



Глава 1

ПОИСК ВИНОВНЫХ: *кто с тобой все это сделал?*

Действительно, кто организовал такую неприятную ситуацию в твоей жизни? Ты очень хочешь стать мамой самого замечательного ребенка, но желанная беременность все не наступает.

Попробуем разобраться с самого начала.

Вспомни тот момент, когда ты захотела обнять своего будущего ребенка.

- Когда ты в первый раз представила, как он будет радоваться тебе, как в первый раз скажет «Мама», как ты пойдешь гулять с коляской, и все будут улыбаться, глядя на тебя?



Ольга Кавер. Хочу ребенка. Как быть, когда малыш не торопится?

- Как давно это было?
- Ты помнишь, что чувствовала в тот момент?
- Как долго ты пребывала в состоянии эйфории от предвкушения новых перспектив и событий в твоей жизни?

Шли дни, месяцы, у кого-то из вас проходили годы, но желание стать мамой все не исполнялось. И на смену первому вопросу «Когда же я забеременею?» пришли следующие: «Почему я не могу стать мамой?», «За что мне такая жизнь?», «Кто это делает со мной?»

Иногда мы начинаем составлять список виноватых в том, что беременность не наступает. Кого обычно мы назначаем на эту роль?

Виноватый № 1: СОБСТВЕННЫЙ МУЖ

Самый первый и главный кандидат, виновный в том, что у тебя до сих пор нет ребенка.



Возможно, твой муж отказывается идти делать не очень приятные анализы, которые, по его словам, унижают его мужское достоинство. Может быть, твой супруг утверждает, что все проблемы с беременностью в вашей семье из-за тебя. Возможно, муж говорит, что ты неполноценная женщина, обещает найти другую жену, если ты не родишь наследника в ближайшие три года.

Список вероятных противоречий между тобой и мужем можно продолжать очень долго, но предлагаю разобраться: **насколько твой мужчина виноват в реальности?**



Для этого предлагаю ответить на несколько вопросов.

1. Твой муж — мужчина всей твоей жизни?
2. Когда-то давно ты сама выбрала именно его?
3. Ты сохраняешь брак с ним по собственной воле?
4. Успешное наступление беременности зависит от твоего мужа менее чем на 50%?
5. Твой муж не настроен категорически против наступления беременности?
6. Твой муж поддерживает тебя в сложных ситуациях, когда тебе грустно или ты плохо себя чувствуешь?
7. Ты не сомневаешься, что хочешь родить ребенка именно от этого мужчины?

Если ты ответила «да» более чем на пять вопросов — поздравляю, ты счастливая женщина, сделавшая правильный выбор. Если ответов «да» меньше пяти, есть повод задуматься.

Если ты ответила «нет» на **первый** вопрос, то думать мы с тобой будем на тему «Зачем я хочу родить ребенка без любви?». Действительно, зачем? Если ты не уверена, что этот мужчина в твоей жизни самый-самый, то, возможно, твой будущий ребенок намного мудрее тебя. Твой ребенок знает, что через какое-то время ты встретишь своего единственного мужчину, его папу. И у тебя не будет сомнений в том, что это именно он. А пока ты колеблешься на тему «Насколько этот мужчина достоин стать отцом моего ребенка?», ты передаешь вибрации сомнения своему будущему малышу. А дети очень чутко улавливают вибрации нашей души, ты в этом убедишься, когда придет время первых месяцев жизни вместе с твоим долгожданным ребенком: новорожденные, не умеющие пока ни говорить, ни ходить, ни даже улыбаться, безошибочно ощущают любые твои чувства и опасения.



Ольга Кавер. Хочу ребенка. Как быть, когда малыш не торопится?



Малыши плачут, если маме страшно или тревожно за них, и им хорошо и спокойно, если хорошо и спокойно себя чувствует мама.

Ваши не рожденные пока дети тоже чувствуют вибрации вашей души — ведь они уже выбрали тебя своей мамой, а твоего мужчину своим папой. И если это вибрации сомнения и тревоги, то ваши будущие дети могут прийти к выводу, что это сомнение по поводу их прихода в этот мир. В этом случае они могут решить подождать более удачного момента для своего рождения.

И эту ситуацию создаешь ты сама, своими мыслями и чувствами по отношению к собственному мужу. Для чего ты это делаешь? Об этом мы поговорим в главе 4.

