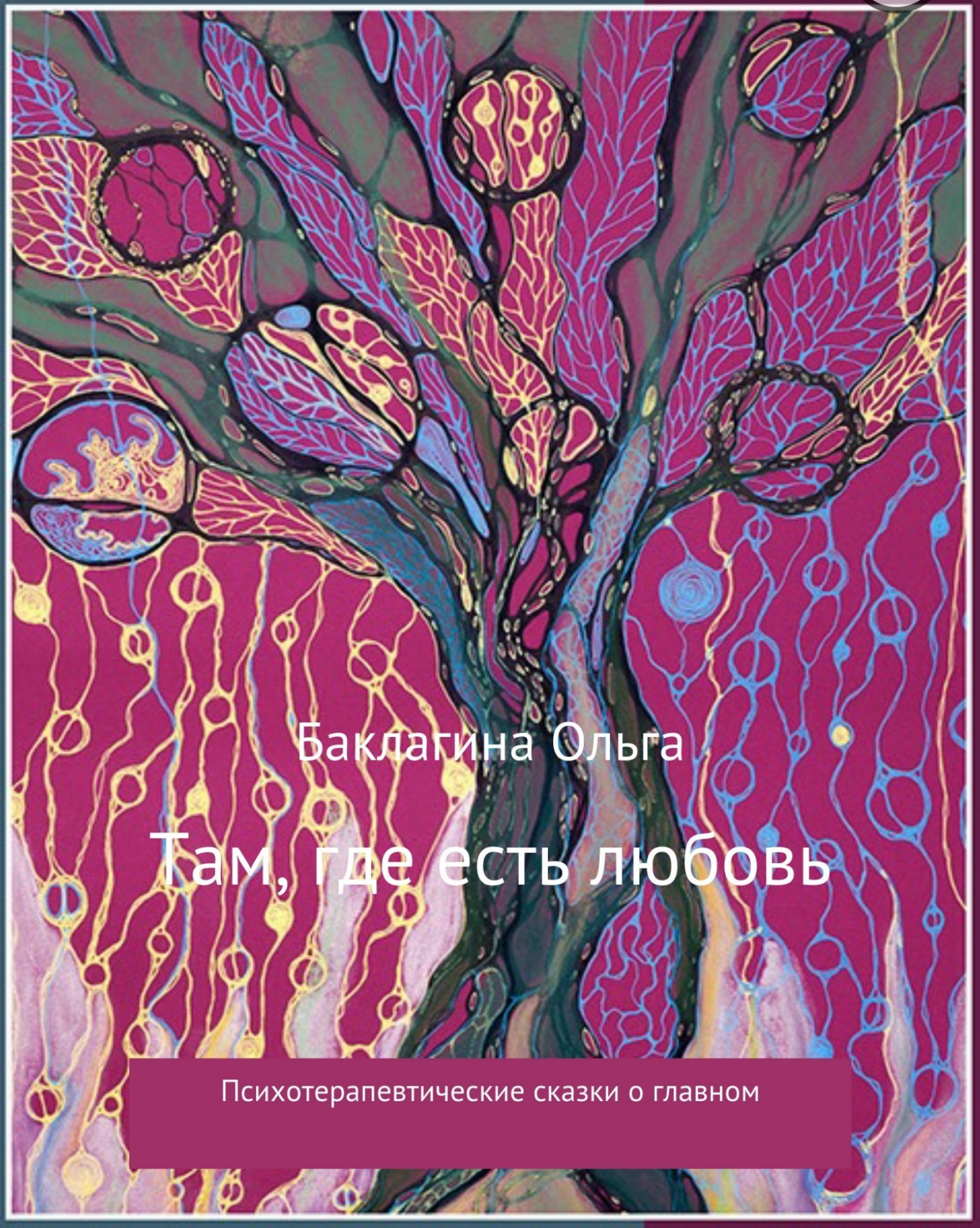
12+



Баклагина Ольга

Там, где есть любовь

Психотерапевтические сказки о главном

Ольга Баклагина

Там, где есть любовь. Сборник

«ЛитРес: Самиздат»

2018

Баклагина О. А.

