

18+

ПЁТР ГАЛИГАБАРОВ

Как написать сказку счастливой жизни



Пётр Галигбаров

**Как написать сказку
счастливой жизни**

«Издательские решения»

Галигабаров П.

Как написать сказку счастливой жизни / П. Галигабаров —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-511509-6

Возможно, вы никогда не задумывались, какое влияние любимые в детстве сказки и мультики оказывают на вас. Откуда берутся психологические, семейные, финансовые проблемы и как это связано с Золушкой, Гераклом, Рапунцель, Незнайкой и другими волшебными персонажами? Эта книга поможет повысить качество вашей жизни, наглядно показав проявление негативного (редко позитивного) шаблона поведения, заложенного сказкой или мультфильмом. Вы получите способ повысить наслаждение жизнью.

ISBN 978-5-00-511509-6

© Галигабаров П.
© Издательские решения

Содержание

Как написать сказку счастливой жизни.	6
Как пользоваться этой книгой и о чём она...	6
Сказка моего детства...	7
Как не стать Фионой из Шрека?	9
«Принцесса и лягушка»: Зачем принцессе тяжкий труд?	12
Царевна-лягушка: В жёны без жертвы нельзя?	14
Царевна, которая не смеялась	16
Незнайка, Нильс, Иван-дурак – образцы настоящих мужчин?	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Как написать сказку счастливой жизни

Пётр Галигабаров

© Пётр Галигабаров, 2020

ISBN 978-5-0051-1509-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Как написать сказку счастливой жизни.

Как пользоваться этой книгой и о чём она...

Ребёнком вы, как и я, выбрали в любимчики какой-то персонаж сказки, мультика, книги, фильма. Пристально рассмотрев, прикоснувшись к любимой истории вашего детства, вы откроете её проявления в своём настоящем.

«Как написать сказку счастливой жизни» я начал сразу, как нашёл в своей взрослой жизни негативные проявления любимого произведения измательства. Мои клиенты тоже обнаружили плохие шаблоны* в своём поведении, созвучные сказке – фавориту раннего детства. :

Книга поможет вам

- увидеть проявления сценариев, заложенных в вас волшебной историей;
- оценить качество их влияния: негативное или позитивное;
- переработать скверный паттерн* в счастливый;
- обрести ресурс для наслаждения жизнью;
- совершить собственные положительные открытия в процессе работы с книгой.

Я, Пётр Галигабаров, благодарен вам за выбор этой полезной книги и вместе с вами пройду от вопросов к ответам! Давайте громко и ясно , : **получим практический результат двигаясь**

- от разборов самых очевидных сценариев, закладывающихся через сказки и мультики;
- к правилам эффективного обнаружения шаблонных проявлений;
- до написания вами сказки (или рассказа) счастливой жизни.

: Для кого эта книга

- для взрослых, которые любят самопознание и стремятся жить счастливой жизнью;
- для подростков, которые хотят немного заглянуть в свой внутренний мир;
- для родителей, которые хотят вырастить счастливых детей и готовы начать с себя;
- для психологов, которые применяют сказкотерапию в работе с клиентами.

В добрый путь!

Сказка моего детства...

Мы все с вами выросли на сказках, верно? Можете вспомнить и записать свою любимую? Знаете, какая сказка оказала влияние на моё формирование?

Угадайте по описанию!

Мальчик живёт в бедной семье с семью братьями и отцом. Страной управляют богатые и жадные персонажи. Однажды отец мальчика наступает на мозоль богачу Лимону, за что его сажают в тюрьму. Наш маленький герой отправляется в путешествие по стране, вступая в борьбу с богатыми Вишенками, Помидором, Лимоном. Он обретая по пути хороших друзей и, в конце концов, отдаёт власть в стране бедным.

