

## СОДЕРЖАНИЕ:

<b>ВВЕДЕНИЕ .....</b>	<b>2</b>
<b>ЧЕЛОВЕК И СУДЬБА.....</b>	<b>3</b>
ВЕРЬ СЕБЕ .....	3
О ГРАНИЦАХ СВОБОДЫ ЧЕЛОВЕКА .....	9
ВАЖНО НЕ СОБЫТИЕ, А НАШЕ ОТНОШЕНИЕ К НЕМУ.....	19
ЧТОБЫ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ.....	22
<b>ЧЕЛОВЕК И ВНУТРЕННИЙ МИР.....</b>	<b>25</b>
ВНЕШНИЙ МИР — ОТРАЖЕНИЕ НАШЕГО ВНУТРЕННЕГО МИРА .....	25
О ПРИТЯЗАНИЯХ И ГОРДЫНЕ ЧЕЛОВЕКА.....	29
О СТРАХАХ ЧЕЛОВЕКА.....	34
ОБ ЭМОЦИЯХ ЧЕЛОВЕКА.....	39
ОБ УСТАНОВКАХ И ВОСПРИЯТИИ ЧЕЛОВЕКА .....	42
<b>ЧЕЛОВЕК СРЕДИ ДРУГИХ .....</b>	<b>44</b>
НЕ ЖЕЛАЙ И НЕ ДЕЛАЙ ПЛОХОГО ДРУГИМ.....	44
НЕВОЗМОЖНО УГОДИТЬ ВСЕМ .....	48
ВСЕ МЫ РАЗНЫЕ.....	49
ЖИТЬ ТОЛЬКО ДЛЯ СЕБЯ — ВО ВСЕ НЕ ЖИТЬ.....	52
<b>ЧЕЛОВЕК И ДЕЛО .....</b>	<b>56</b>
О ЗНАЧИМОСТИ ДЕЛА.....	56
БОГУ ДОВЕРЯЙ, НО И САМ НЕ ПЛОШАЙ.....	58
НЕЛЬЗЯ ПЕРЕДАТЬ ТО, ЧТО ДОЛЖНО БЫТЬ ПЕРЕЖИТО .....	61
РАЗМЫШЛЯТЬ - НЕ ЗНАЧИТ СДЕЛАТЬ .....	64
ХОЧЕШЬ БЫТЬ ПРОФЕССИОНАЛОМ — ПОЗНАВАЙ ПРИЧИНЫ.....	66
ДЕЛО И ДОХОД.....	70
О ПОЛЬЗЕ СОТРУДНИЧЕСТВА .....	72
ДЕЛО НЕ ДОЛЖНО ЗАМЕНИТЬ ВСЮ ЖИЗНЬ .....	74

С КОММЕНТАРИЯМИ

ПСИХОЛОГИЯ  
НАРОДНОЙ  
МУДРОСТИ

# Психология В ПРИТЧАХ



## ВВЕДЕНИЕ

Краткость и сердцу любезна и делу полезна: ею обретишь то, что из-за многословия упустишь. Хорошо да коротко вдвойне хорошо; дурно да не долго — уже не так дурно... Сказать метко — сказать кратко. *Б. Грасиан*

Человек, стремящийся к мудрости, находится в постоянном поиске знаний, которые могли бы ему помочь понять не только окружающий мир — «макрокосмос», но и свой внутренний — «микрокосмос». Источники таких знаний могут быть самые разные: это и общение с мудрыми людьми; и события, происходящие с нами в жизни; и участие в обучающих программах; и чтение художественной и научной литературы, и многое другое. Настоящий клад для ищущего — мудрость, накопленная поколениями и передаваемая различными способами, среди которых особое место занимают притчи. Притча — короткое инсказательное повествование, в котором посредством многомерных, метафорических образов излагается определенная идея. Как правило, это — постижение сущности бытия, человеческой жизни, межличностных отношений людей, опыт житейской философии, т. е. все то, что принято называть «премудростью».

Притчи, дошедшие до нашего времени, возникали в разные эпохи и в разных культурах. Однако смысл, заложенный в них, часто не имеет ни временных, ни культурных рамок. Благодаря притчам, мы можем осознать, что независимо от религиозной, национальной, культурной принадлежности существуют те ценности, которые важны для духовного развития всех людей. В данной книге мы постарались собрать притчи, постижение смысла которых поможет желающим ответить на вопросы, а возможно, поставить для себя новые, связанные с самореализацией, с постижением себя и других.

Для удобства притчи сгруппированы в четыре раздела. Раздел "Человек и судьба" включает произведения, которые позволяют задуматься над вопросами границ свободы человека, понять важность формирования своей позиции к происходящему в нашей жизни и осознать значение доверия к себе для полноценного существования. Притчи, представленные в рамках раздела «Человек и внутренний мир», дают возможность лучше понять природу наших эмоций, страхов, установок. Стержневая идея, которая заложена во многих представленных здесь историях, связана с тем, что если человек «разобрался» со своими внутренними проблемами, внешний мир для него становится более гармоничным. В разделе «Человек среди других» приведены истории, которые поднимают важные вопросы взаимодействия людей. В раздел "Человек и дело" включены притчи, знакомство с которыми позволит осознать некоторые условия, способствующие самореализации в профессиональной деятельности.

Материал, который собран и сгруппирован нами в этой книге, может быть полезен:

- ◆ тем профессиональным психологам и педагогам, которые в своей деятельности стремятся содействовать духовному развитию ребенка;
- ◆ тем мудрым родителям, которые понимают, что для счастья их ребенка надо не только хорошее образование, но и ростки духовной жизни;
- ◆ тем самостоятельно думающим юношам и девушкам, которые стремятся к самопознанию и саморазвитию;
- ◆ всем тем, кто стремится к духовному росту.

## ЧЕЛОВЕК И СУДЬБА

### ВЕРЬ СЕБЕ

Воздух выдержит только тех, Только тех, кто верит в себя. Ветер дует туда, куда прикажет тот, кто верит в себя. Из песни группы "Наутилус Помпилиус"

*Одним из важнейших показателей и условием полноценной жизни личности является ее способность доверять своему "Я", своей природе, своему призванию. Только тот, кто верит себе, по-настоящему способен доверять другим и всей жизни в целом. Только тот, кто верит себе, способен выступить соавтором своей судьбы. Только тот, кто верит себе, может освободиться от страхов и стать внутренне свободным. О важности доверия себе писал и Л. Н. Толстой в статье «Верьте себе»: "Верьте себе, выходящие из детства юноши и девушки, когда впервые поднимаются в душе вашей вопросы: кто я такой, зачем живу я и все окружающие меня люди? И главный, самый волнительный вопрос: так ли я живу и все окружающие меня люди? Верьте себе и тогда, когда те ответы, которые предоставляются вам на эти вопросы, будут не согласны с теми, которые были внушены вам в детстве, будут не согласны и с той жизнью, в которой вы найдете себя живущими... Не бойтесь этого разногласия, а, напротив, знайте, что в этом разногласии вашем со всеми окружающими выразилось самое лучшее, что есть в вас, — то Божественное начало, проявление которого в жизни составляет не только главный, но единственный смысл нашего существования...*

*Помню, как я, когда мне было 15 лет, переживал это время, как вдруг я пробудился от детской покорности чужим взглядам, в которой жил до сих пор, и в первый раз понял, что мне надо жить самому, избирать путь, самому отвечать за свою жизнь перед тем началом, которое дало мне ее... Но это продолжалось недолго. Я не поверил себе, а поверил всей той внушительной, самоуверенной, торжествующей мудрости людской, которая внушалась мне сознательно и бессознательно всем окружающим. И мое первое побуждение заменилось очень определенными, хотя и разнообразными желаниями успеха перед людьми...*

*Я не поверил себе тогда, и только после многих десятков лет, потраченных на достижение мирских целей, которых я или не достиг, или которых достиг и увидел бесполезность, тщету, а часто и вред их, я понял, что то самое, что я знал 60 лет тому назад и чему не поверил тогда, и может, и должно быть единственной разумной целью усилий всякого человека...*

*Да, милые юноши, искренно, самостоятельно, не под влиянием внешнего внушения, а самостоятельно и искренно пробудившиеся к сознанию всей важности своей жизни, да, не верьте людям, которые будут говорить вам, что ваши стремления — только неисполнимые мечты молодости... да, верьте себе в то великой важности время, когда в первый раз загорится в вашей душе свет сознания своего Божественного происхождения. Не тушите этот свет, а всеми силами берегите его и давайте ему разгореться. В этом одном, в разгорании этого света, единственный великий и радостный смысл жизни всякого человека".*

### НЕБЕЗУПРЕЧНЫЙ ГОРШОК

У одного человека в Индии, носящего воду, было два больших горшка, висевших на конце шеста, который он носил на плечах. В одном из горшков была трещина, в то время как другой горшок был безупречен и всегда доставлял полную порцию воды в конце длинной прогулки от источника до дома учителя. Треснувший же горшок доносил только половину.

В течение двух лет это продолжалось ежедневно: человек, носящий воду, доставлял только полтора горшка воды в дом своего учителя. Конечно, безупречный горшок гордился своими достижениями. А бедный треснувший горшок очень стыдился своего несовершенства и был очень несчастен, поскольку он был способен сделать только половину того, для чего он

был предназначен.

После того как два года он чувствовал горечь от своей несостоятельности, в один день он заговорил с переносчиком воды возле источника:

— Я стыжусь себя и хочу извиниться перед тобой.

— Почему? Чего ты стыдишься?

— В течение этих двух лет я был способен донести только половину моей ноши, потому что эта трещина в моем боку приводит к тому, что вода просачивается в течение всего пути назад к дому твоего учителя. Ты делал эту работу и из-за моих недостатков ты не получал полный результат своих усилий, — удрученно сказал горшок.

Переносчик воды почувствовал жалость к старому треснувшему горшку, и, будучи сострадательным, сказал:

— Поскольку мы возвращаемся к дому учителя, я хочу, чтобы ты заметил красивые цветы по пути к нему.

Действительно, когда они поднялись на холм, треснувший горшок обратил внимание на превосходные цветы на одной стороне пути. Это немного успокоило его. Но в конце тропинки он опять почувствовал себя плохо, потому что через него просочилось половина его воды, и поэтому он снова принес извинения водоносу из-за своей несостоятельности.

Тут водонос сказал горшку:

— Ты заметил, что цветы росли только на твоей стороне пути, но не на стороне другого горшка? Дело в том, что я всегда знал о твоем недостатке, и я обратил его на пользу. Я посадил семена цветов на твоей стороне, и каждый день, когда мы шли назад от источника, ты поливал их. В течение двух лет я мог брать эти красивые цветы, чтобы украшать стол моего учителя. Без тебя, просто такого, как ты есть, не было бы этой красоты в его доме!

## ПРИНЦ И МАГ

Притча от Дж. Фаулза

Жил-был юный принц, который верил во все, кроме трех вещей: он не верил тому, что существуют принцессы, не верил, что существуют острова, и не верил в Бога. Его отец, король, говорил ему, что таких вещей не существует. Поскольку во владениях отца не было ни принцесс, ни островов и никаких признаков Бога, юный принц верил своему отцу.

Однажды принц отправился в небольшое путешествие. Он пришел в соседнее государство. Здесь, к своему удивлению, он с любого берега видел острова, и на этих островах были странные и волнующие создания, которым он не осмеливался дать имя. В то время как он искал лодку на берегу, к нему подошел мужчина в смокинге.

— Скажите, а это правда острова? — спросил у него юный принц.

— Конечно, это самые настоящие острова, — ответил человек в смокинге.

— А эти странные и беспокойные создания?

— Все они настоящие и неподдельные принцессы.

— Тогда Бог тоже должен существовать! — воскликнул принц.

— Бог — это я, — поклонившись, ответил человек в смокинге. Юный принц вернулся домой так быстро, как только мог.

— Итак, ты вернулся, — приветствовал его отец.

— Отец! Я видел острова, я видел принцесс, и я видел Бога! — с упреком сказал принц.

Король, однако, был невозмутим.

— Никаких островов и принцесс не существует, не говоря уже о Боге.

— Но я их видел!

— Скажи мне, как был одет Бог.

— Он был в смокинге.

— А рукава у него случайно не были закатаны?

Принц стал припоминать и подтвердил, что рукава были закатаны до локтей. Король улыбнулся:

— Так я и знал. Это обычная одежда мага. Тебя обманули, сынок.

Принц снова отправился в соседнее государство, пришел на берег и дождался появления

человека в смокинге.

— Мой отец король, сказал мне, кто Вы, — воскликнул юный принц возмущенно. — Вы обманули меня в прошлый раз, но теперь это Вам не удастся. Теперь я знаю, что это ненастоящие острова и не настоящие принцессы, потому что Вы — всего лишь маг.

Человек в смокинге рассмеялся.

— Да, мой юный друг, тебя обманули. Но это сделал не я, а твой отец. В королевстве твоего отца тоже есть острова и принцессы. Но ты заколдован своим отцом и не можешь увидеть их.

В глубоком раздумье вернулся принц во дворец. Придя к отцу, он спросил, глядя ему в глаза:

— Отец, это правда, что ты не король, а маг? Отец улыбнулся и закатал рукава:

— Да, сынок, я — маг.

— Тогда человек на берегу был Бог.

— Нет, человек на берегу — другой маг.

- Я должен знать истину, истину, которая лежит за магией!

— За магией нет никакой истины, — заявил король.

Принцу стало очень грустно. Он сказал: «Я убью себя». Тогда при помощи магии король вызвал Смерть. Смерть встала в дверях и знаками подзывала к себе принца. Принц содрогнулся. Он вспомнил о прекрасных, но ненастоящих принцессах и о ненастоящих, но прекрасных островах.

— Что же делать, — сказал он. — Я смогу выдержать это. Я согласен.

— Прекрасно, сын мой, — обрадовался король, — вот и ты начинаешь становиться магом.

## СВОЕНРАВНАЯ ЦАРЕВНА

### Суфийская притча

Некогда жил-был один султан. Все, чему его научили с детства, и во что он верил, было для него несомненной истиной. Но сам он был ограниченным и недалеким человеком, хотя во многом был справедлив.

У него было три дочери.

Однажды он призвал их к себе и сказал:

— Все, чем я владею, принадлежит или будет принадлежать вам. От меня вы получили жизнь. Только от меня зависит ваше будущее, а, значит, и ваша судьба.

Две старшие дочери, полные признательности и доверия к его словам, согласились с ним.

Но третья дочь, самая младшая, сказала:

— Хотя долг обязывает меня повиноваться тебе, все же не могу поверить в то, что моя судьба всегда должна зависеть от твоей воли.

— Мы проверим это, — сказал султан и тут же приказал заточить девушку в маленькую келью. В своей тюрьме принцесса провела несколько лет, в то время как ее послушные сестры привольно жили и наслаждались богатствами, которые могли бы принадлежать и ей.

Заточив свою дочь, султан сказал себе: «Моя дочь томится в келье по моей воле, а не по своей. Это в полной мере доказывает для всякого здравомыслящего ума, что не от нее, а именно от меня зависит ее судьба».

Жители той страны, прослышав о том, что случилось с царевной, говорили друг другу: «Все мы знаем нашего правителя, и ничего дурного за ним не замечали. Раз он обошелся так со своей собственной дочерью, которая есть его плоть и кровь, значит, она сказала или сделала что-то очень плохое».

Они искренне думали так, потому что не достигли того уровня, чтобы обсуждать притязания султана на абсолютную правоту всегда и во всем.

Время от времени султан навещал свою дочь. Он заставлял ее каждый раз все более

ослабевшей и изможденной. Но ничто не могло сломить ее.

Наконец, султан потерял терпение:

— Твое упорное непослушание, — сказал он ей однажды, — только раздражает меня и, возможно, ослабит мой авторитет. Я могу убить тебя, но у меня доброе сердце, поэтому я решил изгнать тебя из моего царства в дикую пустыню, где живут только звери и такие же безумцы, как ты, которые не смогли ужиться в нашем разумном обществе. Там ты скоро поймешь, можешь ли ты существовать без своей семьи, и если сможешь, то предпочтешь ли этот образ жизни нашему.

Его указ был тут же выполнен, и царевну прогнали из владений султана. Она оказалась на свободе, в дикой местности, в обстановке, ничуть не похожей на ту, к которой привыкла с детства. Но скоро принцесса поняла, что пещера может стать домом, орехи и фрукты, сорванные с дерева, так же вкусны, как поданные на золотых тарелках, что тепло исходит от солнца. Эта местность имела свой собственный климат и жила своей жизнью. Постепенно девушка приспособилась к новым условиям. Воду она брала из ручья, на земле отыскивала овощи, а огонь добывала из тлеющего дерева.

«Здесь, — сказала она себе однажды, — все элементы жизни находятся в гармонии друг с другом, составляют завершенность, которая ни целиком, ни в частностях неподвластна воле моего отца-султана». И вот однажды заблудившийся путешественник, оказавшийся богатым и предприимчивым человеком, повстречался с царевной. Он полюбил ее, увез в свою страну, и там они поженились. Спустя некоторое время они снова вернулись в ту дикую местность и построили там огромный процветающий город, воплотивший в полной мере их мудрость, находчивость и веру. «Безумцы» и другие изгнанники, населявшие дикую пустыню, многие из тех, кого считали сумасшедшими, смогли существовать в полной гармонии со всем, что их окружало. Слава об этом городе разнеслась по всему свету. Его могущество и красота затмили красоту и могущество государства, которым правил отец царевны. По желанию всех жителей царевна и ее муж стали правителями этого нового и идеального царства.

В конце концов, старый султан решил посетить загадочный и чудесный город, возникший в пустыне и населенный, как он слышал, теми, кого он и ему подобные презирали.

Итак, он прибыл в город. Низко склонившись в поклоне, султан приблизился к подножию трона, на котором восседала молодая чета и, подняв глаза, чтобы увидеть тех, чья справедливость, богатство и понимание превзошли его собственные, услышал тихий

голос своей дочери:

- Видишь, отец, каждый человек имеет свою судьбу и возможность выбирать.

## **БУДЬТЕ САМИ СВЕТОМ ДЛЯ СЕБЯ**

Буддийская притча

Будда умирал. Сорок лет он шел, и тысячи следовали за ним. Теперь он умирал. Он сказал: «Это мой последний день. Если у вас есть, что спросить, спрашивайте. Настал час, когда каждый должен идти своим путем».

Беспросветная тьма окутала учеников Будды. Ананда — любимый ученик — заплакал, как дитя, у него из глаз катились слезы. «Что нам теперь делать? — ответил Ананда. — Ты был здесь, мы шли в твоём свете. Все было безопасно и хорошо. Мы совершенно забыли, что есть тьма. В следовании за тобой все было светом. Теперь ты уходишь. Что нам делать?» И он снова принялся плакать и стенать.

«Послушай, — ответил Будда. — Сорок лет ты шел в моем свете и своего не смог достигнуть. Думаешь ли ты, что если бы я прожил еще сорок лет, ты бы достиг своего света? Чем дольше ты идешь в заимствованном свете, чем больше подражаешь, тем больше ты теряешь».

Последние слова, слетевшие с уст Будды, были: «Будьте сами светом для себя».

## **РОЖДЕНИЕ КАПУСТЫ**

### Притча от Р. Дарио

Это произошло в садах земных наслаждений — задолго до искушения, которого не выдержала Ева. Лучезарным утром Господь создал цветы. И вот прекраснейшей из новосотворенных роз — как раз тогда ее губы, алеющие чистотой, впервые потянулись к солнечной ласке — явился злой дух.

— Ты прекрасна.

— Да! — ответила роза.

— Прекраснейшая и счастливейшая, — продолжал дьявол. — Какое изящество, цвет, аромат! Только...

— Что — только?

— Никакой пользы! Посмотри сюда — ветви дерева унизаны желудями. Не стану спорить, густая крона дубов прекрасна, но этого мало. Не только приют предоставляют сотням живых существ эти деревья, но и пищу. Да, роза, красота — это еще не все...

И роза испытала искушение — а женщине еще предстояло его испытать — и возжелала пользы, да так сильно, что даже побледнела. На другой день вышел Господь в сад.

— Отец, — обратилась к нему королева цветов, трепещущая и прекрасная, — я хочу приносить пользу!

— Приноси, дитя мое, — ответил Господь и улыбнулся. Так мир обрел капусту.

### МНОГОНОЖКА И ЛИСА

Притча в изложении Ошо

Многоножка гуляла на своей сотне ног, поэтому ее и называют многоножкой. Это чудо, гулять, имея сотню ног, ведь даже с одной-то парой управляться так непросто! А справиться с сотней ног — это и вправду почти невозможно. Но многоножке это без труда удавалось! Лисе стало любопытно, ведь лисы всегда любопытны, как ум. Лиса посмотрела, изучила, проанализировала и не могла этому поверить.

— Постой! — попросила она. — Ты меня озадачила, и я хочу тебя спросить. Как ты всем этим управляешь, как ты решаешь, какую ногу за какой надо переставлять? Сотня ног! Ты ходишь так плавно. Как у тебя получается такая гармония?

— Я ходила всю жизнь и никогда не задумывалась об этом, — ответила многоножка. — Дай, я подумаю.

И вот она закрыла глаза и впервые многоножка стала двумя. Она всегда жила и ходила, и жизнь ее была цельна. Она стала субъектом и объектом, она стала двумя и затем попыталась пойти. Это оказалось трудно, почти невозможно. Она упала наземь, потому что как вы управитесь с сотней ног?

Лиса рассмеялась и заявила:

— Я знала, что это трудно, я знала это заранее!

А многоножка горько заплакала. Со слезами на глазах она воскликнула:

— Это никогда раньше не было трудно, но ты придумала проблему. Пожалуйста, не задавай другим стоножкам этого вопроса. Я ходила всю свою жизнь, и никогда не было никаких проблем, а теперь ты меня попросту убила. Теперь я никогда не смогу снова ходить.

