



СказкоТерра

Гипнотические сказки

Лилия Седельникова

СказкоТерра.
Гипнотические сказки

«Издательские решения»

Седелъникова Л.

СказкоТерра. Гипнотические сказки / Л. Седелъникова —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-908103-2

Гипнотические сказки написаны участниками проекта «Сказкотерра» в рамках изучения сказкотерапии. Реальные люди в реальных условиях писали друг другу сказки на основе полученной теории и информации друг о друге. В силу своей абстрактности эти истории созвучны разным читателям и, возможно, найдут отклик в ваших сердцах.

ISBN 978-5-44-908103-2

© Седелъникова Л.
© Издательские решения

Содержание

Лилия Седельникова	6
ЖЕЛАНИЕ	6
КОРАБЛИК	8
МАСТЕРИЦА	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

СказкоТерра

Гипнотические сказки

Корректор Лилия Седельникова

Иллюстратор Liuba Pink

Редактор Наталья Майорова

© Liuba Pink, иллюстрации, 2018

ISBN 978-5-4490-8103-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Лилия Седельникова

ЖЕЛАНИЕ

В густом тропическом лесу, где кроны деревьев подпирали собою небо, а стволы было не обхватить взглядом, жил-был серый Слон. Уши у него были такие большие, что он легко, словно веером, мог охладить себя в палящий зной. Сильным хоботом он легко поднимал огромное дерево. Ступал он осторожно и бесшумно, стараясь не потревожить покой других обитателей леса.

Слон был добрым и отзывчивым. Его не надо было просить о поддержке: по одному взгляду он мог понять, что друг или незнакомец нуждается в помощи, и тут же торопился ее оказать. Как-то, гуляя по лесу, Слон услышал звук. Он был негромким и мелодичным, совсем не таким, каким зовут друг друга слоны. В этом звуке не было угрозы, предупреждения, беспокойства. Мелодия влекла надеждой и обещанием. Кому данного обещания, чьей надежды – этого никак не мог понять Слон.

Он пошел на звук мелодии. И прошел много километров, пока не достиг границ родного леса. Слон уже было занес ногу, чтобы шагнуть вперед и найти источник незнакомого звука, но вспомнил, что дальше идти было нельзя. Когда он был маленьким, мама-слониха сказала ему, что за границы этого леса слоны заходить не должны – никто не знает, какая опасность там их ждет. Чужой лес полон угроз, стоит ли рисковать, чтобы идти неизвестно куда только для того, чтобы узнать, откуда раздается незнакомая мелодия.

И Слон решил не рисковать. Шагая бесшумной поступью домой, он размышлял, что произойдет, если он встретится с опасностью, и что не произойдет, если он не встретится с опасностью, о чем тревожится незнакомая мелодия, и нужно ли идти на зов. И если не пойти на зов сейчас, услышит ли он еще когда-нибудь эту красивую мелодию, и если услышит, будет ли он смел настолько, что пойдет вслед за своим желанием.

Проснувшись утром, Слон прислушался, зовет ли его вчерашняя мелодия. И услышал ее. Слон решил подкрепиться, а по дороге поразмышлять о странном звуке и направился к любимому кусту с сочными зелеными листьями. Объедая верхушку куста, Слон поднял голову и встретился взглядом с Гепардом, который отдыхал на ветке рядом стоящего дерева. Тело Гепарда, стройное и изящное, легко умещалось на ветке. Он казался хрупким. Но Слон знал, какие сильные у него лапы и насколько упругий прыжок. Песочно-желтая шерсть с мелкими черными пятнами переливалась на солнце. Взгляд его зеленых с желтыми искринками глаз был глубок и пронизателен, и Слоны казалось, что Гепард видит его насквозь, догадывается, о чем тот размышляет все утро.

Слон не раз наблюдал за Гепардом и восхищался его смелостью и независимостью, настойчивостью и уверенностью, свободой и гибкостью. И когда ты мыслишь гибко, ты мыслишь более свободно, а когда ты свободен, ты видишь больше возможностей вокруг себя, и чем больше возможностей ты видишь вокруг себя, тем больше у тебя способов изменить ситуацию, а чем больше разных решений, тем больше разных поступков. И ты можешь сделать так, и так, и вот так. И всегда есть выбор, как поступить. А когда есть выбор, есть свобода, ты не замечал?

Слон взмахнул ушами и посмотрел прямо в глаза Гепарду. Гепард встретил взгляд Слона и произнес: «Ты боишься выйти за границы? И боишься даже перешагнуть через этот куст? А может ты боишься переступить через тень от ветки, на которой я лежу?».