Это «Чипполино» Джанни Родари. Я любил эту историю. В возрасте от 2 до 3 лет (по словам мамы) мог назвать автора произведения, персонажей, мог с первых нот идентифицировать одноимённый балет Карена Хачатуряна «Чипполино». То есть, мальчик-луковка с его приключениями пустил свои корешки в моём подсознании. Но став взрослым я забыл про эту любовь.

Разбирая сказку в осознанном возрасте, какие выводы я сделал?

Что революционная сказка заложила в моё подсознание информацию:

Богатым быть порочно!

Бедным быть почётно!

Надо помогать, жертвуя собой, ради общего блага!

Нужно смело помогать друзьям, даже жертвуя собой!

Метафорический разбор сказочного сценария показал, почему я был готов работать за интерес (ради общего блага), почему никогда не стремился зарабатывать много (быть бедным почётно). Интересно, что в школе, когда обижали друзей, я вступался. В этот момент не боялся хулиганов. Когда же они травили меня, то сопротивления Петя не проявлял (смело помогал, жертвуя собой).

Для устранения того плохого, что заложила в моё поведение сказка, я применил описанную ниже практику. Теперь ценю свой труд, поменял отношение к институту дружбы, ощущаю свои личностные границы, легко принимаю приходящие в мою жизнь деньги и так далее.

Читатель, сразу хочу предупредить, что в сказкотерапии применяется принцип Кристалла. То есть на любое действие, персонаж нужно смотреть с разных граней, отмечая и негатив и позитив. Например, Чипполино порицает богатство и пренебрегает своими нуждами, но он верный друг, любящий сын, активный мальчик. В книге, которую вы читаете, приводятся наиболее очевидные шаблоны поведения, закладываемые сказками и мультиками. Для примера и научения.

Давайте продолжим разбором мультиков.



Как не стать Фионой из Шрека?

Много написано про вред для детей содержания шуток мультфильма «Шрек». Я же в рамках книги хочу разобрать только Фиону.

В высокой башне заточена принцесса, которая ждёт своего принца. В грёзах девушка рисует образ спасителя, готовится к встрече с ним. Согласитесь, эта линия очень напоминает большинство классических сказок.

Именно от подобных сюжетов защищает своих девочек, например, актриса Кира Найтли. Звезда фильма «Пираты Карибского моря», «Анна Каренина» призналась в интервью журналу «People», что «в частности в „Золушке“ и „Русалочке“ она видит дискриминацию по половому признаку». «Героиня „Золушки“ ждёт встречи с богатым парнем, который спасёт её», – сказала актриса.

Вот и Фиона в «Шрек» ждёт красивого принца, не предпринимая никаких попыток спастись из башни самостоятельно. Вы можете возмутиться, что я накручиваю. Мол, как она миновала бы дракона и всё такое. Но, вспомните, принцесса владеет боевыми искусствами, а в «Шрек навсегда» девушка – орк спаслась из заточения самостоятельно.

Но вернёмся к разбору образа Фионы и его потенциального негативного влияния на формирующуюся психику.

Спас её не совсем принц, как помните, а его посыльный орк. Ничего страшного, Фиона пожалала плечами, отправилась на встречу своему суженному. И, обратите внимание, сколько всего и всем должна девушка:

- должна ждать спасения;
- должна выйти замуж за спасителя (даже действовавшего через наёмника);
- должна претворяться красавицей;
- должна скрывать свою некрасивую сторону;
- должна бороться со своей сущностью орка...

Не много долженствования для одного мультика? Согласитесь, что пагубно следовать чужому, навязанному «должна / должен».

Тайну своего ночного превращения Фиона хранит свято, даже от Шрека, тоже огра, на минуточку. Так в ней сильно «должна» следовать стандартам красоты, навязанным обществом. Начав же испытывать симпатию к спасителю, девушка из-за обиды и недопонимания, в отместку уезжает в рассвет с лордом Форкуадом. Она решается выйти замуж за явно неподходящего ей мужчину, поскольку должна и из мести тому, кто ей стал симпатичен. И она вышла бы, не явись Шрек и не спаси её второй раз.

