

СОДЕРЖАНИЕ

ПРИНЦЕССА НА ВСЮ ГОЛОВУ

1 Давным-давно...
стр. 7

6 Белоснежка
стр. 105

2 Золушка
стр. 25

7 Герда
стр. 123

3 Спящая красавица
стр. 47

8 Жасмин
стр. 139

4 Дюймовочка
стр. 63

9 Русалочка
стр. 155

5 Красная Шапочка
стр. 85

10 Рапунцель
стр. 177

11 Белль
стр. 195

16 Царевна-Лягушка
стр. 281

12 Мальвина
стр. 215

17 Злая Королева
стр. 299

13 Харли Квинн
стр. 233

18 Фиона
стр. 323

14 Эльза
стр. 249

19 Мулан
стр. 345

15 Джульетта
стр. 265

20 Конец
стр. 361

[КЛИКАЙ СЮДА](#), ЧТОБЫ БЕСПЛАТНО СКАЧАТЬ
АУДИОВЕРСИЮ ЭТОЙ КНИГИ!

•

ДАВНЫМ-ДАВНО...

•

На самом деле не так уж и давно, лет 30 назад, я была обычной наивной голубоглазой девочкой. Но в глубине души верила, что я — особенная. **Я — Принцесса.**

— Почему я должна мыть посуду за всех? За собой ведь всегда мою. Это кто-то из вас все в раковину накидал. — Я увидела в раковине под грудой тарелок картофельные очистки и салат оливье, забивший сток, и меня передернуло. — Не буду мыть посуду!

— Наталья! — сурово сказал папа. Мое полное имя не сулило мне ничего хорошего. Значит, отец настроен решительно. Но и я упрямая: сказала, не буду, значит, не буду.

— Пусть Ленка моет. Сегодня ее очередь, — резво предложила я. — Мааам!

На кухню вошла мама и с первой секунды просекла расстановку фигур на шахматной доске жизни. Она не стала истерить, напротив, мягко улыбнулась и по-доброму сказала:

— Наташ, вспомни, Золушка все время мыла полы и посуду. Хоть раз она сказала: «Не хочу мыть»? Вот то-то же. А потом она вышла замуж за принца, помнишь?

— А тебя, такую неряху, кто возьмет, кому ты нужна такая будешь, как думаешь? — подключился к сказочной манипуляции папа.

А я никак не думала. Я уже стояла у раковины, брезгливо возюкая пенистой вехоткой маслянистые тарелки. А после посуды еще и пол помыла в квартире. Чтобы уже наверняка выйти замуж за Принца. *Чем больше страдаю, тем быстрее меня найдет Принц.* В общем, может, я не сильно страдала, или сказочный навигатор заглянул, но мне уже 41 год, а мой Принц меня до сих пор ищет.

Меня зовут Наташа Краснова. Я стендап-комик, автор книг по практической психологии. Мне 41 год. За это время я успела несколько раз выйти замуж. И практически всю свою сознательную жизнь я ждала Принца. Даже когда вышла замуж, все равно продолжала его ждать. Иногда мне казалось, что я вышла замуж не за Принца, а за Дракона. А иногда, что я сама — настоящий Дракон и спасти нужно всех, кроме меня. А иногда даже казалось (и я с этим свыклась), что, если даже Принц прискачет, он с перепугу спасет моего много-страдального мужа, а не меня (и будет прав). А я буду вся в гневе мчаться за ними и изрыгать языки пламени (и буду не права). Так я и жила. Вся моя личная жизнь дрейфовала, как Мамонтенок, от разочарования к разочарованию.

Я дико удивлялась, как так происходит: **я встречаю Принца, начинаю с ним жить, и он превращается в мудака.** «Это что за волшебство такое?» — сердилась я. На самом деле никакого волшебства нет. В реальной жизни никто ни в кого не превращается. Принц остается Принцем. Он по-королевски лежит на диване, иногда говорит: «Мусор вынести — не царское это дело», иногда требует от меня повиновения. Он

ведет себя, если откровенно, как истинный Принц. А я требую от него каких-то поступков, хочу, чтобы он на работу устроился, как будто он простолюдин какой-то.

