



История шести лис, которые искали свободу в Счастливом лесу

Психологическая сказка
для взрослых и подростков



ПЕРЕГОВОРЩИК
честность



АВТОПИЛОТ
осознанность



ПОЖАРНЫЙ
спокойствие



ЯКОРЬ
умение отпускать



АКТЕР
быть собой



МАГНИТ
выбор направления

Алина Дорожко

История шести лис, которые искали свободу в Счастливом лесу.

*<https://litres.ru/74164623>
SelfPub; 2026*

Аннотация

А что если привычка это не враг ,а попытка найти то ,чего так не хватает душе?

В Счастливом лесу живут шесть необычных лис .

Со стороны они ничем не отличаются друг от других жителей,но каждый из них носит внутри невидимую клетку своих привычек.

Переговорщик все время обещает себе начать новую жизнь завтра.

Автопилот живёт не замечая настоящего момента.

Пожарный пытается погасить внутреннюю тревогу.

Якорь не может отпустить прошлое.

Актер боится показать свое истинное лицо.

Магнит снова и снова возвращается к тому ,что тянет его назад.

Вместе с мудрым Филином они отправляются к Дереву свободного дыхания, даже не подозревая что самое важное путешествие - это путь к самому себе.

Это добрая , психологическая сказка для взрослых и подростков о свободе, внутренних переменях и надежде.

Возможно в одном из шести лис вы уже себя .

Алина Дорожко

История шести лис, которые искали свободу в Счастливом лесу.

Посвящается каждому кто однажды выбрал свободу , даже если сначала она казалась невозможной...

От автора

За годы работы с людьми, мечтающими освободиться от никотиновой зависимости, я заметила одну особенность.

Все они хотели одного — свободно дышать, жить без зависимости и снова почувствовать лёгкость. Но путь к этой свободе у каждого был разным.

Кто-то бесконечно договаривался с собой.

Кто-то курил автоматически, даже не замечая этого.

Кто-то прятался за привычкой от тревоги.

Кто-то жил воспоминаниями.

Кто-то боялся быть непонятым.

А кто-то снова и снова попадал в привычную среду, которая тянула его назад.

И тогда я поняла: объяснить это можно не только языком психологии.

Иногда сказка помогает увидеть то, что трудно принять, когда об этом говорят прямо.

Так родилась история о шести лисах.

Почему именно лисы?

Потому что лиса — удивительное создание. Она умна, находчива, умеет приспосабливаться к обстоятельствам и всегда ищет выход. Совсем как человек.

Каждый лис в этой истории — это не просто сказочный герой. Это образ одного из способов, которыми привычка удерживает нас в своей невидимой клетке.

Возможно, в одном из них вы узнаете себя.

И если это случится, значит, эта сказка была написана не напрасна.

Глава 1. Счастливый лес

Далеко-далеко, там, где первые лучи солнца ласково касались верхушек деревьев, раскинулся Счастливый лес.

Каждое утро здесь начиналось с пения птиц. Воздух был настолько свежим, что казалось, его можно пить маленькими глотками. Лёгкий ветер приносил аромат цветов, хвои и лесных трав, а ручьи тихо напевали свои серебристые песни.

В этот лес приходили зайцы, белки, медведи, олени и множество других зверей. Они радовались каждому дню, гуляли по тенистым тропинкам, смеялись, играли со своими детьми и благодарили природу за её щедрость.

Казалось, здесь было всё, что нужно для счастья.

Но однажды старый Филин заметил странную вещь.

Среди всех жителей леса были шесть лис.

Они жили в самом красивом месте на свете, но словно не замечали его красоты.

Пока остальные наслаждались свежим воздухом, эти лисы были погружены в свои мысли.

Пока лес наполнялся ароматом цветов, они снова и снова возвращались к одной и той же привычке.

Они жили в собственной клетке своих же привычек.

И самое удивительное заключалось в том, что прутья этой клетки были невидимыми.