Если ты ответила «нет» на **второй** или **третий** вопросы, то возникает парадоксальная ситуация: если ты не выбирала своего мужчину, то с какой целью хочешь родить ему ребенка? Допускаю, что ты можешь быть сторонницей национальных традиций: у некоторых народов и в наше время мужа выбирают родители, сохранились традиции многоженства. Попробуй ответить себе честно: у тебя был выбор оставаться жить в традициях своих родителей или идти по иному пути? Если твоя свобода полностью ограничена с рождения собственными родителями, то мне непонятно, каким образом к тебе попала в руки эта книга. Кстати, о родителях мы поговорим в следующей части этой главы.

А пока посмотрим твои ответы на **четвертый** и **пятый** вопросы. Если ты ответила «нет», то считаешь, что в большей степени от мужа зависит наступление беременности. В каких ситуациях так бывает? Если твой муж категорически против беременности и так же «категорически» предохра-



няется. Тогда у меня возникает встречный вопрос: для чего ты хочешь родить ребенка от мужчины, который этого так страстно не желает? Возможно, стоит:

- а) прислушаться к его аргументам против зачатия ребенка;
- б) найти мужчину, который больше любит детей, чем твой муж;
- в) подумать, не является ли твое желание родить ребенка лишь активным сопротивлением действиям твоего супруга.

Если ты ответила «нет» на **шестой** вопрос, то стоит подумать над остальными вопросами плюс постараться дать себе честный ответ на вопрос «Зачем я вообще живу вместе с этим чужим для меня человеком?».

Если ты ответила «нет» на **седьмой** вопрос, то добро пожаловать в главы 6 и 9, где мы подробно будем рассматривать эту тему, которая очень часто встречается на моих тренингах.

А теперь перейдем к обещанному разговору о твоих замечательных родителях.

Виноватые № 2: РОДИТЕЛИ

В чем они могут быть виноваты? Самое первое, что приходит на ум — в нашей плохой наследственности. Неужели трудно было передать здоровые гены нам, своим любимым детям? Бывает, что старшее поколение подливает масла в огонь.

На семейном торжестве за общим столом бабушка сказала Насте:

— Вот в наши годы у нас была экология и здоровый образ жизни. Все было правильно, работали много, ели здо-



ровую пищу, рожали каждый год по ребенку, а то и двойню. А сейчас? Вот ты, Настя, уже два года никак ребеночка не родишь! Вся больная насквозь! А вот в наше время...

Знакомая ситуация? Я слышала подобные истории от участниц своих тренингов раз 25. Родителей не выбирают, мы можем их только любить.

Приведу другой пример, из собственной жизни.

В подростковом возрасте я была маленькой, худенькой девочкой, которая никак не хотела расти и превращаться в девушку. Мама начала водить меня по врачам, которые делали много анализов и даже всерьез подозревали, что у меня отсутствует какая-то особая, отвечающая за женское взросление, хромосома.

Хорошо помню, как врач после долгого чтения моей карты сказала:

— Тебе надо больше гулять, меньше учиться, больше интересоваться мальчиками. А то в таком темпе ты не сможешь сдать главный экзамен в своей жизни — родить ребенка.

Видимо, из чувства подросткового протеста через несколько лет я сдала этот экзамен пять раз.

Но если вернуться в то время, я могла обвинить своих родителей в некачественных генах. Как же так — у всех все в порядке, а я не расту и не развиваюсь физически. Наверное, если бы я всерьез в то время задумалась на тему «Кто виноват?», я бы так и сделала. К счастью, тогда я не стала обдумывать перспективы подобных диагнозов, и в результате все стало хорошо: я выросла очень быстро, но только после 16 лет, не успев вдоволь подумать над тем, кто же виноват в этой ситуации.

Второй пример из моей жизни.

Помню, как очень обижалась на маму уже во время своей первой беременности: на одном из первых УЗИ мне диагностировали двурогую матку.



— Вы не сможете выносить ребенка, — твердо сказали врачи.

Я почему-то им не поверила, и моя беременность продолжалась.

Моя мама очень переживала за меня. Во время этих переживаний она вспомнила, что, будучи беременная мной на третьем месяце, ездила копать картошку и простыла.

— Видимо, поэтому у меня так все неудачно сформировалось! — сделала я глубокомысленный вывод и решила обидеться на собственную маму.

Знала бы я, как была не права!

