



СКАЗКИ

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ ИЛИ
ПСИХОТЕРАПИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Майя Измаилова

18+

Майя Измаилова

**Сказки для взрослых, или
Психотерапия для детей**

«ЛитРес: Самиздат»

2020

Измаилова М. Р.

Сказки для взрослых, или Психотерапия для детей /
М. Р. Измаилова — «ЛитРес: Самиздат», 2020

Как давно вы читали сказки? Или же все мы давно выросли и огрубели? Это пять психотерапевтических историй, погруженных в сказочный мир интерпретаций. Каждый из нас сталкивался с неудачной любовью или нежеланием отпустить прошлое. В этой же книге можно взглянуть, как психотерапия помогает справиться с подобными ситуациями, и понять, через какие процессы проходит пациент и психотерапевт от встречи к встрече. Книга будет интересна не только людям, заинтересованным в психотерапии, но и далеким от этой сферы. Она окунет вас в сказочный мир и, быть может, заставит взглянуть на себя со стороны.

Содержание

Коробка с воспоминаниями	6
Ушедшая любовь	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Майя Измаилова
Сказки для взрослых, или
Психотерапия для детей

Посвящается
моему психотерапевту —
Миназову Ренату Данисовичу.

Коробка с воспоминаниями

Мэй плюхнулась в глубокое кресло и с шумом выдохнула. Ее щеки залились румянцем, а на лбу проступила капля пота, которую она, едва дотянувшись, быстро смахнула маленькими ручками.

– Что это? – спросил Реми, помешивая чай звенящей ложкой.

– Ничего... – смущенно прошептала Мэй и задвинула коробку подальше за кресло.

– Ее все равно видно, как ни прячь! – продолжал Реми с чашкой в руке. Иногда он подносил чашку к лицу и замирал на мгновение, делая небольшую паузу, а Мэй казалось, что пролетала целая вечность, прежде чем он снова начинал говорить.

В то утро Реми был одет в потертые синие брюки и рубашку поло, застегнутую на все пуговицы. Кажется, это была его любимая одежда. По крайней мере, Мэй так казалось. Он любил чай, а еще конфеты в синих фантиках, паузы между словами и улыбаться широко, но не губами, как все остальные, а его большими, как блюдца, глазами. Мэй всегда смущалась от таких улыбок – то ли

глаз таких больших не видела вовсе, то ли не привыкла улыбаться по пустя-



кам.

– Я все видел, – продолжил Реми без стеснения, – что в коробке?

И правда коробку было сложно не заметить: ее потрепанные углы едва ли не доставали до потолка. А сама Мэй с трудом удержала ее, войдя в комнату.

– Воспоминания... – тихо прошептала Мэй.

Реми, будто ничуть не удивившись, спросил:

– Покажешь?

Мэй на секунду растерялась. Никто раньше не просил ее показать содержимое коробки. Люди замечали, что она волочила ее за собой всюду, краснела, мучилась, выбивалась из сил. Ее маленькие ручки порой не выдерживали, и все содержимое валилось на землю. Она наспех собирала все листы, а дома старательно вычищала те, что могла, а те, что были безнадежно испорчены, переписывала по памяти. За годы жизни, наверное, и не осталось оригинальных воспоминаний. Тех, что только вышли из-под пера и остались в первоизданном виде. Все кругом было переписано сотни раз, на каких-то листах были пятна, какие-то были скомканы так, что едва можно было разглядеть что-то, но все они были в этой коробке, а коробка всегда была с Мэй.

Ее вывел из оцепенения шорох фантика. Реми разворачивал конфету. Мэй немного замешкалась – она не хотела давать читать свои воспоминания, но все же открыла коробку, уселась рядом и начала перебирать листы в поисках тех, что могла показать Реми.

– Вот, держи! – она протянула комки бумаги. Реми, не спеша, поставил чашку на стол и принялся изучать, что же все-таки она так бережно хранила в этой драгоценной коробке.

