

Михаил Аршанский

Капустный король, Рыцарь в кастрюле и другие

Михаил Вельевич Аршанский

Капустный король, Рыцарь в кастрюле и другие

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70012654

SelfPub; 2023

Аннотация

В очередной книге автора собраны терапевтические сказки, написанные в результате работы с клиентами. Читать ее стоит неспеша, размышляя, делая свои выводы, которые будут строго индивидуальны. Книга может быть полезна психологам, психотерапевтам, всем, кто интересуется психологией и хочет изменить свою жизнь.

Михаил Аршанский

Капустный король, Рыцарь в кастрюле и другие

В очередной книге автора собраны терапевтические сказки, написанные в результате работы с клиентами. Читать ее стоит неспеша, размышляя, делая свои выводы, которые будут строго индивидуальны. Книга может быть полезна психологам, психотерапевтам, всем, кто интересуется психологией и хочет изменить свою жизнь.

Вместо предисловия

Постоянно общаясь с людьми во время терапевтических сессий, консултий, марафонов, тренингов, лекций или семинаров, не перестаю поражаться мудрости, остроумию, с которым рассказываются те, или иные истории, даются не оценки, а оторажение происходящего. Это побудило сначала задуматься, а потом и начать их записывать. При этом глубоко было искушение внести что-то свое в эти высказывания. Как могу стараюсь этого не делать. К сожалению, мой внутренний Ребенок – тоже человек, поэтому он начинает проявлять себя. Тем не менее практически все, что вы встретите в этой книге – реальные высказывания, мысли, реальных

людей, которые живут, работают, учатся рядом с вами.

Сказки, истории, отрывки сеансов, все это благодаря тем, с кем в последние годы довелось столкнуться в терапевтическом кабинете, или в аудитории. Всем Вам (именно с заглавной буквы в знак признательности и уважения) и посвящена эта книга.

Читайте, размышляйте, становитесь лучше.

Удачи!

Что такое свобода?

Свобода – это не только возможность перемещаться в пространстве, совершать поступки, делать покупки. Свобода – это возможность получения информации, которую ты сам можешь обдумать, проанализировать, сделать выводы.

Свобода – это возможность сделать все, что захочешь, но с необходимостью нести ответственность за свои поступки. Вообще, ответственность – это обязательная составляющая свободы. По этой причине, когда совершил какое-то действие и потом приходится отвечать, то бессмысленно поднимать крик: «А меня-то за что?! Я только играл!» Не прокатит.

Стоит принять простой постулат, в жизни нет ничего несерьезного, ненастоящего. Причина проста. Сама жизнь – это уже серьезно.

Надо уметь быть свободным. Когда родители начинают излишне контролировать, опекать ребенка, «чтобы чего не

вышло», это не дает ему научиться пользоваться свободой. Как результат, рано или поздно, ребенок вырастает, и выясняется, что он умеет ходить, разговаривать, чем-то заниматься, но искусством быть свободным он так и не овладел. Ну не умеет он отвечать за совершенные поступки! Так бывает. Вроде взрослый человек, а случись что – ребенок.

Свободе надо учить с детства, ну и учиться самому. Иначе все то, от чего пытались оградить ребенка, произойдет когда он вырастет. А это может быть трагично.

Сказание о личностном росте (Клиентская сказка)

*«В желании стать лучше непременно
Потянет как-то к новой высоте.
Ошибкой будет если те высоты
В других увидишь, только не в себе»
(Отрывок из старинной Скандинавской саги,
XII-XII век, вероятно)*

Сказывают, не далеко, не близко, но жил в нашей деревне крестьянин. По утрам печь топил, сено косил, корову доил, лучину колот, а вечерами-то ее зажигал, чтоб в доме светло было. Ведь когда в доме светло, то на душе тепло, он это в одной старинной книге-то и вычитал. Но была у него одна черта, которая отличала его от других, держался обособ-

лено от всех. Нет, он не был нелюдимым. Можно даже сказать наоборот, временами становился очень даже общительным, принимал гостей, делился всем, что у него было со всеми окружающими. Жил в мире и дружбе. Да только через некоторое время вдруг начинал замечать, что все чрезмерно пользуются его добротой, а он, рубаха-парень, готов отдать последнее. При этом все соседи чего-то от него хотят. Один мечтает отрезать часть участка с яблоней, другой – дровяной сарай присмотрел, а третий, так вообще, нацелился на кучу навоза, чтоб удобрять им свой огород.

А что делать, если кругом враги? Надо защищаться. Тогда этот крестьянин становился агрессивным. Прочитал он в одной старинной книге, что в драке, если победить хочешь, бей первым, чтоб врагов обезвредить. Он так и поступал. Делал налеты на соседние участки, забирал дрова у других, запрещал всем ходить мимо своей хаты.

Деревенские-то, на это время ставни закрывали, не общались с ним, потому, как бесполезно. Если он чего решил, то пока не сделает, что задумал, не успокоится.

Проходит время, появляется у героя чувство справедливости, появляется жалость и симпатия к прежним врагам. Тем более, прочитал он при лучине в старой книге, что надо любить врага своего, и он великодушно начинает им помогать. Люди-то хорошие. Первому яблоки подарит, со вторым дровами поделится, третьему сам на огород завезет удобрения. Жалко что ли навоза-то? Еще наберется. Урожай-то

всем нужен.

Вот так и жил. Спросите а зачем все это? А как же без вечного страдания и борьбы, а также поиска справедливости стать выше?

Чаще, чтоб стать выше, не надо наказывать других, достаточно разобраться в себе.

Заколдованная Принцесса (Клиентская сказка)

«Когда желанием наполнен

Ты скачешь вдаль, чтоб победить

Дракона, Колдуна иль Нечисть,

Как просто о любви забыть.»

(Отрывок из скандинавской саги

Ориентировочно XIV-XV вв.)

У подножья горной гряды в маленькой уютной пещере со всеми удобствами жил Дракончик. Он был добрый, милый, любил цветы и питался принцами, которые приезжали к нему, чтобы совершить подвиг.

Это была заколдованная Принцесса. В детстве она была избалованная, и в конце – концов, одной Волшебницей, которую потом переведут в Колдуньи, была за это заколдована. Мораль: не трогай чужих детей, объявят Колдуньей.

Когда приезжает очередной Принц, чтобы победить дракона, то Дракончик его жалеет. Ведь настоящий Принц должен победить Дракона, а дракончика рвётся победить только Игрушечный принц. Поэтому наш Дракончик его должен съесть, но из жалости гонит от себя, оставаясь голодным. Ведь Принц, даже игрушечный, ему очень понравился.

Мораль: если рассматривать людей как пищу, останешься одиноким.

Униженный Принц одиноко медленно удаляется от пещеры. Он теперь обречён на скитания. Стыдно возвращаться домой, не победив дракона.

А ведь, не думал бы о себе, своём желании... Вообще, подвиг может заключаться в другом. Один поцелуй и дракона нет, он побежден, а есть Принцесса... Но...

Мораль: если не хочешь быть одиноким, не будь самовлюблённым эгоистом. Могут и съесть.

Капустный Дракон и Рыцарь в Кастрюле (клиентская сказка)

*«Дракон и рыцарь, кто сильнее
Лишь схватка то определит!*

*Героя помнят непременно,
Другой бы не был бы забыт»*

*(Отрывок из какой-то неизвестной старогерманской
баллады XII-XII вв.)*

Давным-давно, в горах, в удивительном волшебном лесу, полном фруктовых деревьев, поселился Маленький Кролик. Он был счастлив. Ведь в лесу не было хищников, которые могли бы его обидеть. Зато было много вкусных корений, фруктов, нежной травы.

