

МЭТТЬЮ МАКСВЕЛЛ

МАЛЬЧИК И ТАРАКАН

История для тех,
кто устал быть заложником
своих мыслей

МЭТТЬЮ МАКСВЕЛЛ

МАЛЬЧИК И ТАРАКАН

История для тех,
кто устал быть заложником
своих мыслей

УДК 159.923.2
ББК 88.52
М17

How To Hold a Cockroach:
A book for those who are free and don't know it

it © 2020, Matthew Maxwell. All rights reserved.
Russian translation copyright © Limited company
«Publishing house «Eksmo», 2025 Russian (World) edition published
by arrangement with Montse Cortazar Literary Agency
(www.montsecortazar.com).

Максвелл, Мэттью.

М17 Мальчик и таракан : история для тех, кто устал быть заложником своих мыслей / Мэттью Максвелл ; [перевод с английского А. Г. Андреевой]. — Москва : Эксмо, 2025. — 112 с. — (Медитативные истории).

ISBN 978-5-04-200059-1

Погрузитесь в исцеляющее чтение вместе с метафоричными иллюстрациями Элли Дэгл. Начните вместе с главным героем путешествие по лабиринтам своего прошлого, чтобы переосмыслить его и освободиться от оков старых убеждений.

УДК 159.923.2
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-200059-1

© Андреева А. Г., перевод на русский язык, 2025
© Бортник В. О., иллюстрация на обложке, 2024
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

Всему, какое оно есть
на самом деле.

Спасибо, что решили прочитать книгу
«Мальчик и таракан», это подарок
от моего сердца вашему. Я надеюсь, что
история мальчика принесет вам свет, мир
и понимание самих себя. Приятного чтения!

С любовью,
Мэтью Максвелл

Содержание

Часть первая. Мальчик и его жизнь	7
Глава первая. Мальчик и таракан	9
Глава вторая. Мальчик и он сам	15
Глава третья. Мальчик и любовь	19
Глава четвертая. Мальчик и прошлое	23
Глава пятая. Мальчик и будущее	29
Глава шестая. Мальчик и действие	33
Глава седьмая. Мальчик и другие люди	37
Глава восьмая. Мальчик и смерть	43
Глава девятая. Мальчик и жизнь	51
Глава десятая. Мальчик и эмоции	57
Глава одиннадцатая. Мальчик и знание	63
Глава двенадцатая. Мальчик и все вокруг	69
Часть вторая. Новый мир	77
Жизнь	89
Выбор	90
Эпилог. Мальчик и таракан	95
Послесловие	100
К читателю	102
Благодарности	104
Об авторе	108
Об иллюстраторе	109

Часть первая:

МАЛЬЧИК И ЕГО ЖИЗНЬ



Глава первая

МАЛЬЧИК И ТАРАКАН

Жил-был мальчик, и жил он в одиночестве. Однажды он сидел за столом и умиротворенно ужинал, уплетая вкусную еду, как вдруг увидел, что на стол заполз таракан — большой, коричневый и отвратительный. Мальчик испугался и закричал. Он хотел, чтобы таракан убежал и больше никогда не возвращался.

«Убирайся прочь, таракан! — завопил он. — Оставь меня в покое!» Но неожиданный гость сидел на том же месте и смотрел на него. Мальчик ненавидел тараканов, потому что ненавидел тревогу и отвращение, которые испытывал из-за них.

Увидев это мерзкое насекомое, мальчик не мог больше есть. Он всегда терял аппетит, когда тараканы заползали к нему в дом. *Меня от него тошнит!* — подумал мальчик. Он хотел раздавить таракана или хотя бы смахнуть его со стола, но насекомое выглядело таким отвратительным, что не было сил даже приблизиться к нему.

