

Татьяна Купреева

Женщина, которая звучит



Сборник терапевтических сказок

Татьяна Купреева

**Женщина, которая звучит.
Сборник терапевтических сказок**

«Издательские решения»

Купреева Т.

Женщина, которая звучит. Сборник терапевтических сказок /
Т. Купреева — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-690901-4

«Женщина, которая звучит» — сборник терапевтических сказок, написанных в проекте Натальи Новой «Сказка каждый день». Эти сказки — о разных состояниях женщины. Прочитайте и вы узнаете, что мешает и что поможет вам раскрывать свою женственность, свободно звучать собой настоящей и чувствовать себя счастливой.

ISBN 978-5-00-690901-4

© Купреева Т.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Разговор со Счастьем	8
Про пение Любви	10
Писатель и Муза	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Женщина, которая звучит

Сборник терапевтических сказок

Татьяна Купреева

Автор иллюстраций, художник Наталья Саламатова

Сказочный редактор – сказкотерапевт Наталья Новая

Литературный редактор, корректор Майя Дубовицкая

Дизайнер – верстальщик Лариса Бердникова

© Татьяна Купреева, 2026

ISBN 978-5-0069-0901-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Приветствую моих дорогих читателей!



Татьяна Купреева глазами ИИ



Наталья Самашатова глазами ИИ

*Меня зовут Татьяна Купреева. Я эксперт по голосу и проявлению, психолог в ценностно-ориентированном подходе, арт-терапевт, певица. Веду авторский проект «СВОЕ ЗВУЧАНИЕ», в котором помогаю другим **зазвучать** по-природному и раскрыться, проявляться свободнее. А ещё в прошлом году я осуществила свою мечту о создании с коллегами-арт-терапевтами сообщества единомышленников и появилась горячо нами любимая Психологическая студия сотворчества «100ART».*

С недавних пор неожиданно для себя я стала писать сказки. Это произошло в проекте сказкотерапевта Натальи Новой «Сказка каждый день». Оказалось, писать сказки не так сложно, как я думала раньше. По алгоритмам Натальи они рождаются в потоке, будто пишут себя сами. В результате года практики родился этот сборник.

Для меня написание сказок – способ побыть в своей внутренней тишине и послушать, о чем тихонько шелестят чувства. Соединиться с образами из подсознания и через эти образы лучше понять себя, получить ответы на волнующие меня вопросы. Эти сказки о разных моих проявлениях. В некотором смысле они буквально выгружены из души, заряжены ее посылами.

*Созвучны они и историям моих клиентов, которые приходят с запросами: «хочу вернуть себя себе», «не нравится мой голос, не удовлетворяет то, как я звучу, хочу раскрыть свой голосовой и жизненный потенциал», «чувствую: внутри мой голос гораздо больше. Хочу, чтобы совпало внутреннее звучание с внешним», «живу будто не свою жизнь, а хочу быть и звучать – собой». Я писала свои сказки для женщин и про женщин. О состояниях и качествах, которые мешают или помогают нам **звучать** и быть счастливыми. Мои сказки можно просто прочесть, а можно прочувствовать их терапевтический эффект, проявить что-то свое. Предлагаю во время их чтения прислушаться к себе, исследовать, что откликается, созвучно вам. Ответить себе на вопросы:*

Что я сейчас чувствую? Как я справляюсь в похожих ситуациях? Что мне помогает? Что мешает? Что здесь о звучании моей души? Что забираю с собой? Какие знаки-подсказки дает мне судьба?

Возможно, вы и сами захотите освоить этот волшебный метод написания сказок. Тогда присоединяйтесь к проекту Натальи Новой. Чудесные иллюстрации сделала изотерапевт, художник, нейрограф Наталья Саламатова, с которой мы дружим давно и вместе создавали нашу студию «100ART».

Буду рада, если эти сказки станут полезными для вас. И вы напишете мне, какие подсказки получили, что они вам открыли, что было наиболее ценным. Поделитесь своими историями и инсайтами. Пишите мне в telegram – @tatianagolos или ВКонтакте – Татьяна Купреева.

*С любовью к вам,
Татьяна Купреева*

Разговор со Счастьем



– Охо-хонюшки! Где же ты, мое Счастье, заплутало? – устало вздохнула женщина в раздумье.

– Я здесь... – услышала она Голос.

Он звучал и не тихо, и не громко. Ясно и отчетливо и в то же время ненавязчиво – будто легкий ветерок.

Женщина оглянулась, но никого не увидела.

– Где ты, Счастье? Я не вижу тебя... – осторожно спросила она.

– Не смотри по сторонам. Загляни в себя. Я всегда рядом: в твоём сердце.

Женщина закрыла глаза. Вдох-выдох. Она знала: в обычной житейской суете сердца не услышать. Нужно замедлиться, остановить привычный бег мыслей и внутренним взором заглянуть в глубину души. Именно оттуда сейчас и доносился голос Счастья.

– Ну здравствуй, Счастье! Рада нашей встрече. Благодарю тебя: ты приходишь ко мне, и мне так хорошо. А иногда я теряю тебя из виду и грущу. Будь со мной почаще, пожалуйста. Не покидай меня надолго.

На миг женщине показалось: Счастье улыбнулось своей лучезарной улыбкой. После недолгой паузы послышался ответ:

– А я никогда не исчезаю. Это ты не всегда способна меня заметить. Будто хочешь видеть только мою светлую сторону. Тебе нравится, когда я привожу Радость, Свет, Легкость, Удовольствие, Любовь... Но я есть и в Печали, и в Одиночестве, и в Сомнениях, Тревогах и даже в Отчаянии. Во всех проявлениях жизни. В тебе самой!

