

Валерий Расс

Волшебные сны
котенка Марсика.

Неделя сладких снов



Детские сказки на ночь

Валерий Расс

Волшебные сны котёнка Марсика

<https://litres.ru/73562266>

SelfPub; 2026

Аннотация

Сказки на ночь для малышей. Ваш малыш подолгу ворочается в кроватке? Впечатления прошедшего дня, мелкие обиды или страх темноты мешают ему уснуть? Знакомьтесь это пушистый рыжий котенок Марсик, и он тоже каждый вечер учится сладко засыпать!

Волшебные сны котенка Марсика это не просто сборник добрых историй. Это книга-помощник, построенная на базе мягких техник детского расслабления и сказкотерапии. Внутри вас ждут 7 сказок по одной на каждый день недели. Путешествуя вместе с Марсиком, ваш ребенок научится отпускать обиды на Облачке (понедельник), прогонять страхи с помощью Волшебного Фонарика (среда), снимать напряжение с уставших мышц в Облачной Пекарне (суббота) и избавляться от тревог перед новой неделей на Воздушном Шаре (воскресенье).

Уютные сюжеты, дыхательные практики, вплетенные в текст, и специальные медитативные концовки превратят укладывание в

любимый, спокойный ритуал. Читайте медленно, дышите вместе с котенком, и пусть сны вашего малыша будут самыми сладкими!

Содержание

Понедельник. Марсик и секреты сладких снов	5
Часть 1. Вечер в теплом доме	5
Часть 2. Встреча с птичкой	8
Часть 3. Встреча с собачкой	9
Часть 4. Встреча с ежиком	10
Часть 5. Путешествие на облаке	11
Часть 6. Страна вечного сна	13
Часть 1. Музыка дождя	15
Часть 2. Сонный берег	16
Часть 3. Встреча с Лягушонком	17
Часть 4. Встреча с Уточкой	18
Часть 5. Волшебная лодочка	20
Часть 6. Встреча с Большой Черепахой	21
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Валерий Расс

Волшебные сны котёнка Марсика

Понедельник. Марсик и секреты сладких снов

Часть 1. Вечер в теплом доме

Маленький рыжий котенок по имени Марсик сидел на подоконнике и смотрел, как засыпает мир. Солнышко уже давно спряталось за далекий лес, оставив на небе только нежно-розовую полоску, которая медленно превращалась в темно-синюю.

Марсик чувствовал, что его день был очень насыщенным. Он прыгал за занавесками, ловил воображаемых мышек под диваном и даже один раз случайно залез в пустую кастрюлю, где было очень звонко мяукать. Но теперь его лапки стали тяжелыми-тяжелыми, словно в них положили по маленькой мягкой гирьке. Ушки уже не хотели прислушиваться к шорохам, а глазки так и норовили закрыться.

– Мур-р-р, – тихонько сказал Марсик. – Пора искать свой самый лучший сон.



Он спрыгнул с подоконника (совершенно бесшумно, как умеют только котята) и вышел в сад через маленькую дверцу. Сад спал. Цветы закрыли свои лепестки и склонили головки

к земле. Воздух пах ночной прохладой и спящей травой.

Часть 2. Встреча с птичкой

Марсик медленно шел по тропинке, как вдруг услышал тихий шорох в ветвях старой яблони. Он поднял голову и увидел маленькую Птичку-Зарянку. Она сидела в своем гнездышке, которое было похоже на уютную чашечку из веточек и пуха.

– Здравствуй, Птичка, – прошептал Марсик. – А ты разве не спишь? – Уж-ж-же засыпаю, Марсик, – ответила Птичка, пряча клюв под крылышко. – Посмотри, как уютно в моем гнезде. Оно выстлано мягким мхом и перышками. Ветер качает мою ветку, как колыбельку: кач-кач, кач-кач... Я слушаю шелест листьев, и мои крылышки становятся совсем легкими. Спи и ты, котенок.