Неизвестно, что стало с этой многоножкой. Если она оказалась так же глупа, как и некоторые из людей, то она должна быть где-нибудь в больнице, искалеченная, парализованная навечно. Но я не думаю, что многоножки настолько глупы. Она, скорее всего, выбросила этот вопрос из головы. Она, надо полагать, сказала лисе:

— Прибереги свои вопросы для себя, а я буду просто ходить.

Она, вероятнее всего, поняла, что, живя разделенной, она не уйдет далеко.

### СВОЙ СВЕТ

Иудаистская притча



Молодой раввин жаловался раввину из Ризхина: «В часы, когда я посвящаю себя занятиям, я чувствую жизнь и свет, но как только я оставляю их, все уходит. Что мне делать? »

Раввин из Ризхина ответил: «Ты подобен человеку, пробирающемуся через лес темной ночью: какое-то время другой человек с лампой сопровождает его, но на перекрестке они расстаются и первому приходится нащупывать путь одному. Вот если бы у тебя был свой свет, ты не боялся бы никакой темноты».

## О ГРАНИЦАХ СВОБОДЫ ЧЕЛОВЕКА

Ответ на вопрос о границах свободы очень важен для определения всей нашей жизненной позиции. Допустим, человек считает, что все, что происходит в его жизни, определяется не им самим, а судьбой, Богом, природой или еще чем-либо (терминология здесь не важна). При такой позиции понятно, что этот человек будет «плыть по течению» и не будет даже пытаться что-нибудь изменить. Или другая ситуация, когда кто-то считает, что в этой жизни происходит все по воле человека. В этом случае возникает другая проблема: человек сталкивается с теми событиями, которые происходят "сами по себе", независимо от его планов, прогнозов и расчетов (стихийные бедствия, несчастные случаи, экономические кризисы и т. д.), в результате — сплошные разочарования, так как свобода действий ограничивается неподвластными человеку факторами.

Мудрая позиция, на наш взгляд, выражается в понимании своих ограничений, в способности быть гибким, относясь к происходящему не по нашей воле с терпением, в умении изменять то в своей жизни, что возможно, желаемо и не наносит ущерба другим людям. Эта позиция может быть выражена в своеобразной молитве, которая часто используется авторами художественных произведений: "Боже, дай мне терпения принять то, что я изменить не могу, дай мне сил изменить, что я могу изменить, и мудрости отличить одно от другого».

Понимание свободы и ее границ позволяет нам преодолевать те ограничения, которые мы впитали с детства. В этом смысле показательна следующая история: "Укротитель животных в цирке способен повелевать слонами, используя очень простую хитрость: когда животное находится еще в юном возрасте, он привязывает одну из его ног к стволу дерева. Независимо от того, насколько сильно он борется, молодой слон не в состоянии освободить себя. Постепенно он начинает думать, что ствол дерева "сильнее" его. Когда он становится взрослым, обладающим огромной силой, достаточно просто привязать его тесемкой к молодому деревцу, и он даже не будет пытаться освободить себя».

Как и у слонов, наши ноги часто связаны хрупкими нитями. Но с детства мы привыкаем к силе «ствола дерева» и не осмеливаемся бороться, не понимая, что для обретения свободы достаточно простого храброго действия.

### ЛИСТ И ВОРОБЕЙ

Притча от С. Шепеля

Жил-был один листик. Однажды сильный ветер сорвал его с дерева, и он полетел то вверх, то вниз. Маленький воробышек, который в этом году только вылупился, спросил его: «Почему ты упал с дерева?»

— Я не упал, мне просто надоело висеть на нем — ответил листик.

- А куда ты летишь? — опять спросил любопытный воробей.

- Куда хочу, туда и лечу. Захочу — полечу вверх, захочу — вниз. Я свободный лист, — сказал листик.

Надо сказать, что он был слишком гордый и высокомерный, чтобы признать, что не умеет летать, и что он полностью подчинен внешним влияниям, например, ветру, а, может, он и в действительности так думал.

Когда ветер немного стих и листик упал в ручеек, воробышек вновь спросил его: «А почему ты перестал летать и упал в воду и куда теперь направляешься?»

— Я не упал, — обиженно ответил листик, — мне просто надоело летать и захотелось поплавать, а плыву я, куда захочу, ведь я свободный лист и сам решаю, что мне делать.

— А почему ты не поплывешь в другую сторону? — поинтересовался воробышек.

— Сколько раз тебе можно объяснять, раз я не плыву туда, значит, не хочу, ведь я делаю лишь то, что хочу сам, — раздраженно ответил листик и поплыл дальше по течению.

Через несколько дней воробышек уже научился летать и, совершая свой третий полет,

увидел своего старого знакомого листика, но тот так изменился, что птенец не сразу и узнал его.

—Привет, листик, — пропищал он, — как дела? Почему ты пожелтел, кто с тобой это сделал?

—Никто ничего со мной не делал, мне просто захотелось сменить свой цвет, вот я и стал желтым, — ответил листик.

Воробышек поверил листику и после этого случая стал считать листья высшими существами, ибо не мог понять, как можно летать без крыльев и плавать без рук и ног, а уж тем более по своему желанию менять цвет.

Но вот наступила осень, и все чаще и чаще стали слетать с деревьев листья, но воробышек никогда не видел, чтобы они летели против ветра, а когда они попадали в ручей, никто из них не плыл против течения, разве что очень сильный ветер толкал их. И никогда он не видел, чтобы какой-нибудь лист остался зеленым и «захотел» не менять свой цвет. Он повзрослел, приобрел жизненный опыт и вместе с этим изменил свое отношение к листьям, живущим в иллюзии самоуспокоения, что они управляют своей жизнью.

А еще он узнал, что есть другие существа, которые считают себя ни от чего не зависящими — это люди. Их поведение и жизнь в целом зависят от внезапных порывов эмоций, чувств и желаний, которые исходят неизвестно откуда и несут неизвестно куда, и никто, за исключением немногих, не пытается бороться с ними, и есть только единицы, покорившие их. А еще они считают людей, чей ветер желаний и чувств дует в другом направлении, странными лишь потому, что их несет не в том направлении, что и их.

Он так и не смог понять, почему они так себя ведут. Почему им, таким слабым, но потенциально таким сильным, так нравится утешать себя сказкой о своем всемогуществе вместо того, чтобы пытаться противостоять порывам "ветров» или даже научиться управлять ими. Ведь люди — существа, которым это подвластно, которые сами могут решать, в каком направлении им странствовать по безбрежным водам жизни.

И он решил, что лучше признать, что ветер может снести его и изменить намеченный путь, но иметь возможность противостоять ему, чем говорить, что ветер не властен над тобой, и ты летишь именно туда, куда хочешь, когда в действительности он несет тебя.

## **ВОРОБЕЙ И КУРИЦА**

Суфийская притча

Разговорились как-то воробей и курица. Воробей сидел на каменной ограде, а курица прохаживалась внизу.

—Послушай, тебе не надоело все ходить и клевать? — спросил воробей. — Ведь ты летать разучилась.

—Неправда! — обиделась курица.

Она изо всех сил замахала крыльями и взгромоздилась на ограду.

—А вот скажи, не надоело тебе все летать и прыгать? Живи в курятнике. Хозяйка будет подсыпать зерно в твою кормушку — клюй, не зная забот.

Тут подул сильный ветер. Курица, как ни держалась за ограду, все-таки слетела вниз. А воробей расправил крылышки, полетал вокруг, да и снова сел на ограду.

—Теперь видишь, — сказал он, — ты большая и сильная, но надеешься в жизни только на кормушку. Вот и в полете ты хотела опереться на каменную стену, а я опираюсь только на свои крылья, и в жизни сам себе опора.

## **ЧЕЛОВЕК, ВЫШЕДШИЙ НА ПОИСКИ СВОЕЙ СУДЬБЫ**

Суфийская притча

Жил да был человек, каких было много как до него, так и после, который решил изменить свою жизнь. «Что толку, — говорил он себе, — пытаться делать или не делать что-то, если я не знаю своей Судьбы?»

Ему надо было с чего-то начать, и он отправился в путь.

Прошло совсем немного времени, и он пришел в чайхану и увидел там дервиша.

- О Преподобный Муж Пути! — обратился Ахрам к дервишу. — Я нахожусь в поисках своей Судьбы и хотел бы узнать, где мне лучше начать столь важный поиск.

- Люди чаще верят в то, что это возможно, чем добиваются этого, — отвечал дервиш, — и лучше бы тебе спросить, как распознать свою Судьбу.

— Ну, я-то точно распознаю свою Судьбу.

Дервиш согласился путешествовать вместе с ним, и они отправились вдаль по дороге.

Вскоре они подошли к дереву, из которого доносилось жужжание.

— Пчелы оказались в ловушке. Если ты отломишь эту ветку, —

ты освободишь их. Это было бы добрым поступком, и кто знает, к чему он может привести.

Ахрам отвечал:

— Старик! Я вижу ты совсем не от мира сего! Разве не сказано: не отвлекайся от цели на пустяки?

— Как пожелаешь, — сказал дервиш.

Спустилась ночь, и они легли спать. Поутру их разбудил проезжающий мимо человек на осле, к бокам которого были приторочены две большие банки.

— Куда ты следуешь? — спросил дервиш.

— Я еду на рынок, хочу продать там этот мед. Вчера, проезжая мимо одного дерева, я услышал жужжание, сломал ветку, и рой вылетел оттуда. Внутри я нашел мед.

Ахрам сказал дервишу:

— Возможно, мне следовало прислушаться к твоему совету. Но, с другой стороны, может, это было другое дерево и меня бы просто изжалили!

Идя дальше по дороге, они взошли на мост. Внезапно из воды высунулась рыба и уставилась на них.

— Я проглотила острый камень. Есть одно растение, оно растет на берегу, которое может мне помочь. Если бы вы были так добры, сорвать его и бросить мне.

— Говорящая рыбина! — сказал Ахрам. — По-моему, это какой-то фокус. Я не могу поставить себя в такое смешное положение. В конце концов, я нахожусь в поисках своей Судьбы.

Они вошли в город, и вскоре они увидели, как на площадь въехал всадник крича: «Чудо! Я ехал через мост, и тут со мной заговорила рыба. Она попросила меня бросить ей несколько травинок. Как только я сделал это, она выплюнула брильянт!»

Ахрам выкрикнул:

— Откуда тебе знать, что это брильянт?

— Я ювелир!

— Вот так всегда! — возроптал Ахрам. — Богачи получают всё больше и больше, а я, не имевший возможности помочь рыбине, потому что был занят важными поисками, вынужден выпрашивать кусок хлеба!

В следующий раз они остановились поесть возле камня. Из-под камня доносилось скрытое шуршание, и Ахрам услышал, что под ним было множество муравьев.

— Если бы нам удалось сдвинуть этот камень. Если бы кто-нибудь мог помочь нам.

Ахрам посмотрел на дервиша и промолвил:

— Какое я имею отношение к муравьям? Прежде всего я должен найти свою Судьбу!

Дервиш снова промолчал.

На следующий день они услышали радостные крики приближающейся толпы. Оказалось, что пастух наткнулся на муравьев, отодвинул камень и нашел там сокровище из золотых монет!

Дервиш сказал Ахраму:

— Воистину ты глуп, ибо трижды не сумел сделать тех простейших вещей, что могли бы принести тебе ту удачу, о которой ты мечтаешь! Ты глуп, потому что ты готов ко встрече со своей Судьбой еще меньше тех, кто просто делает добро, не мечтая о Судьбе и исполнении своих желаний. Ты глуп, потому что вместо того, чтобы следовать своей Судьбе, ты удалился от нее своим поведением и неспособностью видеть то, что находится у тебя под носом. И, наконец, ты глуп, потому что не понял, кто я, и не обратил внимания на то, что я говорю, чего не говорю и что даю понять.

Ахрам пришел в ярость:

— Каждый может быть мудрецом, после того как все уже случилось! Если ты такой умный, почему ты сам не смог воспользоваться теми ситуациями, что нам попадались, скажи на милость?

— Разумеется, я мог, — отвечал дервиш. — Но я не мог извлечь из них пользу для себя, потому что у меня совсем другая задача. Видишь ли, я — твоя Судьба!

С этими словами дервиш растворился в воздухе, и с тех пор его никто не видел.

## СУДЬБА

### Даосская притча

Шел как-то Учитель по улице. Вдруг у ворот одного дома ему послышался то ли плач, то ли пение. За ударом по струнам циня последовали слова: «О отец! О мать! О природа! О люди!..»

Слабевший голос спешил допеть строфу.

- Почему пел ты такую песню? — войдя в дом, спросил Учитель.

- Я искал того, — ответил мужчина, — кто довел меня до такой крайности, но не знаю — кто. Неужели отец и мать желали мне такой бедности? Небо ведь беспристрастно все покрывает, а земля беспристрастно все поддерживает. Неужели небо и земля были пристрастны ко мне, сделав меня Бедным? Я искал, кто это сделал, но не мог никого найти. Значит, то, что довело меня до такой крайности, — судьба.

## СКАЗКА ПРО ЛУНУ

Притча от А. Поволоцкой

Ночь. На улице стоят два человека.

— Чему вы улыбаетесь? — спрашивает один другого.

— Да вот, люблюсь Луной.

— Чем любуетесь?

— Луной, — человек показывает на Луну пальцем, но его собеседник даже не поднимает головы.

— Какой Луной? — спрашивает он.

— Да вот же она, — удивляется человек, — прямо перед вами, желтая такая.

— Желтая?! О Боже! Надо кому-нибудь рассказать! Через полчаса вокруг человека собирается толпа.

— Учитель, расскажи нам о Луне, — робко просит делегат от толпы.

— Какого лешего тут рассказывать? — горячится человек. — Поднимите головы и все увидите сами.

Кто-то, не отрывая от человека преданных глаз, торопливо пишет в своем блокноте: «Стоит лишь поднять голову, и взору откроется Луна — Желтый круг на фоне черного неба...»

— Ты чего это пишешь? — настороженно спрашивает человек.

— Кто-то должен сохранить учение для потомков, а если не я, то кто?

— Какое, к черту, учение?! Просто подыми голову!!!

«Поднять голову — не сложно, а просто...» — вновь начинает строчить новоявленный

евангелист, но человек бьет его снизу кулаком в подбородок, и перед глазами пишущего мелькает желтое пятно.

—Что это было, Учитель???

—Луна.

—Боже, я увидел Луну. Я увидел Луну! Луну!!!

—Он увидел Луну, — волнуется толпа и начинает водить вокруг потирающего подбородок «луновидца» хоровод.

Человек, между тем, машет на все это дело рукой и уходит прочь, любуясь полнолунием...

Через две тысячи лет кто-то читает «Лунное евангелие» и тяжело вздыхает.

— А толку-то, — думает он. — В те времена Учитель был рядом и всегда мог дать тебе по зубам в нужный момент. Некоторые, прав да, утверждают, что одной книги достаточно, и что они собственными глазами видят Луну каждую ночь, но кому можно верить в наше время? А, может, и вообще сказки все это, вот чего я вам скажу...

Часто человек пребывает в уверенности, что понимает мир и никто из окружающих не имеет и шанса развенчать эти заблуждения, поскольку просто не было случая усомниться в правильном его понимании.

## ПРИТЧА О КОСТЫЛЯХ

Восточная притча

После того как вследствие несчастного случая сельский председатель перестал владеть ногами, он был вынужден пользоваться костылями. Постепенно он так наловчился ходить на них, что стал делать это довольно быстро, и даже научился танцевать и выполнял на потеху своим соседям небольшие пируэты.

Со временем ему пришла мысль научить ходить на костылях своих детей. В скором времени костыли стали в поселке признаком зажиточности их хозяина.

В четвертом поколении никто в селе уже не мог ходить без костылей. В учебную программу в местной школе был внесен предмет «Костылеведение: теория и практика», а сельские ремесленники прославились производством своих костылей на всю Турцию. Поговаривали даже о создании электронной пары костылей на батареях.

И вот перед сельскими старейшинами появился один юнец и потребовал ответ на такой вопрос: почему все должны ходить на костылях, если для этого Бог дал людям ноги? Те не пришли в восторг от того, что какой-то выскочка считает себя умнее их, и они решили проучить его.

—Так покажи нам, как это делается, — сказали они в ответ.

—Согласен! — воскликнул парень.

Демонстрацию договорились провести в следующее воскресенье в десять часов утра на сельской площади. Молодой смельчак вышел на своих костылях на середину площади и, как только часы пробили десять, отбросил костыли в разные стороны. Толпа онемела, а парень отважно сделал шаг вперед — и упал лицом вниз на землю.

Это только укрепило веру жителей села в то, что ходить без костылей совершенно невозможно.

## НА ДНЕ РЕКИ

Притча от Ричарда Баха

Когда-то на дне одной большой хрустальной реки стояла деревня, и жили в ней некие существа.

Река безмолвно текла над ними всеми: молодыми и старыми, богатыми и бедными, хорошими и плохими. Текла своей дорогой и знала лишь о своем собственном хрустальном «я».

И все эти существа, каждый по-своему, цеплялись за камни и тонкие стебли росших на дне реки растений, ибо умение цепляться было у них основой жизни, а сопротивляться течению реки они учились с самого рождения.

Но одно существо, наконец, сказало:

— Я устал цепляться. И хоть я не вижу этого своими глазами, я верю, что течение знает, куда оно направляется. Сейчас я отпущу камень, и пусть оно унесет меня с собой. Иначе я умру от скуки.

Другие существа засмеялись и сказали:

— Дурак! Только отпусти свой камень, и твое обожаемое течение так тебя перекувырнет да шмякнет о камни, что от этого ты быстрее помрешь, чем от скуки!

Но он не послушался и, набрав побольше воздуха, разжал руки, и в тот же миг течение перекувырнуло его и ударило о камни. Однако существо все же не стало ни за что цепляться, и тогда поток поднял его высоко над дном и о камни его больше не било.

А существа, жившие ниже по реке, для которых он был незнакомцем, закричали: «Глядите, чудо! Он такой же, как мы, однако он летит! Смотрите, Мессия пришел, чтобы спасти нас»!

И тогда тот, которого несло течение, сказал:

— Я такой же Мессия, как и вы. Река с радостью освободит нас и поднимет вверх, если мы только осмелимся отцепиться от камней. Наша истинная работа заключается в этом странствии, в этом отважном путешествии.

Но они лишь громче закричали: «Спаситель! — все так же цепляясь за камни, а когда они снова взглянули вверх, его уже не было, и они остались одни и начали слагать легенды о Спасителе».

## В РУКАХ СУДЬБЫ

Дзенская притча

Великий японский воин по имени Нобунага решил атаковать противника, хотя врагов было в десять раз больше. Он знал, что победит, но его солдаты сомневались.

По дороге он остановился у синтоистской святыни и сказал своим людям:

— После того, как я навещу святыню, я брошу монетку. Если выпадет орел, мы победим, если решка — проиграем. Судьба держит нас в руках.

Нобунага вошел в святыню и молча помолился. Выйдя, он бросил монетку. Выпал орел. Его солдаты так рвались в бой, что легко выиграли битву.

— Никто не может изменить судьбу, — сказал ему слуга после битвы

— Конечно, нет, — ответил Нобунага, показывая ему монетку, у которой с обеих сторон был орел.

## БОЛЬШАЯ ПУШИСТАЯ ГУСЕНИЦА

Притча Крайона

Лес кишел жизнью, и под листвой, устилавшей землю, большая пушистая гусеница обращалась к группе своих соплеменников — последователей. В общине гусениц менялось немного. Обязанностью большой пушистой гусеницы было следить за тем, чтобы в общине уважали и поддерживали старые обычаи. Ведь они были священными.

Говорят, — произнесла большая пушистая гусеница в перерыве между пережевыванием

очередных порций неизменного листа, — что существует дух леса, который всем гусеницам дарует что-то новое и чудесное. — Чавк-чавк. — Я решила встретиться с этим духом, а потом рассказать вам, чего от нас ждут.

— Где ты найдешь этого духа? — спросил один из последователей

— Он явится мне, — сказала пушистая гусеница, — вы же знаете, что мы не можем ползать далеко. За рощей нет пищи. А без пищи никак нельзя. — Чавк-чавк.

Итак, когда последователи разошлись, она громко позвала лесного духа, и вскоре великий дух бесшумно спустился к ней. Дух леса был прекрасен, но она не могла его толком увидеть, так как, насколько известно, гусеница так и не покинула свое уютное обиталище из листьев.

— Я не вижу твоего лица, — сказала большая гусеница.

— Поднимись чуть выше, — мягко ответил лесной дух. — Я здесь, и ты можешь увидеть меня.

Но гусеница не сдвинулась с места. В конце концов, она была дома, а дух леса был здесь гостем.

— Нет, спасибо, — сказала пушистая гусеница. — Сейчас не могу. Расскажи мне об удивительном чуде, которое, как я слышала, может произойти только с гусеницами — не с муравьями или сороконожками, — а только с гусеницами.

— Это правда, — сказал лесной дух. — Вы заслужили удивительный дар. И если ты решишь, что он тебе нужен, я о нем расскажу.

- Каким образом мы его заслужили, — спросила большая пушистая гусеница, доедая третий с начала разговора лист. — Я не помню, чтобы мы о чем-то договаривались.

- Вы заслужили это тем, что всю свою жизнь неустанно стремитесь сохранить священные обычаи леса, — ответил лесной дух.

- Еще бы! — воскликнула гусеница, — Я делаю это день за днем.

Знаешь, я руковожу группой. Поэтому ты говоришь со мной, а не с кем-нибудь еще. — Услышав это замечание, лесной дух улыбнулся, но гусеница не видела его лица, поскольку не захотела покинуть лист, на котором сидела. — Я издавна и до сих пор поддерживала священные устои леса, — сказала гусеница. — А что я получу?

