

МАРИЯ КИАРА
ГРИТТИ
психотерапевт



ПРИНЦЕССА, КОТОРАЯ ЖАЖДАЛА ЛЮБВИ И СТАЛА КОРОЛЕВОЙ СВОЕГО СЕРДЦА

Терапевтическая сказка для женщин,
любящих слишком сильно

БОМБОРА

Мария Киара Гритти
Принцесса, которая жаждала
любви и стала королевой
своего сердца. Терапевтическая
сказка для женщин,
любящих слишком сильно
Серия «Теплые сказки
для больших перемен»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=74324626

*Принцесса, которая жаждала любви и стала королевой своего сердца :
терапевтическая сказка для женщин, любящих слишком сильно /
Мария Киара Гритти ; [перевод с итальянского Е. В. Кармановой].:*

Эксмо; Москва; 2026

ISBN 978-5-04-252030-3

Аннотация

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.

Содержание

Легенда о Хлебах	9
часть I	13
Странный союз	13
Конец ознакомительного фрагмента.	18

**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



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО

© 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 дерев-

ни, 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 продолжала:

– 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.