- Во-первых, во время родов выяснилось, что никакой двурогой матки нет и в помине.
- Во-вторых, наши родители — самые лучшие для нас родители, мы выбираем их сами еще до рождения.
- В-третьих, моя мама в период беременности мной была всего на три года старше меня той, ожидающей первого ребенка в далеком 1994 году. Разве понимала она, что делала? Разве могла она желать своему ребенку зла?

Я посмотрела на себя тогда и поняла нелепость всех своих обид по отношению к родителям.

Если подумать, то мы можем обвинить родителей в том, что они не усмотрели начало какого-то заболевания, вовремя не отвели к врачу, вели нездоровый образ жизни во время беременности.



Но это же твои родители! Они подарили тебе жизнь, которая в любом случае больше, чем все жизненные обстоятельства. И этого бесценного подарка достаточно для того, чтобы сказать им спасибо.



Ольга Кавер. Хочу ребенка. Как быть, когда малыш не торопится?

О важности отношений с родителями мы еще поговорим. Также очень подробно я пишу об этом в своей второй книге «Ты будешь мамой!» [7].

А пока подумаем, кто еще может быть виноват в том, что у тебя до сих пор нет ребенка.

Виноватые № 3: ВРАЧИ

Самые частые обвинения в адрес врачей, которые я слышу на своих тренингах:

- а) врачи поставили неправильный диагноз, в результате был выбран неверный метод лечения, а я до сих пор не могу родить ребенка;
- б) врачам нужны только мои деньги, результат лечения их не интересует;
- в) врачи заинтересованы в как можно более длительном лечении (повторении процедуры ЭКО*), так как... (см. п. б).

Это самые часто встречающиеся претензии к медицинскому персоналу.

* ЭКО — процедура экстракорпорального оплодотворения, при которой происходит оплодотворение «в пробирке». Для этого сначала проводится так называемый «протокол»: женский организм стимулируется с помощью гормональных препаратов с целью получения как можно большего количества яйцеклеток. Для забора яйцеклеток делается пункция. Далее производится забор спермы у мужчины. Затем специалисты-репродуктологи соединяют в специальных условиях яйцеклетки и сперматозоиды. Обычно получается несколько оплодотворенных яйцеклеток. Далее следует период ожидания, чтобы определить, какие из оплодотворенных яйцеклеток развиваются нормально. На третий и/или пятый день после оплодотворения проводится процедура переноса яйцеклеток в матку женщины. Обычно переносится не более двух-трех яйцеклеток за один раз.



Давайте искать, где в этих словах правда, а где нет.

Мы ждем от врачей определенности, которая обычно выражается:

- а) в постановке диагноза;
- б) в лечении этого самого диагноза.

Таким образом, мы ждем от врачей, что они четко и твердо скажут, *что* с нами и *что* с этим *всем* делать. Где в этот момент находимся мы сами?



А если мы попробуем задать себе вопрос «Что со мной?» по-другому, например, так: «Для чего мне дана сегодняшняя ситуация? Какими мыслями и поступками я ее сформировала?»

«Причем тут врачи?» — спросите вы. Вот именно, что они ни при чем. Нам надо осознать, что наша готовность спрятаться за готовым диагнозом, данным нам кем-то очень ум-





Ольга Кавер. Хочу ребенка. Как быть, когда малыш не торопится?

ным, равносильна снятию с себя любой ответственности за то, что происходит в вашей жизни.

Медицина — это очень полезная и нужная отрасль знаний, которая спасла за века своего существования миллионы жизней. Но если ты стремишься переложить на врачей всю ответственность за то, что происходит с тобой, подумай, а где ты сама находишься в данный момент? Где твоя личность, твои знания, твоя логика, твой разум, твое подсознание, в конце концов, которому точно известны все причины и следствия?

Диагноз — это не приговор, а временная станция на твоём пути. При этом на начальной стадии заболевания ты можешь все исправить своими силами, не применяя никаких лекарств. Первопричина всех заболеваний — наши мысли и убеждения, которые со временем переходят в отклонения от нормы здоровья на уровне нашего тела. Убирать надо первопричину, корень всех проблем, то есть изменять свой образ мыслей.



Я — за союз медицины и психологии в устранении причин бесплодия. Такой союз способен дать потрясающе эффективные и быстрые результаты.