Там, где есть любовь. Сборник / О. А. Баклагина — «ЛитРес: Самиздат», 2018

Сборник терапевтических сказок, используемых в психотерапии. Ткань метафоры, присутствующая в этом жанре, позволяет проработать глубинные составляющие проблемы человека. Сказки написаны, как ответ на ту ситуацию, в которой оказался человек, и, конечно, предлагают выход. Элементы природы, быта, люди, животные - главные герои сказки. Это истории с терапевтической завязкой и жизнеутверждающим окончанием.

© Баклагина О. А., 2018
© ЛитРес: Самиздат, 2018

Ольга Баклагина

ТАМ, ГДЕ ЕСТЬ ЛЮБОВЬ
Психотерапевтические сказки о главном

Южно-Сахалинск
2018 г.

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА

Дорогие друзья!

Перед вами сборник сказок. Не простых сказок, а терапевтических, можно по-простому – волшебных. Тех сказок, которые изменяют человека.

Откуда они взялись?

Я не знаю.

Ко мне они приходят в трансе, спонтанно, как ответ на запрос человека. Работая в техниках эриксоновского гипноза, я люблю и часто использую метод терапевтической сказки (метафоры). Эти сказки написаны для каждого конкретного клиента. Они индивидуальны. В них есть его история и история развития его проблемы. Как правило, сказка рождается к концу терапии, а это примерно восьмой, девятый сеанс, когда красной нитью видна проходящая через весь курс основная проблематика клиента. Она используется мной для создания смысловой основы сказки. Эти сказки индивидуальны, но в них любой может найти что-то для себя в соответствии со своей жизненной ситуацией и своим способом реагирования. Поэтому они сгруппированы в разделы.

И хочу закончить свое маленькое вступление словами очень уважаемого мной аргентинского психотерапевта Хорхе Букая:

«Эти сказки… Это всего лишь несколько камней. Зеленых камней, желтых камней, красных камней. Эти сказки были написаны, только чтобы указать какое-то место или путь. Найти внутри, в глубинах каждой сказки, спрятанный бриллиант… это каждый должен сделать сам».

Итак, друзья, вперед!

Ольга Баклагина

РОСТОК

Не унывай!

Трудности делают тебя сильнее!

1. Одна семья

Деревце было тоненьким и маленьким. Оно росло рядом со взрослой рябиной и крепким кленом. Росло и радовалось солнцу и лету не один год. Это была Рябинка. Рядом с ней стала вырастать еще одна рябинка или маленький клен, трудно было сразу разобраться, таким маленьким был этот росток. Но наша Рябинка всегда считала, что это ее семья… до определенного времени. До той осени, когда на ней появились маленькие ягодки – плоды. Ягодки были красными, красивыми, пока их было немного, но это были ее первые ягодки. Она стала понимать, что выросла, что становится взрослым деревом.

И тогда ей стало интересно, а почему у клена нет таких ягод. Она стала понимать, что он другой. И спросила об этом свою мать – рябину. Взрослая рябина прошелестела веточками, часто усыпанными яркими гроздьями ягод:

– Мы – одна семья…

– Но почему он не такой, мама? – не унималась Рябинка. – Он не мой отец, почему у него нет ягод?

– Мы – одна семья, – шелестела взрослая рябина.

И ничего более вразумительного не могла добиться от нее молодая Рябинка.

– Как же так, мама, как же я появилась на свет? И почему этот чужак, такой непохожий… должен быть моим отцом?

– Мы – одна семья, – шелестела взрослая рябина и даже больно ударила взбунтовавшуюся Рябинку своей тяжелой веткой.

И тогда молодая Рябинка стала расти вбок. Она усиленно отклонялась от клена, от взрослой рябины и от маленького росточка, что рос рядом.

«Это вы – одна семья, – думала она. – А я – не вы. Я – другая».