— Это удивительный дар, — ответил лесной дух. — Теперь ты можешь своими силами превратиться в прекрасное крылатое существо и полететь! Твои крылья будут удивительной расцветки, а твое умение летать будет удивлять всех, кто тебя увидит. Ты сможешь летать по всему лесу, куда пожелаешь. Ты повсюду сможешь находить пищу и встретишься с другими прекрасными крылатыми существами. Все это может произойти с тобой прямо сейчас, если только ты пожелаешь.

— Летающие гусеницы! — в задумчивости протянула наша героиня. — Это невероятно! Если это правда, то покажи мне этих летающих гусениц. Я хочу посмотреть на них.

- Это просто, — ответил лесной дух. — Поднимись повыше и осмотришься. Они повсюду. Они порхают с ветки на ветку, они проводят свою чудесную жизнь в лучах солнца, ни в чем не испытывая недостатка.

— В лучах солнца! — воскликнула гусеница. — Если ты и в самом деле лесной дух, то должен знать, что солнце слишком горячо для нас, гусениц. Мы можем просто испечься. Оно губительно для наших волосков... Нам нужно оставаться в тени — нет ничего хуже гусеницы с испорченными волосками.

— Когда ты преобразишься в крылатое существо, то солнце сделает тебя еще красивее, — мягко и терпеливо сказал дух. — Весь твой образ жизни совершенно изменится, и ты уже не будешь жить по-старому, как гусеница, ползая в лесу по земле, ты будешь порхать, как те крылатые существа.

Гусеница какое-то время молчала:

— Ты хочешь, чтобы я покинула свое уютное ложе здесь и поползла за доказательством наверх, к солнцу?

- Если ты хочешь убедиться сама, то именно так тебе и придется сделать, — терпеливо ответил дух.

- Нет, — сказала гусеница, — я не могу, понимаешь, мне нужно есть. Я не могу подниматься бог весть куда для того, чтобы поглазеть неизвестно на что, когда у меня здесь



полно работы. Это же очень опасно! Да и к тому же, если бы ты действительно был духом леса, ты бы знал, что гусеницы смотрят вниз, а не вверх. Великий дух Земли даровал нам глаза для того, чтобы мы смотрели вниз и могли находить себе пропитание, — об этом знает каждая гусеница. То, о чем ты просишь, вовсе не подходит гусеницам, — с растущим подозрением в голосе сказала пушистая гусеница. — Мы не очень то заглядываемся наверх. — На мгновение она умолкла. — А каким же образом мы превратимся в эти крылатые штуковины?

Тогда дух леса стал объяснять, как протекает процесс преобразования. Он рассказал, что гусеница целиком должна отдаться эти; переменам, ибо, начав, нельзя будет все вернуть вспять. Он поведал, как гусеницы пользуются особенностями своей биологии, когда, будучи в коконе, превращаются в крылатых существ. Он сказал, что превращение потребует своего рода жертвы. Какое-то время им придется побыть в темноте и безмолвии кокона до тех пор, пока все не будет готово к тому, чтобы они смогли покинуть его уж прекрасным существом с разноцветными крыльями. Гусеница слушала молча, не перебивая, если не считать постоянного чавканья.

- Насколько я понимаю, — наконец довольно грубо сказала гусеница, — ты хочешь, чтобы мы легли и добровольно отдали себя во власть какой-то биологической штуковины, о которой никогда не слышали. Мы должны позволить ей спеленать нас и месяцами держать в темноте?

— Да, — ответил дух леса, наперед зная, к чему клонит гусеница

— А ты, великий лесной дух, не можешь сделать этого за нас? Мы должны будем проделывать все это сами? Я думала, мы заслужили это!

— Да, вы заслужили это, — спокойно сказал дух, — и вы также обладаете силой, достаточной для того, чтобы преобразиться в новой энергии леса. Даже сейчас, когда ты сидишь на своем листике твое тело готово ко всему этому.

— А как же быть с днями, когда пища будет падать прямо с небес, воды расступятся, а стены городов падут и всем прочим в том же духе? Я же не дура. Хоть я большая и пушистая, но я тоже ведь не первый день живу на свете. Дух Земли всегда делает главную работу, а все, что требуется от нас, — следовать указаниям. Кроме того, ведь если бы мы все сделали, как ты просишь, то мы бы умерли от голода! Каждая гусеница знает, что есть нужно постоянно, чавк-чавк, чтобы выжить. Твое чудо кажется мне подозрительным.

Гусеница подумала немного и, повернувшись в поисках очередного листа, сказала лесному духу: «Ступай». Дух леса тихонько исчез, а она все ворчала про себя: "Летающие гусеницы! Что за чушь, чавк-чавк». На следующий день гусеница издала воззвание и созвала свою паству. Воцарилась тишина, толпа с вниманием слушала то, что повествовал им о будущем их пушистый пастырь.

- Дух леса - это злой дух! — заявила гусеница своим последователям. - Он хочет хитростью заманить нас в очень темное место, где мы наверняка все погибнем. Он хочет, чтобы мы поверили в то, что наши собственные тела каким-то образом могут превратить нас в летающих гусениц, и все, что для этого нужно, — на несколько месяцев перестать есть! — За этими словами последовал взрыв хохота. - Здравый смысл и история говорят нам, каким образом всегда действовал великий дух Земли, — продолжала гусеница. — Ни один добрый дух никогда не заключит вас в темное место. Ни один добрый дух не скажет, чтобы такие вещи, которые подвластны только Богу, делали мы сами! Это проделки злого лесного духа. — Преисполнившись важности, гусеница добавила: — Я повстречалась со злым духом, но распознала, кто он на самом деле!

После этих слов другие гусеницы одобрительно зашумели, взвалили большую на свои маленькие пушистые спинки и с ликованием стали кружить, прославляя за то, что она спасла их от верной гибели.

Оставим это празднество гусениц и потихоньку поднимаемся вверх, сквозь кроны деревьев. Удаляясь от шумного торжества, мы минуем лиственный свод, защищающий нижние этажи леса от солнца. Мы осторожно поднимаемся сквозь мрак листвы туда, где живут те, кто летает. По мере того как гомон празднующих гусениц затихает вдаль, нам открывается величественный мир, в котором живут крылатые существа. Множество летающих гусениц самых удивительных расцветок свободно порхают с дерева на дерево в ярком свете солнечного дня. Их называют бабочками. Их крылья переливаются всеми цветами радуги, и некоторые из них раньше были друзьями большой пушистой темной гусеницы, оставшейся

внизу. Они радостны, у них нет недостатка в пище. Все они преобразились благодаря дару великого духа леса.

## **ЛЯГУШКИ**

Восточная притча

Однажды лягушка из океана пришла и прыгнула в колодец. Там ее встретила лягушка, всю свою жизнь жившая в этом колодце. Она спросила:

— Интересно, а откуда ты пришла?

— Я пришла из океана. Колодезная лягушка спросила:

— А он больше, чем этот колодец?

Конечно, в ее глазах было недоверие, в ее уме — сомнение: "Как что-то может быть больше, чем этот колодец, где я живу? Океанская лягушка рассмеялась и ответила:

— Очень трудно сказать что-нибудь, так как там нет меры. Колодезная лягушка сказала:

— Тогда я дам тебе меру, чтобы ты смогла это сделать.

Она нырнула на четверть глубины колодца, одну четвертую пути и спросила:

— Этого хватает?

Океанская лягушка засмеялась и сказала:

— Нет.

Тогда та нырнула на половину глубины колодца и спросила:

— Этого хватает?

Океанская лягушка снова сказала:

— Нет!

Тогда та нырнула до самого дна колодца и торжествующе сказала:

— Теперь ты не можешь сказать «нет».

Океанская лягушка сказала:

— Ты можешь обидеться, а я не хочу быть невежливой, но ответ по-прежнему тот же: нет!!!

Тогда колодезная лягушка сказала:

— Убирайся отсюда, ты, лгунья! Ничто не может быть больше этого колодца!

## **ВСЕ В ТВОИХ РУКАХ**

Восточная притча

Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окруженный учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог дать ответа?»

Он пошел на цветущий луг, поймал самую красивую бабочку и спрятал ее между ладонями. Бабочка цеплялась лапками за его руки, и ученику было щекотно. Улыбаясь, он подошел к Мастеру и спросил

— Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мертвая?

Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях и был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины. Не глядя на руки ученика, Мастер ответил:

— Все в твоих руках.

## **РЫБА И ОКЕАН**

Восточная притча

В Океане жила-была рыба. Однажды она услышала об Океане и решила, что должна потратить все силы своей жизни, но попасть туда.

Рыба начала обращаться к разным мудрецам с вопросом: Как мне достичь Океана?»

- Достичь Океана очень и очень непросто, — сказала одна мудрая рыба. — Для этого сначала нужно практиковать определенные позы и пройти по восьмеричному пути безупречного движения плавниками.

- Путь в Океан лежит через изучение основ миров просветленных рыб, — важно сказала другая рыба-гуру.

Третья учила, что единственный путь постижения Океана — это изучить и постоянно повторять мантру: «Рам-рам-рам...»

Окончательно уставшая от разнообразных поучений рыба приплыла в заросли водорослей и там встретила маленькую неприметную рыбку, которая, услышав о ее поиске, сказала:

- Океан, который ты ищешь, всегда был, есть и будет рядом с тобой. И ты тоже являешься частью Океана, только ты этого не замечаешь. Океан и внутри тебя, и снаружи тебя, и ты — его любимая часть.

### **О МЕДВЕДЕ В ТЕСНОЙ КЛЕТКЕ**

Приводится по М. А. Павлову

В одном маленьком зоопарке медведя долго держали в тесной клетке, так что он мог только сделать 4 шага в одну сторону, повернуться и сделать 4 шага обратно. Так и ходил он целыми днями по клетке туда и обратно. Посетители жалели медведя и говорили: Как, наверное, он был бы счастлив, если бы ему удалось оказаться на свободе». Бремя шло, зоопарк стали ремонтировать и всем животным сделали большие просторные вольеры. В них было много зелени, а в загоне у медведя — даже бассейн. Работники зоопарка предвкушали, как обрадуется огромный зверь, когда его переведут из тесной клетки в просторный вольер. И вот долгожданный день наступил. Медведя перегнали в крошечную клетку для перевозки и повезли на новое место. Даже находясь в транспортной клетке, медведь ухитрился делать свои обязательные 4 шага взад-вперед. Наконец его выпустили в новый просторный вольер. Медведь огляделся, осторожно сделал шаг, другой, третий, четвертый... А потом повернулся и снова сделал 4 шага обратно. Он так и не смог понять, что теперь прутья клетки, ограничивавшие его свободу, существуют только в его воображении. Но эти прутья в памяти зверя оказались крепче настоящих. Так медведь до сих пор и ходит в огромном вольере: 4 шага туда и 4 шага обратно.

## **ВАЖНО НЕ СОБЫТИЕ, А НАШЕ ОТНОШЕНИЕ К НЕМУ**

Человек страдает не столько от того что происходит, сколько от того, как он оценивает происходящее

*М. Монтень*

*В жизни многое происходит не по нашей воле, не так, как мы хотим; бы. Но есть то, что полностью зависит от нас — это наше отношение к происходящему. При этом неважно, осознаем мы это или нет, ибо восприятие событий зависит именно от нас, от наших ценностей, убеждений установок, стереотипов и т. д.*

*Что характеризует позицию мудрого человека? На наш взгляд, важнее шей ее чертой является гибкость, готовность к различным вариантам развития событий, которые может преподнести жизнь. Когда человек имеет жесткие установки; как, что и когда должно быть, он, таким образом, предъявляет к жизни свои требования, порой, крайне незрелые и необдуманные. Он, словно маленький ребенок, ставит условия: «Хочу, чтобы было так-то. Когда же события складываются не по запланированному сценарию, такой человек, как правило, переживает раздражение, агрессию, недовольство. Зрелость личности особенно ярко проявляется в проблемных ситуациях. Так, каждый человек в жизни сталкивается с затруднениями и проблемами, однако мы отличаемся своим отношением к происходящему: некоторые в подобных ситуациях винят самих себя, другие — обстоятельства, третьи — окружающих людей. Мудрый человек, столкнувшись с проблемой, стремится извлечь уроки на будущее, если нужно, переосмысливает свои взгляды, позиции. Он понимает, что по-настоящему закаляет не благополучие, а проблемы, которые необходимо разрешать, поэтому всегда гот к различным событиям, доверяет жизни, стремится развивать себя, находится в позиции внимательного и благодарного ученика...*

## **ПЯТЬ ЛЕКАРСТВ**

В одном торговом городе жил чиновник. Однажды он проходил по рыночной площади, и к нему приблизился какой-то оборванец. Выкрикнув бранные слова, бродяга плюнул в лицо чиновнику и убежал. От такого оскорбления и позора чиновник заболел, и его самочувствие ухудшалось день ото дня. Так бы и умер бедняга, но его друзья послали за лекарем, который славился своим умением исцелять душевные раны. Лекарь внимательно выслушал больного и дал ему пять лекарств, велел каждый вечер перед сном принимать одно из них.

Принял чиновник первое лекарство. Настала ночь, и приснилась ему рыночная площадь и то, как оборванец плюнул ему в лицо. От нестерпимого унижения и позора страшно закричал больной и проснулся.

На следующую ночь после принятия лекарства он увидел тот же самый сон, но вместо позора ощутил леденящий душу страх.

Тот же сон приснился чиновнику и на третью ночь, но ни страха, ни позора он уже не почувствовал, а охватила его глубокая печаль.

Удивился чиновник, но решил следовать указаниям лекаря до конца и на следующую ночь выпил четвертое лекарство. Тот же сон привиделся ему, но он уже не был мучителен, как в предыдущие ночи, и ощутил чиновник только чувство легкого удивления.

На пятую ночь, неожиданно для себя самого, чиновник испытал радость. Не зная, что и думать, он поднялся с кровати и незамедлительно отправился к лекарю за советом и новыми лекарствами. — Что ты почувствовал после приема моих снадобий? — спросил целитель.

— Все ночи мне снился один и тот же сон о том, как бродяга плюнул в меня, — ответил чиновник, — но каждую ночь этот сон вызывал у меня новое чувство: я испытывал то позор, то страх, то печаль, то удивление. А в последнюю ночь я ощутил радость и испытываю ее до сих

пор. Теперь я растерян и не понимаю, что же я должен чувствовать на самом деле?

Лекарь улыбнулся и сказал:

— Что бы с тобой ни произошло, только от твоего выбора зависит, что ты будешь чувствовать. Что же касается плевка в лицо, то мудрый человек просто не обратит на него внимания, тем более, если обидчик — сумасшедший, и плевков его не более оскорбителен, чем порыв ветра, запорошивший пылью твои глаза...

## **С КАКОЙ СТОРОНЫ ПОСМОТРЕТЬ**

Китайская притча

В эпоху постоянных междоусобных войн в Китае жил простой крестьянин. Была у того крестьянина единственная лошадь. И вот однажды она исчезла. Собрались соседи, и каждый сочувствовал крестьянину:

Какая беда, единственная лошадь пропала. Но крестьянин только сказал:

- С какой стороны на это посмотреть.

И что же? Вскоре лошадь вернулась и привела с собой целый табун диких лошадей. Соседи начали поздравлять крестьянина с удачей. А тот опять заметил:

— С какой стороны на это посмотреть.

Прошло некоторое время, и сын крестьянина, объезжая жеребца, упал и сломал ногу.

— Какое несчастье, — твердили соседи.

— С какой стороны на это посмотреть, — ответил крестьянин.

Через несколько дней в деревню нагрянули чиновники и солдаты — забирать здоровых юношей в армию. У сына крестьянина была сломана нога, и его не взяли. Все соседи радовались за юношу. Ну, а крестьянин, как всегда, произнес:

— С какой стороны на это посмотреть.

## **ГОРЯЩИЙ ШАЛАШ**

Христианская притча

Единственный человек, уцелевший после кораблекрушения, был выброшен волной на маленький необитаемый остров.

Он лихорадочно молился о том, чтобы Бог спас его. Он каждый день высматривал горизонт в поисках приближающейся помощи. Однако, вымотавшись окончательно, решил построить небольшой шалаш из плавающих бревен, чтобы защититься от стихий и сохранить свои пожитки. Но однажды, вернувшись домой после похода в поисках пищи, он нашел свой шалаш окутанным пламенем, гарь поднималась к небу. Самым ужасным оказалось то, что все было потеряно. Он был охвачен горем и гневом.

— Бог, как ты мог так поступить со мной! — рыдая, кричал он.

Рано утром на следующий день его разбудил звук корабля, приближающегося к берегу. Корабль пришел, чтобы спасти его.

— Как вы узнали, что я здесь? — спросил утомленный человек своих спасителей.

— Мы увидели твой дымовой сигнал, — ответили они.

Никто не знает, что хорошо, а что плохо, пока не проживет жизнь до конца. Даже если единственный маленький шалаш сгорит дотла, это может быть дымовой сигнал, вызывающий Божью милость.

## **НЕБОЛЬШАЯ РАЗНИЦА**

Восточная притча

Один восточный властелин увидел страшный сон, будто у него выпали один за другим

все зубы. В сильном волнении он призвал к себе толкователя снов. Тот выслушал его озабоченно и сказал: «Повелитель

я должен сообщить тебе печальную весть. Ты потеряешь одного за другим всех своих близких». Эти слова вызвали гнев властелина. Он велел бросить в тюрьму несчастного и призвать другого толкователя, который, выслушав сон, сказал: «Я счастлив сообщить тебе радостную весть — ты переживешь всех своих родных». Властелин был обрадован и щедро наградил его за это предсказание. Придворные очень удивились: «Ведь ты сказал ему то же самое, что и твой Бедный предшественник, так почему же он был наказан, а ты вознагражден?» — спрашивали они. На что последовал ответ: "Мы оба одинаково истолковали сон. Но все зависит не от того, что сказать, а как сказать».

### **О ПОЛЬЗЕ И ВРЕДЕ СЫРА**

Как-то раз мулла Насреддин говорит своей жене:

- Пойди и принеси немного сыра. Он укрепляет желудок и возбуждает аппетит.

— У нас дома нет сыра, — ответила жена.

— Вот и хорошо, сыр расстраивает желудок и расслабляет десны, — сказал мулла.

Жена с удивлением спросила:

— Какое же из этих двух противоположных суждений правильное?

— Если в доме есть сыр — то первое, если нет — второе, — ответил мулла Насреддин.

### **О НЕПРЕХОДЯЩЕЙ СИЛЕ**

Суфийская притча

Находясь в одном обществе, мулла Насреддин расхвастался: Вся сила, которой я обладал в молодые годы, полностью сохранилась в старости.

Чем ты можешь это доказать? — спросили у него. — У нас во дворе стоит большая каменная ступа. УЖ как я в молодости ни старался, а сдвинуть ее с места не мог. И теперь то же самое. Сколько ни силюсь, мне никак не удается повернуть ее.

### **В ЧЕМ ЖЕ РАЗНИЦА?**

Притча от С. Шепеля

Однажды два предпринимателя, владевших маленькими фирм ми, собрались в другой город на подписание договоров, которые позволили бы им увеличить производительность и, соответственно, доходы. По пути в аэропорт они попали в аварию и опоздали на самолет, тем самым сорвав заключение контрактов. Надо сказать, что самолет, на котором они должны были лететь, потерпел крушение и все пассажиры погибли.

Некоторое время предприниматели провели в больнице, залечивая свои раны, а, выздоровев, они принялись заниматься своими обычными делами. До конца своих дней им так и не представилось случая расширить свой бизнес и увеличить свои доходы, но один из них был счастлив, а другой нет.

Вы, наверное, спросите: "В чем же была разница, ведь внешне их жизни не изменились»?

Бот именно, что только внешне их жизни не изменились. Дел в том, что первый предприниматель всю оставшуюся жизнь сетовал на судьбу, разрушившую его грандиозные планы, а второй — до конца жизни благодарил Господа за сохраненную жизнь.

### **ПАДАТЬ И ПОДНИМАТЬСЯ**

Суфийская притча

Один ученик спросил своего наставника-суфия:

—Учитель, что бы ты сказал, если бы узнал о моем падении?

- Вставай!
- А на следующий раз?
- Снова вставай!
- И сколько это может продолжаться — все падать и подниматься
- Пока живешь.

### **ЧТОБЫ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ...**

Если вы хотите, чтобы жизнь улыбалась вам, подарите ей сначала свое хорошее настроение. *Спиноза*

Так уж устроена жизнь: мы делаем простой выбор — быть счастливым или быть несчастным, но и то, и другое требует одинаковых усилий! *Теун Марез*

*Счастливы те люди, которые умеют быть счастливыми. Они не ждут, когда счастье придет к ним, не привязывают его к определенным действиям и событиям. Как говорил Л. Н. Толстой, «счастье не в том, чтобы делать всегда то, что хочешь, а в том, чтобы всегда хотеть того, что делаешь». Другой мыслитель, Д. Леонард, высказывался в том же духе. Он писал: «Достижение цели важно. Но настоящий сок жизни — сладкий или горький — находится не столько в наших усилиях, сколько в самом процессе жизни, в том, как мы ощущаем себя живыми». Это ощущение выражается в умении замечать лучшее в каждом моменте жизни, видеть красоту в себе, в других людях, в окружающем мире.*

*Китайский мыслитель Хун Цзычэн (Хун Инмин) XVI—XVII вв. писал: «Когда дует свирепый ветер и льет проливной дождь, зверью и птицам неуютно. Когда ярко светит солнце и веет ласковый ветерок, деревья и травы дышат бодростью. Но надо понять: не бывает дня, чтобы сердце не наполнялось радостью.*

*Счастья никакими ухищрениями не добьешься, учишься находить в жизни радость — вот лучший способ привлечь счастье. Беды никакими стараниями не избежишь. Гони от себя злобы — вот лучший способ держаться вдали от беды.*

*Беды и радости притираются друг к другу. Когда они притрутся друг к другу без остатка, рождается счастье. Такое счастье будет нерушимым. Сомнение и вера друг друга поправляют. Когда они полностью поправят друг друга, появится знание. Такое знание будет подлинным».*

### **СЧАСТЬЕ**

Бог слепил человека из глины, и остался у него неиспользованный кусок.  
 - Что еще слепить тебе? — спросил Бог. — Слепи мне счастье, — попросил человек.  
 Ничего не ответил Бог, и только положил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины.