Марсик посмотрел, как Птичка замерла в своем гнезде, и сам невольно зевнул. Его хвостик качнулся в такт ветке: вправо-влево, вправо-влево.

Часть 3. Встреча с собачкой

Котенок пошел дальше и дошел до будки своего друга – щенка по имени Барон. Барон был большим и сильным, но сейчас он лежал, положив голову на свои большие лапы, и его нос смешно дергался во сне.

– Барон, ты спишь? – тихонько спросил Марсик. Щенок приоткрыл один глаз и лениво потянулся. – Сплю, Марсик... У меня в домике лежит большая старая куртка хозяина. Она пахнет домом и теплом. Когда я ложусь на нее, я чувствую себя самым защищенным псом в мире. Я закрываю глаза и представляю, как бегаю по огромному полю с высокой травой, но бегаю медленно, словно во сне... Ложись и ты, дружище. В твоей кроватке тоже тепло.

Марсик потерся бочком о край будки, чувствуя, как спокойствие Барона передается и ему. Его спинка расслабилась, а лапки стали еще тяжелее.

Часть 4. Встреча с ежиком

У самых кустов малины Марсик заметил горку сухих листьев. Вдруг горка зашевелилась, и оттуда показался маленький черный носик. Это был Ежик. – Тише, Марсик, – пропыхтел Ежик. – Я как раз укрываюсь на зиму и на ночь. Знаешь, как это здорово – зарыться в сухие листья? Они шуршат: ш-ш-ш, ш-ш-ш... Это самый лучший звук для засыпания. Кажется, что сама земля укрывает тебя теплым одеялом. Я сейчас свернусь в колючий, но мягкий внутри шарик, и не проснусь до самого рассвета.

Марсик представил, как это – когда тебя укрывает шуршащее одеяло. Ему стало так уютно, что он едва не уснул прямо на тропинке.

Часть 5. Путешествие на облаке

Но Марсик знал, что его ждет кое-что особенное. Он дошел до центра сада, где лунный свет падал ровным серебряным кругом. Котенок сел в центр этого круга, закрыл глаза и глубоко вдохнул. Один раз... второй... третий...

И тут он почувствовал, как земля под лапками стала необычайно мягкой. Это больше не был песок или трава. Это было что-то воздушное, как взбитые сливки. Марсик открыл глаза и ахнул: он сидел на огромном белом Облаке, которое спустилось прямо к нему.

Облако было теплым и пахло ванильным печеньем. Котенок лег на пушистый бок облака и почувствовал, как оно начало медленно подниматься вверх. Выше будки, где спал Барон... Выше кустов, где спрятался Ежик... Выше яблони, где спала Птичка...

Облако плыло по ночному небу, мимо звезд. Звезды были похожи на маленькие капельки меда. Они светились тихим желтым светом. – Марсик, – прошептало Облако голосом мамы-кошки. – Почувствуй свои задние лапки. Они отдыхают... Они тяжелые и теплые. Марсик почувствовал, как его задние лапки совсем расслабились. – Почувствуй свои передние лапки, – продолжало Облако. – Они больше не хотят бегать. Они отдыхают. Марсик почувствовал, как расслабились его передние лапки. – Почувствуй свой хвостик... свою

спинку... свои мягкие ушки... Весь ты, от носика до кончика хвоста, стал легким, как пушинка.

Часть 6. Страна вечного сна

Облако принесло Марсика в волшебную страну, где всегда царит вечер. Там нет будильников, нет шума машин, нет громких звуков. Там только тихая музыка, похожая на звон маленьких колокольчиков, и шепот звезд.

Марсик увидел, что вокруг плывут другие облака, и на каждом кто-то сладко спит. На одном – медвежонок, на другом – маленький мальчик, на третьем – пушистый зайчик. Все они улыбались во сне.

