

МАРИЯ КИАРА
ГРИТТИ
психотерапевт

ПРИНЦЕССА, КОТОРАЯ ЖАЖДАЛА ЛЮБВИ И СТАЛА КОРОЛЕВОЙ СВОЕГО СЕРДЦА

Терапевтическая сказка для женщин,
любящих слишком сильно



Теплые сказки для больших перемен

Мария Киара Гритти

**Принцесса, которая жаждала
любви и стала королевой
своего сердца. Терапевтическая
сказка для женщин,
любящих слишком сильно**

«ЭКСМО»

2018

УДК 821.131.1:159.9
ББК 84(4Ита)+88

Гритти М.

Принцесса, которая жаждала любви и стала королевой своего сердца. Терапевтическая сказка для женщин, любящих слишком сильно / М. Гритти — «Эксмо», 2018 — (Теплые сказки для больших перемен)

ISBN 978-5-04-252030-3

Терапевтическая сказка о женщине, которая искала любовь и нашла себя. В волшебной деревне, где каждый хлеб обладает особой силой, живет девушка по имени Арабелла. С самого детства ее учили быть хорошей девочкой — отдавать свой Хлеб другим, довольствоваться крошками и не чувствовать голода. Но внутри незаметно для нее росла ненасытная Пустота, которая требовала того, что никто не мог ей дать — Хлеба Любви. Искренне веря, что только принц способен насытить ее Любовью, Арабелла отправляется в путешествие. Она надеется найти своего спасителя и больше не голодать. Ее путь оказывается долгим и полным разочарований. На пути ей встречается не один принц, но никто не может заглушить крики ее Пустоты. И вот, когда силы на исходе, Арабелле предстоит встреча, которая перевернет все ее представление о природе Любви. История Арабеллы покажет вам, как: - распознать токсичные паттерны в отношениях и зависимость от любви; - понять, откуда берется внутренняя пустота и что на самом деле может за ней скрываться; - снять маску «хорошей девочки» и вернуться к себе настоящей; - встретиться со своим внутренним ребенком и насытить его любовью; - научиться любить себя и стать Королевой своего сердца. Издание дополнено уникальными иллюстрациями, созданными специально для книги. Визуальное путешествие, которое усиливает исцеляющую силу сказки. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 821.131.1:159.9
ББК 84(4Ита)+88

ISBN 978-5-04-252030-3

© Гритти М., 2018

© Эксмо, 2018

Содержание

Легенда о Хлебах	8
часть I	10
Странный союз	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Мария Киара Гритти
Принцесса, которая жаждала
любви и стала королевой своего
сердца. Терапевтическая сказка для
женщин, любящих слишком сильно

*Всем удивительным женщинам из моих групп. Тем, кто позволил
мне сопровождать их на пути к себе – и нашел любовь, заглянув в
собственное сердце*

Серия «Теплые сказки для больших перемен»



Maria Chiara Gritti LA PRINCIPESSA CHE AVEVA FAME D'AMORE



© 2017 Sperling & Kupfer Editori S.p.A. © 2018 Mondadori Libri S.p.A., Milano Published by Mondadori Libri for the imprint Sperling&Kupfer

Перевод с итальянского Е. В. Кармановой



© Карманова Е.В., перевод на русский язык, 2026
© Садовская Я., художественное оформление, 2026
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Легенда о Хлебах



Много веков тому назад появился один свиток. Говорят, он существует и поныне. В нем хранится легенда, имеющая ценность для всего человечества.

Она о взрослении и о том, как дети учатся быть сильными, а также находить радость и смысл в каждом дне. О питании и о свойствах особых хлебов, способных насытить не только тело, но и прежде всего душу и сердце.

Потому она так и называется – «Легенда о Хлебах».

Например, Хлеб Игры учит важнейшим вещам и помогает подготовиться к более глубоким знаниям. Хлеб Воображения открывает двери в творчество и дарит способность мечтать о мирах, которые простираются далеко за границы логики. Хлеб Дружбы – настоящее лекарство от грусти, ведь он рождает в человеке желание делиться опытом и открываться другим. Существуют также Хлеб Веселья, Хлеб Ума, Хлеб Усилий и много других восхитительных хлебов, необходимых каждому человеку.