Сейчас в Барселоне мы вышли на новый уровень сотрудничества с клиниками ЭКО, а уровень медицины в Испании один из самых высоких в мире. Так, в Барселоне, в год проводится в три раза больше циклов ЭКО, чем во всех Соединенных Штатах Америки. Синергия психологии и медицины прежде всего должна быть безопасной для женщины, для пары, для их будущего ребенка. И вторая важная задача, которую мы ставим перед собой — это минимизация затрат для тех, кто мечтает стать родителями: как временных, что немаловажно в сфере репродукции, так и финансовых, что также крайне актуально. С помощью союза медицины и психологии все это возможно.



Что касается любви врачей к деньгам... Деньги — это вид энергии, которым мы восстанавливаем баланс в мире. Проще говоря, если кто-то делает нам что-то хорошее и полезное для нас, отдает нам себя, свои знания и время, то для восстановления баланса мы также должны отдать что-то хорошее и полезное этому человеку. В нашем мире чаще всего таким эквивалентом являются деньги. Если баланс обмена энергиями нарушается, то возникает дисбаланс, который жизнь восстановит позже менее приятными для тебя способами. Поэтому платить врачам деньги — это очень правильно и соответствует законам баланса нашего мира.

Другой вопрос, что есть врачи по призванию своей души, а есть врачи, которые просто зарабатывают деньги. Они все правы в своих жизненных позициях, и только тебе решать, к кому идти на прием.

Приведу пример из своей практики. Организатор моих тренингов в одном из крупных российских городов, замечательная девушка (назовем ее Алина) обратилась в несколько медицинских центров, занимающихся вопросами репродукции, бесплодия и ЭКО по вопросу организации моих тренингов «Хочу ребенка: как быть, когда малыш не торопится?».

Как позже рассказала мне Алина, она получила совершенно разные ответы в нескольких центрах (по этическим причинам названия центров я не называю).

В одном из центров Алина сразу получила отказ:

— Кто нам за ЭКО потом деньги платить пойдет, если после тренинга все и так забеременеют? Все же идет из головы. Когда люди это поймут, они перестанут приходить к нам, и мы лишимся доходов. Мы не враги себе, поэтому забудьте об этой идее, мы с вами работать не будем.

В другом центре реакция была диаметрально противоположной.



Там, выслушав предложение Алины, главный врач клиники сразу спросила:

— А можно тренинги Ольги Кавер будут проходить только у нас? Мы хотим эксклюзив, так как я понимаю, что такие программы очень хорошо повысят наши показатели рождаемости. Многие девочки лечатся годами, и так хочется им помочь.

Такие разные ответы! Есть врачи по призванию, а есть бизнесмены. И то, и другое достойно уважения. А выводы делать тебе.

Эта история имела продолжение. Прошло несколько лет, и тот первый центр прислал в мою школу тренеров по психологии репродукции человека своего сотрудника-психолога и оплатил полностью его обучение. Так я вижу, что хоть и медленно, но мир меняется, и мир медицины разворачивается в сторону психологии. Ведь вместе помочь можно намного быстрее и эффективнее.

Вернемся к нашему списку претензий к врачам от участниц моих тренингов. Третий пункт — врачи специально затягивают лечение, чтобы получить больше денег.

Прекрасная девушка Алена рассказала мне на консультации:

— Звоню своему врачу, плачу... ЭКО опять не дало результатов. «Как жаль, — отвечает мне врач. — Когда на следующее ЭКО придете?»

Врача ты выбираешь сама — у тебя есть свобода выбора, кому доверить свое здоровье и платить свои деньги. Если врач не устраивает тебя по каким-то параметрам, то почему ты до сих пор к нему ходишь?



Попробуй спросить себя: ты хочешь получить результат в виде рождения желанного ребенка или ты уже так увлеклась самим процессом достижения этой светлой цели, что потеряла конечный результат из вида?



В конце этой главы ты найдешь практические задания, в том числе упражнение на привлечение в твою жизнь нужных людей, врачей и других помощников, которые помогут тебе стать мамой. Только помогут — основная работа в любом случае должна быть сделана тобой.

А теперь мы переходим к очень интересной категории возможных виновников твоей ситуации — к твоим бывшим мужчинам. У-у, сейчас им не поздоровится!

