



Раиса
Алибекова

Жизнь и Еда



Издательство АСТ
Москва

УДК 641.55
ББК 36.997
А50

*Автор фотографии на обложку Екатерина Орлова
instagram/@lovaphotos*

Алибекова, Раиса.

А50 Жизнь и еда / Р. Алибекова — Москва : Издательство АСТ, 2018. — 256 с. — (Звезда инстаграма).

ISBN 978-5-17-105899-9.

В семь лет Раиса из дагестанского села чуть заживо не стореда. Ее чудом спасли, но на долгие годы она потеряла лицо. Его «лепили» заново в течение двадцати лет, по миллиметру в год — девушке пришлось перенести более двадцати пластических операций, проведенных под общим наркозом. Раиса пережила адские муки, но никогда не отчаивалась, потому что рядом с ней всегда были ее родные, а потом — любимые муж и сын.

Сегодня Раиса — молодая красивая женщина, успешная жена и мама, известный блогер. В «Инстаграме» на ее блог «Жизнь и еда», где она опубликовала более тысячи уникальных видеорецептов, подписаны 1 200 000 человек. Раиса стала «Лучшим фуд-блогером» России 2016 года, по мнению читателей популярного женского сайта Леди Mail.Ru. А в 2017 году она выиграла премию «Инстамама» в номинации «Food-мама». В своей книге автор впервые подробно рассказывает о пережитых событиях и о том, что помогает ей не падать духом, никого ни в чем не винить и завоевывать все новые вершины в профессии и личной жизни.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-17-105899-9.

© Раиса Алибекова
© ООО «Издательство АСТ»

ВСТУПЛЕНИЕ ОТ РЕДАКЦИИ

В семь лет Раиса из дагестанского села чуть живо не сгорела. Ее чудом спасли, но на долгие годы она потеряла лицо. Его «лепили» заново в течение двадцати лет, по миллиметру в год — ей пришлось перенести более двадцати пластических операций, проведенных под общим наркозом. Раиса пережила адские муки, но никогда не отчаивалась, потому что рядом с ней были ее родные: мама, папа, братья, сестра, тети, а потом и обожаемый муж. Их любовь и поддержка дали Раисе силы и надежду на прекрасное будущее. И оно настало!

Сегодня Раиса — молодая, красивая женщина, успешная жена и мама, известный блогер. В «Инстаграме» на ее блог «Жизнь и еда», где она опубликовала более тысячи уникальных видеорецептов, подписаны 1 200 000 человек.



Рая — «Лучший фуд-блогер» России 2016 года по мнению читательниц популярного женского сайта Леди Mail.Ru. А в 2017 году она выиграла премию «Инстамама» в номинации «Food-мама».

Чтобы завоевывать другие высоты, Раиса постоянно учится. К своим двадцати восьми годам она закончила: физический факультет, факультет математики и компьютерных наук, курсы фотографа, журналиста и кулинарную школу. А сейчас планирует освоить профессию ресторатора, чтобы открыть свой бизнес — сеть собственных ресторанов в разных городах. Каков размах!

Сегодня семья Раисы переехала в Москву — здесь звезда «Инстаграма» видит больше возможностей для развития. В столице ее приглашают на кулинарные телешоу, а билеты на ее мастер-классы разлетаются за час.

Но отчего Раиса долгое время не решалась рассказать о себе? Как она пережила личную драму? Как сейчас относится к своему отражению в зеркале? Почему она несколько раз попадала в автомобильные аварии, причем в одни и те же числа? Зачем поменяла имя? От какого шага отговаривал ее муж Абдула? Чем радуют и огорчают ее подписчи-



ки в «Инстаграме»? Что надо делать, чтобы стать популярным блогером? Сколько времени и сил уходит на создание одного видеорецепта? На эти и другие вопросы автор отвечает откровенно и обстоятельно. А также рассказывает о том, что помогает ей не озлобиться, не упасть духом, никого ни в чем не винить...

Судьба молодой женщины настолько удивительна, что может лечь в основу и документального фильма, и художественного романа.