Или на первом свидании хлопаю в ладоши и благодарю своего Принца за то, что тот убивает ради меня драконов, а потом удивляюсь: в какой момент мой Принц превратился в абьюзера? А он и не превращался. Он всегда им был. Он убивал. Да, драконов, но **убивал**. Да, ради меня, но (еще раз вдумайтесь) **убивал**! Это основная ошибка принцесс — верить в следующее: то, что мой Принц делает ради меня (убивает, крадет, врет), он никогда не сделает со мной.

Мы все выросли на сказках и отчаянно пытаемся перенести эти сказочные шаблоны в реальную жизнь. Каждая девочка мечтает о Принце, как из сказки (или о парне, как из фильма). Все мы мечтаем о счастливом будущем, где «и жили они долго и счастливо и умерли в один день». Не спрашивайте, каким образом синхронизация смерти добавляет счастья в общую картину супружеской жизни, но в сказках и романтических фильмах обычно так. Я верила в какую-то «истинную любовь», которая переживет все. Ее просто нужно найти. Если это та самая «истинная любовь», то мне с моим Принцем все время будет хорошо вдвоем, я никогда не буду злиться на него, а он никогда не будет уставать от семейной жизни. И мы всегда будем улыбаться друг другу и держаться за руки. Даже когда одному из нас понадобится пойти в туалет. Вместе навсегда! Вот это и есть истинная любовь!

Вряд ли. По описанию весь этот абзац не похож на истинную любовь, он больше похож на душевное помешательство. Истинное, естественно.

На правах женщины, имеющий несколько печатей в паспорте на странице «семейное положение», могу сказать следующее: реальная семейная жизнь не бывает такой сказочной, какой я себе ее представляла в юности. Любая семья проходит через

сложные моменты. Но **как** через них проходить, в сказках не объясняют. Там чуть что, Василиса Премудрая сразу начинает впадать в истерику: «Зачем ты сжег кожу лягушачью, ты debil, что ли? Не знал, что ли: нельзя жечь кожу!!! ААААА!!!» Оземь ударилась и улетела. Все, до встречи в суде. Вот так конфликты решаются в сказках. Я так и пыталась их решать в реальной жизни. Чуть что не так: «Все! Я уезжаю к маме! Ищи меня за тридевять земель!» Мне в те моменты казалось, что я феерична, как Царевна-Лягушка. Мужу моему казалось, что я — тупая жаба.

В школе нас тоже никто не учил, как общаться с мужчинами. В школах на уроках семейного воспитания мы учились шить фартуки и готовить сырники. Но, когда я вышла замуж, оказалось, что шить фартуки не нужно, а на сырники у моего мужчины вообще аллергия. А вот находить общий язык с мужем, который вдруг оказался твоим «отныне и вовеки веков», очень даже нужно. Причем ежедневно. Но нас никто этому не учил. Моего мужа, очевидно, в школе тоже ничему полезному не учили. Его в школе учили делать табуретки, а не успокаивать жену в период ПМС. И у нас начались проблемы. Обычные семейные проблемы, которые решаются в процессе диалога между мужем и женой. Но никто и никогда в сказках, на которых я выросла, не писал адекватных диалогов. Не было такого правильного (с точки зрения психологов) диалога в конце пушкинской «Сказки о рыбаке и рыбке»:

И сказала Старуха, что не хочет она больше быть столбовой дворянкой, а хочет быть владычицей морскою.

А Старик обнял ее и говорит: «Лариса, моя ты радость, я тебя люблю хоть крестьянкой, хоть царицей. Ты пойми, мы и так с тобой разбогатели нахалюву. Тут как в казино: главное — вовремя остановиться».

И Старуха такая: «Если ты меня любишь, ты пойдешь на синее море и попросишь золотую рыбку...»

А Старик такой: «Ларис, это ж манипуляция чистой воды, а, Ларис...»

И Старуха села и заплакала. И рассказала, как сильно она боится потерять Старика. Что боится, что он пойдет к синему морю и попросит себе новую жену. И что она сама не рада своим манипуляциям и эмоциональному абьюзу. А Старик бережно взял костлявые старушечьи руки в свои загрубевшие рыбацкие ладони, и Старуха впервые за 100 лет улыбнулась. И жили они счастливо. Время от времени.