Очень скоро кроликов стало много. Так уж они устроены. Стоит только где-то появиться одному, как тут же появляются другие, количество их начинает увеличиваться. Но поскольку им всегда и всего хватает, кролики живут дружно.

Когда ты слаб и питаешься травой, помни – твоя сила в единстве.

Через некоторое время у подножия горы появились люди.

Им тоже понравился волшебный лес. Они также, как кролики, любили коренья, фрукты, некоторые виды травы, которые давали им вкусовые, а кое-какие и иные ощущения и удивительно сказочное настроение. Кстати, эту траву кролики не ели.

Вроде всего и всем хватало. Но если люди что-то получили, то им этого будет мало. Поэтому они вскоре задумались о том, что неплохо было бы выращивать самим и коренья, и фрукты, и траву. Поэтому они стали разбивать огороды, высаживать сады и получать урожай.

Кролики тут же поняли, что вместо постоянного поиска пропитания, можно посетить эти плантации, чтобы там полакомиться. Поэтому данные места стали называться на кроличьем языке «Хруп-хруп-ням-ням», что в переводе на язык людей означало «Кроличий Эдем»

Зачем искать пропитание, когда можно легко все получить «в одном окне»?

Люди стали замечать пропажу урожая. Это водится у людей. Они любят беспечно относиться к результатам своего труда. Может он, результат, кому-то нужнее? Но рано или поздно стало понятно, что обидно, понимаешь, когда ты работаешь-работаешь, а в результате и ботвы пучок не получаешь.

Тогда-то и появился Он! Он назвал себя новым словом – Рыцарь! В этом неологизме слышалось рычание зверя (ры)

и то, что он главный (царь).

Целыми днями Рыцарь рассказывал селянам и селянкам о невиданном чудовище, которое из-за своей прожорливости скоро оставит голодными всех. Интересно то, что не только селяне, но и он сам поверил в то, что он – Рыцарь и обязан сражаться с чудовищами.

Получается, что рыцарем может стать любой человек, если поверит в существование чудовищ. Но если чудовище выдуманное, то оно живет внутри рыцаря. Тогда чтобы стать Рыцарем, вырасти Чудовище внутри себя!

В это время у кроликов тоже началось беспокойство мысли. Они увидели укрепайоны вокруг садов-огородов, им стало труднее попадать в эти благодатные места, но, самое главное, они все чаще стали встречать там страшного человека с кастрюлей на голове и заточенной палкой в руках.

Это побудило кроликов собраться на Высший Совет. Долго обсуждая возникшую проблему, кролики пришли к выводу, что спасти их может чудовище. Но где его взять, если все грамотные кролики знают, что чудовище не существует? Получается, что тот, кто создал этот мир, способен создавать только красоту.

К сведению Рыцарей: всякое Чудовище, с которым потом сражаешься, создает твое подсознание, проецируя как правило на кролика, который расположен к тебе ближе всего.

Тогда Кролик решил спасти сородичей. Он закрылся в своей норе, долго чем-то шуршал, скрипел, постукивал, и, через некоторое время, когда он вышел к соплеменникам, все ахнули от страха и восторга одновременно. Перед ними был самый настоящий Дракон с хвостом, чешуей, клыками, крыльями и когтями.

На какое-то мгновение кролики даже поверили в то, что он настоящий, хотя и понимали, что это всего лишь маска, внутри которой сидит Кролик.

Когда ты живешь в страхе, даже в маске из капусты ты видишь дракона.

Надев эту маску Кролик пошел завоевывать огород, который охранял Рыцарь В Кастрюле.

Когда ты стоишь на посту, то забываешь, что у тебя на голове кастрюля, а в ворохе капустных листьев можно легко увидеть Дракона.

Они сошлись в бою, который затем в историю вошел как знаменитый Бой У Околицы. Длился он недолго.

И такое несовершенное оружие, как заостренная палка, легко поражает капустные листья, даже если из них сделана голова Дракона.

Рыцарь, увидев, что он поразил не Дракона, а лишь во-

рох капустных листьев, бежал ото позора. Он узнал правду. Обидно, когда тот, кого ты принимаешь за Чудовище, оказывается маленьким кроликом, спрятавшимся в ворохе капустных листьев.

По мере приближения к селению, он стал понимать, что правды никто кроме него не знает, зачем лишать население легенды и праздника, а себя почетного звания Главного Рыцаря? Поэтому, когда его встретили песнями, танцами и праздничным салютом, он не стал никого разочаровывать

Зачем расстраивать людей, если ты все равно победил? Пусть празднуют. А почет еще никому не помешал.

Кролик бежал в страхе от огорода и думал, что глупо играть Капустного Дракона, что человек с кастрюлей на голове – это не Рыцарь, а что-то другое, непонятное и несерьезное, что этот человек способен победить лишь капустные листья, а кролик ему не по зубам...

По мере того, как удалялся от поля боя, он все больше верил в то, что победил настоящего Рыцаря, и страх сменился на удивительное состояние Эйфории Победы!

Когда ты веришь, что поверг в бою настоящего рыцаря, тебя встречают как Победителя, даже если и доспехи ты потерял пока бежал с поля боя. Так уж устроены кролики.

В этой истории нет ничего удивительного. В бою Капустных листьев и Кастрюли вооруженной заостренной палкой,

победителей не бывает, но удивительным образом выигрывают все. В крайнем случае, женщины в этом селе в память об этой битве стали варить суп. А крольчихи в своих норах стали делать капустный салат. А это уже неплохо.

Хорошо, когда глупая ошибка заканчивается чем-то действительно полезным. Люди это называли открытием.

На следующий день жизнь продолжалась. Люди выращивали овощи и фрукты, кролики, как и прежде их воровали.

В конце – концов, если кто-то выращивает овощи, почему они не могут быть нужны кому-то другому?

Но это уже другая история.

Маленькая Девочка, Колдунья и Петрушка
(клиентская сказка)

*«Без друзей трудна дорога,
В гору, под гору, к реке,
По пустыне, иль по лесу,
Цель близка, иль вдалеке!»*
(Старинная песня про дружбу.
Шотландская. Может даже Р. Бернса)

Много лет назад, в одной небогатой семье родилась Маленькая Девочка, обреченная на совершение подвига. Правда, она об этом еще не знала, так же как и счастливые роди-

тели. Тем не менее, мама ей часто говорила: «Ты моя спасительница, после твоего появления я перестала болеть!» А когда она подросла, папа заявлял: «Лучше тебя никто не сможет мне помочь отремонтировать сани, чистить снег, вскапывать огород, ставить заборы и делать другие важные мужские дела!»

Маленькая девочка гордилась своей ролью. Но дети растут, и вскоре она стала замечать, что что-то все-таки идет не так. В этот момент внутри нее стала появляться Колдунья...

Всегда, когда человек начинает заниматься не своим делом, внутри него начинает появляться кто-то, колдун, демон, дракон, все равно. Но с его появлением начинаются приключения, которые не всегда бывают радостными.

Вы замечали, что Волшебницы всегда добрые, а Колдуньи добрыми не бывают. Им бы навести порчу, приворожить, беду наслать какую.

Колдунья, появившаяся внутри Маленькой Девочки, стала активно искать недостатки у окружающих мужчин. А поскольку достойных мужчин рядом, по ее мнению не было, то расти Маленькой Девочке было без необходимости.

Если Маленькой Девочке приносили цветы, то она смеялась над ними. Подарки всерьез тоже не воспринимала. Например золотую брошку приняла за простую бижутерию.

Когда вырасти всерьез не удастся, то всерьез окружающих принять не удастся.

Чтобы хоть как-то научиться жить среди взрослых Маленькая Девочка стала замечать, что внутри нее появился еще кто-то, кто в сложной ситуации, когда неясно как себя вести, начинал веселиться, заставляя смеяться других. Да только все получалось неискренне, с напряжением.