Но, стоит сказать в защиту Фионы, что она, в конце концов, переборола свой страх общественного порицания и показала сущность огра гостям в соборе. В финале принцесса выбрала одну из сущностей, выбрала бодипозитив и прикольного, сильного мужика, который спас её.

Внимательный читатель отметил, как часто я использовал слово с корнем «спас». Просто как Кира Найтли права в отношении Золушки, так и я уверен, что Фиона – типичный образ девичьего сценария жертвы, которая сама ничего не решает, следует традициям, шаблонам, действует импульсивно и не обдуманно. Кто-то возразит, что к финалу мультика принцесса проявила решительность и сделала самостоятельный выбор. Так ли? Кого выбрала Фиона? Мужика, который спас её из высокой башни! А то, что он не оказался прекрасным принцем, она проглотила, приняв не самую красивую, ей никогда не нравившуюся сущность.

Но хватит метафор! Что может отложиться в подсознании у юной фанатки Фионы после просмотра мультика? Надо ждать своего спасителя (кто позовёт замуж), прекрасного принца, а если он будет не идеалом, а грубым, срыгивающим, пердящим, неуверенным в себе, с заниженной самооценкой мужиком, то можно и под него подстроиться, став такой же, ведь я должна

выйти замуж, должна быть с тем, кто спас меня, не особо выбирая. Но ради любви можно отступить от своих мечтаний и от красоты (которая была с тобой большую часть суток, если вернуться к мультику). Конечно, применив принцип Кристалла можно иначе трактовать поведение Фионы, как?

Не знаю, какая сказка или мультфильм, о читатель, больше всего запала в вашу душу в детстве. Но негатив истории можно и нужно проработать, оставив только хорошее, согласны?

Как остаться без хвоста?

Кира Найтли считает, что в мультфильме «Русалочка» компании Дисней «прекрасные песни, но та же проблема: перед лицом мужчины у женщины нет права голоса». Так актриса сказала в интервью журналу «People». Но не перебарщивает ли Найтли с феминизмом?

Американская «Русалочка» вышла на экраны и вошла в сердца зрителей в 1989 году. Она полна прекрасных песен, шуток, милых рыбок, но, главное, она пропитана любовью. Но что скрывается за яркой мишурой? Не прячет ли сочный красочный фасад негативный паттерн поведения?

Если взять мультфильм «Русалочка», созданный в СССР в 1968 году, то он прямолинейно-печален. Следовать примеру героини этого воплощения сказки Ганса Христиана Андерсена вряд ли какая-нибудь девочка захочет, только уж совсем жертвенная. Но давайте вернёмся к экранизации Диснея!

Русалочка Ариэль поёт и танцует, мечтает о новых знаниях, бунтует против отца и уклада подводного королевства. Потом она с первого взгляда влюбляется в прекрасного принца. Дофамин, эндорфин, фэнилэтиламин, норадреналин ударяют в девичьи мозги, растекаются по венам от макушки до хвоста. Ослеплённая чувством Ариэль решает отказаться от голоса ради ног, чтобы быть ближе к объекту любви. Бла-бла-бла.

В финале американской версии принц чуть не женился на другой и все почти погибли от шупалец эффектной ведьмы, но свершился счастливый конец. Под бодрое хоровое пение морских гадов во главе с крабом – дирижёром корабль увозит счастливых влюблённых в сказочную даль.

В мультфильме СССР и первоисточнике никакого «долго и счастливо» не было. Девушка, отказавшаяся от себя самой ради безумной любви, умерла, пусть и став пеной морской. Зато честно, согласитесь?

Смею предположить, что Ганс Христиан хотел показать, может подсознательно, что каждая девушка, каждый человек должен оставаться самим собой, а не продавать душу дьяволу, голос ведьме, жизнь постороннему.