Слон осторожно перешагнул тень на траве. «Мелодия, которую ты слышишь и к которой боишься идти, – это мелодия твоей души, – продолжил Гепард. – Слушаешь ли ты себя? Зна-

ешь ли ты чего хочешь? О чем говорит тебе твой внутренний голос? Прислушайся! Мелодия – это твоё желание, и только ты выбираешь, идти к нему или не идти».

И Слон выбрал пойти к тому месту, откуда, как ему казалось, слышалась мелодия. Он дошел до границ родного леса и смело шагнул вперед. Звук становился ближе, но был все еще далеко, но Слон настойчиво шел к своему желанию – желанию услышать себя, свою мелодию. Он чувствовал силу своего желания, а чем больше силы, тем больше уверенности, а чем больше уверенности, тем больше настойчивости, а чем больше настойчивости, тем больше энергии, а чем больше энергии, тем больше возможности довести дело до конца и больше веры в себя. Ты это чувствуешь.

Пройдя немало километров по незнакомому лесу, двигаясь на зов, Слон вдруг увидел родник. Его звонкое хрустальное журчание и было той мелодией, что звала его. Он плавно опустил хобот, набрал холодной воды и медленно поднес хобот ко рту. Он не спешил. Он ощущал, как вода утоляет жажду и наполняет его силой. И он понял, чью надежду он слышал в этой мелодии и чье обещание выполнил.

Родник журчал: «Когда ты развиваешь в себе настойчивость, ты внушаешь себе, что то, что ты делаешь, важно для тебя. И всегда есть ресурсы, чтобы сделать то, что важно для тебя. И используя эти ресурсы, ты поступаешь гибче. Разреши себе подумать по-другому. Шагни за границы, за рамки, за ограничения. И тогда появится возможность сделать невозможное. Поверь в себя».

КОРАБЛИК

Однажды весной, когда тает снег и от зимнего сна просыпаются реки, с треском скидывая ледяные одежды, один Мальчик смастерил из щепки и бумажного листочка Кораблик и пустил его плавать в лужице своего двора. Кораблик смело плыл от берега к берегу лужи, подгоняемый прутиком, ловко огибал льдинки-айсберги и ни разу не перевернулся, чем был весьма горд.

«Вот я какой замечательный корабль – быстрый и прочный, никакие штормы мне не страшны!» – радовался Кораблик, бороздя просторы лужи. И ветер наполнял силой его бумажный парус, и звал играть наперегонки, и дул, и шутил, меняя направление...

Но наступил вечер, мальчика позвала домой мама, и Кораблик остался во дворе один. «Это всего лишь ночь, – успокаивал себя Кораблик, стоя на якоре. – Утром мой капитан выйдет во двор, и я снова отправлюсь в плавание». Но когда совсем стемнело, из дома вышла любопытная Кошка, подошла к Кораблику и лапкой вытащила его из воды.

– Корабли на суше не живут! – сопротивлялся Кораблик. – Я должен плавать, а не стоять на берегу, и уж тем более не летать по воздуху! Это непорядок!

Но Кошка не слушала его и, осторожно взяв зубами, понесла по двору в сухое место, чтобы поиграть. «Что же со мной будет? – беспокоился Кораблик, вися парусом вниз и задевая им землю. – Я так молод и мал, чтобы плавать в другой луже. И даже если мне удастся вновь оказаться в воде, кто поведет меня? Кто будет отдавать приказы: «Полный вперед!» или «Самый полный назад!», «Поднять якоря! Отдать концы!».

Кораблик волновался и сквозь темноту старался разглядеть, не видно ли впереди ручья или новой маленькой лужи. И тогда, может быть, ему удалось бы разжалобить Кошку и она разжала бы острые зубы. Кораблик был юн и знал, что волшебство в жизни случается. Вот, к примеру, еще вчера его, Кораблика, и не было на белом свете, а сегодня его смастерил Мальчик и отправил в плавание. Или снег, например, вчера еще лежал в сугробах, а сегодня превратился в лужи. Лужи!.. Нет, показалось... В свете луны так и не блеснула гладь воды, и Кошка не думала выпускать добычу. Мысли Кораблика от огорчения спутались, бумажный парус зацепился за проволоку и оторвался от мачты. «Это конец...» – прошептал Кораблик. Но тут из-за угла дома выбежала Собака. Кошка, увидев ее, развернулась, перепрыгнула через забор и, приземлившись по ту сторону забора, разжала зубы. Кораблик шмякнулся в кашу из снега и грязи, его тоненькая мачта жалобно скрипнула, и он забылся сном...