Это был Петрушка. Обычно этот персонаж бывает действительно веселым, с хорошим чувством юмора, но только не в этот раз. Этого персонажа ей подарила Колдунья, поэтому он получился вредным, ехидным, очень шумным. Своим поведением он отпугивал всех, кто приближался к маленькой девочке хотя бы на шаг.

Трудно быть искренне веселым, когда не можешь понять, что на самом деле происходит вокруг тебя. Незнание пугает, от нее хочется защититься, и тогда юмор легко превращается в сарказм.

Итак, Петрушка начал защищать Маленькую девочку от всех, кто. На его взгляд представлял для нее угрозу.

Бывало увидит молодой человек нашу героиню, влюбится в нее, приблизится, чтобы обнять – поцеловать... Вот уже казалось бы и добился своего... И губы готовы коснуться других губ... Как вдруг раздается смех, а вместо Маленькой Девочки у него в объятиях оказывается Петрушка.

Очень трудно любить Маленькую Девочку, когда внутри нее сидит Петрушка.

Увы, но избавиться от Петрушки Маленькой Девочке было никак нельзя, так как он спасал ее родителей.

Шли годы. Маленькая Девочка превратилась в Молодую Девушку, потом стала Взрослой женщиной, и тут папа стал замечать, что его дочке живется несладко. Решив вмешаться в эту историю, он стал приводить ей разных принцев, чтобы они расколдовали выросшую дочку.

Но, увы, папы чаще всего могут только заколдовывать своих дочерей, чтоб с теми ничего не случилось, а вот расколдовывать могут не все.

Героиня долгими вечерами сживала перед тарелочкой, по которой катилось наливное яблочко, показывая ей, как жить дальше, пока наконец не поняла, что единственным, кто может помочь ей – это ее внутренняя Колдунья, которая может научить ее, как ей жить, как поступать, как быть веселым Петрушкой. В конце концов и Маленькая Девочка, и Колдунья, и Петрушка – это только маски, в каждой из которых есть что-то позитивное. Не случайно же человек их выбирает сам.

Хозяйка в колесе
(История одной женщины)
«Как ветер шустра,

Беспечность – не моя подруга.

Лишь две руки, две ноги,

И целый день я по кругу

Бегу словно белка,

Вам меня не поймать,

Я – не какая-нибудь козявка!

Должны все меня почитать:

Я загнанная домохозяйка!»

(Даже не знаю, как назвать автора)

Жила была девочка. Жила, не тужила, росла училась, и, как это обычно бывает, вышла замуж. Бывает же такое, согласны? И все бы хорошо, и муж работающий, и ребенок родился, и растёт – подрастает. Через некоторое время хоромы, карету иностранную прикупили. Не жизнь, а сказка!

Да только вселился в нашу героиню бес, который стал ей нашептывать, что все она сама, да сама делать должна, потому, как она – Хозяйка! А тут еще соседки из своих горниц стали ее хвалить, да причитать, мол и хозяйственная, и ум-

ница – красавица, и тянет все на своих хрупких плечах.

Тут плечи-то у нашей героини и развернулись. Как сказал классик, и в избу полыхающую войти надо, и коня на скаку остановить. И стала она, фигурально выражаясь, хоромы свои поджигать. Нет, пожара она не устраивала, а так, ругалась с мужем по каждому поводу. С конем хуже. Поругаются, муж – в карету, и по делам своим улетает. А соседки из своих горниц пуще прежнего и хвалят ее и жалеют.

И все бы хорошо дальше было, да только навалилось вдруг Одиночество. Жалко ей себя стала, задумалась она за чашкой чая, сидя перед говорящим экраном, и поняла, что и мама, и бабушка, и прабабушка с этим бесом знакомы были, всем он успел жизнь поломать.

Подумала она – подумала и решила изменить свою жизнь, а для этого избавиться от этого беса. Потому как оно ведь или с бесом, или со счастьем живешь. А вместе они не сочетаются.

Вот такая история из жизни реальной клиентки получилась.

А вы говорите, счастье...

Иллюзия безопасности
(отрывок сеанса)

«Помните, когда в детстве играли в догонялки, был нехитрый детский прием, когда тебя догоняет тот, кто бежит по-

быстрее, остановись и объяви себя в «домике». И ты спасен, ты в безопасности. Правда из «домика» рано или поздно придется выйти, и тогда безопасность закончится, по той причине, что отсиживаясь, ты не научишься бегать быстрее. Значит, проблема не решена. Значит ты, сидя в этом укрытии, всего лишь находишься в иллюзии безопасности.

Человеку свойственно искать безопасное место, когда он оказывается в стрессовой ситуации и его жизнь резко начинает меняться. Но основную опасность для него, часто представляет он сам. Создать иллюзию, закупив продукты, проще, чем реально подумать о том, а что же будет дальше?»

Что же такое, «иллюзия безопасности»?

«Иллюзия безопасности» не позволяет достичь цели, по причине того, что цель в этом состоянии увидеть нельзя.

«Иллюзия безопасности» позволяет сделать неправильный выбор, и тогда пушка может выстрелить в того, кто ее держит.

«Иллюзия безопасности» приводит к тому, что начинаешь раздавать необоснованные авансы и брать необдуманные кредиты.

«Иллюзия безопасности» приводит к созданию хаоса и бегству из него.

«Иллюзия безопасности» – это когда начинаешь за ресурсы принимать игрушки, которые по твоим ожиданиям могут многое, но в них играют только дети.

«Иллюзия безопасности» приводит к тому, что в твоей

жизни появляются ненужные люди.

«Иллюзия безопасности» заканчивается досадой, потому что не успеваешь подумать о последствиях.

«Иллюзия безопасности» сама по себе большая опасность.»

Кораблик

(Клиентская сказка)

«Под звуки хриплого винила,

Поющего о чём-то настоящем,

О том, что был кораблик белым.

Но сделан из газеты он вчерашней.»

(Дворовая песня 60-70-х годов прошлого века. Исполнялась жалостливым голосом под расстроенную гитару)

Между двух берегов реки по натянутому тросу ходил маленький паром. Он служил. Он был переправой, связывающей два берега. В мечтах паром видел себя кораблём, соединяющим людей, живших на этих берегах.

На правом жили очень правильные люди. Аккуратные. У них всё шло по плану. Они всё всегда содержали в идеальном порядке. В таком, что попав в их деревню, путник испы-

тывал ощущение, будто от музея. Вроде и есть люди, но и те зрители за порядком. Когда они собирались на праздник, тут же рассказывали о своих успехах, планах, точках роста. Если пели, то все попадали в ноты. Всё у них было нормально правильно.

На левом берегу жили Неряхи. Вы не подумайте, они тоже старались поддерживать порядок, строить планы, но что-то у них не получалось. То чашка разобьётся, то убрать не успеют. Но они помогали друг другу из симпатии, а не из чувства долга. На праздниках они искренне веселились, радовались тому, что они вместе. И тоже пели. Нестройно, но от души.

Вот эти берега и соединила переправа, которую они сами и построили. Но Аккуратные, посмотрев на паромчик, сказали: "Фу! Как ты похож на нерях!"

А те отметив его схожесть с соседями, тоже не стали на него садиться.

Паром так и остался посреди реки. Трос ржавел. А он думал о своём маршруте. В конце концов трос порвался и течение реки указало ему путь.

Жители обеих деревень стояли на берегах и с грустью смотрели, как вниз по течению уходило то, что их объединяло. И понимали, что вернуть паром уже нельзя.

А он, удаляясь, понемногу превращался в Маленький Кораблик. Он был счастлив! У него была своя Жизнь!

