

ДНЕВНИК  
*моей*  
БЕРЕМЕННОСТИ

---



6-е издание



ИЗДАТЕЛЬСТВО

**ВИССОН**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Санкт-Петербург, 2018

*Посвящается моей Аринушке и  
всем детям, которым предстоит  
родиться на свет.*

## ПРЕДИСЛОВИЕ



Моя дорогая сестра!

Если Вы уже стали мамой, а Ваш муж уже стал папой еще не рожденного ребенка, эта книга-еженедельник — для Вас. Первые таинственные девять месяцев, когда жизнь ребенка скрыта от людских глаз, Вы проживете вместе со своим малышом — сынишкой или доченькой. Вместе с ним Вы совершите удивительное путешествие продолжительностью в сорок недель — от зачатия до рождения.

Я — врач, и я — мама. Моя дочка уже совсем взрослая. Когда я носила ее под сердцем, нам с мужем очень хотелось знать, что происходит там, в моем лоне, и как растет и развивается наше дитя. Уже тогда мы полюбили это загадочное существо, но почти ничего о нем не знали. Ожидая рождения ребенка, мы все хотели сделать так, чтобы нашей малышке было хорошо...

После рождения дочки в моей душе зародилась мечта рассказать, как в материнском лоне происходит развитие младенца. Только спустя двадцать лет я смогла воплотить свой замысел в жизнь. Изучив большое количество научной литературы по эмбриологии человека и физиологии плода, я написала сценарий, по которому в 1997 году в мастерской режиссера Игоря Шадхана в Санкт-Петербурге был снят первый отечественный научно-популярный фильм о внутриутробном развитии ребенка «От зачатия до рождения».

Затем пришло время работы над книгой, которая позволила бы Вам глубже осознать то счастье, которое свалилось на Вас прямо с небес! Я хотела написать ее так, чтобы Вы, читая ее, воспринимали свою беременность не как тяжкое бремя, а как самый счастливый и озаренный святостью период своей жизни. И чтобы Ваши чувства непременно разделял

---

Первые «Дневник моей беременности» в сокращенном виде (под названием «Письма из чрева») был опубликован в № 1–4 журнала «Сестра» за 2003 год.



ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

*Неделя за неделей*

*Уповай на Господа и делай добро;  
живи на земле и храни истину.*

Пс. 36:3



*Если на этой неделе у Вашего ребенка проявится влияние Y-хромосомы, его половые железы трансформируются в мужском направлении и у него появятся яички. Под влиянием X-хромосомы развитие пойдет в женском направлении и сформируются яичники.*



## *Здравствуй, милая мамочка!*



Тебе пора посетить врача женской консультации, чтобы убедиться, что ты здорова, или же вовремя начать лечение, если что-то не в порядке.

Я обретаю формы. Мои ручки размером вот с такой восклицательный знак (!). Ладонки похожи на лопаточки, а на месте будущих пальчиков — маленькие бугорки. Скоро они вырастут, и я смогу сосать большой палец.

Растут и косточки, скрепляемые жилами. На моей руке уже виден «бипс», а это значит, что я обрастаю мышцами! В мои руки и ноги «врастают» нервы, так что скоро я смогу двигаться! Когда я появлюсь на свет, я крепко тебя обниму!

У меня образовались окологривидные железы, которые вот-вот начнут вырабатывать паратгормон. А недалеко от моих глаз произошла закладка слезных желез, и я смогу заплакать, если мне будет больно или обидно. Но я знаю, что ты меня очень любишь и причин лить слезы у меня, скорее всего, не будет!

Спешу тебе сообщить еще одну новость: в моей груди развиваются легкие, начали расти трахея и крупные бронхи. Однако пройдет немало времени, прежде чем я сделаю первый вдох.

Кровотворение перешло из желточного мешка в печень. Там много места для выработки эритроцитов, ведь я расту и мне их требуется все больше и больше. Слава Богу! «...Кожею и плотью одел меня, костями и жилами скрепил меня, жизнь и милость даровал мне, и попечение Твое хранило дух мой» (Иов 10:1–12).