Глава 2. Шесть необычных лис

Старый Филин прожил в Счастливом лесу много лет.

Он видел, как менялись времена года, как подрастали маленькие зверята, как после дождя над лесом появлялась радуга, а весной распускались первые цветы.

Но этих шестерых он замечал особенно часто.

Не потому, что они были шумными.

И не потому, что они были злыми.

Совсем наоборот.

Каждый из них был добрым, умным и по-своему талантливым.

Но каждый день происходило одно и то же.

Они словно забывали остановиться.

Их мысли снова и снова возвращались к одной привычке.

Иногда они обещали себе, что завтра всё изменится.

Иногда пытались начать новую жизнь с понедельника.

Иногда сердились на себя.

Иногда опускали лапы.

И чем сильнее они старались убежать от своей привычки, тем крепче становилась её невидимая клетка.

Старый Филин долго наблюдал за ними.

И однажды понял:

— Нет... Эти лисы совсем не похожи друг на друга.

У каждого своя история.

Своя боль.

Свой внутренний разговор.

И самое главное — свой путь к свободе.

Именно поэтому жители леса называли их не по цвету шерсти и не по возрасту.

У каждого было своё имя.

Имя, которое отражало его характер.

Первого звали... Лис-Переговорщик

"Иногда самая крепкая клетка — та, которую мы строим из собственных мыслей."

Филин медленно расправил крылья и поднялся на самую высокую ветку старого дуба.

Он любил наблюдать за лесом с высоты. Отсюда было видно всё: извилистые тропинки, прозрачный ручей, цветущие поляны и зверей, которые с радостью начинали новый день.

Но взгляд мудрого Филина снова остановился на шести лисах.

— Как странно... — тихо прошептал он. — Они ищут одно и то же, но каждый идёт своей дорогой.

Он ещё не знал, что однажды именно эти шесть лис изменят не только свою жизнь, но и помогут многим другим жителям леса понять одну очень важную истину:

Свобода начинается не тогда, когда исчезает привычка. Она начинается тогда, когда человек перестаёт верить, что без неё не сможет жить.

И первым, кого решил навестить Филин, был...

Глава 3. Лис-Переговорщик

В самой солнечной части Счастливого леса жил рыжий лис по имени Переговорщик.

Он был добрым, весёлым и очень сообразительным.

Если бы в лесу проводили соревнования по убеждению, он наверняка занял бы первое место.

Но была одна странность.

Каждый раз, когда он обещал себе изменить свою жизнь, внутри него просыпался маленький внутренний голос.

— Сегодня был тяжёлый день...

— Только один раз...

— Завтра будет гораздо легче начать...

— Сейчас не самое подходящее время...

И что удивительно — каждый раз этот голос звучал так убедительно, что Лис соглашался.

А потом наступало завтра.

И всё повторялось снова.

Однажды утром Переговорщик посмотрел на своё отра-

жение в прозрачном лесном ручье и тихо спросил:

— Почему я всё время договариваюсь... с тем, что делает меня несчастным?

Ручей ничего не ответил.

Но лёгкий ветерок донёс до него едва слышный шёпот:

— Иногда самый трудный разговор — это честный разговор с самим собой...

Лис задумался.

Впервые за долгое время он не стал искать оправдание.

Он просто сел на берегу ручья и долго смотрел, как вода уносит прошлогодние листья.

И вдруг заметил то, чего раньше никогда не видел.

Каждый лист спокойно отпускал ветку, когда приходило его время.

Ни один не спорил.

Ни один не искал оправданий.

Ни один не говорил: «Ещё не сегодня».

Лис тихо улыбнулся.

— Может быть... свобода тоже начинается с одного решения?

И именно в этот момент, за его спиной послышался спокойный голос:

— Ты задал себе очень правильный вопрос...

Переговорщик обернулся.

Позади него стоял старый Филин.

Глава 4. Первое путешествие

Лис Переговорщик долго сидел у ручья.

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.