Мышонок и Страх

(Клиентская сказка)

*«Страшный Страх всегда таит
проблемы, которые может победить Свет»
(Из книги Знаний шумеров. Очень древней)*

Мышонку было очень страшно. Он был один на Ветхом Мосту, который грозил обвалиться в любой момент.

К тому же везде было темно. А в Темноте всегда прячутся какие-то Проблемы. И вообще, Темнота застилает глаза, и в ней ничего не видно, но надо идти вперёд.

Мышонок помнил, что он идёт Домой. Ведь где Дом, там и свет. Там есть Мама и Папа, которые поддержат и рядом с ними совсем не страшно. Ведь, когда все вместе, то чего пугаться? Страшно, это когда ты один, в темноте, на Ветхом Мосту, который может в любую минуту оборваться, и ты упадешь в большой ручей... Вот бы рядом были Мама и Папа!...

Стоило только подумать об этом, как Мышонок сразу почувствовал, будто лапки Мамы или Папы обняли его за плечи. Он понимал, что по-прежнему один на этом мосту, но страх стал отступать. А он смело шагнул в Темноту, Где Больше Ничего Не Видно. Стоит только подумать, что ты не один, как Страх пугается и отступает.

Мост качался и скрипел под его лапками, но он шагал вперёд, Туда, Где Свет. Он точно знал, что То Место, Где Свет называется коротким словом "Дом". А Дома ничего не страшно. Дома и стены помогают.

Когда ты знаешь, что где-то тебя ждут, ты не боишься идти вперёд.

Когда ты становишься выше
(отрывок сеанса)

Как хорошо в детстве. Тебя любят все: мама, папа, сестры, братья, бабушки, дедушки... Можно продолжать долго. Весь мир только и делает, что любит тебя. Но по мере того как ты растешь, все начинает меняться.

Когда ты становишься выше, видишь больше, а понимать начинаешь еще больше. Но те, кто привык видеть тебя маленьким, не всегда это понимают и готовы принять.

Тебе становится грустно. Кто будет радоваться наказанию за то, что вырос? И не хочется принимать причину наказания, соглашаясь с тем, что кто-то не принимает твоего взросления. Легче принять наказание, как расплату за то, что ты не соответствуешь чьим-то требованиям.

Когда та становишься выше, ты уже можешь не соответствовать представлениям других людей по поводу тебя.

И тогда впервые появляются мысли. «А вдруг я чужой? Я не их ребенок? И по этой причине меня не принимают?» На какое-то время становится все понятно. Именно по данной причине ты перестал быть интересен папе, иначе на тебя смотрит мама, ты начинаешь себя чувствовать ответственным за конфликты между ними.

Когда ты становишься выше, ты все видишь иначе, а воспринимаешь все только по-своему. Ведь те люди, которые становятся маленькими, тебя просто не могут понять.

А те, которые остались там, внизу, также не понимают, а что собственно происходит. Им не до твоих переживаний. Им бы между собой разобраться. А ты? Ощущение, что ты чужой в этой команде только усиливается.

Когда ты становишься выше, появляется ощущение, что земля уходит из-под ног, а тебя ждет Космос. Он большой, манящий, тревожный, но в нем нет опоры. И выигрывает только тот, кто эту опору находит. В себе.

Побеждает тот, кто в какой-то момент начинает видеть то, что тепло которое давала тебе мама, внимание отца, еда, которая приносила тебе энергию, защита, – все это никуда не делось, все осталось с тобой, где-то внутри тебя.

Когда ты становишься выше, внутри ты остаешься все

равно маленьким. Но получая возможность думать по-своему, ты сам для себя становишься ресурсом, дающим защиту, тепло, опору. Ты становишься суверенным.

Когда ты становишься самостоятельным, суверенным, то понимаешь, что комфортность любых отношений зависит и от тебя. И это ты решил, что ты чужой в своей собственной семье, и стал удаляться от родителей. Появляется странная мысль о том, что если Солнечный зайчик считает себя Желтым Кроликом, он становится чужим для Солнца. И тогда остается один выход. Позволить себе расти. По той причине, что...

В этот момент внутри тебя появляется пустота.

Когда ты становишься выше, внутри может появиться пустота, и не надо торопиться ее заполнять случайными мыслями, ценностями, это может привести к тому, что ты станешь действительно чужим для всех.

Оцени то, что у тебя есть. Скорее всего окажется, что все, чем ты обладаешь, для тебя важно и дорого. Что ты в ответе за тех, с кем ты связан невидимыми нитями эмоций. Отношения, которые связывают людей не случайны. Любовь, симпатия, обида, раздражение, вина – все имеет значение и смысл. И тогда появляется опора. Ощущение привязанности к другим, которое дают эмоции, дают ощущение опоры и де-

лают нас людьми.

Когда ты становишься выше, послушай свои ноги, с тобой остается опора, которая позволяет по-новому выстроить свой мир, позволяя окружающим оставаться такими, каким они хотят быть.

Сказка о неверии
(Клиентская история)

«Неверие долго по белому свету ходило,

То в окна заглянет, то в двери к кому постучит,

То криком на кухне о чём-то опять голосило,

То ночью опять до зари почему-то не спит.

Оно, всем известно, беззубая, злая старуха,

Что коль хорошо, то спокойно не будет сидеть.

Она непременно нашепчет чего-нибудь в ухо,

Такого, что каждый уже не сумеет стерпеть.

Оно питается днём от наветов и сплетен.

И ну разговаривать с кем-то о жизни опять.

А тот уж навстречу ей уши развесил,

*Чтоб после скандалить, ругаться и ночью не спать.
Но всё же бывает, что люди во всём разберутся.*

И вот уж неверию больше в деревне не жить.

Подолы от юбок её уже по ветру выются,

*Неверье от Веры друг в друга бежит во всю прыть!»
(«Сказание о неверии» Эпос народов Севера)*

У одной женщины в печке поселилось Неверие. Оно там росло в тепле. Плюс, в печке всегда была еда. Поставит, бывало, хозяйка в печку чугунок с картошкой, мяса побольше положит, объявит домашним, что, мол, скоро обед готов будет, и садится у окна. А Неверие всё мясо да картошку вытащит, навернет, бывало, и сидит, посмеивается. Соберутся домашние за столом, а чугунок пуст.

И так часто бывало-то.

Не поймёт женщина, что происходит, а только всём соседкам рассказывать о том, что творится в её доме. Соседки сочувствуют ей, головами качают. А она пуще прежнего попадат в истории странные.

Вот пошла она как-то в лес. По грибы али пл ягоды, кто

знат? Только вошла в лес и заблудилась. Кричала, кричала: "Ау!" Да никто не отвечает. Села на травку, плачет. Вдруг из-за сосны выходит Лесовичок и спрашивает: "Что, мол, случилось?" "Заблудилась, " – отвечат женщина. "Как же ты в трёх соснах-то заблудилась?" – спрашивает Лесовик. "Как!" – удивилась женщина и заплакала. Рассказала она Лесовику про свои беды разные. Тот и посоветовал: "Домой вернётся-ся, печь-то и почисти. Неверие у тебя там живёт".

Вернулась она домой, вычистила печь, полы вымыла, исчезло из дома неверие к мужу, детям, самой себе. И чугунок полон стал всегда.

А вы не забываете чистить свой дом, чтобы неверие в нём не заводилось?

Остров

(Грустная сказка по мотивам занятия)

«Спор редко приводит к согласию.

К согласию приводит взаимная

Ответственность»

(Давно позабытое руководство по конфликтологии)

Посередине Океана, вдали от шумной суеты цивилизации, отдыхал от неё Остров. На нём было все. Леса, луга, деревья плодоносили. Здесь никто не жил. Возможно, по этой причине здесь все и было.