Во сне золотисто-желтый цветок рассказывал ему, что не на все вопросы в жизни можно найти ответы, и что жизнь не распишешь наперед, и что надо относиться к себе нежнее, вот так, мягко и нежно, ведь чем больше нежности, тем больше радости, а чем больше радости, тем больше энергии, а чем больше энергии, тем больше огня, и вдохновения, и желания что-то делать, и удовольствия от сделанного. И еще можно просто позволить себе быть таким, какой ты есть, разрешить себе быть и чувствовать, что с тобой происходит. И двигаться маленькими шажками, без напряжения, вот так, постепенно. И не ждать результата, а просто жить и чувствовать удовольствие от этого. И есть свобода просто быть, и правила можно сочетать, и можно найти золотую середину, и плыть, вот так...

Сколько часов пролежал Кораблик в забытьи, он не помнил. Но когда проснулся, он увидел, что на него с интересом смотрит золотисто-желтый цветок на длинной ножке.

«Ты кто? – спросил он у Кораблика и сам тут же представился: Я – Мать-и-Мачеха». Кораблик рассказал цветку, сколько испытаний выпало ему за одну ночь, и что парус его зацепился за проволоку, и что на корабль он теперь и не похож, и как жить ему дальше, он не знает. «Тебе нужен парус? Я подумаю, как помочь тебе, давай встретимся завтра», – предложила Мать-и-Мачеха.

Ночь Кораблик провел в раздумьях: он знал, что его призвание – плыть по просторам рек, морей и океанов, но вчерашнее происшествие ослабило его веру в себя. Он стал бояться своего призвания. И хотя мечтал о парусе (ведь какой корабль без паруса?) сомнения стали одолевать его: плыть или не плыть? И если плыть, то к какому берегу он приплывет и что с ним там будет? А если он попадет в шторм? А если течение унесет его? А если случится кораблекрушение, то что останется от него...

Утром он решил поделиться своими сомнениями с Мать-и-Мачехой, но бутон ее был закрыт. Небо в тот день хмурилось, солнце спряталось за тучи, и Мать-и-Мачеха не спешила раскрывать лепестки. И еще одну ночь думал Кораблик, и теперь к сомнениям добавилось восхищение Мать-и-Мачехой. Несмотря на то, что она сегодня не раскрыла свой бутон, я знаю, что она цветок, размышлял Корабль. И может быть, я могу плыть, и волноваться в шторм, и ломаться, и стоять в порту...

У Кораблика было много мыслей, но он смог успокоить их и заснуть. А утром его пробуждения ждала Мать-и-Мачеха.

– Я дарю тебе парус! Бери! – воскликнула она и протянула свой зеленый листок. Снизу он был теплым и бархатистым, сверху – холодным и гладким.

Кораблик изловчился и поддел его на мачту. Теперь он снова был похож на корабль, ведь у него был парус! И разве это не волшебство?! «А речка? Мне нужна речка!» – затрепетал новым парусом от радости и предвкушения пути Кораблик и вдруг почувствовал легкое волнение под собой – это снег, тая под солнцем, превратился в ручей. Кораблик лишь успел махнуть Мать-и-Мачехе зеленым парусом, как течение увлекло его за собой.

Сколько радости было в этом движении ручья: он то перепрыгивал с камешка на камешек, то плавно струился по равнине, то сверкал бриллиантами под солнечными лучами, то наполнялся глубиной и звенел-звенел от удовольствия. Кораблик слушал дивную песню потока и сам наполнялся радостью. И чем больше радости он чувствовал, тем больше в нем было силы плыть вперед. И чем больше силы плыть вперед, тем больше возможностей для новых путешествий...

МАСТЕРИЦА

В одном старинном городе, улочки которого были так узки, что прохожие едва не задевали друг друга полями шляп, жила-была шляпных дел Мастерница. Девушка была пригожа и приветлива. И горожане любили ее за мягкий нрав. Мастерская ее находилась на верхнем этаже замка, тоже старинного и потому увитого плющом. Из своих окон девушка любила наблюдать за облаками. Они были разные: облако, плывущее над колокольней, напоминало корабль, который она видела в порту. За шпиль графского дворца зацепилось облако-рыбка. А там, вдалеке, плывет облако-лебедь. И Мастернице казалось, что небо, словно море, живет особенной жизнью, и жизнь эта полна приключений и восторга, новых знакомств, друзей, событий... Не то что ее мастерская со старой болванкой для шляп, оставшейся в наследство от отца, фетром, нитками, иглками да булавками.

Как-то весенним утром девушка обдумывала фасон шляпки для жены булочника, милой, но грустной женщины. С чем была связана эта грусть, Мастерница не знала, но очень хотела порадовать заказчицу и перебирала цветные ленты, мысленно подбирая их к будущей бежевой шляпке. Но только нужного оттенка лент в мастерской не нашлось. И она поспешила в лавку к женщине, торгующей лентами и кружевами. Нелегкое это дело – радовать заказчика, размышляла Мастерница по пути: и вкусу угодить, и фасон не повторить, и в срок успеть.