Как психолог, работающий, в том числе, с женщинами в созависимых отношениях, я расскажу историю без метафор.

Девушка растёт, мечтает о любви, влюбляется в какого-то мужчину. Они сочетаются узами брака (или живут без регистрации). Ради этих отношений она отказывается от чего-то важного, истинно её. Например, хотела быть певицей или делать карьеру менеджера, но ради любимого превращается в домохозяйку, многодетную мать.

Экзистенциальная жертва давит на неё, а гормоны любви (серотонин, дофамин, окситацин) сменились гормонами раздражения (тироксин и чуток прогестерона). Возможно, поэтому её «прекрасный принц» уходит в какую-нибудь зависимость (алкоголь, беспорядочные половые связи, трудовоголизм, чрезмерные траты денег и т.п.). Наша героиня начинает спасать своего любимого, ведь так и делала принцесса из мультфильма «Русалочка», жертвовала собой ради истинного чувства. Отказываясь от своих истинных ценностей «она его за муки полюбила, а он её за состраданье к ним». Чьи строки? Откуда? Помните? Так и живут: он даёт повод (например, пьёт всё больше и больше алкоголя), она спасает его, отказавшись от права голоса перед мужчиной.

Глубины океана хранят много тайн. Самой невероятной из них остаётся история русалочки Ариэль. Но такая ли это неповторимая и сказочная ситуация, читатель?



«Принцесса и лягушка»: Зачем принцессе тяжкий труд?

Видели ли вы мультфильм 2009 года «Принцесса и лягушка»? Кажется, что его героиня пробила «стеклянный потолок». Упорным трудом, через преодоление препятствий она становится успешной бизнес-леди и настоящей принцессой! Но, как работающий в экзистенциальном направлении, я вижу в сюжете негативный сценарий. Какой?

Начнём с того, что «Принцесса и лягушка» создана командой мультипликаторов под руководством Рона Клементса и Джона Маскера, создателей «Русалочки». И, кажется, новое творение соответствует требованиям феминисток, показывая успешную и самостоятельную женщину, к тому же афроамериканку. Однако...

Начнём с того, что мечта стать владелицей ресторана героине мультлика не принадлежит. Девушка так тяжело работает, чтобы реализовать фантазию своего отца, которую приняла за собственную. Оно и понятно. С пелёнок своим примером любящий мужчина показывал, что счастье – это обладание собственным делом (рестораном). Но он, спойлер, умирает. Дочь решает воплотить в жизнь мечту отца. Но хочет ли она этого на самом деле? Увы, профдиагностику или, хотя бы, онлайн экспресс-практику #фундаментТВОЕГОсчастья моего авторства она не проходила.

Героиня устала в погоне за фантазией отца. Она молится – загадывает желание, обращаясь к звезде, видит говорящую лягушку и тянется губами к шансу быстро получить свой ресторанный бизнес. В результате поцелуя, если видели мультик, девушка получает проблемы и инфантильного партнёра. Но героиня привыкла решать проблемы сама, не дожидаясь помощи, поэтому отправляется в путешествие к колдунье. По пути она, как Элли из «Волшебник изумрудного города», помогает светлячку, аллигатору, принцу.

Ближе к концу мультфильма на карнавале можно разглядеть движущуюся платформу с изображением морского царя Нептуна, отца принцессы Ариэль из мультфильма «» (1989). Если Ариэль готова была умереть ради любимого, то темнокожая официантка готова пахать за себя и «того парня» во имя реализации мечты отца. Признаюсь, как отец дочери, что сдерживал слёзы умиления на сценах всепоглощающего созависимого поведения героини мультлика «Принцесса и лягушка». Но, как осознанно любящий отец, я мечтаю, чтобы моя дочь нашла свой путь, сепарировалась от меня и матери, двигалась с улыбкой на лице и в сердце в желанном истинном направлении. [Русалочка](#)

Если внимательно посмотреть начало анимационной сказки, понятно, что девочка любила готовить. Она вполне могла бы обрести дело жизни в приготовлении вкусных блюд. Но...