А еще на Острове жила Ответственность. Она была хороша собой, многое могла дать. Но никто не брал её с собой, а не то что в жёны. Ведь её надо было нести, за неё надо было отвечать, её считали тяжёлой.

В один из дней на остров вышли люди. Их было немного, они потерпели крушение. Так, человек 20. И устроили выборы вождя, министра, вице-вождя. Ведь когда ты считаешь себя цивилизованным, часто ждешь, что кто-то что-то за тебя сделает. После чего сказали, мол, принимайте решение, как нам жить, а мы пока посидим, посмотрим, семечки пощелкаем. Вы только ответственность на себя возьмите.

А Ответственность в это время наблюдала за происходящим из-за дерева, радовалась, неужели, наконец-то, найдет-ся тот, кто её возьмет.

Разговоры шли три дня. Обсуждались важные вопросы. Например, нужен староста, чтобы через него разговаривать с недовольными, или о необходимости найти повара. На пятый день подняли вопрос, а нет ли на острове диких зверей. Но ни одного решения принято не было. А население заску-чало, увидев, что оно не нужно ни вождю, ни его свите.

Через некоторое время к острову причалил корабль, на который вошло все простое население. Вождю и свите места не хватило. Да их и брать не захотели. На оставшееся место на корабле вошла Ответственность.

Корабль отправился в путь, а на Острове продолжались дебаты, как улучшить жизнь.

Вот такая грустная сказка получилась.

Видишь цель – не видишь препятствий
(По мотивам группового занятия)

«По натянутой нити каната

Чуть пониже седых облаков

Он идёт, он стремится куда-то,

Избавляясь от старых оков.

По канату, что нервно пружинит,

Над толпой, что стоит не дыша,

К своей цели над всеми чужими

Он идёт и идёт неспеша...»

Он шёл по натянутому канату над толпой зевак. С каждым движением он ощущал упругую поддержку тонкой, казалось бы ненадёжной опоры где-то там, внизу, под ногами.

Внизу, на площади, стояла толпа. Напряжённо взгляды-

ваясь вверх, сдерживая от тревоги дыхание, люди гадали: "Дойдёт – не дойдёт!"

Когда-то давно он впервые шёл по этому неустойчивому пути. Это было в цирке. Он был напряжён. Он думал: "Дойду – не дойду". Впереди было 13 метров пути. Вверх тонкой линией уходила лонжа, которая его страховала, поддерживала: "Не бойся! Ты дойдёшь!" Он очень надеялся на эту руку. Но сорвался вниз и плата на ней. Зал выдохнул, охнув от страха. А он забился в тёмный угол зверинца в цирке и поплакал весь вечер. Он не смог! Он не дошёл! Ему было стыдно...

После этого случая он много раз преодолевал эти тринадцать метров над ареной, не обращая внимания на зрителей внизу и на лонжу. Он учился верить в себя и видеть только цель, к которой шёл.

Он стал ощущать упругость каната, замечать, что канат раскачивается лишь в середине пути, а в начале и конце он упруго поддерживает его, как любая дорога. Куполом над ним было небо. Путь впереди был намного привычных 13 метров. А лонжу, уходящую вверх, заменила вера. Вера в достижимость цели.

В это время внизу, на площади, несколько человек упало в обморок, кто-то закрыл глаза от страха. А тишина стала такой, что казалось, ветер с грохотом нервно перебирает занавески в открытых окнах.

Он шёл по канату, не замечая напряжения в теле, только ступни ног ощущали его путь, а глаза видели цель, к кото-

рой он стремился. А ещё, уверенность в том, что она будет достигнута.

И вот осталось сделать один-два шага.

Толпа стала оживать. Люди перешептывались, восхищаясь им. Ветер начал аплодировать распахнутыми ставнями.

Он сделал финальный шаг. Под его ногами была надёжная опора крыши. Вернулось ощущение тела, реальности.

В этот момент откуда-то сверху прозвучал тихий голос:
"Ты – молодец! Ты сделал это!... "

Горькая соль одиночества
(По мотивам группового занятия)

*"Ах, идеал, идеал, идеал!
Море волнений, тревог и сомнений!
Кто о тебе что и где написал?!
Любят тебя, или прячешься в тени?"*

*Ты средь поклонников, иль одинок?
Или завистники зло шепчут в спину?
Ты победил? Проиграл? Дай только срок...
В славе, бесславии будешь покинут...*

*Коль победил, то всё сзади идут...
Зло кто-то сзади: "Вот выскочка!" - дышит...
А проиграл, то плетешься один...*

Все впереди... Тебя врядли услышат... "

("Баллада об одиночестве", 3 часть.

Перевод с древнегерманского неизвестного автора)

И снова о «Колобке». Судя по рассказам клиентов, это одна из любимейших народных сказок. Далее будет предложено еще одно прочтение этой истории.

Все дело было в том, что Колобка сделали не из-за голода. У них в доме было все. Как говорят, полная чаша. Но все-таки чего-то не хватало. Когда чего-то не хватает, то кто-то собачку заводит, а кто-то детей рождает. Но и с теми, и с другими довольно хлопотно, по этой причине решили сделать декоративного Колобка. Так, чтобы и красиво, и комфортно. Вроде кто-то есть, а не хлопотно. И тут бабке попался рецепт, точнее мастер-класс по изготовлению поделок из солёного теста. Дед кричит, давай, мол, давай. Ну она и поскребла, подмела где положено, замесила, и засушила в печке. После чего остудиться на окно поставила. Повосхищались они с дедом красотой получившейся и... забыли.

Колобку не понравилась предсказанная судьба быть просто декором в этой жизни, он очень хотел быть живым и нужным, вот и отправился в путешествие, прыгнув с подоконника. Он был свободен, счастлив, и идеален в своей шарообразной форме. Но у свободы есть обратная сторона, как

выяснилось позже. Когда ты считаешь себя абсолютным по форме содержанию, то легко можешь стать одиноким. А наш герой был абсолютным шаром.

Ведь он был декором, сделан без изъяна, за него трудно было зацепиться. А ведь если тебе кто-то нужен и интересен, то всегда хочется быть с этим человеком рядом.

Колобок ощутил холод подступающего одиночества и стал искать себе друзей. Он пел песни, давал гастроли, всем рассказывал о своих успехах. Но песни его никого не завораживали, да и репертуар был так себе. И на концерты приходил, как правило, один зритель. Как-то ему встретилась она. Она была пушиста и стройна, возможно в результате пластических операций. Но вот беда, слышала и видела она неважно. Возраст, знаете ли... Когда она попросила его спеть ей, забравшись на кончик носа, то просто хотела разглядеть исполнителя поближе. Он же решил, что наконец столкнулся с той, которой нужен. Бабке он был нужен как декор, а ей, возможно, интересен как личность. По этой причине, оказавшись у неё на кончике носа, Колобок решил сопроводить песню зажигательным танцем. Но вот беда! Идеальная шарообразная форма сделала его неустойчивым, и он скатился прямо в рот благодарной зрительнице. Та ощутила во рту комок соленого сухого теста, поперхнулась и отправила его в полет. Ощувив свободное движение в пространстве, Колобок снова стал одинок.

Декор не обладает жизнью.

От любви до ненависти (отрывок сеанса)

Как часто меняются отношения между двумя людьми, превращаясь в нечто прямо противоположное тому, что было только вчера.

«От любви до ненависти один шаг», – говорим мы не задумываясь, что чтобы этот шаг сделать, необходимо сначала научиться этому кульбиту.

