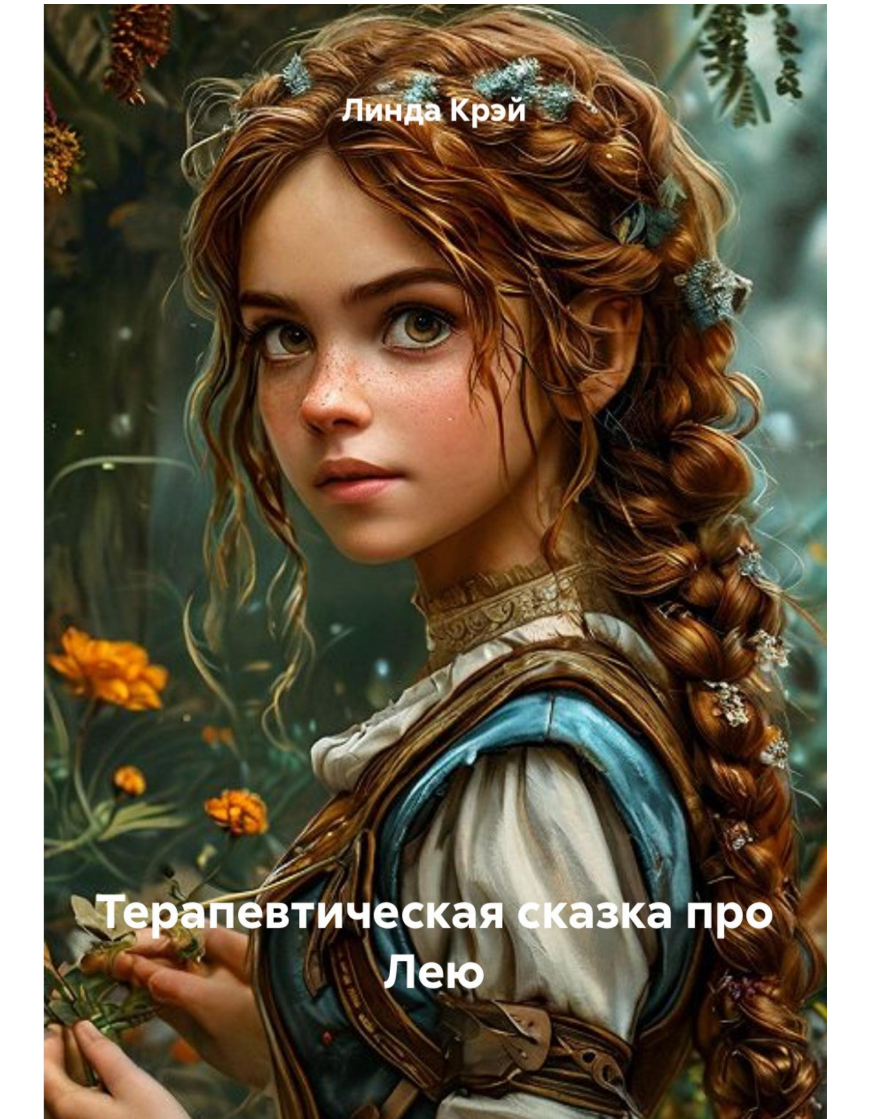




Линда Крэй

Терапевтическая сказка про
Лею

Линда Крэй

Терапевтическая сказка про Лею

<https://litres.ru/74310529>

SelfPub; 2026

Аннотация

«Терапевтическая сказка про внутренний конфликт «хочу всё и сразу» и давление чужих ожиданий. Лея — девушка с множеством умений, которая страдает от необходимости определиться. Через простую, но глубокую метафору (таланты как друзья, а не задания) сказка помогает снизить перфекционизм и научиться ценить маленькие шаги. В эпилоге Лея создаёт безопасное пространство, где люди пробуют новое без страха ошибки — и учатся бережному отношению к себе. Подходит для рефлексии и работы с внутренним критиком».

Содержание

Лея	4
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Терапевтическая сказка про Лею

*«Не пытайся вместить всю свою душу
в одно слово — пусть она живёт во
множестве тихих дел».*

Линда Крэй

Лея

Лея сидела на крыльце, обхватив колени руками, и смотрела, как вечер медленно накрывает сад мягкой темнотой. В голове крутились одни и те же слова: «Ты столько всего умеешь... Ну выбери уже что-то одно!» А у Леи внутри всё сжималось: будто если она выберет одно, остальные части её души станут ненужными.

Ей казалось, что она — как сундук с сокровищами, который нельзя открыть, потому что тогда всё рассыплется и потеряется. Рисование, шитьё, барабаны, мозаика, сказки, танец — всё это жило в ней, но вместо радости приносило усталость. «Слишком много», — шептало внутри.

В тот вечер Лея не пошла в лес и не искала ответов. Она просто сидела и позволяла себе не знать, что делать дальше. И вдруг рядом тихо опустилась та самая старушка из избушки. Не стала торопить, не стала советовать. Просто посидела

рядом.

— Знаешь, — сказала старушка негромко, — иногда самое важное умение — это уметь посидеть и не ругать себя за то, что ты ещё не выбрала.

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.