Милая мамочка, я так люблю, когда вы с папой бываете вместе, гуляете или сидите в обнимку! А если при этом мой папа гладит твой живот и ласково со мной разговаривает, у меня от счастья просто захватывает дух!

Вообще у меня все хорошо.

Будь здорова! Ваш Крепыш

## МОЛИТВА БЕРЕМЕННОЙ ЖЕНЩИНЫ

*Отец Небесный!*

*Во имя Иисуса Христа я прихожу к Тебе, моему любящему Отцу, с молитвой.*

*Благослови сегодняшний день, пребудь со мной Духом Твоим Святым каждую минуту, дай мне каждое мгновение ощущать Твое святое присутствие. Охраняй меня и плод чрева моего от всяких опасностей. Пребывай в моем сердце радостью и покоем, уверенностью, что все будет хорошо, так как Ты обо всем позаботился заранее. Дай мне дух покаяния и мудрость быть послушной Твоему голосу, чтобы я делала то, что угодно Тебе.*

*Дай мне дерзновение постоянно молиться и радоваться каждому мгновению моей жизни! Наполни мое сердце любовью ко всем людям, с которыми я сегодня встречаюсь, сохрани мое сердце от раздражения, гнева, печали. Спасибо Тебе, Господь, за Твою любовь ко мне и моему младенцу, который растет в моем чреве, ко всей моей семье. Прими мою великую благодарность за Твою любовь!*



# АЛФАВИТНЫЙ СПИСОК МУЖСКИХ И ЖЕНСКИХ ИМЕН

## Мужские имена

Имя	Значение	Происхождение	Имя	Значение	Происхождение
<b>А</b>			<b>Анастасий</b> (Анастас)	воскресение	(греч.)
<b>Аарон*</b> (Арон)	великое имя	(егип.)	<b>Анатолий</b>	восточный; родом из Анатолии (Малой Азии)	(греч.)
<b>Абрам</b>	см. Авраам		<b>Андрей*</b>	мужественный, храбрый	(греч.)
<b>Аввакум*</b>	обнимающий	(евр.)	<b>Андроник*</b> (Андрон)	победитель	(греч.)
<b>Августин</b> (Август)	величественный, священный; рожденный в августе	(лат.)	<b>Антип</b> (Антипа)	упорный, крепкий	(греч.)
<b>Авдий*</b> (рус. Авдей)	раб или слуга Божий	(евр.)	<b>Антоний</b> (Антонин, Антон)	приобретающий взамен	(греч.)
<b>Авель*</b>	легкое дуновение	(евр.)	<b>Ануфрий</b>	см. Онуфрий	
<b>Авенир*</b>	букв. «отец — это свет»; идущий впереди	(евр.) (галл.)	<b>Аполлинарий</b>	посвященный богу Аполлону	(греч.)
<b>Аверкий</b>	удерживающий; удаляющий	(лат.)	<b>Аполлон</b>	в честь бога Аполлона	(греч.)
<b>Авив</b>	колос	(евр.)	<b>Аполлос*</b>	потерянный	(греч.)
<b>Авраам*</b> (Абрам)	букв. «[мой] Отец возвышен»	(евр.)	<b>Арам*</b>	букв. «Бог возвышен»; милосердный	(евр.) (арм.)
<b>Автоном</b>	самостоятельный	(греч.)	<b>Ардалион</b>	сосуд для окропления	(греч.)
<b>Агапий</b> (рус. Агап)	любовь	(греч.)	<b>Аристарх*</b>	лучший властитель	(греч.)
<b>Агафангел</b>	добрый вестник	(греч.)	<b>Аркадий</b>	родом из пелопонесской области Аркадии	(греч.)
<b>Агафон</b>	добрый, хороший, благожелательный	(греч.)	<b>Арсений</b>	смелый, мужественный; мужчина	(греч.)
<b>Адам*</b>	человек; [созданный] из красной глины, земли; имя первого человека	(евр.)	<b>Артема*</b> (Артемий, Артем)	здоровый, невредимый; кр. форма имени Артемидорос — подарок Артемиды	(греч.)
<b>Адриан</b>	родом из этрусского города Адрии	(лат.)	<b>Артемон</b>	парус	(греч.)
<b>Азария*</b>	помощь Божья	(евр.)	<b>Артур</b>	медведь	(кельт.)
<b>Александр</b>	защитник; мужественный	(греч.)	<b>Архипп*</b> (рус. Архип)	главный всадник; старший над табуном	(греч.)
<b>Алексей</b>	защитник	(греч.)	<b>Афанасий</b>	бессмертный	(греч.)
<b>Алипий</b>	беспечальный	(греч.)	<b>Афиноген</b>	по имени богини Афины	(греч.)
<b>Алфей</b>	перемена	(евр.)	<b>Б</b>		
<b>Альберт</b>	утренний, светлый	(герм.)	<b>Бажен</b>	желанный, милый	(др.-рус.)
<b>Альбин</b>	белый	(лат.)	<b>Бенедикт</b>	см. Венедикт	
<b>Амвросий</b>	божественный	(греч.)	<b>Беньямин</b>	см. Вениамин	
<b>Амос*</b>	нагруженный; букв. «Яхве понес»	(евр.)	<b>Богдан</b>	данный Богом	(слав.)
<b>Анания*</b>	благодать Божья, дарованный Богом; букв. «Яхве возвысил меня» или «Яхве открыл Себя»	(евр.)	<b>Болеслав</b>	большая слава	(слав.)
			<b>Борис</b>	борец	(рус.)