Маленький ребенок, привязанный к матери, искренне верящий в ее безусловную любовь, вдруг слышит от нее фразу, которая меняет мир: «Дай Пете поиграть в твою машинку!» Мама не хочет ничего плохого, у нее есть желание научить сына делиться, она не хочет, чтобы ее любимый ребенок вырос жадиной. Но в голове у малыша проносится рой мыслей, которые буквально его разрывают. Он не понимает, как человек, который его любит, может подталкивать к потере? Как это возможно? И тогда появляются первые сомнения в безусловной любви. Вдруг выясняется, что мир может легко перевернуться. На обратной стороне симпатии и любви легко могут жить обида, злость, недоумение и печаль.

После этого опыта очень легко делается шаг от любви до ненависти. С каждым разом это расстояние ближе, а время короче. В конце концов, зачем сегодня любить, если завтра будешь ненавидеть? И мы наблюдаем коктейль из эмоций,

который не дает выстраивать здоровые отношения с другими людьми, а мир наполняется болезненным деструктивным безрассудством.

Так может не стоит в детстве забирать у собственного ребенка игрушку, только по той причине, что из-за ее отсутствия капризничает другой? Ведь когда это делают, ближе к несчастливой жизни становятся оба малыша, они просто не будут способны к развитию здоровых отношений?

Сказка о пикирующем авторитете
(Клиентская история)

"Он был внезапным и мгновенным,

Красивым, умным, вдохновенным,

Был дорогим и не был мал,

Авторитетом лишь не стал."

(Из английской сатиры XVIII века)

"Авторитетом стать, на самом деле, не сложно. Сначала, надо чтобы тебя вознесли куда-то наверх. Это может сделать твоё восприятие себя неадекватным, но зато после этого ты можешь делать всё, что хочешь.

Ты спрашиваешь, а что должно произойти, чтобы тебя так высоко подняли? Немного. Главное всех напугать. Пусть даже своим неожиданным появлением. Тогда, от страха, тобой будут восхищаться, позволять делать просто всё. И пусть им потом за твоё поведение будет стыдно, это будут уже их проблемы. Главное, ты стал авторитетом. Они же сами сказали, что ты – самый умный, красивый, ловкий и пр.

Правда, есть опасность. Ты сам не должен забывать, что ты ничего не знаешь и не умеешь. Иначе попадёшь в ситуацию, из которой не выберешься. Им будет тебя жалко, но вот помочь они смогут вряд ли.

Вот, смотри, как я умею летать!" – с этими словами птенец, только вчера вылупившийся из яйца, закончил поучать своих братьев, неловко взмахнул крыльями и выпал из гнезда.

Авторитетом он больше не был.

Стрела
(Монолог участника группы)

"Она летит, чтоб победить,

Чтоб принести с собой потерю.

В итоге, кто-то уж убит,

Другой влюблён, сражённый ею."

(Отрывок из скандинавской саги XIII-XIV вв.)

Я – старая стрела. Когда-то я была оружием, а теперь я – произведение искусства. У меня выверенные формы, красивое оперение, которое сохранилось и через несколько веков всё ещё придает мне устойчивость в движении и привлекательность в глазах окружающих. А как иначе? Полёт стрелы завораживает, гипнотизирует. Мой кованный наконечник сохранил свою остроту. Я опасна до сих пор, ведь рождена для того, чтобы убить.

Помню последний бой, после которого потерялась. Мой полёт был стремительный. За несколько секунд (вжик!) и я преодолела сотню другую метров. Я летела точно в цель, куда меня направили. Вдруг, я увидела бойца, которого должна была убить. Точнее, его глаза. В них были любопытство и страх, отчаяние и надежда.

"На что ты надеешься?"-молча спросила я. " На жизнь!"-также молча ответил он. "Но я должна сделать это! Убивать – моя работа!" – "Ты можешь пролететь мимо, ведь если ты убьёшь меня, не станет и тебя!"

Наш молчаливый диалог длился мгновение, но этого хватило для того, чтобы в моём наконечнике пронеслись воспоминания жаркой кузницы, леса, наполненного пением птиц и самих птиц, их полёта, а также прикосновений рук, которые сделали меня. В голове промелькнула мысль: "А ведь верно,

кто убивает, погибает сам, даже если остаётся жить!"

Я пролетела мимо. Я потерялась, но осталась жива.

Теперь, находясь в музее, рассказываю об этом опыте, который мало кто хочет слышать. Людям часто интереснее слышать о битвах и смерти, чем о любви...

Странно, но моя родственница служит Купидону.

Она невидима, но она есть. Так что, получается, что люди даже из любви способны устроить битву?

Жихарка

(клиентская история)

«Хитрость хитрость победила,

В плен сестру свою взяла.

Та по своему судила,

Победила, мол, она»

(Старая народная, возможно польская, песня.

Где-то XI-XII вв.)

Если коротко, то Жихарка – маленький человечек (кстати, так и не понятно, мальчик он, или девочка, это остается тайной), который живет в домике с Котом и Петухом. Кот и Петух, старшие члены семьи, постоянно на работе. Это логично, жить -то надо. Уходя на работу, они каждый раз говорят Жихарке: будь осторожен, рядом ходит Зло, которое

для тебя опасно. Но каждый раз оставляют Жихарку одного.

Жихарка, младший член семьи, должен чем-то заниматься. И тут, оп-па, он начинает готовить обеды, следить за хозяйством, накрывать стол к возвращению домой Кота и Петуха. Нельзя сказать, что Жихарку не любят. Ведь у всех ложка простая, а у него золоченная. Так что все вроде как вполне пристойно.

Воплощение зла, Лиса, в итоге обманом выкрала Жихарку и решила им пообедать. Но, здесь происходит то, что можно описать коротко: хитрость хитростью хитрость обхитрила, и Лиса пала в огне желания съесть Жихарку. Вообще напоминает гибель зла в Гиене Огненной.

А Жихарка вернулся домой, где его ждали Кот и Петух. Здесь возникает вопрос, если старшие члены семьи дорожат Жихаркой, то почему они не бросились на его поиски, а остались дома? Они же знали, кто является воплощением зла и где оно находится.

Вообще, если посмотреть на эту триаду, то Кот и Петух напоминают родителей, между которыми установились теплые отношения, а Жихарка им нужен «для статуса», или для основания, чтобы быть вместе. Т.е. объединяющий ребенок, но если бы его не было, то возможно им бы стало легче. Они могли бы расстаться. По этой причине они довольно спокойно к нему относятся, оставляют его одного дома и пр.

Жихарка вынужден постоянно доказывать, что он полезен для дома. Он хозяйничает, еду готовит. Но он остается ре-

бенком, которого легко обвести вокруг пальца, он готов за золоченную ложку жизнь отдать.

И в этой истории должно быть Зло. Без него нет истории. Какая жизнь без Зла? С другой стороны, есть ли жизнь без золоченной ложки?. И, когда Зло в облики Лисы угрожает Золоченную ложку украсть, Жихарка выскакивает на ее защиту. Ложка для него – символ, что нужен, любят.

Жихарка в этих условиях обязан хитрить и манипулировать всеми. Это продукт его воспитания. И хитрость его спасает.

Откуда же это качество у нашего героя?

Посмотрим на его сказочных родителей.

Абсолютно разные.

Петух – птица домовитая, деревенская, которая стремится обеспечить и защитить весь свой прайд.

Кот – животное особенное. Кот всегда остается свободным. Единственное к чему он привыкает и привязывается – к месту, где живет. А Петух ему удобен, он и покормит, и разбудит. В пищу он, вероятно, не годен, так бы лиса его съела раньше, чем покусилась на Жихарку.

А Жихарка становится скрепой, которая сцементировала этот странный союз.