Вот эту фразу, кстати, неплохо было бы дописывать к слову «конец» в каждой сказке. Жили они долго и счастливо **время от времени**. Это нормально. Даже самая счастливая семья иногда оказывается на грани развода. Любую из нас после свадьбы могут накрывать сомнения. Это нормально. Но этого в сказках нам не говорят.

А вот что нам в сказках говорят

- 1. Если ты найдешь Того Самого Человека, вся твоя жизнь станет идеальной и вы никогда не расстанетесь.** И каждая девочка (вместо того чтобы научиться общаться с мужчинами и выяснить, чего она сама хочет в этой жизни) тупо ищет Того Самого. Если спросить у подобной Принцездалки, какого конкретно мужчину она ждет, попросить описать его, перечислить конкретные качества человека, она скажет что-то типа: «Я почувствую, что это Он!» На самом деле единственное, что она чувствует, — это панику к 40 годам.
- 2. Чем больше ты страдаешь, тем большее счастье тебя ждет впереди.** Ведь как обычно в сказках? Отец взял свою родную дочь и по приказу мачехи повез в лес на съедение

волкам? Что должна сделать девушка в такой аховой ситуации? Правильно, позвонить в полицию. Но в сказках другой совет: девочка, смирись и терпи! Старый Дед с посохом подобрал тебя в лесу под елкой, заставляет работать на него? Смирись и терпи. Там в конце сказки всем терпилам обязательно сундук с золотом дают. Жаль, что в жизни все не так радужно. Максимум, на что может рассчитывать терпила, — это 13-я зарплата. Минимум — еще больше ненавистной работы.

3. Бездействуй и плачь. Мачеха заставляет спать на полу у печи? Бездействуй и плачь. Мачеха завалила работой и не дает отдыхать? Бездействуй и плачь. Мачеха унизила и порвала платье твоей покойной матери? Может, пришло время послать мачеху к чертям и уйти? Да нет, лучше бездействуй и плачь. Да-да, дальше в сказке была фея и карета. Но в жизни к жертвам домашнего абьюза обычно приезжает одна и та же карета — карета скорой помощи. Если успеваешь, конечно.

4. Надейся на чудо. Работать? Да кому это надо! Ты лучше надейся на щуку или золотую рыбу, на оленя с серебряным копытцем и хозяйку Медной горы. В сказке это всегда срабатывает безотказно. А в жизни обычно приходит хозяйка без Медной горы, и все накрывается медным тазом.

«Получается, сказки травмируют детскую психику?» — растерянно произнесла моя подруга Настя и задумалась. И я задумалась. Во-первых, задумалась, зачем я в самый разгар вечеринки с друзьями вдруг начала рассказывать идею своей книги. А во-вторых... Мы все выросли на одних и тех же сказках, но кто-то из нас превратился в терпилу (типа Золушки), кто-то в геронтофоба (типа мачехи Белоснежки), а кто-то остался адекватной и психически здоровой личностью. Как так-то?

Дело в том, что сказка (сама по себе) не закладывает в человеке травму. Сказка может только закрепить имеющийся

у человека паттерн поведения, зацементировать уже существующую травму, сделать ее частью характера человека. Это не сказка «привлекает» травму. Это уже имеющаяся психологическая травма «притягивает» к человеку соответствующие сказочные сюжеты, которые человек диагностирует как родные и близкие. Немудрено. Если девочка с детства растет под гиперопекой матери, сидит дома, как Рапунцель в башне, ей будут нравиться именно такие истории: «Наивная неопытная девушка связалась с хулиганом и сбежала из дома».

«Я не такая!» —

обязательно скажет кто-то из читателей этой книги.

Да, безусловно. Мы все такие, одна ты не такая. На тебя единственную никак не повлияли сказки из детства. Именно поэтому ты сейчас читаешь книгу сказок. Хотя, возможно, ты права, ты другая. Может быть, тебе в детстве перед сном родители читали не сказки, а «Основы ядерной физики» и «Тригонометрию» за 11-й класс. Ты не ассоциируешь себя ни с одной принцессой и ни разу не влюблялась ни в книжного персонажа, ни в героя из фильма. Ты — уникальна. Уникальность твоя заключается в том, что ты умудряешься врать самой себе и истинно верить в свою ложь. Хотя, возможно, ты действительно обладаешь аналитическим умом, живешь в мире цифр, и в твоей голове нет места для фантазий. В таком случае эта книга станет легким и веселым чтивом для тебя. Ты будешь ловить себя на мысли: «Ох, какие бывают глупые эти женщины, у которых есть воображение и которые могут внезапно влюбиться в мудака, а потом страдать».