И все бы ничего, это протест юности, период становления… Да только то направление, которое выбрала Рябинка для роста, было совсем неправильным. Ее ствол стал сильно клониться к земле.

Взрослая рябина видела все это, но сделать ничего не могла. Она могла волноваться, шуметь листвой, даже пыталась дотянуться до своей дочки, чтобы не дать ей упасть, но ее ветви-руки были устремлены в небо… И она стала бояться, что ее молодая Рябинка никогда не станет деревом.

– Мы – одна семья, – вторила она и еще плакала, осыпая землю вокруг себя красными гроздьями ягод.

И вот как-то ночью она решила попросить помощи у ветра: «Он высокий и мудрый… он столько видел на свете, может быть он сможет помочь…»

А ветер, что каждый вечер прилетал на поляну, был действительно мудрым. Он знал много сказок и историй, он много путешествовал, мог быть сильным и свирепым, но мог также быть очень легким и нежным, когда хотел этого. Выслушав взрослую рябину, ветер согласился помочь юному деревцу. И этой ночью он спустился к самой земле, туда, куда отклонился ствол молодой рябинки, и начал петь ей тихую песню. Рябинка спала, а он пел ей о природе, о дальних странствиях, о мудрости Земли и как бы случайно стал показывать картинки для Рябинки.

Он показал ей, как она – маленькая – только что проклюнулась из земли и увидела этот мир.

Другая картинка была с уже немножко подросшей Рябинкой, с которой рядом стоят два дерева – рябина и клен – и защищают ее от урагана, укрывая своими ветвями.

На третьей картинке поздней осенью, когда ей было холодно, клен укрывал ее своими листьями, как одеялом.

На четвертой – клен рассказывает ей сказку о своих листьях, похожих на звездочки, и почему у этих звездочек-листьев такие правильные острые края.

На пятой картинке на маленькую Рябинку напала тля и стала пожирать ее сочные листочки. И клен переманил тлю на себя. Что ему сделается… он такой огромный… И Рябинка выздоровела.

На шестой – клен измерял ее рост своей нижней веточкой.

На седьмой…

И тут Рябинка поняла. Она все-все поняла. Она поняла, что для того, чтобы быть родным, не нужно быть похожим, нужно быть любимым! «Мы – одна семья», – сказала Рябинка и проснулась.

Стояло тихое весеннее утро, природа пробуждалась ото сна. Рябинка осмотрелась вокруг и удивилась, как это она умудрилась так изогнуться… Это же мешает ее хорошему росту! Она увидела рябину и клен, стоящих рядом и тихо переговаривающихся друг с дружкой, и еще одну маленькую тростиночку, которая за зиму немножко вытянулась и окрепла. Она подумала: «Интересно, кто же из нее получится, рябинка или клен?». И тут же вспомнила: «Чтобы быть родным, не нужно быть похожим, нужно быть любимым!»

И крепко и сильно потянулась вверх – к своим таким родным теперь деревьям. Она так сильно выпрямилась, что ее ствол, пока еще гибкий, тут же встал на место. И оттого, что это произошло, она сразу выросла и похорошела. Крепкая и подросшая Рябинка стояла в окружении деревьев, как будто обнимая их своими сильными ветками. Теперь она точно знала: «Мы – одна семья!»

2. Шиповник

На одной лесной полянке проклюнулся маленький росток. Полянка была цветущей, зеленой, уютной и очень солнечной. И поэтому наш росток очень быстро стал вырастать и тянуться вверх. Не прошло и недели, как он увеличился в размерах в два, а то и в три раза, и поднял голову. Теперь он решил хорошо осмотреться и понять, где он и кто он?

Он увидел неподалеку от себя красивые цветы. Это были лилии. Лесные лилии с их тяжелым, пьянящим ароматом, крупные, с яркими черными точечками на лепестках.

– Ах, какие они красивые, – подумал росточек и стал тянуться к ним.