### **СЧАСТЬЕ В ХВОСТЕ**

Восточная притча

Пес увидел щенка, гонящегося за хвостом, и спросил:

— Что ты так гоняешься за хвостом?

— Я изучил философию, — ответил щенок, — я решил проблемы мироздания, которые не решила ни одна собака до меня. Я узнал, что лучшее для собаки — это счастье, и что

счастье мое — в хвосте. Поэтому я гоняюсь за ним, а когда поймаю, он будет мой.

— Сынок, — сказал пес, — я тоже интересовался мировыми проблемами и составил свое мнение об этом. Я тоже понял, что счастье прекрасно для собаки, и что счастье — в хвосте, но я заметил, что куда бы я ни пошел, что бы ни делал, он следует за мной и мне не нужно за ним гоняться.

## **НЕСЧАСТНЕЙШИЙ НА СВЕТЕ**

Притча Крайона

Жил в деревне один старик. Он был одним из несчастнейших на свете. Вся деревня устала от него: он всегда был мрачен, всегда жаловался, всегда в плохом настроении, всегда кислый. И чем дольше он жил, тем более желчным становился, тем ядовитее были его слова. Люди избегали его — несчастье становилось заразительным. Не быть несчастным рядом с ним было как-то оскорбительно. Он создавал ощущение несчастья и в других.

Но однажды, когда ему исполнилось восемьдесят лет, случилось невероятное — никто не мог в это поверить. Мгновенно всех облетел слух: «Старик сегодня счастлив, не жалуется, улыбается, у него даже лицо переменялось». Собралась вся деревня. Старика спросили: «Что случилось с тобой? В чем дело?» «Ничего, — ответил старик — Восемьдесят лет я старался стать счастливым, и ничего не вышло. Так что я решил обойтись без счастья. Вот почему я счастлив»

## **СЧАСТЬЕ В ЯМЕ**

Народная притча

Жили-были четыре брата. Пошли они как-то Счастье искать. Шли-шли и вдруг видят — яма. А в яме Счастье сидит.

— Чего, — спрашивает Счастье, — вам надо, братья? Первый брат говорит:

— Хочу все знать!

— Это можно, — говорит Счастье, и дает ему «Всемирную энциклопедию».

Второй брат говорит:

- А я хочу стать богатым!

— Почему бы и нет? — говорит Счастье, и дает ему двести медных монет.

Третий брат говорит:

— А я самым сильным хочу стать!

— И это решаемо, — говорит Счастье и вручает ему гирию.

— А тебе чего надобно? — спрашивает оно младшего брата.

- А тебе? А то мы все о себе да о себе.

- А мне бы из ямы этой выбраться.

Ухватил младший брат Счастье, вытянул его из ямы и пошел своей дорогой. А Счастье за ним побежало.

## **БОЛЬШАЯ РАЗНИЦА**

Дзен-буддийская притча

Одного дзенского мастера спросили: «Что вы обычно делали до того, как стали Просветленным?» Он сказал: «Я обычно рубил дрова и носил воду из колодца». Затем его спросили: «А теперь, когда вы стали Просветленным, что вы делаете?» Он ответил: «Что же еще я могу делать? Я рублю дрова и ношу воду из колодца». Вопрошающий, естественно, был озадачен. Он спросил: «В чем же тогда разница? Перед Просветлением вы делали это и после Просветления делаете то же самое, в чем же тогда различие?» Мастер засмеялся и сказал: «Разница большая. Раньше мне приходилось делать это, а теперь все это происходит естественно. Раньше мне надо было делать усилие: перед тем, как я стал Просветленным, это было обязанностью, которую мне приходилось выполнять, делать нехотя, заставляя себя. Я



делал это потому, что мне приказали это делать; мой учитель велел мне рубить дрова, поэтому я и рубил. Но в глубине души я злился, хотя внешне я ничего не говорил. Теперь я просто рублю дрова, потому что знаю сопряженную с этим красоту и радость. Я ношу воду из колодца потому, что это необходимо. Это уже не обязанность, а моя любовь. Я люблю старика. Холодает, зима уже стучится, нам будут нужны дрова. Учитель с каждым днем все больше стареет; ему нужно больше тепла. Необходимо хорошо отапливать его жилище. Именно из этой любви я рублю дрова. Из этой любви я ношу ему воду из колодца. Теперь появилось большое различие. Нет неохоты, нет сопротивления. Я просто откликаюсь на момент и на текущую необходимость».

## **НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ**

Дзен-буддийская притча

Ученик спросил Мастера: «Насколько верны слова, что не в деньгах счастье?» Тот ответил, что они верны полностью. И доказать это просто. Ибо за деньги можно купить постель — но не сон; еду - но не аппетит; лекарства — но не здоровье; слуг — но не друзей, женщин — но не любовь; жилище — но не домашний очаг; развлечения — но не радость; учителей — но не ум. И то, что названо, не исчерпывает списка.

## **СЧАСТЬЕ ЗАБЫТЬЯ**

В зрелом возрасте Хуа-цзы потерял свою память. Он мог получить подарок утром и забыть об этом вечером; он мог дать подарок вечером и забыть об этом к утру. На улице он мог забыть идти, дома он мог забыть сесть. Сегодня он не мог вспомнить, что было вчера, а завтра — что было сегодня.

Его семья забеспокоилась и пригласила прорицателя, чтобы он рассказал будущее Хуа-цзы, но безуспешно. Они пригласили шамана, чтобы совершить благоприятствующий обряд, но это ни к чему не привело. Они пригласили доктора, чтобы вылечить его, но и это не принесло улучшения.

Был один конфуцианец из Лу, который согласился поправить дело. При этом он поставил одно условие, сказав: «Болезнь излечима, но мое искусство пронесено тайным через поколения и не рассказывается посторонним. Поэтому я запрошу его слух и останусь с ним наедине в его комнате на семь дней».

Родственники согласились — и никто не узнал, какие методы применял конфуцианец, но многолетняя болезнь рассеялась в одно утро.

Когда Хуа-цзы проснулся, он был очень зол. Он прогнал свою жену, наказал сыновей, погнался с копьем за конфуцианцем.

Власти Сунн арестовали его и пожелали узнать причину.

— Раньше, когда я забывал, — сказал Хуа-цзы, — я был без границ, я не замечал, существуют ли небо и земля. Теперь внезапно я вспомнил все бедствия и их преодоление, приобретения и потери радости и печали, любви и ненависти своих прожитых лет. Я боюсь, что все эти бедствия и преодоления, приобретения и потери, радости и печали, любви и ненависти поразят мое сердце. Найду ли я снова момент забытья?

## ЧЕЛОВЕК И ВНУТРЕННИЙ МИР

### ВНЕШНИЙ МИР — ОТРАЖЕНИЕ НАШЕГО ВНУТРЕННЕГО МИРА

Нельзя мудро выбирать жизнь, если ты не смеешь прислушиваться к самому себе в каждый момент жизни.

Л. Маслоу

*Внутренний мир человека отличается многогранностью. В нем таинственно переплетается доброе и злое, искреннее и показное, красивое и безобразное. Уместна в этой связи притча «Картина Леонардо», изложенная П. Коэльо.*

*«При написании картины с изображением тайной вечери с последним ужином Иисуса с апостолами Леонардо да Винчи столкнулся с огромной трудностью: он должен был изобразить Добро, воплощенное в образе Иисуса и Зло — в образе Иуды, решившего предать его на этой трапезе. Леонардо на середине прервал работу и возобновил ее лишь после того, как нашел идеальные модели.*

*Однажды, когда художник присутствовал на выступлении хора, он увидел в одном из юных певчих совершенный образ Христа и, пригласив его в свою мастерскую, сделал с него несколько набросков и этюдов.*

*Прошло три года. "Тайная вечеря" была почти завершена, однако Леонардо пока так и не нашел подходящего натурщика для Иуды. Кардинал, отвечавший за роспись этого собора, торопил его, требуя, чтобы фреска была закончена как можно скорее.*

*И вот после многодневных поисков художник увидел валявшегося в сточной канаве человека — молодого, но преждевременно одряхлевшего, грязного, пьяного и оборванного. Времени на этюды уже не оставалось, и Леонардо приказал своим помощникам доставить его прямо в собор, что те и сделали.*

*большим трудом его притащили туда и поставили на ноги. Он толком не понимал, что происходит, а Леонардо запечатлевал на холсте греховность, себялюбие, злостность, которыми дышало его лицо.*

*Когда он окончил работу, нищий, который к этому времени уже немного протрезвел, открыл глаза, увидел перед собой полотно и вскричал в испуге и тоске:*

*—Я уже видел эту картину раньше!*

*—Когда? — недоуменно спросил Леонардо.*

*—Три года назад, еще до того, как я все потерял. В ту пору, когда я пел в хоре и жизнь моя была полна мечтаний, какой-то художник написал с меня Христа..."*

*Есть разные мнения относительно сути человека. Кто-то считает, что «сам человек не имеет перед собой прозрачной, ясной картины собственного устройства собственного внутреннего мира со всеми его подводными течениями, бурями, взрывами» (З. Фрейд). Другие полагают, что внутренний мир человека не имеет значения, а важны лишь его деяния. Нам же ближе позиция гуманистов, согласно которой внутренний мир человека определяет качество всей его жизни. У кого внутренний мир упорядочен, у того и внешняя жизнь гармонична.*

## ПЧЕЛЫ И МУХИ

Однажды мудрого старца спросили: — Почему одни люди добрые и благочестивые, а другие злые и аморальные?

Мудрец ответил:

— Я познал из опыта, что в этой жизни существуют две крайние категории людей.

Одна категория подобна мухе. Муха имеет обыкновение садиться на грязное. Если даже в саду много благоухающих цветов, но в углу сада животное сделало нечистоту, тогда муха спустится, сядет на нее и начнет копать, наслаждаясь зловонием, возникающим от

ворошения, и не может оторваться.

Если вы ее поймаете и спросите, где есть розы, то она не сможет вам ответить, потому что не знает, что это такое. «Я, — скажет она, — знаю, где есть помойки, туалеты, нечистоты животных и грязь».

Одна часть людей похожа на мух. Это люди, которые научились думать и искать злое, не зная и не желая никогда стоять в добре.

Другая категория людей похожа на пчел. Особенность пчелы — находить и садиться на красивое и сладкое. Скажем, например, что в помещении, полном нечистот, кто-то поставил в углу лукум. Если принесем туда пчелу, она будет летать и нигде не сядет до тех пор, пока не найдет лукум, и только там остановится.

И если бы вы могли спросить пчелу, где есть помойки, то она не сможет вам ответить, потому что они ее не интересуют. Поэтому она их не замечает. Она сможет рассказать, где розы, а где фиалки; где мед, а где сахар.

Люди с добрыми помыслами думают о хорошем и видят хорошее.

Люди грязные внутри замечают только грязь и всегда ее находят.

Вам выбирать, к какому типу относиться.

## НАСТАВЛЕНИЕ ЛЕ-ЦЗЫ

Страж Границы сказал Ле-цзы:

— Мудрые люди наблюдают за выходящим, чтобы узнать входящего, и наблюдают за прошлым, чтобы узнать будущее. В этом и заключается естественный закон предвидения. Мера в себе самом, а подтверждение — в других.

Если слова прекрасны, тогда и отклик прекрасен. Если слова безобразны, тогда и отклик безобразен. Если тело длинное, то и тень длинная. Если тело короткое, то и тень короткая. Произнеси имя - услышишь отклик. Поэтому будь осторожен в словах, так как с ними согласятся. Будь осторожен в поступках, так как за ними последуют.

## ДЕРВИШ И УЧЁНЫЙ

Один ученый, известный человек в Басре, пришел навестить скромную обитель старого дервиша. Дервиш приболел и лежал в постели. Ученый подсел к нему и завел благочестивую беседу. Он долго и красочно говорил о том, как ужасен мир, погрязший в пороке.

Дервиш выслушал его молча. Когда же ученый окончил речь, дервиш ответил:

— Ты любишь мир слишком сильно. Не будь ты столь равнодушен к нему, ты не поминал бы его так часто. Человек часто вспоминает о том, что дорого его сердцу.

## ЗЕРКАЛО

Даосская притча

Как-то во дворец забежала собака. Оглядевшись, она увидела множество собак вокруг себя. Собаки были повсюду. Будучи весьма разумной собакой, она оскалилась, чтобы на всякий случай защитить себя от этих миллионов окруживших ее собак и испугать их. Все собаки оскалились в ответ. Она зарычала — они с угрозой ответили ей.

Теперь собака была уверена, что жизнь ее в опасности, и стала лаять. Ей пришлось напрячься, она стала лаять изо всех сил, очень отчаянно. Но когда она залаяла, те миллионы собак тоже начали лаять. И чем больше она лаяла, тем больше отвечали ей они.

Утром эту несчастную собаку нашли мертвой... При этом во дворце кроме нее не было ни одной собаки. Дело в том, что человек, который построил этот дворец, покрыл все стены, полы и потолки зеркалами. Собака была там одна, в том дворце были лишь миллионы зеркал. Никто не дрался с нею, вообще не было никого, кто мог бы драться, но она увидела

саму себя в зеркалах и испугалась.

И когда она начала сражаться, отражения в зеркалах тоже вступили в борьбу. Она погибла в борьбе с миллионами собственных отражений, окружающих ее.

## ДЕРЕВО

### Индийская притча

у дороги стоял ствол засохшего дерева. Ночью прошел мимо него вор и испугался — подумал, что это стоит, поджидая его, полицейский. Прошел влюбленный юноша, и сердце его забилось радостно: он принял дерево за свою возлюбленную. Ребенок, напуганный сказками, увидав дерево, расплакался: ему показалось, что это привидение.

Но во всех случаях дерево было только деревом.

Мы видим мир таким, каковы мы сами.

## ОТ СЕБЯ НЕ УБЕЖИШЬ

### Лаосская притча

Жил человек, который был так обеспокоен видом своей собственной тени и так недоволен своими собственными следами, что решил избавиться от того и от другого. Метод, который он нашел — убежать от них. Так он встал и побежал. Но он все время ставил ноги (на землю) и оставлял другой след, пока тень держалась возле него без единого затруднения. Он приписал свою неудачу тому, что бежал недостаточно быстро. Так он бежал все быстрее и быстрее, не останавливаясь, пока его не настигла смерть. Ему не удалось понять, что если бы он просто остановился в тени, его тень сразу исчезла бы, а если бы он сел и оставался спокойным, не было бы больше следов.

## ДИСПУТ

### Дзенская притча

В храме дзен мог остановиться любой странствующий монах, кому удавалось выиграть диспут о буддизме у кого-нибудь из уже живших там монахов. Если же он терпел поражение, ему полагалось идти дальше.

В одном храме на севере Японии жили вместе два брата-монаха. Старший был ученым, а младший — глупым и кривым на один глаз.

Однажды странствующий монах попросил приюта, вызвав их, как полагалось, на диспут о тонкостях учения. Устав за день от занятий старший брат приказал младшему пойти вместо себя. «Иди и предложи дискутировать молча», — предупредил он его.

Молодой монах и странник вошли в храм и уселись там. Вскоре пришелец встал, и, зайдя к старшему брату, сказал:

— Твой младший брат — замечательный парень, он выиграл диспут.

— Расскажи мне, как это произошло, — попросил старший.

— Так вот, — начал странник, — сперва я поднял один палец, представляя Будду, Просветленного. Он же поднял вверх два пальца, обозначая Будду и его учение. Тогда я поднял три пальца, символизируя Будду, его учение и его последователей, живущих в гармонии. На это он потряс перед моим носом сжатым кулаком, показывая, что все они происходят из одного и того же осознания. Поэтому он победи/ меня, и я не могу здесь

больше оставаться.

Сказав так, путник ушел.

—Где он? — спросил, вбегая, младший брат.

—Я понял, что ты победил его.

—Я не победил, но зато сейчас я его отделаю!

—Ну-ка, расскажи мне о диспуте.

—Едва завидев меня, он тут же поднял один палец, нагло намекая на то, что у меня всего один глаз. Поскольку он человек посторонний, то я решил быть с ним вежливым и поднял два пальца, поздравляя его с тем, что у него есть оба глаза. Тогда этот бесстыжий негодяй поднял три пальца, показывая, что у нас всего три глаза на двоих. Тут я расสวิрепел и только собрался его бить, как он сбежал.

## **О ПРИТЯЗАНИЯХ И ГОРДЫНЕ ЧЕЛОВЕКА**

Мы редко думаем о том, что мы имеем, но всегда беспокоимся о том, чего нам не хватает.

*А. Шопенгауэр*

*У каждого человека есть определенные ожидания от жизни. Для одного важно богатство, для другого — слава, для третьего — реализация своих задатков. С одной стороны, человек, не имеющий цели, лишает себя «чувства жизни», проявляя пассивность, и, как следствие, результаты его деятельности носят посредственный характер. С другой стороны, завышенные, неадекватные притязания могут породить у человека неудовлетворенность, стремление достичь желаемого во что бы то ни стало, когда цель оправдывает все средства. Такое отношение к жизни порождает огромные проблемы не только для отдельной личности (носителя данных качеств), но и для окружающих, порой, для целых народов.*

*Так как же соразмерить свои желания? Ответ на этот вопрос должен найти каждый из нас сам. Важно помнить, что отсутствие всяких устремлений порождает стагнацию, внутренний застой, что сказывается на нашей жизни крайне негативно. Неадекватные же притязания создают другие проблемы — повышенные и однозначные требования к жизни, другим людям, самому себе, и, разумеется, разочарование, которое возникает как следствие рассогласования между реальностью и нашими установками, теми «картинками», которые услужливо нарисовало наше воображение, подстегнутое необузданной амбициозностью, тщеславием, гордыней. Особые проблемы у людей, имеющих подобные взгляды на жизнь, возникают во взаимодействии с другими, когда они в общении проявляют недальновидность, высокомерие, черствость, что мешает им быть открытыми для нового опыта, полноценных и гармоничных отношений.*

## **ПРЯМАЯ ЛИНИЯ**

Однажды царь Акбар начертил прямую линию и спросил своих министров: «Как сделать эту линию короче, не прикасаясь к ней?»

Бирбал, считающийся самым мудрым человеком в государстве, подошел и начертил рядом с этой линией другую, но более длинную, тем самым, умалив достоинство первой.

Лучшее — враг хорошего. Человек, всегда стремящийся к лучшему результату, каждый раз принижает собственные достижения.

## **ВЫБОР**

Беседуя с монахом-отшельником, император утверждал, что благодаря богатству он избавлен от необходимости потакать чьим-либо желаниям или вкусам.

— Вот как! — воскликнул тот. — Ну, а когда ты сегодня выбирал место для стоянки своего каравана, что было важнее: красота местности или наличие корма для вьючных животных?

— Ясное дело, изобилие трав решило мой выбор, — ответил купец

— Выходит, хоть ты и богат, а живешь так, чтобы скоту было по вкусу, — засмеялся отшельник.

## **СТОИТ ЛИ ЗАЗНАВАТЬСЯ?**

Случилось как-то мулле Насреддину обратиться к каймакаму. Возмущенный чванливостью этой чиновной особы мулла Насреддин не стерпел:

- С чего это, любезный, ты так зазнаешься? Кто ты такой?
- Будто не знаешь, я — каймакам!
- Ну, хорошо, а потом кем станешь?
- Губернатором!
- Ну, а дальше?
- Министром!
- А еще позже?
- Садразамом.
- А дальше?
- Никем.
- А я уже сейчас никто. И стоит ли так зазнаваться?

## ЧАША ЖЕЛАНИЙ

Суфийская притча

Молодой император со своей свитой шел по городу. Народ падал ниц и ревел:

—Виват, Император!!!

А казначей следовал за ним и по взгляду повелителя осыпал народ золотыми монетами. Люди готовы были отгрызть друг другу уши, выколоть глаза, копаясь в грязи в поиске упавших денег, и вопили истощно в уповании, что перепадет еще монетка-другая:

—Да здравствует Император!!!

Стража следила за тем, чтобы все кланялись властелину, и отвешивала удары плетью по хребтам тех, кто перед ним не склонял головы. Один стражник обнажил меч, чтобы отрубить голову босо-грязному, оборванному непокорному монаху, который, гордо подняв голову, шел навстречу Императору. Когда блюститель замахнулся мечом, то услышал зычный голос господина: - Стой!!!

Он в удивлении остановился. Как это так! Ведь Император сам приказал, и уже не одна голова вольнодумца покатила с плеч.

Но то, что произошло дальше, потрясло всех. Молодой Император сошел со своего скакуна, подбежал к этому наглецу, стал на Колени и поцеловал подол его засаленного халата.

Свита была изумлена. Ахнул весь народ. Что за чудо! Императора как подменили. Только потом кое-кто из свиты узнал в этом дервише Императора-старшего. Несколько лет назад он отрекся от трона, передал власть сыну и ушел странствовать в поисках истины.

— Здравствуй, отец. С возвращением...

— Нет, нет, сын мой, я еще не возвратился. Я побывал на том Краю Земли, а теперь должен идти на другой край, и путь мой лежит через твою страну.

— Это твои владения, отец!..

— Нет, сынок, это твои владения.

— Ты плохо выглядишь, отец, очень сильно похудел. Коня Императору!

— Нет, нет, не надо. Ты же знаешь, я дал обет — ходить пешком и нищенствовать. Если очень хочешь помочь старому больному отцу, положи мне в эту чашу несколько медных монет, чтобы я смог купить хлеба. Больше твоему отцу ничего не надо.

Смутился сын, увидев эту маленькую, грязную деревянную чашу для подаяния.