Ему хватило ровно тридцати секунд, чтобы все понять. Но он не стал умничать и давать непрошенные советы. Ведь никому не нравится, когда их попусту поучают, особенно если дело касается таких важных вещей, как, например, этой коробки с воспоминаниями. Вместо этого он спросил:

– Тебе не тяжело ее носить всюду с собой?

– Немного... – вымолвила Мэй, а сама все так же увлеченно перебирала стопки бумаг.

– А зачем ты ее волочишь?

– Как зачем? – она опешила – Чтобы ничего не забыть, конечно! Смотри вот на эти листы – тут про одуванчики в поле, меня еще мама с папой за ручку держали. Тут про речку и лошадь. А здесь про дождь и объятия. А эти... – она отодвинула неуютную стопку и поникла.

– Что же там? – прямо спросил Реми.

– А там плохие воспоминания. Последний букет от любимого человека, разбитые в ссоре чайные чашки и шаги, вслед ушедшим людям. – С трудом прошептала Мэй и по ее щекам покатались крупинки слез. Реми взглянул на две неравные стопки: плохих воспоминаний было в семь раз больше.

– Разве плохие воспоминания стоят того, чтобы их так беречь и носить с собой изо дня в день? – не удержался Реми.

Мэй вытерла слезы и задумалась на мгновение.

– Знаешь, – продолжил Реми спокойным и обволакивающим голосом, – плохие воспоминания можно и отпустить. Оставить где-нибудь, где их никто не найдет или разжечь ими камин!

– Ха-ха-ха, камин! – расхохоталась Мэй.

Реми продолжил:

– Воспоминания не дают тебе даже вдохнуть полной грудью, да и к тому же нет места для новых!

Она задумалась, ведь и правда коробка была полна старыми воспоминаниями, переписанными сотни раз. Мэй никогда не отпускала коробку, не бралась за руки при встрече и не обнимала на прощание. Она не окуналась в новые приключения, а лишь ходила из пункта А в пункт Б ровно по дорожке, боясь растерять листы по пути.

– Но как же? А если что-то забудется? – ее брови и морщинки на лбу выдавали ее страх и беспокойство.

– У меня есть идея, – улыбнулся Реми, – давай переберем твою коробку листик за листиком. В последний раз переживем плохие воспоминания, а хорошие оставим в сердце. Так они никогда не забудутся и будут всегда с тобой. Тебе будет легко двигаться дальше, к тому же коробку волочить будет уже не нужно.

Мэй долго молчала, теперь уже Реми подумал, что пролетела вечность. Но внезапно она рассмеялась и прокричала:

– И камин разожжем листьями с плохими воспоминаниями?

Реми рассмеялся вместе с ней:

– Первым делом разожжем!

В тот вечер они перебрали все воспоминания, Мэй много и горько плакала, перечитывая плохое, а затем так же глубоко и закатисто смеялась. Они выпили по три чашки чая и, наверное, съели целую гору конфет. Камин разгорался все сильнее, а коробка в конечном итоге опустела. Мэй даже не заметила, как легко ей было отпустить все плохое, а хорошее подогревало ее изнутри.

Она обняла Реми на прощание, ведь руки уже не были заняты коробкой.

– До скорого! – прошептала Мэй.

– До скорого... – повторил ей вслед Реми.

Ушедшая любовь

В комнате раздался скрипучий неприятный звон. Едва Реми успел открыть дверь, Мэй всхлипнула сквозь слезы:

– Любовь ушла!

– Проходи скорее, ты вся промокла. – Ответил Реми, дергая ее за рукав.

На улице в тот день творилось бог знает что... Будто там, в небесной канцелярии забыли закрыть кран. Дождь лил с самого утра, не переставая. В такую погоду лучше всего было укутаться в плед и попивать горячий чай, наблюдая, как там, за окном, плывут люди-рыбы.

Реми прихватил две чашки и вазу с конфетами.

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.