

Лисёнок Яр



Аннабель Маркухина

Аннабель Маркухина
Лисёнок Яр.

«Автор»

2026

Маркухина А.

Лисёнок Яр. / А. Маркухина — «Автор», 2026

Это книга про лисёнка по имени Яр. Он умный, наблюдательный и очень чувствительный. Он такой же как многие дети, только с хвостом. Яр живёт в Лесу Четырёх Тропинок. Это место, где каждая эмоция оставляет след. Здесь нельзя просто «перестать злиться» или «не бояться». Зато можно понять, что с тобой происходит, и выбрать, что делать дальше.

© Маркухина А., 2026

© Автор, 2026

Аннабель Маркухина

Лисёнок Яр.

Предисловие

Это книга про лисёнка по имени Яр. Он умный, наблюдательный и очень чувствительный — как многие дети, только с хвостом.

Яр живёт в Лесу Четырёх Тропинок — месте, где каждая эмоция оставляет след. И когда ты становишься чуть старше, в этом лесу открываются удивительные миры, где зверята этого леса познают себя. Здесь нельзя просто «перестать злиться» или «не бояться». Зато можно понять, что с тобой происходит, и выбрать, что делать дальше.

Каждая сказка — это одно большое приключение и одна важная эмоция.

ГЛАВА 1. Лисёнок Яр и Огненная Тропа Гнева

Лисёнок Яр проснулся раньше, чем нужно. Ещё до того, как открыл глаза, он уже знал: что-то не так. Хвост дёргался сам по себе и так бывало только в те дни, которые начинались легко, а заканчивались криком.

Нора была тёплой, пахла сухой травой и вчерашним дождём. Где-то наверху проридался сквозь ветки первый лучик солнца и он был ещё не такой яркий, просто предвкушение в ожидании яркого солнечного света. Яр полежал немного, глядя на тонкий столбик пыли, кружащейся в воздухе, и попробо-

вал понять: откуда взялось это чувство, будто внутри уже что-то натянуто, как



Сегодня все лисята шли к Ягодной Поляне. Обычная вылазка, ведь с прошлой осени их водили туда раз в неделю. Но для Яра «обычное» никогда не было простым. Он не любил, когда его торопили и перебивали на середине мысли. А ещё он очень, очень не любил слово «медленный», которое кто-нибудь обязательно бросал ему в спину.

— Я не медленный, — пробормотал он, выбираясь наружу и отряхивая лапы от земли. — Я просто думаю.

Сказал и сам удивился, как твёрдо это прозвучало. Как будто он тренировался этому много времени.

Когда появляется гнев

На опушке уже топтались остальные: две барсучьи сестрёнки, ёж Тим, который вечно тербил колючки, когда нервничал, и сорока Кри — та ещё болтушка, способная испортить настроение одной фразой быстрее, чем дождь портит песчаный замок.

Старший барсук Бор, грузный и неторопливый, объяснял правила: держаться вместе, не заходить за Кривую Иву, собирать только спелые ягоды. Яр слушал внимательно, да так внимательно, что не заметил, как задумался, глядя на узор коры у себя над головой.

— Яр опять мечтает! — крикнула Кри так, что услышал весь лес и зверята малыши недалеко слышали очень сильно. Кри снова прокричала — Из-за него мы опоздаем!

Смех пронёсся по лесу. Не злой, скорее привычный, ведь так смеются над тем, к чему уже привыкли. Но Яру от этого смеха стало не легче.

В груди началось что-то знакомое. Сначала было тепло, будто кто-то поднёс лапу к костру. Потом теплее. Потом уже горячо, по-настоящему, и это тепло поползло вверх, к горлу, будто хотело выйти наружу словом или криком.

Лапы сами сжались в кулаки. Зубы стиснулись так, что заболела челюсть.

Он ещё ничего не сказал и не сделал. Но внутри было так, будто маленький огонёк, до этого тихо тлевший, вдруг нашёл, чем питаться, и начал разгораться.

Яр огляделся и увидел тропу.



Такое в лесу бывало, когда у героев леса возникали чувства и эмоции, которые они не могли прожить самостоятельно, и они переносились в безвременный волшебный мир, где проводник этого мира помогал им в проживании их чувств и эмоций.

Она появилась не сразу, а будто соткалась из воздуха: узкая, мерцающая, с отблесками, похожими на угли под золой. От неё пахло дымом и чем-то раскалённым, металлическим.

Это была Огненная Тропа Гнева.

Огненная тропа

В Лесу Четырёх Тропинок так было всегда: каждая сильная эмоция открывала свою дорогу. Тропы не выбирали — они просто появлялись, стоило чувству стать слишком большим для одного маленького лисьего тела. И у каждой были свои законы.

Яр слышал про эту тропу с детства. Мама говорила: если пойдёшь по ней слишком далеко, обратно возвращаешься не сразу, а иногда возвращаешься с тем, о чём потом жалеешь всю неделю. Можно закричать так, что сорвётся голос или толкнуть того, кто стоит рядом, даже не желая этого. А бывает и так, что скажешь слово, которое потом невозможно забрать обратно, как ни старайся.