Казначей! Прибежал казначей. — Наполни эту чашу. — Сынок, больше, чем эта чаша, я никакого подаяния взять не могу. После первой горсти народ загудел, увидев, что какому-то нищему подарили целое состояние. Каждый был готов задушить этого оборванца. Они кричали:

— Виват Император! Такому нищему — такое богатство!

А у казначея глаза на лоб полезли: монеты сыпались в чашу, а чаша оставалась пуста.

— Что за чудный сосуд, отец? Казначей, ты что уставился?! Насыпай!

И с каждой горстью он удивлялся все больше и больше. Пудовый мешок золота ушел в эту чашу, но она осталась пуста.

— Но что за странный сосуд, отец?!

— Сынок, ты видишь, в какую беду твой отец попал? Если можешь, накорми меня сегодня.

Сын взял чашу, удивленно покрутил в руках, со всех сторон посмотрел и гневно со стуком поставил ее на пыльную дорогу, приказав:

— Заполнить!

Мешок за мешком несли слуги, пока казначей не сказал:

— Повелитель! Золото закончилось!

— Пошлите гонцов, пусть привезут еще! Пока не заполнится эта поганая деревяшка, не тронемся с места!

Много тяжелых мешков было опустошено в эту чашу, но она по-прежнему оставалась пустой. На сороковом мешке не выдержал сын:

— Что за сатанинский сосуд? Что за дьявольскую чашу ты принес, отец! Сорок лошадей золота ушло, а она до сих пор пуста! Как и чем она заполняется?

— Ах, сын мой, я счастлив, ох, как я счастлив, что ты оказался догадливее меня. Ты на сороковом мешке золота спросил меня, что это за чаша. А я, чтобы понять это, кинул в нее всю свою жизнь, полмира, тысячи наложниц, все мыслимое и немислимое богатство Земли. Сынок, и здоровье свое туда бросил. Я все бросил туда, а эта чаша осталась пуста. Потому что она изготовлена из моих желаний. Это чаша желаний.

## ПРИНЯТЬ НАЗВАНИЕ

Даосская притча

Муж по прозвищу Филигранщик увиделся с Лао-Цзы и спросил:

— Я слышал, что вы, учитель, мудрый человек, и поэтому пришел с вами повидаться. Меня не удержала и дальняя дорога. Прошел мимо сотни постоянных дворов, ноги покрылись мозолями, но не смел остановиться. Ныне же я увидел, что вы не мудрец: у мышиных нор остатки риса, бросать его как попало — не милосердно. У вас полно и сырого и вареного, а вы собираете и накапливаете без предела.

Лао-Цзы с безразличным видом промолчал.

На другой день Филигранщик снова увиделся с Лао-Цзы и сказал:

— Вчера я над вами насмеялся. Почему же сегодня мое сердце искренне от этого отказывается?

— Я сам считал, что избавился от тех, кто ловко узнает проницательных и мудрых, — ответил Лао-Цзы. — Если бы вчера вы назвали меня волком, и я назвался бы волком; назвали бы меня конем, и я назвался бы конем. Если, встретив какую-то сущность, кто-то дает ей название, то, не приняв названия, примешь от такого беду. Я покорился не оттого, что был покорен, а покорился, не изменившись.

Филигранщик пошел бочком, избегая его тени, вошел прямо в дом, не сняв обуви, и спросил:

- Как же мне совершенствоваться?

- Ведешь себя высокомерно, смотришь дерзко, — сказал Лао-Цзы. — Лоб у тебя высокий и простой, а рычишь, словно тигр, вид неестественный. Стоишь, будто конь на привязи. Умчался бы, а насильно себя удерживаешь. Кинешься — так стрелой, разбираешься — так в мелочах, прознал все хитрости, а смотришь безмятежно. Никто не найдет тебя достойным доверия. На окраинах бывают такие, и имя им — воры.

## ПОПРАВКА

Суфийская притча

Абдулла бен Яхья показал посетителю рукопись, написанную им самим. Тот указал: «Здесь ошибка!» Абдулла бен Яхья вымарал указанное слово и вписал его заново — так, как подсказал гость.

Когда посетитель ушел, Абдуллу спросили:

— Отчего вы пошли на это, зная, что исправление было ошибочным, и вписали неправильное слово на место правильного?

Он ответил:

— Этого требовала ситуация соблюдения социальных условностей. Человек этот ошибочно полагал, что помогает мне. Он-то думал, что выражение его неведения является свидетельством его познаний. В данном случае я соблюдал социальные нормы



благовоспитанности и вежливости и не преследовал интересы истины. Если бы я выступал в роли наставника этого человека — тогда все было бы иначе. Лишь тупицы и зануды воображают, что их долг — наставлять каждого. Люди же отнюдь не ищут наставлений, а, как правило, хотят просто привлечь к себе внимание.

### **ЯЗЫКОВЕД И ДЕРВИШ**

Суфийская притча

— Эй, что случилось? — закричал дервиш, заглянув в колодец.

— Видите ли, я языковед, — ответил голос. — Не найдя в темноте дороги, я, к несчастью, провалился в эту глубокую яму и теперь никак не могу отсюда выбраться.

- Держись, друг, дай мне только раздобыть лестницу и веревку, — ответил дервиш.

— Постойте минуточку, — закричал языковед, — вы неграмотно выражаетесь, к тому же ваше произношение никуда не годится.

— Ну, что ж, если для вас слова важнее их смысла, вам лучше будет побыть там, где вы сейчас находитесь, пока я не выучусь правильно говорить, — ответил дервиш и пошел своей дорогой.

### **УЧИТЕЛЬ И МУЛЛА**

Суфийская притча

Однажды мулла, гордый обладатель лодки, пригласил школьного учителя своей деревни покататься с ним по Каспийскому морю. Школьный учитель уютно растянулся в лодке под тентом и спросил у мурлы: Как ты думаешь, какая сегодня будет погода?» Мулла определил, откуда дует ветер, посмотрел на солнце, нахмурился и сказал: "Если ты мне спрашиваешь, то у нас будет буря». Школьный учитель в ужасе сморщил нос и сделал замечание: "Мулла, ты что, никогда не учил грамматики? Нужно говорить не "мне", а "меня"». Мулла, которого так отчитали, только пожал плечами и сказал: Какое мне дело до грамматики?» Учитель был в отчаянии: «Ты не знаешь грамматики! Это значит, что половина твоей жизни пропала даром».

Как и предсказывал мулла, горизонт затянулся черными тучами, сильный штормовой ветер подстегивал волны, а лодку носило, как ореховую скорлупу. Громадные волны обрушивались на маленький челн. Тут мулла спросил учителя: «Ты когда-нибудь учился плавать? Учитель сказал: «Нет, зачем мне было учиться плавать?» Мулла, широко улыбаясь, сказал: «Тогда ты потерял всю свою жизнь: наша лодка того и гляди потонет».

### **ПРОДОЛЖЕНИЕ ПРИТЧИ О НАРЦИССЕ**

Притча от О. Уайльда

Когда Нарцисс погиб, нимфы леса — дриады — заметили, что пресная вода в ручье сделалась от слез соленой.

— О чем ты плачешь? — спросили у него дриады.

— Я оплакиваю Нарцисса, — отвечал ручей.

— Неудивительно, — сказали дриады. — В конце концов, мы ведь всегда бежали за ним вслед, когда он проходил по лесу, а ты — единственный, кто видел его красоту вблизи.

- А он был красив? — спросил тогда ручей.

- Да кто же лучше тебя может судить об этом? — удивились лесные нимфы. — Не на твоём ли берегу, склонившись не над твоими ли водами, проводил он дни?

Ручей долго молчал и, наконец, ответил:

- Я плачу по Нарциссу, хотя никогда не понимал, что он — прекрасен. Я плачу потому, что всякий раз, когда он опускался на мой берег и склонялся над моими водами, в глубине его глаз отражалась моя красота.

### **ГОТОВ УЧИТЬСЯ ТОТ, КТО НЕ ОСУЖДАЕТ**

Притча от П. Козльо

Великий учитель суфийской традиции Насреддин был приглашен на беседу. Насреддин назначил лекцию на два часа дня, и вокруг нее возник настоящий ажиотаж: тысяча билетов на

места в зале были полностью проданы, а более шестисот человек остались снаружи, чтобы следить за беседой по внутренней телесети.

Ровно в два часа вошел ассистент Насреддина и сообщил, что по непредвиденным обстоятельствам начало беседы переносится. Некоторые возмущенно поднялись, потребовали вернуть им деньги и вышли. Но даже при этом внутри зала и снаружи еще оставалось много народу.

В четыре часа дня суфийского учителя еще не было, и люди начали понемногу покидать зал и получать обратно деньги: как-никак, рабочий день близился к концу, пора было возвращаться домой. Когда наступило шесть часов, из пришедших вначале 1700 зрителей осталось менее сотни.

И тут, пошатываясь, вошел, наконец, Насреддин. Казалось, он был пьян в стельку и тут же подсел к сидевшей в первом ряду красивой девушке, и стал с ней любезничать.

Люди начали подниматься со своих мест, удивляясь и негодуя: как же так, они прождали четыре часа подряд, а теперь этот человек ведет себя подобным образом? Пронесся неодобрительный шепот, но суфийский учитель не придавал ему никакого значения; громким голосом он говорил о том, как сексуальна эта девушка, и приглашал ее съездить с ним во Францию.

Выругавшись в адрес людей, которые жаловались, Насреддин попытался встать — и свалился на пол. Возмущенные зрители решили немедленно уйти, они говорили, что все это — не более чем шарлатанство, что они обратятся в газеты, которые напишут об этом унижительном зрелище.

В зале осталось девять человек. И как только группа возмущенных покинула помещение, Насреддин встал. Он был трезв, его глаза излучали свет, от него исходила аура авторитета и мудрости.

— Вы, здесь сидящие, и есть те, кому суждено меня услышать, - сказал он. — Вы выдержали два самых тяжелых испытания на духовном пути: терпение в ожидании момента истины и мужество принимать происходящее без осуждения и оценки. Вас я буду учить.

### **ОБЫКНОВЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК**

Кто-то спросил Мастера Судзуки о его Учителе Йено:

— Что было особенного в нем? Судзуки ответил:

— Особенность Учителя, которую я никогда не забуду, заключалась в том, что он думал о себе как о совершенно обыкновенном человеке. Он был простым, обычным человеком, несмотря на свое мастерство, а это наиболее необычно, потому что каждый обыкновенный ум думает, что он необыкновенный.

## О СТРАХАХ ЧЕЛОВЕКА

Свобода — это взгляд в лицо своему страху.

*А. Куатье*

Смелость — это не отсутствие страха; это власть над ним.

*М. Твен*

*Страх сопровождает человека с древних времен. Нередко при определенных обстоятельствах он становится своеобразным «двигателем» научно-технического прогресса. Так, чтобы сделать свою жизнь более безопасной, люди стали строить дома, изобретали многие вещи, которые входили в их повседневный обиход, создавали лекарства. Однако страх нередко становился "кровавым генералом" многих событий в истории человечества, приводящих к многочисленным социальным конфликтам и войнам.*

*Существует великое множество видов страха, справедливо будет, если скажем, что их столько же, сколько и людей. Тем не менее, у них есть общая особенность: они загоняют наше «Я» в угол, перекрывают нашу жизненную энергию, растворяют нашу веру в себя. Однако то, насколько страх овладевает человеком, во многом зависит от него самого. Ведь многие страхи являются плодом нашей фантазии, нашего невежества, ограниченности. Когда мы чего-то боимся, типичная реакция на это — уход от ситуации, вызывающей у нас тревожное состояние, боязнь; мы стараемся вытеснить это чувство из своего сознания или как минимум завуалировать его, сделать вид, что его не существует, создать видимость нашего бесстрашия. Такой способ избавиться от страха становится основным в нашем сознании. Однако чем глубже мы стараемся спрятать наш страх, чем дальше хотим от него удалиться, тем большую власть этот страх обретает над нами. В результате может появиться новый страх — страх страха (боязнь бояться).*

*Человеком зачастую управляет не реальная опасность, а существующий в его воображении образ, порождаемый страхом. Когда мы боимся, мы передаем страху все полномочия по управлению нашей жизнью, теряя тем самым себя, свою независимость и волю. Но если в нас есть желание стать свободными, мы должны, в первую очередь, начать с себя, изучая природу и особенности своих страхов, тем самым, уменьшая их влияние, власть над собой.*

## ВИСЕЛИЦА И КРЕСТ

Притча от П. Коэльо

Город Вискос был оплотом и пристанищем бродяг и разбойников до тех пор, пока наш великий законоучитель Ахав после своего обращения, совершенного святым Савинием, не превратил его в город, где ныне обитают только добропорядочные люди. Но каким образом Ахаву удалось исполнить свое намерение?

Ни малейшей попытки не предпринял он, чтобы убедить кого-то, прекрасно знал природу человеческую — знал, что люди, которым свойственно принимать честность за слабость, начнут оспаривать его власть. Он поступил иначе — пригласил нескольких плотников из соседней деревни, вручил им чертеж и приказал, чтобы на площади, на том месте, где ныне высится крест, они построили нечто. Десять суток кряду, днем и ночью жители города слышали стук молотков и визг пил, видели, как плотники строгают и тешут дерево, забивают гвозди. И на одиннадцатый день посреди площади вознеслось гигантское нечто, закрытое полотном. На торжественное открытие этого «монумента» Ахав созвал всех жителей Вискоса.

Речи он никакой произносить не стал, а просто сдернул покрывало, и все увидели виселицу. С помостом, с веревкой и со всем прочим, Виселица была покрыта пчелиным воском, так что в течение долгого времени снег и дождь были бы ей не страшны. Пользуясь тем, что на площади собралось множество людей, Ахав прочел установленные им законы: они защищали земледельцев, поощряли скотоводов, определяли награду для тех, кто откроет в Вискосе новые мастерские или лавки. И добавил под конец, что отныне и впредь жителям придется либо заниматься честным трудом, либо покинуть город. Больше он ничего не сказал, ни разу не упомянул только что открытый «монумент». Ахав был из тех, кто не верит в действенность

угроз.

Под конец этого «торжества» люди стали собираться кучками и большинство сочли, что святой обманул Ахава и, если он лишился прежней храбрости, надо его убить. В последующие дни многие строили планы, как бы это сделать, но при виде виселицы на площади невольно напрашивался вопрос: «Зачем она поставлена? Не для тех ли, кто не согласится жить по новым законам? Кто за Ахава, а кто — против него? И нет ли среди нас его лазутчиков?»

Виселица смотрела на людей, а люди — на виселицу. Мало-помалу дерзость и отвага мятежников стали уступать место страху, ибо все знали, что Ахав пользуется славой человека, который, однажды приняв решение, выполняет его, чего бы это ни стоило. Кое-кто покинул город, другие попробовали себя на новой стезе прежде все; го потому, что им некуда было податься, а, может быть, и потому, что теперь виселось на площади это орудие казни. По прошествии некоторого времени настала в Вискосе тишь и благодать, а сам городок превратился в крупный центр торговли, благо и располагался он на границе — начал вывозить высокосортную шерсть и пшеницу наивысшего качества.

Виселица простояла десять лет. Дереву ничего не делалось, только веревку с петлей время от времени заменяли новой. Ее так ни разу и не использовали. Ахав так ни словом и не обмолвился о ней.

С её помощью он сумел превратить отвагу в трусость, доверчивость - в подозрительность, истории об отчаянных людях — в шепоток одобрения. И через десять лет, когда закон окончательно восторжествовал в Вискосе, Ахав приказал разобрать виселицу и на ее месте воздвигнуть крест.

## **ВСАДНИКИ И НАСРЕДДИН**

Как-то раз Насреддин шел по пустой дороге. Наступила ночь, когда он заметил группу всадников, приближающихся к нему. У Насреддина разыгралось воображение, и он испугался, что они могут ограбить его или забрать в солдаты. Страх был настолько сильным, что он перемахнул через стену и свалился прямо в могилу.

Путешественники, не осведомленные о причинах этих поступков, были заинтересованы и разыскали Насреддина.

— Почему ты здесь, и можем ли мы помочь тебе? — спросил один из них, когда увидел лежащего без движения человека.

— Все это более сложно, чем вы думаете; видите ли, я здесь из-за вас, а вы здесь из-за меня, — ответил Насреддин, понявший свою ошибку.

## **САРА И СТАРЫЕ ТУФЛИ**

### **Притча Крайона**

Сара была просветленной женщиной новой эпохи. Она понимала необходимость ответственного отношения к жизни и знала, что ей надлежит найти причину своего пребывания на этой планете. Поэтому Сара спросила у наставников, что ей делать для того, чтобы найти свое место» (место, на котором она согласилась быть), и они ей все подробно рассказали. Она поняла, как это делается, и приступила к сотворению того, чем ей хотелось бы заниматься в Жизни.

Сара хотела заниматься экологией, чтобы участвовать в улучшении условий жизни на Земле. Поэтому, когда внезапно появилась такая возможность, она смогла именно этим и

заняться. Возможность представилась в виде работы в компании, занимавшейся передовыми экологическими системами. Сара была в восторге, она поверила в то, что сможет помочь очень многим людям. Компания, где ей предстояло осуществить цель всей жизни, располагалась в комфортабельном офисе на другом конце города, и ей нужно было ездить туда каждый день.

«Вот зачем я здесь, — поняла она. — Мне так это нравится». На душе у нее было светло и радостно. Когда она приступила к работе, все оказалось прекрасно, за исключением одного. Обретая нынешнее воплощение на Земле, Сара получила боязнь замкнутого пространства. На работу ей нужно было добираться в метро, и дважды в день она испытывала приступ клаустрофобии. Каждое утро она входила в метро, и ее потихоньку начинал сжигать страх. Она впадала в панику, вспотевшими руками хваталась за поручень, и ее сердце бешено колотилось на протяжении всех двадцати пяти минут, которые занимала дорога до ее любимой работы.

Месяц спустя Сара встретила со своими наставниками и с болью призналась:

— Это не для меня. Мне нужно поискать другую работу.

— Как это, — спросили наставники, — не сотворила ли ты именно то, что хотела? Разве это не победа?

— Л не могу больше ходить на эту работу из-за клаустрофобии, - ответила Сара. — Путь туда и обратно напрочь портит мне весь день!

— Сара, — предложили наставники, — а что, если мы уничтожим страх, а не работу?

— Не знаю, — сказала Сара в замешательстве, — с этим страхом я живу уже 35 лет, а работаю всего месяц.

Как видите, Сара свыклась со своим страхом. Он, как старые туфли, был чем-то вроде друга — данностью, чем-то, что всегда было с ней. И, как старые туфли, он мог быть уродливым и изношенным, но она настолько привыкла, что уже и не хотела ничего менять.

## **ВЕРА В ИСТИННУЮ ДОБРОТУ**

Притча от П. Коэльо

Много-много лет назад жил в одной из здешних пещер некий отшельник, который впоследствии прославился под именем св. Савиния. В те времена Вискос был приграничным местечком, населенным разбойниками, укрывавшимися от правосудия, контрабандистами, проститутками, искателями приключений, которые подыскивали здесь себе сообщников, и наемными убийцами, отдохавшими между двумя злодействами. Самым страшным и бессовестным из всех был араб по имени Ахав — он-то и взял власть над городком и его окрестностями, обложил непомерными податями земледельцев, которые все еще пытались жить достойно и честно.

Однажды Савиний покинул свою пещеру, пришел к дому Ахава и попросился переночевать.

- Разве ты не знаешь, что я — убийца, что у себя на родине я отправил на тот свет многих и что твоя жизнь не стоит для меня ничего? — рассмеялся Ахав. - Знаю, — ответил Савиний. — Но я устал жить в пещере. Пустя

меня в дом хотя бы на одну ночь. Ахав знал, что слава святого не уступает его собственной, и это беспокоило его, ибо славу свою не желал делить ни с кем, а с таким немощным и хилым человеком — и подавно. И потому он решил в ту ночь убить его, чтобы показать всем, кто здесь хозяин, истинный и единственный.

Они немного поговорили. На Ахава произвели впечатление слова святого, но он по натуре был человек недоверчивый и уже давно не верил в Добро. Разбойник указал святому отшельнику место для ночлега, а сам с угрожающим видом принялся точить нож. Савиний некоторое время наблюдал за ним, а потом закрыл глаза

и уснул.

Ахав точил нож всю ночь. А утром, когда отшельник проснулся, встретил его рыданиями:

— Ты не испугался и не осудил меня. Впервые в жизни кто-то провел ночь рядом со мной, поверив, что я могу быть добр и способен приютить под своим кровом тех, кто в этом нуждается. Я поступил так потому, что ты поверил, будто я могу так поступить.

И с той минуты Ахав оставил свой преступный промысел и взялся менять жизнь в округе. Вот тогда Вискос из прибежища разнообразных подонков общества мало-помалу стал превращаться в город, игравший важную роль в торговле между двумя государствами, между которыми был расположен.

### **СТРАХ НАПОЛЕОНА**

Притча от П. Козльо

Молодой Наполеон дрожал подобно тростнику на ветру во время свирепых артобстрелов в Тулоне. Солдат, увидев его в это время, сказал другим солдатам:

Взгляните на него, он боится смерти.

— Да, я боюсь, — ответил Наполеон. — Но я продолжаю бороться. Если бы вы почувствовали хотя бы каплю страха, который чувствую я, вы сразу бы убежали.

Учитель сказал: «Страх не является признаком малодушия. Этот страх позволяет нам быть смелыми и достойными перед лицом жизненных ситуаций. Тот, кто испытывал страх, и, несмотря на него, действовал, не позволяя ему запугать себя — доказывает свою храбрость. Но тот, кто в трудной ситуации не считался с опасностью, доказывает только свою безответственность».

### **У СТРАХА НЕТ ЛЮБИМЧИКОВ**

Суфийская притча

Однажды женщина привела своего маленького сына в школу к Насреддину и сказала: "Припугните его немножко, потому что мне он уже не подчиняется».