Негативные шаблоны сказочного воспитания реально изменить. Как? Обязательно опишу ниже.



Царевна-лягушка: В жёны без жертвы нельзя?

Василиса Премудрая, она же Василиса Прекрасная, она же Елена Прекрасная, она же Царевна – лягушка. Знакомая нам с детства красна девица с силами волшебными и сценарием воспитательным, да не самым позитивным. Разберёмся?

Смысл сказок про прекрасных девушек, которых добрый и отважный царевич спасает от чудовищ, гораздо глубже, чем кажется. В них скрыта языческая символика. Какая? Обязательно расскажу позже. Сначала вспомним стандартный сюжет царевны-лягушки.

Обращена она злобным Кашеем в тварь болотную (по одной из версий за отказ выйти замуж за душегуба) и сидит на кочке, чуда ждёт. Повезло, что мужественный Иван-царевич не особо меткий стрелок и попал в воды отстойные стрелой своей. А потом, путём постепенного преодоления чар Кашея, девица доказала мужчине, что она не «тварь дрожащая, а право имеет». Но поторопился Иван, уничтожив шкурку квакушки, и вернулась она в заточение к злому волшебнику. Отправился спасать мужчину свою любимую и вызволил из плена красу. Стали они жить-поживать, добра наживать.

Читатель, с применением принципа Кристалла сказку можно разложить на разные грани, найти массу смыслов, но я возьму очевидный шаблон.

История воспитывает женщину, которая ждёт спасения. Как противоположный образ – персонаж мультфильма Диснея «Принцесса и лягушка». Просто для наглядности, как меняются сценарии сказок: простая трудящаяся официантка превращается в лягушку, спасает себя и инфантильного принца. Конечно, героиня «Принцесса и лягушка» тоже не во всём образец для подражания, но в стремлении избавиться от проклятия она реализует идею современности о независимости женщин. Василиса/ Елена же ждёт чуда, сидя на кочке.

Свершилось! Мужчина появился и даже в дом принёс! Но надо очень сильно потрудиться, чтобы тебя начали воспринимать, как женщину. А после того, как увидели твою внутреннюю красоту надо доказать, что ты достойна места в семье: качественно шить, уметь вкусно готовить, внешностью блистать. Иван – царевич, вроде, любит, но как-то с оглядкой на отца и старших братьев.

Неожиданно и по недосмотру лягушки приходит беда! Не посоветовавшись с будущей женой Иван – царевич сжигает шкурку и ввергает красную девицу в пучину боли и плена. Снова ей нужно ждать спасения. А теперь самое обещанный исконный смысл.

Исследователи фольклора пишут, что сюжеты с похищением жены или невесты характерны для культур, в ранней истории которых практиковалось жертвоприношение женщин языческим богам (Кашей, например, по одной из версий – зимнее славянское божество Карачун). Спасение девицы мужчиной от неминуемой смерти считается попыткой народа – сказителя избавиться от тяжёлой родовой наследственности жестокого обряда.

Но какое до этого дело маленькой девочке, которой мама читает сказку на ночь? Для неё очевидно, что спасения надо ждать, да и не раз. Для малышки понятно, что ради любви надо постараться любой девушке, даже боярских или дворянских кровей, чего уж про болотную тварь говорить. И на выходе мы получаем сценарий жертвы, готовой на чудеса ради угождению мужчине (и его отцу).



Царевна, которая не смеялась

Хочется опять обратиться к фольклору. Помните сказку о царевне, которая была печальна, как скоморохи не старались? И пришлось отцу выдать её замуж на того, кто разве-селит красавицу.

Интересный факт! Исследователи фольклора пишут, что изначально сказка отражала волшебство и живительную силу смеха. Произошло это в период перехода к земледелию. Богини плодородия в разных странах ассоциировались с весёлым нравом. А жених из повест-вования символизируют силу жизни, ведь у него хлеб зреет и скот тучнеет (в одной из версий). Но вернёмся к разбору сказания!

