры гэтым мець час на забавы? Які ваш сакрэт?

На гэтых старонках Роза Пік, 47-гадовая маці 18-ці дзяцей і працаўніца на палову стаўкі раскрывае нам сакрэт шчаслівага «і развясёлага» жыцця з 1, 2, 3... або 18 дзецьмі, як гэта ў яе выпадку. Яна распавядае аб сваім штодзённым жыцці поўным дзівосных анекдотаў і пацешных гісторый, галоўнымі героямі якіх выступаюць яе дзеці, муж, сябры, і г.д., і пра жыццёвыя цяжкасці, якія ім даводзіцца пераадольваць падчас гэтай цудоўнай прыгоды, якая заключае ў сабе сямейная жыццё.

Сямейства Пастыга Пік з'яўляецца сапраўды самай шматдзетнай сям'ёй Іспаніі і, верагодна, усёй Еўропы. Акрамя нядаўняга ўдзелу ў праграме BBC "The biggest family in the world" сям'я Пік часта з'яўляецца на розных сродках камунікацыі Еўропы і ўсяго свету.

(Перакладзена больш чым на 10 моваў)

Since 1978
IFFD
INTERNATIONAL FEDERATION FOR FAMILY DEVELOPMENT

АКАДЭМІЯ СЯМ'І
У БЕЛАРУСІ

Як жыць шчасліва з 1, 2, 3... дзецьмі?

Роза Пік-Агілера Рока