Насреддин вытаращил глаза, начал пыхтеть, подпрыгивать и стучать кулаками по столу, пока перепуганная женщина не упала в обморок. После этого он выскочил из комнаты.

Когда вернулся, пришедшая в себя женщина сказала ему: «Я просила вас напугать мальчика, а не меня!»

— Мадам, у страха нет любимчиков! — ответил мулла. — Как видите, я и сам испугался. Когда угрожает опасность, она угрожает всем одинаково.

### **МАГИЯ УМА**

Один странствующий человек случайно попал в рай (индийская традиция понимания рая — это деревья, выполняющие желания. Вы просто сидите под этими деревьями, желаете чего-либо, и ваше желание исполняется — промежутка между желанием и его исполнением нет). Человек устал и лег спать под такое дерево. Когда проснулся, он почувствовал голод и сказал: «Я очень голоден и хотел бы чего-нибудь съесть». И немедленно из ничего появилась пища. Человек сразу приступил к еде и наслаждался вкусом как никогда ранее в жизни! Человек был удовлетворен. Но тут у него появилась еще одна мысль.

"Я хочу пить», — подумал человек.

И немедленно появилось великолепное вино. Расслабленно потягивая вино в прохладе рая под тенью дерева, исполняющего желания, человек начал размышлять: «А что же происходит? Я сплю и вижу сон или вокруг меня духи, которые играют и шутят со мной?"

Духи появились немедленно. Они были ужасные, невыносимо страшные.

Человек испугался и подумал: «Теперь они меня убьют».

И был убит.

### **СТАКАН СОЕВОГО СОУСА**

Притча в изложении Ошо

Это случилось в дзэнском храме в Японии. Однажды утром произошло очень большое землетрясение. Половина храма рухнула. Священник, претендовавший на то, что он настоящий человек дзэн, немедленно собрал своих учеников и сказал:

- Посмотрите. Теперь вы должны увидеть, что представляет собой настоящее качество человека дзэн. Произошло землетрясение, но во мне ни на йоту не было страха. Я оставался таким, как будто ничего не происходило. И это еще не все. Вы, должно быть,

видели, как после окончания землетрясения я пошел на кухню, поскольку испытывал жажду, и выпил большой стакан воды. Вы видели, что мои руки даже не дрожали, когда я держал стакан?

Один ученик улыбнулся. Священник почувствовал раздражение и спросил:

— Почему ты смеешься?

- Ваше преподобие, то был не стакан воды. То, что вы выпили, был большой стакан соевого соуса!

## ОБ ЭМОЦИЯХ ЧЕЛОВЕКА

Большое самообладание говорит о большом сердце — душу великую нелегко стронуть с места.

*Б. Грасиан*

*Эмоции сопровождают жизнь каждого человека. Мы смотрим в окно на хмурый дождь — испытываем грусть, выслушиваем незаслуженный упрек - чувствуем обиду, поправляем одеяло, укрывающее ребенка, — наше сердце наполняет нежность... Перечислять можно долго. Справедливо было сказано, что там, где есть люди, там есть чувства.*

*Эмоции имеют важное значение в жизни человека: они приносят в события, происходящие вокруг нас, определенное значение, позволяют оценить их, делают жизнь человека насыщенной, многогранной. При помощи эмоций, вернее, благодаря их проявлению в мимике, позе, жестах, люди определяют состояние друг друга, передают информацию о своих желаниях. Тем не менее, бывают ситуации, когда они не всегда желательны, так как при своей избыточности чувства могут дезорганизовать деятельность, проявляясь в нежелательных ситуациях или в негативной форме. Именно поэтому особенности своих эмоций важно знать каждому, чтобы их учитывать и по мере возможности ими управлять. Ведь, как заметил Б. Грасиан, «нет высшей власти, чем власть над собой, над своими страстями, чем победа над их своеволием».*

## УМЕНИЕ МОЛЧАТЬ

Четверо учеников школы Тэндай, близкие друзья, учились медитации. Они пообещали друг другу хранить молчание.

Первый день молчали. Их медитация началась благоприятно. Но когда пришла ночь и керосиновые лампы стали совсем тусклыми, один из учеников не смог сдержаться и крикнул слуге: «Поправь эти лампы!»

Второй ученик удивился, услышав, что первый заговорил.

— Мы договорились ни говорить ни слова, — заметил он.

— Вы, болваны, чего вы разговариваете? — спросил третий.

— Один я молчу! — заключил четвертый.

## В ПЫЛУ АЗАРТА

Мулла Насреддин продавал пирожки. К нему подошли два человека и, съев довольно много пирожков, начали пререкаться:

— Деньги буду платить я, — говорил один.

— Нет, я! — кричал другой. Потом спор разгорелся еще сильнее.

- А я не допущу, чтобы платил ты, — ответил другой.

- А я не возьму денег! — вскричал мулла Насреддин, увлеченный задором спорщиков.

## ВРАТА РАЯ И ВРАТА АДА

Как-то к Дзэн-мастеру Хакуину пришел самурай, великий воин, и спросил: «Есть ли ад? Есть ли рай? Если есть рай и ад, то где врата? Где мне входить?» Он был простым воином. Воины всегда просты, без хитрости в душе, без расчета. Они знают только две вещи: жизнь и смерть. Он не пришел для того, чтобы выучить ту или иную доктрину. Он хотел узнать, где врата, чтобы избежать ада и войти в рай. И Хакуин ответил так, что только воин мог понять его ответ.

— Кто ты? — спросил Хакуин.

— Я самурай, — ответил воин. (Очень почетно быть самураем в Японии. Самурай — это совершенный воин, человек, который не будет сомневаться ни минуты, если потребуется отдать жизнь. Даже императоры отдавали им дань уважения.)

Хакуин засмеялся и сказал: «Ты самурай, а выглядишь как нищий!» Гордость воина была задета. Он забыл, зачем пришел, и, выхватив свой меч, был готов убить Хакуина.



— Это врата ада, — сказал Мастер. — Этим мечом, этим гневом, открываются эти врата. Воин понял мгновенно и убрал свой меч в ножны. — А так открываются врата рая, — сказал, улыбнувшись, Хакуин.

## **ПРОСТО ИДИТЕ СВОИМ ПУТЁМ**

Буддийская притча

Один из учеников спросил Будду:

— Если меня кто-нибудь ударит, что я должен делать? Будда ответил:

— Если на вас с дерева упадет сухая ветка и ударит вас, что вы должны делать?

Ученик сказал:

— Что же я буду делать? Это же простая случайность, простое совпадение, что я оказался под деревом, когда с него упала ветка. Будда сказал:

— Так делайте то же самое. Кто-то был безумен, был в гневе, и ударил вас. Это все равно, что ветка с дерева упала на вас. Пусть это не тревожит вас, просто идите своим путем, будто ничего и не случилось.

## **ПУСТАЯ ЛОДКА**

Дзенская притча

Лин-чи рассказывал: «Когда я был молодым, мне нравилось плавать на лодке; у меня была маленькая лодка: в одиночестве я отправлялся плавать по озеру и мог часами оставаться там.

Однажды я сидел с закрытыми глазами и медитировал. Была прекрасная ночь. Какая-то пустая лодка плыла по течению и ударилась о мою. Во мне поднялся гнев!

Я открыл глаза и собирался обругать побеспокоившего меня человека, но увидел, что лодка пуста. Моему гневу некуда было двигаться. На кого мне было его выплескивать? Мне ничего не оставалось делать, как вновь закрыть глаза и начать присматриваться к своему гневу. В тот момент, когда я увидел его, я сделал первый шаг на моем Пути.

В эту тихую ночь я подошел к центру внутри себя. Пустая лодка стала моим учителем. С тех пор, если кто-то пытался обидеть меня и во мне поднимался гнев, я смеялся и говорил: "Эта лодка тоже пуста"».

## **МОЛЧАНИЕ**

Буддийская притча

Проходил как-то Будда одной деревней. Собралось несколько человек — его противников — и принялись они горячо и зло оскорблять Будду. Он молча слушал очень спокойно. И из-за этого спокойствия им стало как-то не по себе. Возникло неловкое чувство: они оскорбляют человека, а он слушает их слова, как музыку. Тут что-то не так. Один из них обратился к Будде: «В чем дело? Ты что, не понимаешь, что мы говорим?» «Именно при понимании возможно такое глубокое молчание, — ответил Будда. — Приди вы ко мне десять лет назад, я бы бросился на вас. Тогда не было понимания. Теперь я понимаю. И из-за вашей глупости я не могу наказывать себя. Ваше дело — решать, оскорблять меня или нет, но принимать ваши оскорбления или нет — в этом моя свобода. Вы не можете их мне навязать. Я от них просто отказываюсь; они того не стоят. Можете забрать их себе. Я отказываюсь принимать их».

## **ЧУВСТВА**

Говорят, что однажды собрались в одном уголке земли вместе все человеческие чувства и качества. Когда СКУКА зевнула уже в третий раз, СУМАСШЕСТВИЕ предложило: - А давайте играть в прятки!? ИНТРИГА приподняла бровь:

— Прятки? Что это за игра??

СУМАСШЕСТВИЕ объяснило, что один из них, например, оно водит, закрывает глаза и считает до миллиона, в то время как остальные прячутся. Тот, кто будет найден последним, станет водить в следующий раз и так далее. ЭНТУЗИАЗМ затанцевал с ЭЙФОРИЕЙ,

РАДОСТЬ так прыгала, что убедила СОМНЕНИЕ, вот только АПАТИЯ, которую никогда ничего не интересовало, отказалась участвовать в игре.

ПРАВДА предпочла не прятаться, потому что, в конце концов, ее всегда находят, ГОРДОСТЬ сказала, что это совершенно дурацкая игра (ее ничего, кроме себя самой, не волновало), ТРУСОСТИ очень не хотелось рисковать.

— Раз, два, три, — начало счет СУМАСШЕСТВИЕ.

Первой спряталась ДЕНЬ, она укрылась за ближайшим камнем на дороге, ВЕРА поднялась на небеса, а ЗАВИСТЬ спряталась в тени ТРИУМФА, который собственными силами умудрился взобраться на верхушку самого высокого дерева.

БЛАГОРОДСТВО очень долго не могло спрятаться, так как каждое место, которое оно находило, казалось идеальным для его друзей. Кристально чистое озеро? Для КРАСОТЫ. Расщелина дерева? Так это для СТРАХА. Дуновение ветерка? Ведь это для СВОБОДЫ! Итак, оно замаскировалось в лучике солнца. ЭГОИЗМ, напротив, нашел только для себя теплое и уютное местечко. ЛОЖЬ спряталась на глубине океана (на самом деле она укрылась в радуге), а СТРАСТЬ и ЖЕЛАНИЕ затаились в жерле вулкана. ЗАБЫВЧИВОСТЬ, даже не помню, где она спряталась, но это не важно.

Когда СУМАСШЕСТВИЕ досчитало до 999999, ЛЮБОВЬ все еще искала, где бы ей спрятаться, но все уже было занято. Вдруг она увидела дивный розовый куст и решила укрыться среди его цветов.

— Миллион! — сосчитало СУМАСШЕСТВИЕ и принялось искать. Первой оно, конечно же, нашло ЛЕНЬ. Потом услышало, как ВЕРА спорит с Богом, а о СТРАСТИ и ЖЕЛАНИИ оно узнало по тому, как дрожит вулкан. Затем СУМАСШЕСТВИЕ увидело ЗАВИСТЬ и догадалось, где прячется ТРИУМФ. ЭГОИЗМ и искать было не нужно, потому что местом, где он прятался, оказался улей пчел, которые решили выгнать непрошеного гостя. В поисках СУМАСШЕСТВИЕ подошло напиться к ручью и увидело КРАСОТУ.

СОМНЕНИЕ сидело у забора, решая, с какой же стороны ему спрятаться. Итак, все были найдены: ТАЛАНТ — в свежей и сочной траве, ПЕЧАЛЬ — в темной пещере, ЛОЖЬ — в радуге (если честно, то она пряталась на дне океана).

Вот только ЛЮБОВЬ найти не могли. СУМАСШЕСТВИЕ искало за каждым деревом, в каждом ручейке, на вершине каждой горы и, наконец, оно решило посмотреть в розовых кустах, и когда раздвигало ветки, услышало крик — острые шипы роз поранили ЛЮБВИ глаза.

СУМАСШЕСТВИЕ не знало что и делать, принялось извиняться, плакало, молило, просило прощения и в искупление своей вины пообещало ЛЮБВИ стать ее поводырем. И вот с тех пор, когда впервые на земле играли в прятки... ЛЮБОВЬ слепа, и СУМАСШЕСТВИЕ водит ее за руку...

## ГРЯЗНАЯ ДОРОГА

Дзенская притча

Как-то Тандзан и Экидо держали путь по грязной дороге. Лил сильный дождь. Подойдя к берегу реки, они повстречали девушку в шелковом кимоно с поясом, которая не могла перейти разбушевавшуюся реку. Девушка была очень красива. «А ну-ка», — сказал Тандзан и, взяв ее на руки, перенес через реку.

Экидо не возобновлял беседы и молчал до вечера, пока они не достигли храма, где остановились на ночь. Там он уже не мог больше сдерживаться и сказал: «Мы, монахи, не должны приближаться к женщинам, особенно к таким молодым и красивым, ведь это опасно. Почему ты так сделал?»

— Я оставил девушку там, на берегу, — ответил Тандзан, — а ты все еще несешь ее!

## **ОБ УСТАНОВКАХ И ВОСПРИЯТИИ ЧЕЛОВЕКА**

*Предрасположенность человека определенным образом воспринимать что-либо и действовать каким-то типичным способом связана с его установками. Установки позволяют человеку «экономить» время, так как, выработав однажды какой-либо способ оценки и поведения в подобных ситуациях, в будущем можно прибегнуть к этому опыту и действовать «не напрягаясь», чтобы выбрать тот путь, при помощи которого можно разрешить возникшие вопросы. Но, к сожалению, в основе некоторых наших проблем лежат сами установки, которые притупляют наше восприятие, делая его пристрастным и предвзятым, что лишает нас непосредственности, искренности и истины в познании самих себя и окружающего мира.*

### **ЖИЗНЬ ПРОСВЕТЛЁННОГО**

Как-то у Бодхидхармы спросили: «Какова разница между жизнью великого мудреца и обыденной жизнью заурядного человека?»

Бодхидхарма ответил: «Это подобно осенней паутине. Некоторые ошибочно принимают ее за пар, но в действительности это паутина, парящая в воздухе. Средний человек видит мудреца и считает его жизнь столь же обычной, как и свою собственную, в то время как просветленный человек видит нечто святое в жизни среднего человека».

### **ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ**

Восточная притча

В стеблях травы жили крошечные букашки. Старшие из них учили младших:

— Посмотрите на этого тигра, который лежит неподалеку. Это добрейшее существо, он никогда не делал нам ничего плохого. А вот баран — злейший хищник: приди он сюда сейчас — сожрал бы нас вместе с травой, на которой мы живем. Но тигр не только добр, но и справедлив — когда-нибудь он отомстит за нас.

### **ПОЧЕМУ ТАК РЕДКО ПРИХОДИШЬ?**

— Почему ты так редко приходишь? — спросили у Насреддина.

— Потому что слова «Отчего тебя так долго не было?» более приятны для моих ушей, нежели «Зачем ты снова здесь?» — ответил Насреддин.

### **КОШЕЛЕК С ДЕНЬГАМИ**

Даосская притча

Один крестьянин заметил исчезновение своего кошелька с деньгами. Обыскав весь дом, он не нашел кошелек и пришел к выводу, что его украли. Перебирая в памяти всех, кто приходил к нему в дом в последнее время, крестьянин решил, что знает вора: это был соседский сын. Мальчик заходил к нему как раз накануне исчезновения кошелька, и никто другой не мог бы совершить кражу.

Встретив мальчика в следующий раз, крестьянин заметил в его поведении много подтверждений своим подозрениям. Соседский сын явно смущался его, прятал глаза и вообще имел вид нашкодившего кота. Словом, каждый жест, каждое движение выдавали в нем вора.

Но у крестьянина не было никаких прямых улик, и он не знал, что делать. Каждый раз, когда он встречался с мальчиком, тот выглядел все более виноватым, а крестьянин злился все сильнее. Наконец он так разгневался, что решил пойти к отцу воришки и предъявить ему формальное обвинение. И тут жена позвала его:

— Посмотри, что я нашла за кроватью, — сказала она и подала ему пропавший кошелек с деньгами.

На другой день крестьянин снова посмотрел на сына своего соседа: ни жестом, ни движением не походил он на вора.

## **ОСЕЛ И ВЕРБЛЮД**

Осел однажды увидел верблюда и спросил его:

— Почему у тебя такое уродливое горбатое тело?

— Мнение создается из оценки, — ответил верблюд. — Ты трактуешь ошибочно то, что создало меня таким. Сознаешь ли ты это? Не считай мой горб недостатком. Я создан таким по причине и для определенной цели. Лук должен быть согнутым, а тетива прямой. А ослиное восприятие — от ослиной природы!

## ЧЕЛОВЕК СРЕДИ ДРУГИХ

### **НЕ ЖЕЛАЙ И НЕ ДЕЛАЙ ПЛОХОГО ДРУГИМ**

Проявляй уважение к достойному уважения, потому что он того заслуживает. Проявляй уважение к жаждущему уважения, потому что это совсем не сложно. Проявляй уважение к недостойному уважения, потому что в каждом есть что-то достойное уважения.  
*Шоу-Дао*

*В отношении к другим людям, особенно к тем, с кем нас не связывают родственные или дружественные узы, проявляется наша духовная суть. Особым индикатором зрелости является наше поведение в ситуации, когда нас кто-то обидел, сделал нам плохо. В этом случае, как правило, сразу проявляется наше недовольство и желание ответить обидчику. Однако мы можем занимать и другую, более мудрую позицию. Она основывается на осознании того, что никто не в силах оскорбить и расстроить нас, если мы сами этого не захотим. «Страшно не то, что вас обманул и или обокрали, — говорил Конфуций, — страшно, если вы постоянно помните об этом».*

*Быть терпимым к другому в любых ситуациях, сохраняя внутреннее спокойствие, находясь в гармонии с самим собой и окружающим миром — вот та основа, то главное правило, которое подсказывает нам жизненный опыт. Так, В. Шекспир писал: «Не растапливайте печь для своих недругов слишком сильно, иначе вы сгорите в ней сами». И в одной из практических рекомендаций также выражена эта идея: «Если эгоистичные люди хотят воспользоваться вами, вычеркните их из своей жизни, но не пытайтесь расквитаться с ними. желая отомстить кому-либо, вы, прежде всего, наносите вред себе, а не своему врагу».*

*Не «запускать» в действие негативные отношения к другому человеку помогает позиция заинтересованного исследователя. Благодаря этому, можно прийти к выводу, что «ни одного человека не следует хвалить или осуждать за совершенные им поступки, потому что все мы, так или иначе, подвержены влиянию условий, обстоятельств, окружающей среды, образования, усвоенных привычек и наследственных черт. Именно эти факторы формируют человека и делают его таким, какой он есть...» (Линкольн.) Такой подход позволяет быть не осуждающим, а понимающим.*

### **СЕМЯ И ПЛОД**

Крестьянин сажает два семени в одну и ту же почву. Одно семя - семя сахарного тростника, другое — семя нима, тропического дерева с древесиной и листьями очень горького вкуса. Два семени в одной и той же почве получают одну и ту же воду, тот же солнечный свет, тот же воздух; природа дает им одно и то же питание. Два крошечных ростка выходят наружу и начинают расти. В конечном итоге семя нима развилось в растение с горечью в каждой жилке, тогда как каждая жилка сахарного тростника оказывается сладкой.

Какова причина, таков результат. Каково семя, таков будет и плод. Каков поступок, таков будет итог.

Нельзя сказать, что природа добра к одному растению и сурова к другому. Она только помогает проявлению заложенных в различные семена качеств. Семя сахарного тростника обладает качеством сладости, поэтому растение не будет обладать ничем иным, кроме сладости. Семя нима обладает качеством горечи, и растение не будет обладать иными свойствами. Каково семя, таков будет и плод.

Часто наши трудности в жизни состоят в том, что мы остаемся невнимательными и в гневе или злобе сажаем семена нима. А когда наступает время сбора плодов, мы вдруг спохватываемся, что нам хочется сладких плодов манго. К сожалению, не помогут никакие слезы и молитвы. Если хотите получать добро — сейте добро.

## **ЯМА**

Притча от С. Шепеля

Однажды пастух обидел одного человека, а тот затаил на него злобу и решил отомстить ему. Он знал, что тот пасет животных в отдаленном месте, где почти никто не ходит, и решил воспользоваться этим и выкопать ему глубокую яму, чтобы тот упал в нее. Поздней ночью он начал копать. Когда он копал, то представлял себе, как его обидчик попадет в нее и, может быть, что-нибудь сломает себе или умрет в ней, не имея возможности вылезти оттуда. Или, по крайней мере, в яму упадет его корова, овца, или, на худой конец, коза. Долго и упорно он копал, мечтая о мести, что не заметил, как яма становилась все глубже и глубже. Но вот забрезжил рассвет, и он очнулся от своих мыслей. И каково было его удивление, когда он увидел, что за это время он выкопал такую глубокую яму, что сам уже не сможет вылезти из нее.

Поэтому прежде чем даже мысленно рыть яму другому, вспомни: для того чтобы вырыть ее, тебе самому придется в ней оказаться, ибо первым в ней оказывается тот, кто ее роет. И прежде чем запачкать кого-то грязью, сначала тебе придется выпачкать свои руки.