Но, может быть, лилии были не очень подходящей компанией для него в тот момент, а может, он еще толком не знал, кто он, но они не захотели с ним разговаривать. А когда наступил вечер, вообще свернули свои лепестки и закрыли головки-чашечки. А юный росток растерялся, превратно отнеся, как ему показалось, пренебрежительное поведение лилий на свой счет.

– Видимо, я не такой хороший, как они. У меня нет таких больших и красивых лепестков, и голова у меня совсем маленькая, даже еще не раскрылась, и совсем нет никакого запаха. Да кто же я такой?

И он решил во что бы то ни стало завтра утром заговорить с ними. С первыми лучами солнца он повернулся на колючей ножке к красавицам лилиям и поприветствовал их со всей учтивостью, на которую был способен. Лилии оглянулись на маленький росток и, не удосужив его ответом, стали болтать между собой.

Но росток не унимался, он решил узнать, кто он. И тогда одна большая лилия, что росла поближе к нему, ответила:

– Кто ты? Откуда мы знаем? Возможно, ты вообще не цветок. У тебя нет такой длинной зеленой и гладкой ножки, нет таких чудесных лепестков, и ты не умеешь так сильно пахнуть, как мы. Что же ты хочешь, чтобы мы общались с тобой? Сначала покажи, кто ты и что ты

умеешь. А мы уж потом посмотрим, стоишь ли ты вообще того, чтобы находиться на нашей полянке.

Маленький росточек обиделся и даже заплакал, почувствовав, как прозрачная росинка стекает с его нераскрывшегося бутончика по стеблю вниз.

– Как же у меня нет стебля? Он есть. Конечно, он не такой длинный, и странно, что он колючий, но я же все равно цветок, вон – у меня бутончик есть.

А над полянкой гудели насекомые. Пчелы садились на цветы и собирали нектар. Противные мухи тоже сновали рядом, жужжали, грелись на солнышке. И одна большая жирная муха, подлетев к росточку, еще больше его расстроила, подтвердив все его самые худшие опасения.

– Какой же ты цветок, ж-ж-ж. Смотри, у тебя нет лепестков и нет запаха. И вообще, ты слишком широкий и колючий. Наверное, ты – дерево. А деревьям положено молчать и сторожить лес. Они не способны ни на что большее.

– Наверное, так и есть, – опечалился росточек и совсем поник, наклонив вниз свой нераспустившийся бутон. И он увидел, что он действительно широк, и из его корня растет много-много веточек с листьями. А тот стебелек, на котором понуро висел его нераскрытый бутон, был совсем не гладким, а колючим.

– Наверное, я действительно дерево, только какое-то неправильное, с бутоном. Наверное, я просто ошибка природы.

Очень грустные мысли были в ту пору у нашего росточка. От таких мыслей могут даже отвалиться бутоны. Да… Если бы не ветер.

Если бы не ветер. Пролетая над полянкой, ветер увидел печальный повядший росточек и подлетел к нему.

– Эй, ты, с бутоном, ты чего голову повесил? Засох совсем?

– Я не знаю, кто я? И зачем я? Я не достоин иметь друзей, во всяком случае, среди этих лилий, и пчелы не садятся на меня. И вообще, если я дерево, а не цветок, то почему я такой неправильный?

Ветер оббежал кустик по кругу и засмеялся, как это умеет делать только ветер – тоненько-тоненько и легко-легко.

– Эх, ты… Тебе нужно: во-первых, хорошо напиться, а то что-то ты подсох совсем. Невеселые мысли имеют свойство подсушивать всех, кого посещают. Во-вторых, пора распускаться, открывать свои лепестки. И, в-третьих, пора оглянуться в другую сторону, а не только в ту, на которой растут твои соседки лилии. А я мигом, только тучку пригоню.

Ветерок метнулся вверх и пропал. Не успел росток опечалиться еще больше от этого, как с неба полил легкий, звонкий и чистый дождик. Он лил и лил, даря прохладу и живительную влагу всему, к чему прикасался. И росток жадно пил эту влагу, пил и пил, и становился все сильнее и сильнее. И когда ветер разогнал тучи, и дождик закончился, на небе выглянуло солнце и ласково погладило крепкий встрепенувшийся бутончик по голове.