Облако Марсика начало плавно снижаться, возвращаясь к его дому. Оно аккуратно вплыло в открытое окно и опустило котенка прямо в его уютную кроватку. Кроватка приняла его в свои объятия. Одеяльце само накрыло его до самого подбородка.

Марсик в последний раз за эту ночь приоткрыл глаза, увидел в небе далекую луну, которая подмигнула ему, и прошептал: – Спасибо, Облако... Спасибо, сад... Спите все...

Его дыхание стало совсем тихим, ровным и спокойным. Вдох – и животик медленно поднимается. Выход – и животик опускается. Марсик погрузился в самый глубокий, самый сладкий сон, который только может присниться маленькому котенку после долгого дня.

Спи и ты, мой хороший. Твои ручки отдыхают, твои глазки закрываются, и твое собственное мягкое облако уже ждет

тебя, чтобы унести в мир добрых и сказочных снов. Спокойной ночи.

1

Вторник. Океан спокойствия и светящиеся лодочки

Часть 1. Музыка дождя

Во вторник вечером за окном пошел тихий-тихий дождик. Маленький котенок Марсик лежал в своей кроватке и слушал, как капельки воды стучат по стеклу.

Тук-тук... тук-тук... тук-тук...

Этот звук был таким равномерным и спокойным, словно кто-то невидимый играл на маленьком хрустальном барабане. В комнате было темно, только маленький ночник в углу бросал на стену мягкий желтый свет. Марсик укрылся своим любимым пушистым одеялом до самых ушек. Ему было тепло и безопасно.

Он посмотрел на свои лапки. За день они успели побегать по всему дому, залезть на высокий шкаф, прыгнуть на кресло и даже немного поохотиться за маминым клубком ниток. Теперь лапки гудели от усталости. Они словно говорили: «Марсик, пожалуйста, давай больше никуда не побежим. Давай просто лежать».

Котенок закрыл глазки и стал слушать дождь. Тук-тук... тук-тук... Постепенно стук капель по стеклу начал меняться. Он становился всё мягче, всё глуше. Теперь это был уже не стук, а ласковый плеск воды.

Шлюп-шлюп... шлюп-шлюп...

Часть 2. Сонный берег

Марсик приоткрыл глаза и с удивлением обнаружил, что он больше не в своей комнате. Но он ничуть не испугался, потому что место, где он очутился, было самым красивым на свете.

Он сидел на берегу удивительного Океана. Песок под его лапками был мелким-мелким, мягким и удивительно теплым, словно днем его долго грело ласковое солнышко. Вода в Океане не была темной или пугающей. Наоборот, она слегка светилась изнутри мягким голубым светом, похожим на свет ночника.

Над Океаном висела огромная круглая Луна. Она была такой большой, что казалось, до нее можно дотянуться лапкой. Луна улыбалась котенку и освещала воду серебряной дорожкой.

Марсик потянулся – сначала вытянул передние лапки, потом задние, выгнул спинку дугой и сладко зевнул. У самой кромки воды, там, где теплые волны нежно касались песка (шлюп-шлюп...), он заметил большой зеленый лист кувшинки. А на нем сидел кто-то маленький.

Часть 3. Встреча с Лягушонком

Марсик тихонько подошел поближе и увидел зеленого Лягушонка. Лягушонок не прыгал и не квакал громко. Он сидел, закрыв глаза, и глубоко дышал.

– Привет, Лягушонок, – шепотом сказал Марсик. – А что ты тут делаешь совсем один? Лягушонок медленно открыл один большой глаз и улыбнулся. – Ква-а-а... Я слушаю воду, Марсик. Знаешь, как приятно засыпать под шепот волн? Мой животик надувается, когда я делаю вдох... и сдувается, когда я делаю выдох. Вдох... и выдох... Я представляю, что вода смывает с меня всю усталость. Мои зеленые лапки становятся тяжелыми. Сейчас я зарежусь в теплый, мягкий ил на дне, укроюсь листиком и буду спать до самого утра. Спокойной ночи, котенок...