Виноватые № 4: БЫВШИЕ МУЖЧИНЫ

Твои бывшие мужья или просто мужчины, рядом с которыми ты прошла часть своего пути. Сколько их было — знаешь только ты. Нас интересуют только те из них, с которыми у тебя возникал вопрос деторождения. Возникал и решался негативно, то есть вы принимали решение об аборте. И в результате этого аборта сейчас у тебя сложности с наступлением беременности или вынашиванием ребенка.

Или твой бывший когда-то заразил тебя каким-то неприятным заболеванием, передающимся половым путем. Не все из этих заболеваний являются венерическими, какие-то из них могут не проявляться годами, но влияют на наступление и протекание беременности.

Если подобных ситуаций в твоей жизни не было — смело пропускай этот раздел. Если были, предлагаю сразу задать себе вопрос: ты считаешь, что в твоих проблемах с рождением ребенка виноваты твои бывшие? Постарайся прислушаться к себе и ответить честно.

Если ты ответила «нет», то опять же можешь смело пропускать этот раздел. Если «да», то давай разбираться, насколько твои бывшие виновны в твоём настоящем.



Попробуй искренне ответить на следующие вопросы.

1. Ты связываешь свои настоящие проблемы с действиями кого-то из твоих бывших мужчин?
2. Был ли у тебя выбор делать аборт или нет?
3. Знала ли ты о последствиях аборта?
4. Знала ли ты о том, что твой мужчина может быть источником заболеваний, передающихся половым путем?
5. Делала ли ты, перед тем как начать попытки зачатия ребенка, полные анализы и диагностику состояния организма?

Если ты ответила «нет» на **первый** вопрос, смело можешь пропускать все остальные вопросы.

Если ты ответила «нет» на **второй** вопрос, то, возможно, тебя привезли на аборт силой, и эта ситуация уже подпадает под статью Уголовного кодекса как насилие над личностью. Если ты была молода и тебя отправили на аборт родители, то они могли настаивать, но право выбора в любом случае всегда оставалось и остается за тобой. Если ты хотела абортом отомстить своему бывшему мужчине, который отказался жениться на тебе, то он тем более ни при чем: поступил он не очень красиво, но выбор сделала в данной ситуации ты сама.

Возможно, ты ответила «нет» на **третий** вопрос. Тогда это недоработка врачей, которые обязаны были тебя информировать о том, какие могут быть последствия. Но посмотри правде в глаза: сейчас даже пятнадцатилетние девочки знают, что одним из последствий аборта может быть бесплодие или проблемы с зачатием и вынашиванием ребенка. Правда ли, что ты не знала, к чему может привести твое решение?

Если ты ответила «нет» на **четвертый** вопрос — эта ситуация как раз очень и очень возможна. Далеко не все



мужчины спешат проинформировать партнершу о своих заболеваниях, к тому же они сами часто не знают, что являются их носителями. Предположим, что твой бывший знал, что болеет, но ничего не сказал тебе. А ты узнала много позже, что тоже больна заболеванием, влияющим на возможность зачатия здорового ребенка. Есть ли смысл обвинять его в этом? Предлагаю срочно искренне порадоваться, что ты рассталась с этим человеком, и пожелать ему счастья. Скорее всего, он уже осознал свои ошибки, так как жизнь показала ему в других ситуациях, как он был не прав. Например, ему встретилась на пути девушка, которая также не сказала ему, что болеет каким-то заболеванием, передающимся половым путем. Скорее всего, он уже все понял, и извиниться перед тобой ему мешает ложное убеждение о мужской брутальности и суровости. Когда ты сделаешь упражнение в конце этой главы, не удивляйся, если он скажет или напишет тебе добрые слова. И ты почувствуешь, что это — извинение.

Если ты ответила «нет» на **пятый** вопрос, то я поздравляю тебя с тем, что ты доверяешь жизни. Это очень хорошо, так как большая часть участниц моих тренингов очень долго отрабатывают это доверие. Но если ты не делала анализы, понимаешь ли ты, что сама приняла решение *не знать* о наличии инфекции в своем организме?

Очень подробно о бывших партнерах и о системных методах работы с ними я пишу в своей второй книге «Ты будешь мамой!» [7].

В конце этой главы ты найдешь упражнения по устранению «фактора виновных» в твоей жизни. После его устранения ты еще на несколько шагов станешь ближе к своей мечте стать мамой.

А нам осталось обсудить еще один очень интересный подвид виновников твоей ситуации — это люди, которые предсказали тебе негативное будущее.