## **ДЕРЕВЯННАЯ КОРМУШКА**

Христианская притча

Когда-то жил очень старый человек. Глаза его ослепли, слух притупился, колени дрожали. Он почти не мог держать в руках ложку и во время еды часто проливал на скатерть суп, а иногда кое-что из пищи выпадало у него изо рта. Сын и его жена с отвращением смотрели на старика и стали во время еды сажать его в угол за печку, а еду подавали ему в старом блюдечке. Оттуда он печально смотрел на стол, и глаза его становились влажными. Однажды руки его так тряслись, что он не смог удержать блюдечко с едой. Оно упало на пол и разбилось. Молодая хозяйка стала ругать старика, но он не сказал ни слова, а только тяжело вздохнул. Тогда ему купили деревянную миску. Теперь он должен был есть из нее.

Как-то раз, когда родители сидели за столом, в комнату вошел их четырехлетний сын с куском дерева в руках.

— Что ты хочешь сделать? — спросил отец.

— Деревянную кормушку, — ответил малыш. — Из нее папа с мамой будут кушать, когда я вырасту.

## **ФОНАРЬ ДЛЯ СЛЕПОГО**

Дзенская притча

В давние времена в Японии пользовались фонарями из бамбука и бумаги со свечой внутри. Как-то слепому, побывавшему в гостях у друга, предложили такой фонарь, чтобы он шел с ним домой.

— Мне фонарь не нужен, — сказал слепой, — свет и темнота для меня равны.

— Я знаю, что тебе не нужен фонарь, чтобы различать дорогу, — ответил ему друг. — Но если ты пойдешь без фонаря, то кто-то другой может на тебя налететь. Так что возьми его. Позаботившись о других, ты позаботишься и о себе.

## **О ГВОЗДЯХ**

Восточная притча

Жил-был один очень вспыльчивый и несдержанный молодой человек. И вот однажды его отец дал ему мешочек с гвоздями и наказал каждый раз, когда он не сдержит своего гнева, вбивать один гвоздь в столб забора.

В первый день в столбе было несколько десятков гвоздей. На другой неделе он научился одерживать свой гнев, и с каждым днем число забиваемых в столб гвоздей стало уменьшаться. Юноша понял, что легче контролировать свой темперамент, чем вбивать гвозди.

Наконец пришел день, когда он ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему отцу и тот сказал, что на сей раз каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он может вытащить из столба по одному гвоздю.

Шло время, и пришел день, когда он мог сообщить отцу о том, что в столбе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвел к забору:

— Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в столбе дыр? Он уже никогда не будет таким, как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остается такой же шрам, как и эти дыры. И не важно, сколько раз после этого ты извинишься — шрам останется.

## **НАСТОЯЩИЙ РАЙ**

Притча от П. Козльо

Как-то раз шли по дороге человек, конь и собака. Когда проходили они мимо огромного дерева, попала в него молния и испепелила всех троих. Однако человек не сразу понял, что уже покинул этот мир, и продолжал путь вместе с конем и собакой.

Путь был долог и шел в гору, солнце пекло нещадно, и все трое измучились от жары и жажды. И вот за поворотом открылся им величественный мраморный портал, а за ним — площадь, вымощенная чистым золотом. Посередине бил фонтан холодной и чистой воды. Путник направился к стражу, охранявшему вход.

— Здравствуй.

— Здравствуй.

— Как называется это прекрасное место?

— Это — рай.

— Как славно, что мы добрались до рая, нам очень хочется пить.

— Можешь войти и пить, сколько захочешь.

— Но мой конь и собака тоже страдают от жажды.

— Очень сожалею, — ответил страж. — Но животным сюда нельзя. Путник огорчился, потому что жажда мучила его нестерпимо,

но в одиночку пить не стал, а поблагодарил стража и пошел дальше. Долго шагали они вверх по склону, но вот, наконец, увидели поселение, обнесенное ветхой деревянной оградой. В тени стоял какой-то человек.

— Здравствуй, — поздоровался путник. — Я, мой конь и моя собака умираем от жажды — Вон за теми камнями есть источник.

Путник, конь и собака пошли к источнику и утопили жажду. Потом путник вернулся, чтобы поблагодарить.

— Приходите, всегда будем вам рады, — отвечал тот.

— А не скажешь ли, как называется это место?

— Рай.

— Рай? А страж у мраморного портала сказал нам, что рай там.

— Нет, там не рай. Там — ад.

— Отчего же вы не запретите им называться чужим именем? — растерялся от неожиданности путник. — Эти ложные сведения могут вызвать страшную путаницу!

— Ничуть не бывало. У них остаются все те, кто оказывается способен предать лучших друзей.

## **ВОР, СТАВШИЙ УЧЕНИКОМ**

Японская притча

Однажды вечером, когда Ситиро Кодзюн читал сутры, вошел вор с острым мечом и стал требовать или деньги, или жизнь.

— Не мешай мне, можешь взять немного денег в этом ящике, — сказал Ситиро и продолжил свое чтение. Через некоторое время он остановился и сказал:

— Не забирай все. Мне нужно немного денег, чтобы заплатить завтра налоги.

Незванный гость забрал большую часть денег и собрался уходить.

— Когда тебе делают подарок, надо благодарить, — добавил Ситиро. Человек поблагодарил и ушел. Однако через несколько дней его поймали, и среди прочих он сознался в преступлении против Ситиро. Когда Ситиро позвали как свидетеля, он сказал:

— Этот человек не вор, по крайней мере, в отношении меня. Я дал ему денег, и он поблагодарил меня за них.

После того как закончился тюремный срок, человек пришел к Ситиро и стал его учеником.

## **СУД**

Притча от П. Козльо

Один из монахов монастыря в Сиете совершил серьезную ошибку, и для суда над ним братья позвали самого мудрого отшельника.

Мудрый отшельник не хотел приходить, но братья были такими настойчивым, что он согласился. Но все же прежде, чем отправиться, он взял ведро и сделал в его днище несколько дырок. Затем он наполнил ведро песком и пошел в монастырь.

Отец-настоятель, обратив внимание на ведро, спросил, для чего это было сделано.

— Я пришел судить другого, — сказал отшельник. — Мои грехи бегут за мной, как и этот песок в ведре. Но поскольку я не смотрю назад, и не могу видеть свои собственные грехи, то я не способен судить и других.

Монахи решили немедленно отменить суд.

## **ЛЮБОВЬ И СОСТРАДАНИЕ**

Однажды человек пришел к Будде и плюнул ему в лицо. Будда вытер лицо и спросил:

— Это все или ты хочешь чего-нибудь еще:

Ананда все видел и, естественно, пришел в ярость. Он вскочил и, кипя злостью, воскликнул:

— Учитель, только позволь мне, и я покажу ему! Его нужно наказать!

— Ананда, ты стал саньясином, но постоянно забываешь об этом, ответил Будда. — Этот бедняга и так слишком много страдал. Ты только посмотри на его лицо, на его глаза, налитые кровью! Наверняка он не спал всю ночь и терзался, прежде чем решиться на такой поступок. Плевок в меня — это исход этого безумия и его жизни. Но может стать и освобождением. Будь сострадательным к нему. Ты можешь убить его и стать таким же безумным, как и он!

Человек слушал этот диалог. Он был смущен и озадачен. Он хотел оскорбить и унижить Будду, но почему-то униженным почувствовал себя. Любовь и сострадание, проявленные Буддой, были для него полной неожиданностью.

— Пойди домой и отдохни, — сказал Будда. — Ты плохо выглядишь. Ты уже достаточно наказал себя. Забудь об этом происшествии и не беспокойся, оно не причинило мне вреда. Это тело состоит из пыли и рано или поздно вновь превратиться в пыль, и по нему будут ходить люди.

Человек устало поднялся и ушел, скрывая слезы. Вечером он пришел обратно и припал к ногам Будды и сказал:

— Прости меня!

— Нет вопроса о том, чтобы я прощал тебя, потому что я не был Рассержен, — ответил Будда. — Я тебя не осудил. Но я счастлив видеть, что ты пришел в себя и что для тебя прекратился тот ад, в котором ты пребывал. Иди с миром и никогда больше не погружайся в такое состояние!



## **НЕВОЗМОЖНО УГОДИТЬ ВСЕМ**

*Есть мнение, что жить в обществе и быть независимым от общества нельзя. Действительно, мы живем в мире среди других людей, и потому мы зависим друг от друга. Поэтому мы должны учитывать те нравственные нормы, которые помогают людям успешно сосуществовать. Однако в этом деле важно не дойти до крайности. Многие из нас, движимые страхом оказаться в одиночестве, потерять одобрение, любовь близких, стремятся, во что бы то ни стало им соответствовать. На первый взгляд — благородное стремление, но за него человек часто платит высокую цену. Ориентируясь на других людей, стремясь заслужить их одобрение, человек привыкает недоверчиво относиться к собственным ощущениям, желаниям и чувствам, «предавая мудрость своего организма» (К. Роджерс). Чем дальше, тем больше человек удаляется от своего собственного «Я», своего истинного предназначения. В результате — неудовлетворенность жизнью, депрессия, апатия и т. д. Нам представляется оптимальной позиция, когда человек в своих действиях прислушивается, в первую очередь, к своему сердцу, реализует свои ценности, но учитывает интересы других людей, не нанося им никакого ущерба.*

### **ОСЛИК**

Восточная притча

Как-то раз отец со своим сыном и осликом в полуденную жару путешествовали по пыльным улицам города. Отец сидел верхом на осле, а сын вел его за уздечку.

— Бедный мальчик, — сказал прохожий, — его маленькие ножки едва успевают за ослом. Как ты можешь лениво восседать на осле, когда видишь, что мальчишка совсем выбился из сил?

Отец принял его слова близко к сердцу. Когда они завернули за угол, он слез с осла и велел сыну сесть на него.

Очень скоро повстречался им другой человек. Громким голосом он сказал:

— Как не стыдно! Малый сидит верхом на ослике, как султан, а его бедный старый отец бежит следом.

Мальчик очень огорчился от этих слов и попросил отца сесть на ослика позади него.

- Люди добрые, видали вы где-либо подобное? — заголосила женщина под чадрой. — Так мучить животное! У бедного ослика уже повис хребет, а старый и молодой бездельники восседают на нем, будто он диван, о несчастное существо!

Не говоря ни слова, отец и сын, посрамленные, слезли с осла. Едва они сделали несколько шагов, как встретившийся им человек стал насмехаться над ними:

- Чего это ваш осел ничего не делает, не приносит никакой пользы и даже не везет кого-нибудь из вас на себе?

Отец сунул ослику полную пригоршню соломы и положил руку на плечо сына.

- Что бы мы ни делали, — сказал он, — обязательно найдется

Кто-то, кто с нами будет не согласен. Я думаю, мы сами должны решать, как нам путешествовать.

### **ВОЛК И ОВЦА**

Греческая притча

Овца, спасаясь от волка, вбежала в ограду храма.

— Если ты не выйдешь, — сказал волк, — жрец тебя схватит и зарежет в жертву.

— Мне все равно, — сказала овца, — жрец ли меня зарежет или ты меня съешь.

— Друг мой, — отвечал волк, — мне горько слышать, как ты рассматриваешь такой важный вопрос с такой узко личной точки зрения. Мне это не все равно!

## **ВСЕ МЫ РАЗНЫЕ...**

Мы, как со странами,  
встречаемся с людьми.  
Обычаи иные и законы,  
Иные воспрятья и каноны,  
Иные представленья о любви.  
Мы, как со странами,  
встречаемся с людьми,  
Вступая в эти страны с изумлением,  
Мешаясь, поколение с поколением  
Срастаемся в одно — мы и они...  
А. Богословский

*Изучая природу человека, мыслители часто объединяют людей в какие-то группы по определенному признаку. Так появились теории темперамента, акцентуаций характера и др. В какой-то мере это оправдано и объяснимо: отождествление себя с какой-то группой позволяет нам понять некоторые особенности своего внутреннего мира. Но человек — одновременно частица всеобъемлющего мира, и в то же время он сам является отдельным миром. Поэтому правы те, кто считает, что знакомство с теми или иными теориями — весьма полезное занятие, однако, встретив конкретного человека, надо забыть их и общаться с ним как с уникальной и неповторимой личностью. Все попытки подвести человека к каким-то параметрам, нормам, стандартам суживает наше сознание, делает нас ограниченными и не позволяет понять, увидеть богатство и многогранность внутреннего мира ДРУГОГО.*

## **ПРОБЛЕМА СРАВНЕНИЯ**

Однажды ученик спросил у Ле-цзы:

— Почему одни люди красивы, а другие безобразны, одни умны, а другие глупы? Почему существует такое противоречие? И не говорите мне о кармах, сансаре и о том, что все это из-за прошлых жизней. Как появилась разница с самого начала, когда прошлого еще не было?

Мастер повел его в сад и сказал:

— Вот это дерево большое, а это — маленькое. Я часто раньше сидел под этими деревьями и думал, почему так? Но когда я отбросил ум, то исчез и сам вопрос. Сейчас я просто знаю, что это дерево большое, а это — маленькое. Нет никакой проблемы!

## **СРАВНЕНИЕ**

Один самурай, очень гордый воин, пришел однажды к дзэнскому мастеру. Это был очень знаменитый самурай, но, посмотрев на мастера, увидев его красоту, ощутив благодать момента, он внезапно почувствовал себя ничтожным.

— Почему я чувствую себя ничтожным? — спросил самурай Мастера. — Всего лишь миг назад все было в порядке. Но как только я вошел в твой двор, я почувствовал себя ничтожеством. Такого раньше никогда не было. Я много раз встречался со смертью и ни разу не чувствовал страха. Почему я беспокоюсь сейчас?

— Подожди, — сказал Мастер. — Когда все уйдут, я отвечу. Весь день к Мастеру постоянно приходили люди, и самурай все

больше уставал ждать. К вечеру комната опустела, и самурай спросил: «Сейчас ты можешь мне ответить?»

Мастер предложил выйти наружу. Была лунная ночь, луна только что взошла. И он сказал:

— Посмотри на те деревья: вон то, поднявшееся высоко в небо, и то, маленькое, рядом с ним. Вот уже много лет они растут у меня под окном, и никогда не было никаких проблем. Маленькое дерево ни разу не сказала большому: «Почему я чувствую себя ничтожным рядом с тобой?»

— Это дерево маленькое, а то — большое, почему я никогда не слышал ни звука об этом? — спросил Мастер.

— Потому что они не умеют сравнивать, — ответил самурай.

— В таком случае у тебя нет нужды спрашивать меня, — сказал Мастер. — Ты знаешь ответ.

### **ОБЕЗЬЯНА И РЫБА**

Притча от Д. Адамса

Случилось как-то раз большое наводнение, и застигло оно обезьяну и рыбу.

Обезьяна, создание проворное и опытное, ухитрилась вскарабкаться на дерево и ускользнула от бушующих вод. Посмотрев со своего безопасного места вниз, она увидела, как отчаянно несчастная рыба борется со стремительным потоком.

С самыми добрыми намерениями обезьяна наклонилась и вынула рыбу из воды. Результат был печален.

### **КРАШЕ ТА, КОТОРАЯ НРАВИТСЯ**

Аварская притча

Давным-давно страшный, огромный дракон-аждаха захватил единственный в Аварии источник. Люди остались без воды. Женщины плакали, дети стонали от жажды. Самые смелые и сильные джигиты набрасывались на чудовище с саблями в руках, но он всех сметал ударами длинного хвоста. Аждаха построил у источника громадный красивый дворец. Огородил его частоколом и насаживал на него головы убитых.

Люди были в отчаянии. Кто же победит страшного дракона?

В то время родился у бедной вдовы сын. Он ходил пить воду из источника по ночам. И набирался небывалой силы, смелости и удали. Видел он, как безобразничал у источника аждаха, и возненавидел его. И поклялся перед всем народом освободить от чудовища страну.

Мать, родственники, соседи и друзья долго отговаривали его:

— Ты только вырос. Еще молод. Погибнешь во цвете лет. Пожалей себя!

Но юноша сел на коня и отправился сразиться с чудовищем. Аждаха уже издали почуял его и заревел страшным голосом:

— Это кто осмелился приблизиться к источнику?!

— Я хочу сразиться с тобой, чудовище окаянное! — гордо ответил юноша.

Аждаха загоготал:

— Безумный! Разве тебе не известно, что я не сражаюсь оружием? Ты должен знать, что нет в мире никого, равного мне по силе. Всем своим противникам я задаю только один вопрос. Если он не сможет ответить на него правильно, то я убиваю его одним ударом своего огромного хвоста! А если ты ответишь правильно, то я тут же сам и погибну!

— Хорошо! Я согласен! — отвечает юноша. — Задавай вопрос!

Аждаха громко зарычал, и в окне его дворца показались две женщины. Одна — невероятно ослепительная красавица, другая — обыкновенная простая женщина.

— Которая из них краше? — спросил аждаха. Юноша посмотрел на женщин и ответил:

— Краше та, которая тебе больше нравится!

— Ты прав! — прохрипел аждаха и испустил дух. Так Авария была избавлена от чудовища.

### **СКОЛЬКО МУДРЕЦОВ — СТОЛЬКО И МНЕНИЙ**

Шесть слепых индийских мудрецов пытались определить, что есть слон. Каждый из них предварительно ощупал слона. Один ощупывал его бок и решил, что слон — это что-то вроде огромной стены. Другому достался бивень, после чего он заключил, что слон — это что-то вроде копья. Третий слепой старец, держа в руках хобот слона, сказал, что слон похож на змею. Четвертый, ощупывая ногу, предположил, что слон очень похож на дерево. Пятый мудрец, которому досталось ухо, утверждал, что слон очень похож на веер. Шестой, ощупав хвост, считал, что слон — это что-то вроде веревки.

## ШКОЛА ЗВЕРЕЙ

Притча в изложении Ошо

Однажды звери в лесу собрались и решили открыть школу. Среди них были кролик, птица, белка, рыба и угорь, и они сформировали совет директоров. Кролик настаивал, чтобы в программу занятий вошел бег. Птица настаивала, чтобы в программу занятий вошло летание. Рыба настаивала, чтобы в программу входило плавание, а белка говорила, что абсолютно необходимо внести вертикальное лазанье по деревьям. Они объединили все эти вещи и составили расписание занятий. Потом они решили, что все животные должны изучать предметы, введенные ими в программу занятий.

Хотя кролик и получал пятерки по бегу, с вертикальным лазаньем по деревьям у него были трудности. Он постоянно падал на спину. Довольно скоро он получил серьезную травму и бегать больше не мог. Оказалось, что вместо пятерки по бегу, он получает тройку, а по вертикальному лазанью, конечно, — всегда единицу.

Птица очень хорошо летала, но когда ей пришлось рыть норы в земле, она не могла делать этого хорошо. Она постоянно ломала клюв и крылья. Очень скоро она стала получать тройки по летанию, единицы по норкопанию и испытывала адские трудности в вертикальном лазанье.

В конце концов, первым по успеваемости животным в классе оказался умственно отсталый угорь, который делал все наполовину. Но учредители были довольны, потому что каждый изучал все предметы, и это называлось «широким общим образованием».

## **ЖИТЬ ТОЛЬКО ДЛЯ СЕБЯ — ВОВСЕ НЕ ЖИТЬ**

Настоящее счастье невозможно, если ты замыкаешься в узком мире личного благополучия.

*Б. И. Додонов*

*Ради чего человек что-либо делает и вообще живет? Ответ на этот вопрос должен найти каждый из нас сам, исходя из своих ценностных ориентиров. Но опыт многих людей убедительно показывает, что полноценная жизнь и самореализация невозможна без выхода за пределы своего «эго», без созидания и служения другим людям. Психолог С. Л. Рубинштейн в своей работе «Человек и мир» написал: «Смысл человеческой жизни — быть источником света и тепла для других людей. Быть сознанием Вселенной и совестью человечества. Быть центром превращения стихийных сил в силы сознательные. Быть преобразователем жизни, выкорчевывать из нее всякую скверну и непрерывно совершенствовать жизнь».*

## **ДЕРЕВО, ВИШЕНКА И ВОРОНА**

Притча от Е. Виноградова

У дороги стояло Дерево. Каждый год, когда наступала пора, оно зеленело, потом одевалось белым цветом и благоухало, и, наконец, приносило плоды. Отяжелевшие ветви свешивались через забор почти до самой земли, и люди, идущие мимо, с удовольствием угощались его вишнями. Особенно этому радовались дети. Старый Хозяин был совсем не против, — он, как и Дерево, давно понял, что самое главное в жизни — это научиться отдавать, и отдавать радостно. А люди, проходя, обрывали вишни, даже не совсем спелые, кто-то благодарно и восхищенно, а кто-то бездумно и равнодушно, но вишни, умирая, были счастливы тем, что в них нуждаются и радуются их сочному вкусу.

Наверху, в самой гуще ветвей и листьев, росла Вишенка. Она первой встречала лучи восходящего солнца, и последней провожала их. Наверное, поэтому она была намного крупнее и привлекательнее своих нижних собратьев. Иногда она любила помечтать и думала: «Если уж тем, которые внизу, так радуются люди, то как же я смогу осчастливить того, кто заметит и выберет меня!» Так она ждала и размышляла о своем высоком предназначении.

Но время шло, а все оставалось по-прежнему. Из нижних давно уже никого не осталось, уже и листья начали опадать. Вишенку теперь можно было легко заметить, но люди перестали всматриваться вверх, отыскивая спелые вишни, ведь пора плодоношения давно миновала. Даже птицы, пролетая, не задерживались. И они знали, что время плодов прошло. Когда-то нежная и тонкая кожица Вишенки стала морщинистой и дряблой, мякоть высохла, а сама Вишенка съежилась, почернела и ни о чем больше не мечтала.

Но вот однажды, морозным, зимним утром на ветку, где была вишенка, села Черная Ворона. Она давно жила на свете и хорошо знала и Дерево, и Хозяина, и то, что когда голодно и холодно, на деревьях в саду можно найти старые вишни, высохшие от своего высокого одиночества. Заметив Вишенку и нацеливаясь клювом, Мерная Ворона удовлетворенно воскликнула: «Кар-р!» Но Вишенка ничего уже не почувствовала.