Лягушонок снова закрыл глаза, сделал глубокий вдох, выдохнул и соскользнул в теплую воду так тихо, что даже не оставил кругов на воде. Марсик посмотрел ему вслед и почувствовал, что его собственный животик тоже хочет дышать так же ровно и глубоко. Вдох... и выдох...

Часть 4. Встреча с Уточкой

Котенок пошел дальше по теплomu песку, пока не увидел маленькую деревянную лодочку, привязанную к берегу мягкой веревкой. Лодочка покачивалась на волнах. Вправо-влево... вправо-влево... Внутри лодочки лежала большая бархатная подушка синего цвета, а рядом – свернутый пушистый плед.

Но прежде чем забраться в лодочку, Марсик услышал тихое кряканье в камышах. Там, в уютном гнездышке из сухих травинок, сидела Мама-Утка. Под ее большими теплыми крыльями спрятались маленькие пушистые утята. Только их крошечные желтые хвостики иногда выглядывали наружу.

– Здравствуйте, тетушка Утка, – вежливо промурлыкал Марсик. – Вы уже спите? – Кря-кря... почти,

– Кря-кря... почти, мой пушистый друг, – прошептала Мама-Утка, стараясь не пошевелиться, чтобы не разбудить своих малышей. – Мои утята весь день плавали, ныряли и ловили рыску. Их маленькие перепончатые лапки так устали грести водичку. А теперь они спрятались под мои перышки. Здесь совсем темно, очень тепло и безопасно. Никто их не потревожит. Камыши вокруг нас тихонько качаются и шуршат: ш-ш-ш... ш-ш-ш... Это их колыбельная. Залезай в свою лодочку, Марсик. Океан Спокойствия уже ждет тебя, чтобы покачать на своих волнах.

Марсик посмотрел на спящих утят, потом на мягкую подушку в лодочке и понял, что его глазки закрываются сами собой.

Часть 5. Волшебная лодочка

Котенок аккуратно, чтобы не шуметь, ступил мягкими лапками в деревянную лодочку. Внутри пахло сухим деревом, сосновыми шишками и свежим, чуть сладковатым морским ветром. Марсик лег прямо в центр большой синей бархатной подушки. Она оказалась такой воздушной, что котенок слегка утонул в ней, словно в облаке. Затем он лапками натянул на себя пушистый плед, оставив снаружи только свой маленький... розовый носик.

Как только Марсик устроился поудобнее, мягкая веревочка сама собой отвязалась от колышка на берегу. Лодочка плавно, без единого рывка или всплеска, отплыла от теплого песка. Волн почти не было. Океан Спокойствия был гладким, как большое темное зеркало, в котором отражались мириады звезд. Лодочка лишь слегка покачивалась: вправо-влево... вверх-вниз... вправо-влево...

Этот ритм был таким медленным и убаюкивающим, что Марсик почувствовал, как все его тревоги и усталость растворяются в воздухе. Лодочка качалась: вверх-вниз... кач-кач...

Часть 6. Встреча с Большой Черепахой



Вдруг рядом с лодочкой вода тихонько расступилась. На поверхность медленно, очень плавно всплыла огромная Морская Черепаха. Её панцирь был похож на маленький древний остров, а добрые, мудрые глаза светились теплым светом. Черепаха не спешила. Она вообще никогда никуда не торопилась.

– Здравствуй, маленький путешественник, – произнесла Черепаха глубоким, бархатным голосом, который гудел тихо и приятно, как большая виолончель. – Куда ты плывешь в такую позднюю ночь? – Я плыву в свой самый лучший сон, – едва слышно ответил Марсик, не поднимая головы с синей подушки. – Это правильный путь, – медленно кивнула Черепаха. – Я живу в Океане Спокойствия уже сотни лет. И я знаю один секрет. Чтобы сон был по-настоящему глубоким, нужно расслабить каждую клеточку тела. Позволь мне помочь тебе.

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.