– Ну вот, – сказало солнышко, – завтра можно будет распускаться. Ты совсем уже готов.

И рано утром с первым солнечным лучом росток почувствовал в себе непреодолимую силу и очень ясное намерение распустить свои лепестки. И он стал напрягаться. Но особо напрягаться и не требовалось, потому что как только открылся первый лепесток, все остальные последовали за ним, и на свет появился новый прекрасный и душистый молодой цветок шиповника, этой маленькой лесной дикой розы.

– Ах, вот ты какой?! – зажужжали пчелы. – Мы летим к тебе. Ой, как ты пахнешь, куда уж там этим напыщенным лилиям. Они давно не первой свежести.

Но юный цветок не слушал ни пчел, ни других насекомых, что кружили около него. Он распахнул свои большие глаза и наконец-то увидел настоящий мир.

Он увидел, что растет на большом кусте шиповника, и рядом с ним есть еще кусты, наверное, мама с папой.

– И почему я их сразу не заметил? Ну, да ладно, нужно смотреть еще и еще… И он жадно стал вглядываться в мир. Он увидел, что он не один, рядом набирали цвет такие же цветы шиповника, но бутоны их были пока закрыты, просто он был первый. А еще полянка была вся усыпана цветами. Росли и одуванчики, и скромные, маленькие, но очень милые незабудки. Клевер-кашка стелился по краю полянки. Воздух был наполнен ароматом цветов. А лилии казались ему не такими уж прекрасными – цветы, как цветы, пожалуй, сильно крупные и со своим особым тяжелым запахом, который ему даже не нравился. Зато теперь маленькая дикая розочка-шиповник почувствовала свой аромат – тонкий и в то же время стойкий и очень добрый. А еще рядом тихонько позвякивали лесные колокольчики, и открывали свои желтые сердцевинки дикие ромашки.

– Вот это компания! – обрадовался наш маленький цветок шиповника. И всем своим маленьким цветочным сердцем улыбнулся этому прекрасному миру. Улыбнулся и сказал:

– Здравствуй, мир!

И тут он увидел и услышал, и почувствовал, как все растения на полянке повернулись в его сторону и приветливо затрепетали лепестками и листочками. А родители этого куста, два отдельных больших куста шиповника, которые росли ближе к лесу, втайне порадовались за него, подумав про себя: «Вот и вырос маленький кустик и пошел в жизнь».

Так наш цветочек мог бы еще долго радоваться миру и себе, да так, в принципе, и было… Просто он узнал еще кое-что от того же своего друга ветра, который пригнал к нему нужную тучку. Он узнал о своем предназначении. Он понял, что он – нечто большее, чем просто цветок. Он – кустарник, и кустарник целебный. Ему свойственно цвести и благоухать, как настоящей розе, а осенью, когда все цветы завянут и погибнут, ему суждено стать ягодами – красными, яркими, богатыми витаминами, очень полезными и просто необходимыми для птиц, зверей и даже людей. Он понял, что он настоящий лесной доктор!

И теперь, когда он это знал, он стал спокоен и счастлив. Он принял себя и свою судьбу. Он принял весь свой маленький мир и всех, кто разделял этот мир с ним. И мир распахнул навстречу ему свои объятия. И тихо так, сердечно сказал: «Добро пожаловать!».

Я не знаю, как он услышал то, что мир сказал это, но это не важно. Важно то, что теперь он это знал!

3. Куст розы

В одном тенистом саду рос маленький куст розы. Его посадила заботливая хозяйка ранней весной, когда растаял снег. Хозяйка поливала маленькую розочку и заботилась о ней. Солнышко пригревало ее сверху, весенний дождик поил, а питательные вещества с земли и удобрения подкармливали молодое растение.

Шло время, и куст окончательно принялся. Хозяйка смотрела на него и радовалась. Радовалась тому, что когда-нибудь она сможет любоваться прекрасными цветами и вдыхать неповторимый аромат розового куста.