— Я не хочу туда, — прошептал Яр, отступая на шаг.

Но тропа не спрашивала разрешения. Она уже светилась у него под лапами, тёплая, почти живая, будто ждала именно его.

И стоило Яру ступить на неё, как лес вокруг вовсе исчез. Не сторел, не потемнел — просто перестал существовать, будто кто-то одним движением убрал декорации. Пропали звуки: ни шелеста листьев, ни голосов сорок, ни собственного дыхания. Пропало время — Яр не смог бы сказать, идёт ли уже минута или целый час. Не было ни «до», ни «после». Было только «сейчас» — раскалённое, огромное и никуда не спешащее. Тропа существовала не в лесу и не в каком-то часе дня. Она существовала там, где рождаются все сильные чувства, — вне пространства и вне времени, там, где Яр оставался один на один с самим собой.

Встреча с Огненным Стражем

Тропа вильнула между стволами обгоревших с виду сосен — хотя лес вокруг был совершенно нетронут огнём, просто эти деревья здесь всегда выглядели так. И там, где тропа делала первый поворот, Яра ждал он.

Страж был огромным — куда больше самого крупного барсука в лесу. Его шерсть будто состояла из медленно движущегося пламени, а глаза светились ровным, тлеющим оранжевым светом, как два уголька, забытых в костре на ночь. Он не рычал и не наступал. Просто стоял и смотрел, и от этого взгляда Яру стало одновременно и страшно, и почему-то спокойнее.

— Я Гнев, — сказал Страж. Голос у него был низкий, с потрескиванием, будто дрова в костре. — Я пришёл защитить тебя.

Яр моргнул.

— Защитить? — Это было последнее, чего он ожидал. — Но ты же... ты же тот, из-за кого все ссорятся.

— Я появляюсь тогда, когда появляется несправедливость, — ответил Страж спокойно. — Ты почувствовал, что тебя не услышали. Что над тобой посмеялись, когда тебе было не смешно. Это мой сигнал. Я всегда прихожу вовремя.

Яр посмотрел на свои лапы — до сих пор сжатые в кулаки — и снова на Стража.

— Но ты делаешь больно, — тихо сказал он. — Когда ты приходишь, я говорю то, о чём потом жалею.

— Я делаю больно, только если мной не управляют, — сказал Страж, и в его голосе впервые прозвучало что-то похожее на терпение. — Огонь может согреть нору, а может сжечь весь лес. Разница не в огне. Разница в том, кто его держит.

Он наклонил голову — почти дружелюбно, насколько это вообще возможно для существа из пламени.

— Хочешь научиться его держать?

Три ключа для Яра

Страж поднял лапу, и в воздухе между ними появились три маленьких огонька — не обжигающих, а тёплых, как ладонь, поднесённая к щеке зимой.

— Первый ключ — Остановка, — сказал он, и первый огонёк опустился Яру на грудь. — Ничего не делай сразу. Гнев любит быстрые движения. Дай ему секунду — и посмотри, что от него останется.

— Второй ключ — Дыхание. — Второй огонёк лёг рядом с первым. — Пока ты дышишь медленно, я уменьшаюсь. Огонь не может расти, если ему не хватает воздуха для быстрого пламени.

— Третий ключ — Вопрос. — Третий огонёк устроился ближе всех, у самого сердца. — Спроси себя: что именно меня злит? Не «кто виноват», а — что именно. Ответ на этот вопрос всегда честнее, чем крик.

Яр закрыл глаза и попробовал. Вдохнул — медленно, как учил Страж. Выдохнул. Огонь внутри качнулся, но не погас.

Он вдохнул ещё раз. И ещё.

С каждым разом жар в груди становился чуть ниже, чуть тише — как костёр, в который перестали подбрасывать ветки.

— Что именно меня злит, — прошептал он себе, будто пробуя слова на вкус. И вдруг понял, ясно, как никогда: — Меня злит, что меня не слушают. Что решают за меня, какой я — медленный, мечтательный, — раньше, чем я успеваю сказать хоть слово.

Тропа под лапами замерцала слабее.

Возвращение

Яр вернулся из мира чувств и эмоций на опушку. Все ещё стояли там же, барсук Бор терпеливо ждал, Кри вертелась на ветке, ёж Тим тербил колючку.

Яр подошёл к Бору. Голос чуть дрожал, но слова вышли ровными:

— Мне важно, чтобы меня не перебивали. Я не медленный. Я просто думаю по-своему.

На секунду стало тихо. Кри перестала вертеться. Тим отпустил колючку.

Никто не упал в обморок и не засмеялся. Мир, как ни странно, не рухнул.

Барсук Бор кивнул медленно, серьёзно, как будто взвесил каждое слово.

— Хорошо сказано, Яр. — Он повернулся к остальным. — Идём собирать ягоды. И давайте без спешки сегодня.