Кстати, Лиса этому союзу тоже нужна. Это вторая скрепа, которая сплавливает Кота и Петуха. При этом устранить ее нельзя. Не будет Лисы, Жихарка почувствует себя спокойно, может убежать куда-нибудь. Да и не будет Лисы, как доказать

Жихарке, что он нужен? Золоченной ложки будет мало. А так, времена тяжелые, Зло рядом, а у тебя, смотри, ложка золоченная.

Жихарка, воспитываясь в этих условиях, становится хитрым. Надо отдать должное, благодаря этому качеству он побеждает угрозу.

Остается вопрос, зачем он победив Лису, вернулся туда, где его держит только золоченная ложка? Все равно останется один. Согласитесь, в одну телегу впрячь не можно Кота и птицу никогда!

Никому не нужна принцесса
(Клиентская сказка)

*«На берегу в песчаном замке,
Среди песков и редких пальм,
Под шум прибоя, звуки лютни,
На стыке романтических стран,
Жила Принцесса уже долго,
Сидела днями у окна.
Смотрела вдаль и ждала Принца,
А что еще она могла?»*
(Отрывок из средневековой европейской легенды.
Легенда – это любимый жанр в тех краях.)

В одной старой, проверенной стране, где не было ниче-

го, кроме песка и моря, а также одиноких пальм, жила была Принцесса. Нет, вы не подумайте, она была самая настоящая Принцесса. И жила она в замке. Тоже самом настоящем. Правда построен он был из песка. Но Принцесса была горда, поэтому ненадежность замка она не замечала. А еще, она искренне считала, что ей все должны, она же – Принцесса!

Но, поскольку остальные не подозревали о своем долге и жили счастливо, то в замке не было ничего. Ни овощей, ни фруктов, ни дров. Было немного рыбы и вода, да и та соленая, как слезы, потому что была морской.

Принцесса продолжала сидеть в своем замке и обижаться на проезжавших мимо рыцарей, которые ее не замечали. По крайней мере она так считала. В своих песнях она пела: «Я особенной родилась, я красива и мила! Только что ж не замечаешь, Принц проезжий ты меня?»

Согласитесь, грустная песня, особенно когда поют ее под лютню.

Когда ты считаешь, что ты никому не нужен, то не удивляйся, что тебя никто не замечает.

Однажды около ее замка, за песчаным холмом, приземлился Дракон. Это был необычный Дракон. Он был перелетный. Родился в лесах, на севере, зимовал в африканских джунглях. Поэтому на родине у него была пещера, а в джунглях бунгало. И он жил там, где ему комфортнее.

Многих внутренние драконы гонят туда, где комфортнее.

И в конце концов они забывают, а где она – Родина?

Принцесса, увидев Дракона обрадовалась. «Ну началось!» – подумала она. Ведь всем известно, Дракон должен похитить принцессу, и тогда какой-нибудь принц (хотелось бы покрасивее и побогаче) ее спасет! Но Дракон был неправильный, травоядный. По этой причине он был перелетным Драконом.

Трудно быть принцессой. Когда ты не разбираешься не только в Принцах, но и в Драконах.

Принцесса ждала. Дракон отдыхал, ему предстоял еще долгий перелет.

Ожидание – трудное состояние. Принцесса не выдержала, подкралась к спящему дракону, который страшно смешно похрапывал, и бросилась прямо в приоткрытую пасть!

Если нет опасности, создай ее сам, тогда у тебя появится спаситель!

Дракон от неожиданности поперхнулся, выплюнул самозванку, набивавшуюся в жертву. Он не был готов к такому близкому общению. Принцесса воспарила в небеса и, планируя на юбках как на парашюте, думала о том, что когда собираешься броситься в пасть Дракона, неплохо узнать, а будет ли он тебя кушать, иначе складывается глупая ситуация

и драма становится комедией.

За всем этим действием, из-за ближайшего бархана наблюдал Принц, которому нравилась Принцесса. Он уже был готов прийти ей на помощь. Принцы, они ужасно романтичны. Они знают, что настоящая любовь приходит только через подвиг и героизм во имя Дамы сердца.

Но когда он увидел, что Принцесса героически пытается стать жертвой, издеваясь над мирной зверушкой, то подумал, что такой подвиг ему не по плечу. Поэтому он с грустью в опустевшем сердце, которое покинула Дама, сел на коня и поехал дальше.

Если любишь Даму, не позволяй ей совершать жертвенные подвиги. Чем больше проверяешь ее, тем больше шансов потерять Любовь. В ы не подумайте, что принцессу звали Любовь. Любовь, в данном случае, – это чувство.

А что же наша Принцесса? Она брела к своему замку и думала, что когда хочешь познакомиться с Принцем, не стоит издеваться над бедным животным. Это может привести к тому, что ты действительно будешь никому не нужна, что даже Дракон откажется тебя съесть.

Если ты ждешь внимания, помощи, действительно любишь, не забудь сказать об этом своему Принцу. Возможно, он тоже испытывает к тебе теплые чувства. Есть шанс. В крайнем случае тогда есть шанс и у Дракона остаться здоро-

вым. Ведь когда к тебе в пасть, без предупреждения прыгает незнакомая принцесса, можно испугаться и заболеть. Но это уже другая история.

«Свет внутри нас»
(клиентская сказка)

*«Каждый человек способен на многое.
Но не каждый знает, на что он способен!»*
(Из старой советской комедии)

Внутри Человека живет Ангел. Так было задумано в те дни, когда он появился. Не случайно Человек приходит в этот мир без когтей, шипов, хвоста. Даже зубов у него нет. Он добр, любопытен, он умеет только улыбаться. Но дальше все может измениться.

Юноша умел играть на дудочке. Когда окружающие слышали его мелодии, все светлело вокруг, а люди менялись, они становились добрее, вспоминали, что умеют дружить, радоваться, любить.

Но как-то из темного портала появился Темный волшебник, который не забрал его талант.

Для того, чтобы Человек перестал что-то делать, не надо забрать его навыки, их можно восстановить. Достаточно поселить в его душе сомнения: «А могу ли?», «А правильно ли

это?», «А надо ли это кому-то?», и он перестанет делать то, что еще вчера приносило окружающим свет.

Юноша задумался, стал сомневаться, размышлять, но, главное, он перестал играть.

Когда ты перестаешь воспринимать красоту, то мир меняется. Появляется тревога, которая даже очертания красивого города превращает в глазах человека в груды развалившихся скал.

Человек начинает разочаровываться.

Часто разочаровывает не то, что мы видим, а наши представления. По этой причине не стоит слушать музыку, которая вам не нравится, читать чуждые книги и статьи, смотреть неинтересные фильмы. Все это лишь неправильное чужое представление о мире.

Юноша задумался о чем-то. Он хотел играть, но не мог. Что-то внутри мешало ему поднести дудочку к губам, которые словно онемели. Погруженный в себя он видел серый мир, очертания города, которые превратились в контуры серых скал.

Серый цвет – это смешение многих цветов. И, вскоре, юноша путешествуя внутри себя, увидел тепло и свет. Он увидел свои силы, которые дают поддержку. Он увидел, что всегда шел от чего-то, чего не хотел иметь.

Когда идешь от чего-то, не видя цели, часто теряешь направление, и оказываешься в Сером Мире, который забирает

твои силы. Сила появляется только тогда, когда ты знаешь, куда идти и что хочешь получить.

Внутри каждого человека есть свет, который человек может разглядеть только он сам. Этим светом надо делиться с окружающими. Когда все делятся своим внутренним светом, мир меняется и серый цвет остается в прошлом.

Высота

(Клиентская сказка)

*«Каждый капитан должен
из юнги вырастить нового капитана»
(Из Корабельного Устава XVII века)*

На улице не первый день шел дождь. Казалось, что вода была со всех сторон. Лило справа и слева, и сверху. А снизу была одна сплошная вода, из-за которой мир стал казаться серым.