ВСТУПЛЕНИЕ ОТ АВТОРА

Я прошла путь от девочки,
потерявшей лицо,
до успешной женщины,
вставшей в один ряд со «звездами»

Когда люди видят мой блог, встречают меня на улице или, возможно, натываются на интервью со мной, то зачастую они даже не догадываются, какой путь я проделала. От маленькой девочки, которая в прямом смысле потеряла лицо и всяческое желание жить, до успешной женщины — жены и мамы.

Это была трудная дорога — через боль и принятие. Но сейчас, оглядываясь назад, я поняла, что не чувствую обиды или злобы и испытываю только благодарность миру. Признаюсь, раньше я не думала



о книге. Но оказалось, что моя история помогает девушкам, попавшим в такую же беду, поверить в себя, принять свои недостатки. Поэтому я решила попытаться вдохновить как можно больше людей на то, чтобы просто жить и радоваться каждому дню!

Сейчас я не та Раиса, которая, разбив зеркало, рыдала, оплакивая остатки своего лица. Я та, что увидела свою фамилию в одном ряду с именами «звезд» — Веры Брежневой, Ксении Собчак, Ньюши, Сергея Шнурова, Тимати, Ники Белоцерковской! Все они были выдвинуты читателями на премию популярного женского сайта Леди Mail.Ru в разных номинациях. Я же победила в номинации «Лучший фуд-блогер».

Я посвящаю всем свою победу! Смогла я — сможет каждый из вас! Премии, успех блога, счастливая семейная жизнь — это итог долгого пути. О том, каким был этот путь, я расскажу в книге. Многое из того, что я описываю, до сих пор не было известно даже моим родителям. Это серьезный шаг для меня, но я пообещала себе быть откровенной и слово сдержу.



Я готова пожертвовать целым миром ради любимых людей

Лучший пример — перед глазами

Моя родина — Дагестан, страна гор (от тюркского «даг» — «гора», «стан» — «страна»). С детства я видела горные аулы, каменные ступени, ведущие к вершинам гор, ленты дорог, которые петляют над страшными пропастями, и шумные горные реки. Но родилась и росла я на равнине — в часе езды от Махачкалы, в селе Новые Викри Каякентского района. Это роскошный край цветущих долин и живописного Каспийского моря. Мне повезло жить в таком прекрасном месте — до моря можно было даже дойти пешком, а у нас была машина, поэтому весь путь до него занимал не больше десяти минут. Я до сих



пор считаю, что это самое красивое место на земле! Там мало людей, и местные жители с заботой и любовью поддерживают чистоту пляжа и моря. Большими компаниями — с семьей, с друзьями — мы часто ездили на Каспий, старались проводить там выходные. У нас даже было особое место для шашлыков — возле реки в лесу. Помню я и зимние прогулки. В детстве мне казалось, что снега было много — не то что сейчас.

Мою маму зовут Зайнаб, ей пятьдесят семь лет, а папе — Магомеду — пятьдесят шесть лет. Отец — экономист по образованию, раньше работал бухгалтером в совхозе. Ушел оттуда, чтобы заняться собственным бизнесом: возил из Питера трубы для отопления и продавал их в Махачкале. В то время — в середине 1990-х — мы жили богато. Соседи приходили к нам в гости, словно в музей, чтобы полюбоваться дорогой и дефицитной по тем временам мебелью. Сейчас смешно вспоминать об этом, но мама иной раз всерьез жаловалась, что устала деньги считать, и невольно порой думала: когда же это закончится? Бывало, целый чемодан денег привозил отец, и ей приходилось считать их с утра до вечера. Бизнес отца развивался стремительно и шел



хорошо до тех пор, пока его не «кинул» родственник, с которым они вели дела. Отец в одночасье разорился, и чемоданов денег не стало. Я восхищаюсь своим папой! Мы никогда не были бедными — он любимым способом пытался зарабатывать и делал все, чтобы его большая семья жила достойно.