Однако ни один из них не может сравниться по вкусу, аромату и воздушности с самым важным из всех – Хлебом Любви. Он дополняет каждый и объединяет их вкусы. Этот хлеб дает чувство полноты, которое никогда не покинет счастливец, вкусившего его.

Но этот особый хлеб замешивается из ингредиентов, которые спрятаны так глубоко в человеческом сердце, что только самые отважные решаются отправиться за ними. Неудивительно, что многие довольствуются безвкусными подделками.

Но не все.

Среди тех, кто не боится трудностей, ходят слухи о бесстрашной девушке, что так жаждала попробовать Хлеб Любви, что была готова преодолеть любые препятствия. Ради этого она отправилась в долгое и непростое путешествие.

И оно привело ее к чудесному финалу.



часть I

Девочка, ставшая принцессой

Странный союз



В маленькой деревушке, в домике, отдаленном от остальной части деревни, жила молодая пара, недавно ставшая молодоженами.

Жизнь их была окутана тайной. Они целыми днями не выходили из своего скромного домика, поэтому жители деревни, которым казалось это странным, то и дело заглядывали в окна в надежде увидеть лица влюбленных.

Однажды кому-то все же удалось узнать их имена и немного о том, откуда они родом.

Их звали Роза и Альфио.

В своей семье Роза была старшей из пяти детей – единственной девочкой среди четырех братьев. В детстве она очаровывала всех своей красотой и способностью выпекать великолепные Хлеба Творчества... Ее коронным блюдом был Хлеб Искусства, и она часто его пекла, чтобы угостить родных. Роза всегда чувствовала себя невероятно счастливой. Но это чувство становилось тише по мере того, как в доме появлялись ее младшие братья.

Когда родился последний брат, Розе было всего десять лет. И именно в день ее рождения с ней заговорили об изменениях. Мама сказала, что Хлеб Искусства очень хорош, но настало время печь и другие хлеба – Альтруизма, Ответственности и Жертвенности. Она объяснила, что это поможет Розе стать сильной и, что самое главное, выполнить важнейшую женскую задачу: накормить других, особенно мужчин, которые «вечно голодны».

Когда мама произнесла это, Роза почувствовала, как ее сердце сжалось, словно вся радость и легкость ее хлебов внезапно улетучились. Даже краски, в которых она видела мир, резко потускнели. Девочка внезапно поняла, что стала взрослой, хоть и не была к этому готова.

Внутри нее зазвучал тихий голос. Он восстал против просьбы матери. Шептал, что от нее требуют чего-то глубоко несправедливого. Но в момент, когда этот робкий голос был готов заявить о себе, мама вновь заговорила:

– Моя дорогая дочь, я хочу раскрыть тебе тайну. Ее поведали мне старушки из нашей деревни, когда я была в твоём возрасте. Ты уже достаточно взрослая, чтобы узнать рецепт Хлеба Любви.

Спустя минуту молчания, глубоко вздохнув, она продолжила:

– Хлеб Любви рождается, когда ты жертвуешь своим хлебом ради других.

Роза смотрела на нее растерянно и с удивлением.

Мама продолжила:

– Если ты пожертвуешь своим Хлебом Искусства, чтобы накормить братьев, ты постепенно откроешь все ингредиенты для Хлеба Любви. И когда ты станешь женщиной, твой муж никогда не покинет тебя, потому что ты сумеешь накормить его самым ценным из хлебов.



Слова матери прозвучали настолько убедительно, что развеяли все сомнения Розы. И хотя в глубине души она все еще чувствовала боль, она решила не слушать свой внутренний голос. Роза доверилась мудрости матери и других женщин, которые, без сомнения, лучше нее знали законы мира.

Мама посадила Розу на колени, нежно погладила ее по голове и произнесла еще несколько важных слов:

– Роза, помни: только мы, женщины, можем хранить эту тайну. И мы должны передавать ее от матери к дочери, чтобы рецепт Хлеба Любви никогда не был утерян.

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.