Будь внимательней к своим чувствам, замечай меня в обыденности, и тебе откроется вся моя полнота. Проживай искренне, принимая все, что приходит к тебе. Не бойся темноты, ведь это просто обратная сторона Луны. А ты представляй ее себе целиком. Темную сторону и дорогу ко мне осветит Благодарность: к событиям, к людям – тем, кто помогает проявить все, что есть у тебя внутри. Плутаю не я.

На глазах Женщины появились слезы.

– Спасибо! – прошептала она с благодарностью.

Про пение Любви



Жила-была в Певу-учем королевстве Царевна Непевана. Все пе-ели в этом чудесном госуда-арстве, а она не могла. Чего только ни делали с Царевной: осматривали доктора разные,

учителя пения заморские приезжали, какие только методики ни применяли, ра-а-пева-а-ли-и, а толку все не было. Не пелось Царевне – и все тут.

Конечно, горевали во дворце. Тогда Царь-Батюшка издал указ: кто Царевну Непевану ра-аспоет, тот получит в награду волшебный Магнит, притягивающий богатство и изоби-и-ли-и-е.

Многие хотели завладеть Магнитом, поэтому пытались распеть Царевну. Но ничего у претендентов не получалось. Оно и понятно: думали-то лишь о богатстве.

Однажды забрел в Певучее королевство Иван-Певун. Сладкоголо-о-осый! Рассказали ему жители о беде Царевны и указе Царя. Пошел Иван во дворец, помочь захотел он бедной девушке. Ведь как же душе жить на свете без песен?

Как увидел Иван-Певун Царевну-у – тут же влюбился по уши и запел для нее свою пе-е-есню. А Царевна зазвучала трелью соловьиною в ответ: сама Любовь пробудила ее голос. Сразу спе-елись они с Иваном. Подивились все: как это Ивану-Певуну удалось? Чудо ведь чудное. А кто любил, тот знает: любовь порой и не такие чудеса творит.

Получил Иван в награду обещанный волшебный Магнит. Взял его, а что делать с ним – не ведает. Не за тем приходил-то. Долго думал, куда приладить-пристроить, чтобы работала эта штукавина...

Вдруг заговорил с ним Магнит сам:

– Ничего не делай ты, Иван-Певун. Просто положи меня с собой в суму и забудь обо мне. С любовью спокойно делай свое дело, а я свою работу сделаю. Не будешь ты ни в чем нуждаться.

На том и порешили. Ходит Иван-Певун по свету, песни на радость людям поет, да других распевает. А Царевна Непевана ходит с ним вместе и подпевает. Вдохновляет! А Магнит свое дело делает: все, что нужно, к ним притягивает – на Любовь.

Так они всему миру и показали: если доброту проявлять, с чистым сердцем да любовью делать то, к чему душа лежит – и судьбу свою устроишь, и богатство обретешь.

Писатель и Муза



Муза Мухомориха летала где ей вздумается. Но когда Писатель призывал ее в своих мыслях, она всегда прилетала на зов. Правда, заполошная она была, какая-то всклокоченная, вечно

запаренная. Не выглядела и не летала Мухомориха так интеллигентно, как положено достойным Музам, а была больше похожа на бабку Ежку с турбодвигателем. Вжик – и ее уже нет.

Прилетит к Писателю, торопит его:

– Давай, пиши скорей! Некогда мне тут долго над тобой парить: дел дома куча.

– Э-э-э, каких дел? Ты же моя Муза! Летай тут давай как следует и не морочь мне голову! В нее должны прийти талантливые строки, которые будут читать люди. Они будут менять свои жизни. Ты вообще миссию свою ощущаешь? – возмущался Писатель.

Мухомориха закатывала глаза, заламывала руки – капризничала. Строчки у Писателя рождались сумбурные – сложно было этот хаос привести в достойные произведения.

Но он старался. Предлагал ей полетать немного плавнее, заигрывал, обещал отпустить в отпуск, но всякий раз обещания нарушал. В общем, отношения складывались непросто. А порой она вообще наглела – вовсе не прилетала на его зов.

– Пусть больше ценит! – бухтела Мухомориха, слыша мольбы Писателя, но не отвечая на мысленный призыв. – А то ишь как обращается со мной. Я все-таки какая-никакая женщина! Да не простая женщина, а Муза-вдохновительница! А Музы – птицы вольные. Дела мои ему не нравятся... Мне-то они нужны и важны.

Когда Мухомориха надолго бросала его, он раскаивался, сокрушался, что не ухаживал, не заботился о ней и грубил. От этих мыслей она смягчалась, превращалась в совершенно очаровательную Мухоморочку. В общем, была ровно такой, как он к ней относился. А он относился к ней так, какой она была.

Такой вот замкнутый круг взаимопетензий, где никто не хотел сделать шаг навстречу. Писатель мечтал о том, чтобы Муза вдохновляла его на гармоничные строки. А Мухомориха мечтала, чтобы с ней обращались, как с настоящей леди.

Однажды у Писателя было хорошее настроение, и ему захотелось с кем-то поделиться радостью, сделать что-нибудь приятное. Просто так.

«Почему бы не подарить ей цветы? – подумал он. – Порадую-ка я свою Музочку. Жизнь не так длинна, чтобы тратить ее на вечные ссоры. А я, признаться, бываю с ней довольно жестким».

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.