Нам, детям, он всегда говорил: «Главное не в том, чтобы у вас был материальный достаток, а в том, чтобы у вас головы работали — тогда вы сами себя обеспечите». Поэтому для него важно было дать нам образование. Не секрет: чтобы поступить в хорошую школу или в вуз, требуются деньги. И папа трудился не покладая рук. Сейчас у него огромный, площадью около гектара, виноградник, в котором он выращивает виноград различных сортов. И до сих пор папа все контролирует сам — от тонкостей ухода за прихотливыми лозами до переговоров с заводами, закупающими виноград. Из его сырья производят Дербентское и Кизлярское вина. И хотя все мы, его дети, выросли, папа все равно работает для нас и постоянно стремится помочь нам, чем может.

Моя мама для меня — идеал любящей женщины. Когда я вижу объявления о курсах по женствен-



ности — только улыбаюсь: ведь я росла, имея перед глазами лучший образец для подражания. Мои родители знакомы еще со школы. Только мама тогда была хулиганка, которая терпеть не могла учебу, а папа — отличник, которого ставили всем в пример. Мама нередко рассказывает мне смешные истории из своего детства... Однажды она дурачилась с подружками и закинула камешек к соседям, который угодил аккурат в хинкал, стоявший на столе. Хорошо, что зубы у соседа остались на месте, но от родителей маме попало. А в другой раз, уже в начальной школе, она рассердилась из-за того, что на уроке физкультуры ее заставляют забираться по ненавистному канату, и втайне от всех сожгла его. Мама со смехом говорит, что мастерски все отрицала и ей удалось избежать наказания. Причем с физической активностью у нее был полный порядок, даже порой с избытком. В старших классах на переменах они дурачились в коридоре — подпрыгивали, стараясь достать до потолка. Ни у кого не получалось, и тогда мама придумала сделать это с разбега. Своего она добилась, но приземлилась неудачно. Хотя, скорее, удачно, ведь она сбила с ног своего будущего мужа, в тот момент — прилежного любителя мате-



матики... Однако со временем ее буйная энергия перешла в мирное русло. В ту пору старшеклассников отправляли в совхозы для помощи в уборке урожая, и мама всегда была в числе первых — и работу выполняла быстрее остальных, и по показателям лидировала. Говорит, даже могла с легкостью тягать мешки, за которые и мужчины не брались.

Брак с моим отцом им устроили родители. Тогда это была обычная практика, но им действительно повезло друг с другом. Редко какая любовь выдерживает столь тяжелые испытания. Дело в том, что практически всю жизнь мама ухаживала за родственниками папы. Сразу после свадьбы папу забрали в армию, и беременная Зайнаб осталась с его родителями — моими дедушкой и бабушкой. Вскоре заболела бабушка, ей требовался постоянный уход, и мама помогала, как могла.

Пока папа был в армии, мама родила ему первенца, а после его возвращения практически сразу забеременела снова. Они хотели иметь много детей, и папа сразу же начал усиленно работать, понимая, что на нем лежит вся ответственность за семью.

После десяти лет болезни бабушка умерла, и это стало настоящим ударом для дедушки... Па-



пин отец Гаджихмед — удивительный мужчина. Он работал кузнецом и обладал невероятной силой. В селе его все боялись, никто и слова не мог сказать ему наперекор. Даже будучи стареньким и больным, он мог схватить человека так крепко, что и троим-четверым мужчинам не удавалось разнять его хватку. Дед воевал в Великой Отечественной войне, дошел до Германии и вернулся невредимым — с полной грудью орденов и медалей. К сожалению, этого сильного человека подвело здоровье — и физическое, и душевное, дедушке требовался постоянный уход и забота. Мама с большим уважением и любовью ухаживала за ним, несмотря на то, что сама уже была матерью четырех сыновей.

Папа работал в соседнем городе Избербаше. Ему приходилось часто и надолго уезжать, его сутками не бывало дома — в тот период мама его почти не видела. А когда отец открыл продуктовый магазин в поселке, она без раздумий взялась помогать ему, согласившись работать там продавцом.

Мне кажется, что такие жены, как Зайнаб, — редкость. Она так много сделала для родителей мужа! Однако большие нагрузки, которые легли