### **Сусанна**

(См.: Лк. 8:2–3.)

### **Тавифа**

Ученица Христа, которая «была исполнена добрых дел и творила много милостыни». Петр воскресил ее из мертвых (см.: Деян. 9).

### **Тимофей**

Любимый ученик и последователь Павла, его помощник во втором миссионерском путешествии. Предстоятель ефесской церкви. Разделил с Павлом тюремное заключение (см.: Деян. 16–20; 1 Кор. 4; 1 Фес. 1, 3; Кол. 1; Флм. 1; Флп. 1–2; 1 и 2 Тим.).

### **Тит**

Грек, обращенный к Господу проповедью Павла и ставший сотрудником апостола. Сопровождал Павла в миссионерских путешествиях. Получил от него поручение закончить строительство церкви на Крите (см.: Гал. 2; Тит. 1; 1 Кор. 14; 2 Кор. 2, 7–8, 12; 2 Тим. 4; Тит.).

### **Тихик**

Ученик и спутник Павла в пути из Коринфа в Иерусалим. В период заключения Павла его верный сотрудник (см.: Деян. 20; Еф. 6; Кол. 4; Тит. 3; 2 Тим. 4).

### **Трофим**

Обращенный язычник, спутник Павла в пути из Коринфа в Иерусалим (см.: Деян. 20–21; 2 Тим. 4).

### **Фамарь**

Хананеянка. Вступила в связь со своим свекром Иудой и родила ему Фареса и Зару. Ее

имя вошло в родословие Иисуса Христа (см.: Быт. 38; Мф. 1).

### **Фарес**

Сын Иуды от Фамари. Имел многочисленных потомков. Его имя вошло в родословие Иисуса Христа (см.: Быт. 38; Числ. 26; Мф. 1; Лк. 3).

### **Феофил**

Муж, которому Лука посвятил свое Евангелие и Книгу Деяния (см.: Лк. 1; Деян. 1).

### **Филимон**

Христианин в Колоссах, предоставлявший свой дом для собраний христиан и оказывавший помощь нуждающимся (см.: Флм.).

### **Филипп**

Апостол. Поведал Нафанаилу о том, что нашел Мессию в Иисусе, сыне Иосифа из Назарета. Предание говорит, что Филипп проповедовал Евангелие во Фригии и умер в глубокой старости (см.: Мф. 10; Мк. 3; Лк. 6; Ин. 1, 6, 12, 14; Деян. 1).

### **Фома**

Апостол. Иоанн отмечал три черты его характера: бесстрашие, преданность Иисусу Христу и скептицизм, т. к. Фома требовал доказательств воскресения Учителя (см.: Ин. 11, 14, 20–21; Деян. 1).

### **Хеврон**

(См.: Числ. 3; 1 Пар. 26.)

### **Хлоя**

(См.: 1 Кор. 1:11.)