По быстрому течению ручья вперед плыла лодочка, сделанная из осеннего листка. Она стремилась вперед, ничего не боясь, хотя не найти более хрупкого материала для строительства кораблей, чем сухой осенний лист. Кораблик ярким пятном выделялся на фоне серого водяного мира.

Когда все окрашивается в мрачный серый цвет и вокруг тебя холодная вода, часто именно хрупкий осенний лист дает

надежду.

На кораблике, державшим свой курс только вперед, собралась дружная команда из обычных мышат. Хотя какие они обычные? Вы бы поплыли на таком кораблике? Нет? То-то. Так что это были смелые мышата.

Они шли на своем суденышке вперед к Лету, и думали, что оно ушло недалеко, ведь тепло было буквально вчера! Но все знают, что после осени будет зима, потом весна, и только затем наступит Лето!

Так что, когда плывешь на кораблике из осеннего листочка через столь долгий календарный маршрут, то попадаешь уже в совсем другое Лето, с которым абсолютно незнаком.

Один из членов команды, самый маленький, которого звали Юнга, решил посмотреть, а скоро ли Лето?

Он родился в первый осенний день и поэтому не знал, что такое Лето. По рассказам старших он знал, что Лето – это хорошо и здорово. Он полагал, что Лето – это такая земля. А для того, чтобы увидеть землю, надо подняться выше. И все морские путешественники знают, что именно для этого служат мачты.

Юнга начал карабкаться по одной из них выше и выше, и корабль стал из-за этого раскачиваться.

Когда по незнанию путаешь время и расстояние может произойти катастрофа. Не торопи время, оно всегда прихо-

дит вовремя.

Юнга поднимался выше и выше. Через некоторое время он понял, что для него важно уже не увидеть Лето, а чтобы те, которые остались внизу заметили его.

Команда собралась на палубе и смотрела вверх на Юнгу. Они кричали ему, что надо вернуться, что это опасно, безрассудно подниматься так высоко, что судно может потерять равновесие и перевернуться.

Но когда ты совершаешь что-то безрассудное, то перестаешь слышать тех, кто волнуется за тебя и хочет остановить. Оттуда, с высоты, они кажутся маленькими. А кто слушает маленьких?

Команда, увидев, что Юнга на них не обращает внимания, стала заниматься более важными делами. Им надо было бороться за жизнь судна, которое могло погубить безрассудство Юнги.

Известно, что куда большее значение имеет жизнь и твой маршрут, чем безрассудство одного, которое может помешать всем увидеть новое Лето.

Те кто поднимается вверх, не всегда становятся старше и мудрее. Иногда получается очень даже наоборот. Но это был не такой случай. Поднимаясь вверх, Юнга понял, что когда ты один, на какой бы высоте не находился, значишь

куда меньше команды, которая осталась на палубе. К тому же, про тебя просто могут забыть. С этими мыслями он стал спускаться вниз.

Путь вниз может оказаться куда более трудным. Кроме физических усилий придется справляться с виной, стыдом, смущением, страхом, преодолев которые любой Юнга становится Морским Волком.

Да, а в Лето они все же попали. Но это совсем другая история.

"Пустые хлопоты "
(Отрывок сеанса)

Когда человек случайно появляется в обществе, то он чувствует себя неуверенно, как будто идёт по зыбкой воде, в поисках принятия и внимания.

С одной стороны, он понимает, что настаивать на своём в ожидании, что его заметят – пустые хлопоты. С другой, его неуверенность, с которой он ступает по поверхности водоёма, начинает привлекать внимание окружающих.

Одни им восхищаются, другие наблюдают, гадая, дойдёт он до цели или нет? Эти люди начинают устанавливать над ним контроль, объясняя его необходимостью исследования этого феномена, а на самом деле, чтобы доказать, что ходить по воде невозможно, старательно мешая нашему герою до-

стичь цели.

Если он набирается терпения, то достигает желаемого, но здесь его ждёт новое испытание. Неуверенность уходит, но грозит смениться самоуверенностью. Это происходит часто. Поэтому теперь его задача, создать систему контроля, который внешне выглядел бы как помощь тем, кто идёт за ним. А на самом деле? Увы, всё остаётся неизменным. Чтобы его достижение не было повторено. Поэтому часто вторым быть труднее, чем первым.

Может по этой причине люди не умеют ходить по воде?

Девочка, которая любила спать
(Клиентская сказка)

«Снят усталые игрушки...»
(Песня из детства)

Жила была девочка, у которой не было друзей. Нет, она прекрасно знала, что во дворе есть песочница, что там есть дети, они не прочь поиграть с ней. Но в песочницу надо было идти, нести игрушки. А она не могла. Единственное, что девочка любила делать – это спать.

Нельзя сказать, что у нее совсем не было друзей. У нее было Одеяло. Оно девочку грело, защищало, обнимало. Правда, бывало ощущение, что одеяло душит, но зато оно не давало ей совершить ошибку в выборе друзей. А это важно.

Бывает, заведешь друга, распахнешь перед ним душу, а он в эту распахнутую душу и

Поэтому девочка одеяло очень ценила и дружбой с ним дорожила. Она была не одна.

Когда на тебя что-то давит, может возникнуть ощущение, что ты не один. Но интересно то, что когда ты не один, то на тебя ничего не давит.

Первый признак того, что ты не один – ты свободен.

Однажды, когда она спала под одеялом, ей приснился сон.

На красивом, тяжелом и жарком Солнце жили Солнечные Зайчики. Их было много. Солнце их заводило из-за того, что боялось одиночества.

Вы знаете, что Солнечные Зайчики нужны, чтобы на лучиках опускаться в темноту и нести туда тепло и свет Солнца. А если они этого не сделают, согреться людям не удастся даже под одеялом.

Зайчиков было много. Но Солнце не отпускало их. А Зайчики и не хотели лететь куда-то далеко. А зачем? Они считали, что Солнце – единственный источник света и тепла, и без него будет очень трудно.

Однако, каждый Солнечный Зайчик должен знать, что когда он на Солнце, он не виден. Его жизнь тогда теряет смысл. А какой смысл жизни, если ты ее провел в тени или слепящем свете кого-то.

А еще говорят, что «засидевшийся» на Солнце зайчик

превращается в Солнечные Пятна. А это вредно уже Солнцу.

Для здоровья родителей вредно, когда дети не начинают жить своей жизнью.

Второй признак того, что ты не один – ты становишься самостоятельным и выходишь из чужой тени, или света, это кому как повезет.

Солнечный Зайчик грустил. Ведь зачем ты нужен, если тебя никто не видит? Он в мыслях стал себя сравнивать с мотыльком. Так же как и мотылек, он умеет летать. Но в отличие от мотылька, который порхает, и поэтому живет один день, у Солнечного Зайчика есть лучик, благодаря чему он знает куда лететь.

Когда ты умеешь летать и знаешь свою цель, появляется уверенность, внутри тебя возникает ощущение опоры, ты легко избавляешься от зависимости и сам становишься источником света и тепла.

Третий признак того, что ты не один – у тебя появляется цель.

Четвертый признак того, что ты не один – ты становишься источником света и тепла.

В этот момент девочка проснулась, вспомнила детей, которые ее звали на улицу, в песочницу. Она впервые подумала о том, что когда у тебя единственный друг – одеяло, ты обречен всю жизнь общаться с самим собой. А самому себе све-

тить пустое дело. Вы замечали как глупо выглядит лампочка, которая освещает пустоту? От бесполезного света становится только холоднее.

Иногда для того, чтобы найти друзей, достаточно вылезти из-под одеяла, или спуститься с небес на Землю, сделать первый шаг.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.