Но случились неотложные дела, и дом, в котором жила эта женщина, необходимо было срочно продать, а этой женщине уехать в другой город. А так как покупатель сразу не нашелся, дом перешел на временное управление одному ростовщику, который должен был поддерживать его и искать покупателя – будущего хозяина дома.

Время шло. Женщина давно покинула этот дом и этот город. Покупатель не находился. А ростовщик, наезжавший время от времени для того, чтобы следить за порядком в доме, совсем не знал, а может, и не хотел знать о том, что в глубине этого большого участка возле дома есть только что посаженный розовый куст, который, в принципе, уже принялся и ждет любви, заботы и внимания.

И время опять шло. Приближалось лето. И соседские мальчишки, игравшие в мяч, случайно забежали на задний двор за укатившимся мячом. И какой-то недотепа мальчик пробежал своими тяжелыми ботинками прямо по розовому кусту, которому и так было совсем не просто переждать это тяжелое для себя время. А ведь он так любил солнышко и дождик, и ту пищу, которую ему давала его ласковая хозяйка в виде подкормок и удобрений и обильного полива по утрам. Ах, этот мальчишка с его тяжелыми ботинками, он даже не оглянулся на бедный упавший куст. Он так хорошо его придавил к земле, что маленький кустик по-настоящему впечатался в землю. И казалось, что его нет совсем. Настолько низко он упал.

Бедный маленький куст розы. Как было хорошо, как все замечательно начиналось. Он помнил, как добрая аккуратная хозяйка выходила по утрам на крыльцо дома со своей записной книжкой, куда были записаны все ее дневные дела. Все шло по плану. Четко и аккуратно. Осмотреть сад, прополоть, подкормить, напоить, проверить почту, сходить в магазин и до вечера уйти по своим делам. И каждый раз, когда какое-то дело выполнялось, хозяйка с удовольствием вычеркивала его из списка неотложных дел и при этом всегда улыбалась и пела песни. И кустик был уверен, что так будет всегда. Это же так правильно, так четко, так понятно. А что теперь? Грубые ботинки? Нет еды, нет воды, да и самого его почти тоже нет. Вот он лежит – неразличимый с землей. Вот так – был-был, да и упал, даже почти сломался.

Конечно, не сломался, может, надломился где-то, совсем чуть-чуть. Просто иногда так становится жалко… всего… и того, что было… и себя… так жалко… Что совсем не помнишь о своей корневой системе, которая к нашей радости (а уж тем более к радости розового куста) уже как следует развилась.

Лежал так упавший кустик на земле и предавался тяжелым своим размышлениям и чувству жалости к себе, к своей бывшей хозяйке, к тому, что было раньше. И, можно сказать, уже и не надеялся он воспрянуть и подняться.

Если бы не его корни, которые, конечно же, сохранились, и за то время, когда получали пищу и удобрения, развились и окрепли.

А мы-то с тобой знаем: если корни целы, то и листья будут.

И вот какой-то корешок, направившийся достаточно глубоко под землю, вдруг почувствовал вкус свежей и чистой воды.

Вот это да! Подземные воды – чистые и целебные – почти хрустальные. Как нужны они были сейчас кусту. И все свои силенки уже совсем было отчаявшийся кустик направил на то, чтобы этим корешком дотянуться до целебной влаги. А ручей, подземный ручей, протекал своим давно проложенным маршрутом тихонько и неторопливо, как протекают только действительно подземные ручьи, которые приносят очень много пользы, такой пользы, которая приходит постепенно и действует бережно.

– Привет, – прошептал корешок розы. – Ты не будешь против, если я немного попью твоей водички?

– Привет, – зажурчал в ответ ручей. – Конечно, конечно, пей сколько нужно. Я вижу, ты устал и совсем подсох. Хочешь, я чуть-чуть придвинусь к тебе поближе?

Вот так и получается, ведь надежда всегда остается, и вера, да и любовь никуда не уходят из нашего сердца. А ищущий и пытливый всегда добивается удачи.

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.