Ты адекватная, ты не такая. А вот я как раз такая. Как только я научилась складывать слоги в слова, а слова в предложения, начала читать сказки. Я прочитала все, что могла

в домашней библиотеке, и перекинулась на школьную, а затем и на районную. Я, как эпистолярный пожар, поглощала книги одна за другой, попутно влюбляясь в каждого принца. А ведь принцы (все без исключения) — потенциальные клиенты психдиспансера: от абьюзера Адама до инфантильного Эльфа из «Дюймовочки». Поэтому никто из моего окружения не удивился, когда, достигнув половозрелого возраста, я вдруг начала с завидной регулярностью влюбляться в мудаков. Головой-то понимала, что мне нужно жить с адекватным парнем, иногда даже пыталась встречаться с таким. Но мне было с ним безумно скучно и бесприсветно.

И каждый раз, как только я видела на горизонте загадочную мудацкую морду, я сразу же наотмашь влюблялась. Чем загадочнее и мудачее была эта морда, тем сильнее меня затягивало. Вся моя молодость и часть зрелости прошла под эгидой: «Влюбись и страдай. И его заставь страдать». Если я не страдала в отношениях, мне казалось, что в этих отношениях нет любви. Обычные человеческие отношения, в которых оба супруга уважают и любят друг друга, я называла «унылым сожительством».

Как понять, **адекватная ли ты женщина или классическая Принцесса?** Понять несложно, а вот принять этот факт будет задачей не из простых. Итак, ты классическая сказочная Принцесса, если:

- 1. Едва познакомившись с мужчиной, ты уже наделяешь его какими-то свойствами.** Например, симпатичный парень придержал тебе дверь на входе в метро, а ты уже мысленно вышла за него замуж и родила пятерых детей. Потом в вагоне метро ты ему улыбалась, и он тебе тоже. Ты мысленно родила ему еще шестерых детей. А потом он вышел на своей станции, а ты продолжаешь ждать, когда он найдет тебя и предложит быть его женой. И так уже четыре года.

2. **Если человек плохо с тобой обращается, его надо расколдовать.** Твой мужчина избил тебя. Но, вместо того чтобы собрать вещи и съехать от этого морального уroda за тридевять земель или хотя бы к маме в Саратов, ты начинаешь искать причину его такого поведения. И оказывается, у него был очень суровый отец, вся причина в его отношениях с родителями, это травма детства. И ты вдруг понимаешь, как ему плохо и что его никто не любит, поэтому он такой злой. И начинаешь свою миссию: спаси чудовище от гибели. Причем своя гибель тебя волнует существенно меньше. Хотя она существенно реальней. Если честно, среди нас нет «заколдованных» людей. Мы все разные, и ты либо принимаешь человека таким, какой он есть, либо уходишь от него.

3. **Ты ждешь вмешательства волшебного наставника.** В личной жизни полный караул. Подруги советуют завести анкету на сайте знакомств. Но ты не заводишь и на улицу не выходишь. В клубы не заглядываешь. А если кто-то пытается с тобой познакомиться, ты говоришь: «Отвали!» А вечером ноешь подругам, мол, «почему я до сих пор одна?» Потому.

4. **Ты ждешь, что зло будет наказано.** Так всегда бывает в хороших фильмах и сказках. Я несколько лет ждала, что мой самый главный бывший скажет: «Я ушел тогда, потому что мать мне наговорила про тебя всякого. А вчера она во всем призналась. Прости, что я в тебе сомневался. Вернись, я брошу всех своих шлюх...» Или что-то подобное скажет. И вернется ко мне. И все будут счастливы. Ну, кроме его шлюх, конечно.

5. **Ты ждешь начала жизни.** Ты, конечно же, живешь, но как бы не на полную катушку. А на полную катушку ты начнешь жить, когда похудеешь (выйдешь замуж, устроишься на работу, вставишь себе зубы и сиськи — и так далее, и тому подобное).