За день работы можно сделать одну несложную шляпку, а порой на головной убор уходит и пять дней. А для госпожи, живущей в замке, что на краю города, пришлось мастерить шляпу целую неделю! Ох, и намучилась она тогда, все пальцы булавками исколола, подгоняя тонкий шелковый подклад, чтобы ни складочки на нем не было. А цветы? Госпожа хотела, чтобы на полях ее новой шляпки, которую она собиралась надеть на бракосочетание дочери, цвели чайные розы, и Мастерница вышивала их, торопясь выполнить работу в срок, и спешила, и беспокоилась, и злилась сама на себя, и даже подумывала не бросить ли ей мастерить шляпы и пойти помощницей к булочнику.

И если в том, чем ты занимаешься, нет ни радости, ни удовольствия, ни легкости, значит ли это, что тебе следует изменить то, что ты делаешь, или достаточно изменить то, как ты это делаешь? Мастерница не знала ответа на этот вопрос, как и не знала, сможет ли она перестать мастерить шляпы и начать печь булочки и получать от этого радость и удовольствие. И от чего зависят радость и удовольствие, от того, что ты делаешь, или от того, как ты делаешь.

Девушка любила наведываться к Хозяйке лавки с кружевами и лентами и ощущала легкое волнение от предстоящей встречи. Она вошла в лавку, поздоровалась и попросила Хозяйку помочь ей выбрать ленты к бежевой шляпке для жены булочника. «Выбор цвета зависит от того, какое послание ты хочешь вложить в шляпку, что ты хочешь сказать этим цветом», – доброжелательно произнесла Хозяйка и положила на прилавок моток с белой лентой.

– Белый – цвет снега, молока, платья невесты. Он символизирует начало, легкость, чистоту, совершенство. – Она достала с полки еще несколько разноцветных мотков. – Красный – цвет страсти, любви, радости. Розовый – сладость, женственность, очарование. Синий – гармония, верность, доверие. Зеленый – цвет молодости, надежды, свежести. Коричневый – цвет тепла и уюта, а еще шоколада, которым я тебя сейчас угощу.

И, оставив лавку на попечение помощницы, она направилась вглубь помещения, жестом пригласив Мастерницу последовать за собой. В небольшой комнате было светло и уютно: окна свободно пропускали солнечный свет, и он переливался на белоснежной скатерти, заглядывал в зеркала, играл на дверных ручках из бронзы и на тонких фарфоровых чашках. Разлив ароматный шоколад в чашечки, Хозяйка лавки подвинула свое кресло поближе к камину.

– Посмотри, как разгорается огонь от поленьев. Первое полено – это твое внимание. А там, где внимание, там и интерес, а чем больше интерес, тем больше энергии, а чем больше

энергии, тем больше вовлеченности, а чем больше вовлеченности, тем больше удовольствия от того, что ты делаешь. И можно творить, и шить шляпки, и радовать других, вдохновляясь их радостью. И если в том, чем ты занимаешься, нет ни радости, ни удовольствия, ни легкости, то это не обязательно означает, что тебе следует изменить то, что ты делаешь. Иногда достаточно изменить то, как ты это делаешь. Не жалуйся на форму, она имеет ровно столько значения, сколько ты ей сама придаешь. Совершенством и красотой ты наполняешь ее сама. И можно взять белую ленту, и розовую, и зеленую...

Хозяйка подкладывала поленья одно за другим. Огонь в камине разгорался ярче и ярче, приятное тепло согревало и будило мечты, и Мاستерица уже мысленно пришивала ленты к бежевой шляпке жены булочника: зеленую, розовую, белую... Свежесть, очарование, легкость. Ее воображение рисовало ей новые фасоны шляп, а какие цветы распускались на их полях!

Купив ленты и поблагодарив Хозяйку, девушка мигом добежала до своей мастерской. Старая болванка для шляп, казалось, лукаво подмигнула ей, лишь только она вошла в комнату. Бежевый фетр, лежащий на столе, прятал улыбку в своих складках, а булавки тонко звенели в стеклянной банке: «У тебя все получится, верь в себя, в свой талант. Дари людям радость!». Вовсе не обязательно заново изобретать колесо, менять работу, место жительства. Оглянись вокруг, и ты увидишь, как много в мире путей для самовыражения. И то, что ты сделал вчера, сегодня можно сделать по-новому, и это правильно осознавать, что одно и то же можно сказать и сделать по-разному. И у каждого есть возможность расти и изменяться, изменяться и расти. Каждый миг нов, и если не привязываться к результату, то можно быть свободным и творить спонтанно. Прямо сейчас, легко, с удовольствием.

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.