Огненная Тропа за спиной Яра погасла, будто её и не было. Только в груди осталось лёгкое тепло — не жгучее, а такое, какое остаётся после того, как отпустишь что-то тяжёлое.

Что понял Яр

Вечером, когда лес уже засыпал, а мама заплетала веточку хвои в косичку у входа в нору, Яр достал свой Лесной Блокнот и написал, стараясь не размазать чернила орешка:

Гнев — это не враг. Он показывает мне границу — место, где что-то важное для меня было задето. Но идти по Огненной Тропе нужно с умом: остановиться, дышать, спросить себя — что именно меня злит.

Он посмотрел на эти строчки, потом закрыл блокнот и впервые за день улыбнулся — не потому что день был лёгким, а потому что теперь он знал, что делать, когда лёгким он не будет.

Вопросы после главы

● Где Яр почувствовал гнев в своём теле? А где чувствуешь его ты?

● Какой из трёх ключей — Остановка, Дыхание или Вопрос — тебе было бы легче всего попробовать первым?

● Вспомни случай, когда ты разозлился. Что тогда было на самом деле важно для тебя?

ГЛАВА 2. Лисёнок Яр и Туман Тревоги

На следующий день в Лесу Четырёх Тропинок было непривычно тихо. Даже птицы, обычно болтливые с самого рассвета, пели вполголоса, будто берегли силы для чего-то важного.

Яр шёл по знакомой дорожке к Большому Пню, где зверята собирались играть каждое утро. Лес был тот же самый да те же сосны, тот же мох, та же тропинка, петляющая между корнями. Но внутри у Яра всё было не так, как обычно.

«А вдруг сегодня всё пойдёт плохо?» — подумал он, и от этой мысли по спине пробежал холодок. Не сильный, но неприятный, такой как будто кто-то незаметно положил ледышку прямо ему под рёбра.

Он остановился, потрогал грудь лапой, будто хотел эту ледышку нащупать и выбросить. Но там, конечно, ничего не было. Только это прохладное чувство.

Когда тревога подкрадывается

Яр пошёл дальше, но уже медленнее. Потом начал оглядываться — сначала просто так, потом всё чаще, будто ожидал, что из-за каждого куста кто-то выскочит. Лапы стали чуть влажными. Уши, обычно расслабленные, встали торчком и напряглись, ловя каждый шорох.

— Странно, — прошептал он, оглядывая пустую тропинку. — Ничего же не происходит.

Но в Лесу Четырёх Тропинок эмоциям не нужно разрешение и не нужна причина, чтобы прийти. Иногда они появляются просто потому, что тело решило: пора быть настороже.

Впереди, у поворота, куда обычно падало солнце, начал стелиться туман. Он был не белым и не серым, а каким-то мутным, будто кто-то смешал молоко с пылью.

Едва первый клочок тумана коснулся его лап, знакомая дорожка к Большому Пню растворилась без следа. Не было больше ни солнца, ни утра, ни привычных сосен — только серая пустота, в которой не имело значения, сколько прошло времени: секунда или целое утро. Здесь, внутри тумана, само время будто свернулось и легло спать, а Яр остался наедине с одними лишь мыслями, которые множились сами по себе, без начала и без конца.

Туманная тропа

Туман Тревоги не был страшным на вид. Он не рычал и не грозил когтями. Он был как будь-то липким, а от этого ощущения казалось, что в нём вдруг возможным может стать абсолютно всё.

«А вдруг надо мной будут смеяться? — думал Яр, входя в туман. — А вдруг я ошибусь и подведу друзей? А вдруг что-то случится, а я не успею понять, что именно?»

Мысли приходили одна за другой, не спрашивая, нужны ли они. И с каждым шагом Яр видел всё хуже, хотя вокруг не было ни одной настоящей опасности — ни хищника, ни обрыва, ни грозы.

— Я не вижу дорогу, — сказал он вслух, будто это могло помочь.

— Потому что ты смотришь слишком далеко, — ответил тонкий, дребезжащий голосок совсем рядом.

Облачко Тревожка

Из тумана выкатилось маленькое серое облачко — пушистое, взъерошенное по краям, будто его слепили наспех и забыли пригладить.

— Я Тревожка, — представилось оно, слегка подрагивая. — Я здесь, чтобы ты выжил.

— Но сейчас мне не угрожает никакая опасность, — возразил Яр, оглядываясь по сторонам, чтобы убедиться в этом ещё раз.

— Я знаю, — честно призналось облачко, и в его голосе послышалось что-то похожее на смущение. — Но вдруг появится? Вдруг именно сейчас, когда я не смотрю?

Яр вздохнул и сел прямо на тропу, скрестив лапы.

— Ты меня защищаешь или пугаешь? — спросил он в упор.

Тревожка задумалось, покрутившись на месте, как будто искало ответ где-то внутри своего серого тумана.

— Иногда я и сам путаю разницу... — призналось оно наконец. — Мне трудно понять, где заканчивается «быть осторожным» и начинается «бояться зря».

Карта реальности

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.