Если ребёнок выбирает историю про Царевну Несмеяну, то чем она его привле-кает? Мальчика, возможно, смекалка и везучесть рассмешившего патриаршую особу героя. А девочку? Схожесть с её жизнью? Например, нет мамы (не обязательно физически, может, эмоционально), авторитарный отец, апатичное состояние, грусть и желание, чтобы кто-то рас-смешил, отвлёл от происходящего. Сама царевна опять, как большинство персонажей, ждёт спасителя.



Незнайка, Нильс, Иван-дурак – образцы настоящих мужчин?

Девичьи сказки разбирать увлекательно, но давайте рассмотрим истории с персонажами – мальчиками. Какие паттерны мы увидим там?

Читатель, всегда при работе со сказкой надо выяснять (вспомнить), кто конкретно из героев был ближе. Вот возьмём, к примеру, «Приключения Незнайки и его друзей» Николая Носова. Там столько типажей, что сразу и не вспомнить: Знайка, Гунька, Винтик, Шпунтик, Синеглазка, Снежинка...

Не уверен, что каждый мальчик, видевший мультик или читавший книгу, ассоциирует себя с Незнайкой. Хвастун, лгун, невежда при смелости и сообразительности, хитрости.

Сам Николай Носов говорил, что у Незнайки есть жизненный прототип: «Это ребёнок, но не такой, которого можно назвать по имени и фамилии, а ребёнок вообще, с присущей его возрасту неутомимой жадой деятельности, неистребимой жадой знания и в то же время с неусидчивостью, неспособностью удержать своё внимание на одном предмете сколько-нибудь долгое время, – в общем, со всеми хорошими задатками, которые ребёнку предстоит в себе укрепить и развить, и с недостатками, от которых нужно избавиться». И, кажется, к финалу первой книги (мультика) Незнайка меняется: начинает учиться, становится более серьёзным, почти честным. Но в продолжении опять шаблон поведения повторяется.

«Чудесное путешествие Нильса с дикими гусями» или, читатель, возможно, ты видел мультик «Заколдованный мальчик». Ленивый, капризный, безответственный и эгоистичный, озорной мальчик 12 лет наказан волшебником – гномом. Он отправляется в удивительное путешествие с гусями и «через тернии к звёздам» обретает чувство ответственности, братства, сочувствия. Если посмотреть внимательно сказки с персонажами – мальчиками, то они в большинстве программируют «достигаторов», которые упорно идут к цели. В примере с Нильсом – вернуть себе нормальный рост и прежнюю жизнь.

В «Мальчик с пальчик» главный герой проявил хитрость и незаурядную жестокость, чтобы вернуться к отправившим его и его братьев в самостоятельную жизнь (в лес) родителям. Почему?

Он обрёк на смерть детей отнёсшейся к нему с заботой женщиной, а потом обманом забрал всё её золото, чтобы обогатить отца и мать. Тут, читатель, мне хочется вспомнить знаменитого психолога Альфреда Адлера и предложенный им комплекс Наполеона, который не всегда свойственен людям маленького роста.

Адлер выяснил, что все мы в детстве ощущаем превосходство взрослых и свою неполноценность по сравнению с ними. С взрослением отношение к «высоким» и авторитетным личностям у большинства нивелируется. Но у мальчика с пальчик в силу роста и в силу гипопеки (отсутствие внимания, любви и заботы со стороны бедных, многодетных родителей) комплекс Наполеона проявился во всей красе. Любыми способами герой сказки стремился доказать, что заслуживает любви семьи, что он тоже здоровый, красивый, полноценный. Он спас всех братьев от людоеда, пусть и умертвив его дочку, а потом обеспечил золотом родню, пусть и обманув добрую к нему женщину.

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.