## **ДВЕ СВЕЧИ**

Притча Н. Спириной

«Жаль мне тебя, — сказала незажженная свеча своей зажженной подруге. — Короток твой век. Ты все время горишь и скоро тебя не станет. Я много счастливее тебя. Я не горю, и, следовательно, не таю; лежу спокойно на боку и проживу очень долго. Твои же дни сочтены».

Отвечала горящая свеча: «Я нисколько не жалею об этом. Моя жизнь прекрасна и полна значения. Я горю, и воск мой тает, но от моего огня зажигается множество других свечей, и мой огонь от этого не убывает. И когда воск и фитиль сгорят, то огонь мой — душа свечи — соединится с огнем пространства, частицей которого он являлся, и я снова вольюсь в свой великолепный и сияющий огненный дом. А здесь я светом своим разгоняю мрак ночи; радую глаз ребенка на праздничной елке; оздоравливаю воздух у постели больного, ибо возбудители

болезней не выносят живого огня; возношусь символом молитвенного устремления перед священными изображениями. Разве короткая жизнь моя не прекрасна?! И мне жаль тебя, незажженная моя сестра. Жалка твоя участь. Ты не выполнила своего назначения; и где душа твоя — огонь? Да, ты пролежишь в сохранности долгие годы, но кому ты нужна такая, и какая радость и польза от тебя?

Право, "лучше гореть, нежели почивать", потому что в горении жизнь, а в спячке — смерть. И ты жалеешь меня, что я скоро сгорю и перестану жить, но ты в моем сохранном бездействии и не начинала существовать и так и умрешь, не начав. А жизнь пройдет мимо».

Так говорили две свечи.

## **ЧТОБЫ ПЛОДЫ МОГЛИ ПОЖИНАТЬ НАШИ ВНУКИ**

Индийская притча

Царь Ановширван, которого народ называл также Справедливым, однажды отправился в паломничество по стране. На освещенном солнцем склоне горы он увидел сгорбившегося над работой почтенного старого человека. В сопровождении своих придворных царь подошел к нему и увидел, что старик сажает маленькие, не больше года, саженцы. «Что же ты делаешь?» — спросил царь. «Я сажаю ореховые деревья», — ответил старик. Царь удивился: "Ведь ты уже так стар. Зачем тебе саженцы, листву которых ты не увидишь, в тени которых не будешь отдыхать и не вкусишь их плодов?" Старик взглянул на него и ответил: «Те, кто был до нас, сажали, а мы пожинали плоды. Теперь мы сажаем, чтобы те, кто будет после нас, тоже могли бы пожинать плоды».

## **ЗАВЕЩАНИЕ**

Восточная притча

Один старик был при смерти. Он позвал своего сына и сказал ему:

— Теперь я должен открыть тебе свой секрет, ибо смерть моя уже близка. Всегда помни две вещи — благодаря им, я добился успеха. Во-первых, когда бы ты что-то ни пообещал, сдержи данное слово. Чего бы это ни стоило, будь честен и выполни обещание. Это было моим принципом, на этом я основывал все свои дела, и поэтому я добился успеха. И второе — никогда никому ничего не обещаю.

## **ЗИМНЯЯ ПРИТЧА**

Жили-были два соседа. Пришла зимушка-зима, выпал снег. Первый сосед ранним утром вышел с лопатой разгрести снег перед домом. Пока расчищал дорожку, посмотрел, как там дела у соседа. А у соседа — аккуратно утоптанная дорожка.

На следующее утро опять выпал снег. Первый сосед встал на полчаса раньше, принялся за работу, глядит — а у соседа уже дорожка проложена.

На третий день снегу намело — по колено. Встал еще раньше первый сосед, вышел наводить порядок... А у соседа — дорожка уже ровная, прямая — просто загляденье!

В тот же день встретились они на улице, поговорили о том, о сем, тут первый сосед невзначай и спрашивает:

— Послушай, сосед, а когда ты успеваешь снег перед домом убирать?

Второй сосед удивился сначала, а потом засмеялся:

— Да я его никогда не убираю, это ко мне друзья ходят!

## **НЕСИТЕ МОЮ ЛЮБОВЬ**

Ученик Будды собрался идти распространять учение в очень беспокойное место, куда никто еще не ходил. Узнав об этом, Будда спросил его:

— Перед тем как решить окончательно, ответь мне на три вопроса. Ты знаешь, что люди той области очень жестоки и легко раздражаются. Поэтому никто из моих учеников туда не ходил. Первый вопрос: если тебя оскорбят, а они это сделают, что случится в твоём сердце, и как ты отреагируешь?

Ученик ответил:

— Ты знаешь совершенно ясно, что случится в моем сердце, потому что ты знаешь мое сердце! Но я отвечу: если они оскорбят меня, то глубоко в моем сердце я все равно буду чувствовать благодарность к ним за то, что они лишь оскорбили меня, а могли бы и побить.

Будда сказал:

— Хорошо. Теперь второй вопрос. Если они избыют тебя, что ты будешь чувствовать к ним?

— Ты знаешь совершенно ясно, что я буду благодарен им, потому что они только избивали меня, а могли бы и убить.

— Теперь третий вопрос, — сказал Будда. — А если они решат тебя убить, что тогда?..

— Ты знаешь совершенно ясно. Но раз ты спрашиваешь, я отвечу тебе. Если даже они решат убить меня, я буду благодарен им, потому что, возможно, они освободят меня, а возможно, это изменит и их.

— Теперь ты можешь идти, — сказал Будда. — Я за тебя спокоен. Куда бы ты ни пошел, я буду с тобой. Ты будешь излучать мою энергию, нести людям мою любовь и сострадание.

### **ВЕТЕР И ЦВЕТОК**

Ветер встретил прекрасный Цветок и влюбился в него. Пока он нежно ласкал Цветок, тот отвечал ему еще большей любовью, выраженной в цвете и аромате.

Но Ветру показалось мало этого, и он решил: «Если я дам Цветку всю свою мощь и силу, то тот одарит меня чем-то еще большим» И он дохнул на Цветок мощным дыханием своей любви. Но Цветок не вынес бурной страсти и сломался.

Ветер попытался поднять его и оживить, но не смог. Тогда он утих и задышал на Цветок нежным дыханием любви, но тот увядал на глазах. Закричал тогда Ветер:

— Я отдал тебе всю мощь своей любви, а ты сломался! Видно, не было в тебе силы любви ко мне, а значит, ты не любил!

Но Цветок ничего не ответил. Он умер.

Тот, кто любит, должен помнить, что не силой и страстью измеряют Любовь, а нежностью и трепетным отношением. Лучше десять раз сдержаться, чем один раз сломать.

### **ЩЕДРОЕ ДЕРЕВО**

Притча от Ш. Сильверстейна

Жила в лесу дикая яблоня. И любила яблоня маленького мальчика. И мальчик каждый день прибежал к яблоне, собирал падавшие с нее листья, плел из них венки, надевал его, как корону, и играл в лесного короля. Он взбирался по стволу яблони и качался на ее ветках. А потом они играли в прятки, и когда мальчик уставал, он засыпал в тени ее ветвей. И яблоня была счастлива.

Но шло время, и мальчик подрастал, и все чаще яблоня коротала дни в одиночестве.

Как-то раз пришел мальчик к яблоне. И яблоня сказала:

— Иди сюда, мальчик, покачайся на моих ветках, поешь моих яблок, поиграй со мной, и нам будет хорошо!

— Я слишком взрослый, чтобы лазить по деревьям, — ответил мальчик. — Мне хотелось бы других развлечений. Но на это нужны деньги, а разве ты можешь мне дать их?

— Я бы рада, — вздохнула яблоня, — но у меня нет денег, одни только листья и яблоки. Возьми мои яблоки и продай их в городе, тогда у тебя будут деньги. И ты будешь счастлив!

И мальчик залез на яблоню и сорвал все яблоки, и унес их с собой. И яблоня была счастлива. После этого мальчик долго не приходил, и яблоня опять загрустила. А когда однажды мальчик пришел, яблоня так и задрожала от радости.

— Иди скорей сюда, малыш! — воскликнула она. — Покачайся на моих ветках, и нам будет хорошо!

— У меня слишком много забот, чтобы лазить по деревьям, — ответил мальчик. — Мне хотелось бы иметь семью, завести детей. Но для этого нужен дом, а у меня нет дома. Ты можешь дать мне дом?

— Я бы рада, — вздохнула яблоня, — но у меня нет дома. Мой дом — мой лес. Но зато у меня есть ветки. Сруби их и построй себе дом. И ты будешь счастлив.

И мальчик срубил ее ветки и унес их с собой, и построил себе дом. И яблоня была счастлива. После этого мальчик долго-долго не приходил. А когда явился, яблоня чуть не онемела от радости.

— Иди сюда, мальчик, — прошептала она, — поиграй со мной.

— Л уже слишком стар, мне грустно и не до игр, — ответил мальчик. — Я хотел бы построить лодку и уплыть на ней далеко-далеко. Но разве ты можешь мне дать лодку?

— Спили мой ствол и сделай себе лодку, — сказала яблоня, — и ты сможешь уплыть на ней далеко-далеко. И ты будешь счастливым.

И тогда мальчик спилил ствол и сделал из него лодку. И уплыл далеко-далеко. И яблоня была счастлива. ...Хоть в это и нелегко поверить. Прошло много времени. И мальчик снова пришел к яблоне.

— Прости, мальчик, — вздохнула яблоня, — но я больше ничего не могу тебе дать. Нет у меня яблок.

— На что мне яблоки? — ответил мальчик. — У меня почти не осталось зубов.

— У меня не осталось ветвей, — сказала яблоня. — Ты не сможешь посидеть на них.

— Я слишком стар, чтобы качаться на ветках, — ответил мальчик.

— У меня не осталось ствола, — сказала яблоня. — И тебе не по чему больше взбираться вверх.

— Я слишком устал, чтобы взбираться вверх, — ответил мальчик.

— Прости, — вздохнула яблоня, — мне бы очень хотелось дать тебе хоть что-нибудь, но у меня ничего не осталось. Я теперь только старый пенек. Прости.

— А мне теперь много и не нужно, — ответил мальчик. — Мне бы теперь только тихое и спокойное место, чтобы посидеть и отдохнуть. Я очень устал.

— Ну что ж, — сказала яблоня, — старый пенек для этого как раз и годится. Иди сюда, мальчик, садись и отдыхай. Так мальчик и сделал. И яблоня была счастлива.

### КРАСАВИЦА

По дороге шла девушка, прекрасная, как фея. Она заметила, что следом за ней идет мужчина. Она обернулась и спросила: — Скажи, зачем ты идешь за мной? Мужчина ответил:

— О, повелительница моего сердца, твои чары столь неотразимы, что повелевают мне следовать за тобой. Про меня говорят, что я прекрасно играю на лютне, что посвящен в тайны искусства поэзии и что умею в сердцах женщин пробуждать муки любви. Л хочу объяснить тебе в любви, потому что ты пленила мое сердце!

Красавица молча смотрела некоторое время на него, потом сказала:

— Как ты мог влюбиться в меня? Моя младшая сестра гораздо красивее и привлекательнее меня. Она идет за мной, посмотри на нее.

Мужчина остановился, потом обернулся, но увидел только безобразную старуху в заплатанной накидке. Тогда он ускорил шаги, чтобы догнать девушку. Опустив глаза, он спросил голосом, выражающим покорность:

— Скажи мне, как ложь могла сорваться у тебя с языка? Она улыбнулась и ответила:

— Ты, мой друг, тоже не сказал мне правду, когда клялся в любви. Ты знаешь в совершенстве все правила любви и делаешь вид, что твое сердце пылает от любви ко мне. Как же ты мог обернуться, чтобы посмотреть на другую женщину?

Юноша стоял ночами под окнами прекрасной девушки и пел серенады под гитару.

— Почему ты не попросишь ее стать твоей женой? — спросил юношу его друг.

— Я уже думал об этом, но если она согласится, что я буду делать по ночам?! — ответил юноша.



## ЧЕЛОВЕК И ДЕЛО

### О ЗНАЧИМОСТИ ДЕЛА

Человек должен созидать. Он не может жить без созидания. Созидание есть песнь, его молитва, его труд.

*Н. Рерих*

Блажен тот, кто нашел свое дело; пусть он не ищет другого блаженства.

*Т. Карлейль*

*Самореализация невозможна без созидания. Как отмечал К. Ясперс, «человек становится тем, что он есть, благодаря делу, которое он делает своим». Человеку важно не просто что-то делать или трудиться только ради добывания «хлеба насущного», хотя терапевтический эффект любого труда был доказан уже давно (например, древнегреческие врачи применяли трудотерапию за 500 лет до рождения Христа). Человеку важно заниматься значимым делом, т. е. тем, что в наибольшей степени соответствует его ценностям, желаниям и задаткам. Только в этом случае труд в максимальной степени делает жизнь осмысленной и одухотворяющей.*

### РАЙСКИЙ АД

Однажды мулле Насреддину приснилось, что он был в раю. Красота вокруг! Правда, вскоре он начал ощущать голод, а вокруг никого.

— Эй! Уважаемые! Есть тут кто-нибудь? — крикнул он. Тут же к нему явился человек и сказал:

— К твоим услугам, что прикажешь — все исполню! Насреддин для начала попросил поесть, и вмиг все исполнилось.

И чего бы он ни просил — все вмиг исполнялось на самом деле! Уж он наелся, напился, отоспался! Ну, чего бы ему еще? Красивую женщину попросил, и вмиг доставили ему гурию — небесную деву. Кровать с лебяжьей периной — и была ему кровать! И вот так продолжалось несколько дней. И все было слишком хорошо, и всего было слишком много. Насреддину захотелось какого-нибудь напряжения, труда, так как за всю свою жизнь он не был без напряжения, без чего-либо, из-за чего люди переживают, печалются. Все было просто невыносимо блаженно! Тогда позвал он Исполняющего желания и сказал ему:

— Нет! Хватит! Это уже слишком! Мне бы какой-нибудь работенки. Знаешь, страшно надоело сидеть вот так с пустыми руками.

Исполняющий желания ответил:

— Я могу сделать все, кроме этого: здесь невозможна никакая работа. Да и зачем тебе работа?

— Да надоело! Понимаешь?! Надоело! Уж лучше в ад отпустите, если здесь нет никакой работы! — сказал мулла.

Исполняющий желания смеялся до изнеможения. Успокоившись, наконец, он спросил:

— А где же ты, по-твоему, находишься?!

### ТРИ ПОДХОДА К ОДНОЙ РАБОТЕ

Христианская притча

В начале XIV века в Центральной Европе проводились работы по строительству великолепного собора. Руководитель работ был монахом. И вот монах решил посмотреть, как работают каменщики. Он выбрал трех каменщиков, как представителей разных позиций, представленных в их профессии.

Подойдя к первому каменщику, он сказал:

— Брат мой, расскажи мне о твоей работе.

Каменщик оторвался от работы и ответил срывающимся голосом, полным злобы и негодования:

— Как видишь, я сижу перед каменной плитой метр в высоту, полметра в длину и ширину. И с каждым ударом резца по этому камню я чувствую, как уходит частичка моей жизни. Посмотри, мои руки натружены и покрыты мозолями. Эта работа никогда не кончится, она продолжается бесконечно, изо дня в день. Я умру задолго до того, как собор будет построен.

Монах подошел ко второму каменщику.

— Брат мой, — сказал он, — расскажи мне о своей работе.

— Брат, — ответил каменщик тихим, спокойным голосом, — как ты видишь, я сижу перед каменной плитой метр в высоту и полметра в длину и ширину. И с каждым ударом резца по камню я чувствую, что я создаю жизнь и будущее. Смотри, я смог сделать так, чтобы моя семья жила в комфортабельном доме, гораздо лучше, чем тот, где я вырос. Мои дети ходят в школу. Без сомнения, они достигнут в жизни большего, чем я. И все это стало возможным благодаря моей работе.

Монах подошел к третьему каменщику.

— Брат, — сказал он, — расскажи мне о своей работе.

— Брат, — ответил каменщик голосом, полным радости и широко улыбнувшись. — Видишь, я сижу перед каменной плитой метр в высоту и полметра в ширину и длину. И с каждым прикосновением Резца к камню я чувствую, что я высекаю свою судьбу. Посмотри, ты видишь, какие прекрасные черты проступают из камня. Сидя здесь, я не только воплощаю свое умение и свое ремесло, я делаю свой вклад в то, что ценю и во что верю. Здесь, около этого камня, я нахожусь в мире с собой, и я знаю, что, хотя я не увижу этого собора завершенным, он будет стоять еще тысячу лет, олицетворяя то, что истинно в нас, и служа цели, ради которой Всемогущий послал на эту землю и меня.

Монах удалился и некоторое время размышлял над тем, что услышал. Он уснул спокойным сном, каким не спал уже давно, а на следующий день он снял с себя полномочия руководителя работ и предложил эту должность третьему каменщику.

## **МУЗЫКА ОТ ДУШИ**

Притча от П. Козльо

Подруга путешественника пошла на Бродвейское представление и во время перерыва вышла выпить чего-нибудь. Фойе было заполнено, люди курили, разговаривали и пили. Пианист играл, но никто не обращал внимания на его музыку. Подруга путешественника потягивала свой напиток и изучала музыканта. Он казался скучным — просто делал свою работу и ждал перерыва, чтобы закончить. После другого напитка, слегка опьянев, она подошла к фортепиано.

— Вы, как боль в шее! Почему вы не сыграете просто для себя? — воскликнула она.

Пианист был удивлен. И затем он стал играть ту музыку, которую любил. Через несколько минут фойе целиком замолчало. Когда композиция закончилась, раздались восторженные аплодисменты.

## **ДВЕ СОХИ**

Христианская притча

В кузнице отремонтировали две сохи. Они выглядели одинаково. Одна из них осталась стоять в углу сарая. Ее жизнь была легче, чем жизнь другой сохи, которую крестьянин на следующее утро погрузил на телегу и привез на поле. Там она стала красивой и блестящей. Когда обе сохи вновь встретились в сарае, они с удивлением посмотрели друг на друга. Соха, которую не употребляли в дело, была покрыта ржавчиной. С завистью она смотрела на блестящую подругу:

— Скажи, как ты стала такой красивой? Ведь мне так хорошо было в тишине сарая стоять в своем углу.

— Это безделье тебя изувечило, а я стала красивой от труда.

## **БОГУ ДОВЕРЯЙ, НО И САМ НЕ ПЛОШАЙ**

Если я хочу стать тем, чем я могу, мне надо делать то, что я должен. Если я хочу стать самим собой, я должен выполнять личные и конкретные задачи и требования.

*В. Франкл*

*Зрелости личности во многом проявляется в ее способности быть ответственной в различных жизненных ситуациях. Однако этот путь труден для многих и поэтому в затруднительных ситуациях мы часто надеемся на все, что угодно: на друзей, на Бога, на «авось». Это достаточно удобная позиция, но с ней человек никогда не станет ни хозяином своей жизни, ни настоящим мастером в своем деле. Именно при решении задач в той или иной деятельности это особенно очевидно. Замечено также и то, что в затруднительных ситуациях профессионал направляет свои усилия, энергию на решение проблемы, в то время как непрофессионал — на поиск оснований, причин, почему эту проблему решить невозможно. Нельзя сказать, что первый всегда найдет решение. Но он сделает все, что в его силах для выхода из сложной ситуации, и если случится «прокол», он сможет проанализировать, в чем была ошибка, и извлечет уроки на будущее.*

## **ОПЫТ ЛИСЫ**

Однажды некий человек, гуляя по лесу, увидел хромую лисицу. Его удивило, как она в таком состоянии поддерживает свое существование, и он решил понаблюдать за ней. Вскоре он увидел, как из леса появился лев с куском мяса в зубах. Он отъел немного от куска и оставил его лисице.

Человек, наблюдавший за этим, был удивлен, и заключил для себя, что если он будет вести себя так, как эта лиса, то Провидение, несомненно, поступит с ним также. Он сел на землю и стал ждать. Время шло, но с течением времени ничего не происходило, человек же становился все слабее и слабее. Но, когда он ослабел настолько, что уже не мог встать, с небес раздался голос: «Попробуй лучше быть сильным львом, а не хромой лисицей. Тогда ты сможешь и пропитать себя и обеспечить других».

## **ТРУД И РАБОТА**

Притча в изложении Ошо

Не уклоняйтесь от ответственности! Полностью отдавайтесь работе, которую вы делаете, и продолжайте делать, насколько это в человеческих возможностях. В то же время не создавайте напряжения, доверяйте и позвольте вашему занятию стать молитвой без привязки к результатам.

Мастер путешествовал с одним из своих учеников. Очень усталые они поздним вечером остановились на ночлег в караван-сараяе. В этот вечер была очередь ученика присмотреть за верблюдом, но он об этом не побеспокоился и оставил верблюда на улице. Он просто помолился Богу:

— Позаботься о верблюде, — сказал ученик и лег спать. Утром верблюда не оказалось на месте — украли или убежал.

Мастер спрашивает:

— Где же наш верблюд?

— Не знаю. Спроси Бога, — отвечает ученик. — Я попросил у него, чтобы он позаботился о верблюде. Я тоже был уставшим, так что я не знаю, что случилось. Я не виноват, так как я попросил Бога и очень вежливо! Ты ведь всегда учил меня: «Доверяй Богу», — я и доверил.

— Да, это правда, нужно доверять Богу, — сказал ему Мастер. — Но ты должен был первым позаботиться о верблюде — ведь у Бога нет других рук, кроме твоих. Верь в Аллаха, но привязывай своего верблюда на ночь. Если Бог хочет присмотреть за верблюдом, он должен пользоваться чьими-то руками. У него нет другого способа. И это твой верблюд!

Лучший способ, самый легкий и кратчайший — сделать своими руками. Ухаживай за верблюдом, а потом можешь доверять Богу. Сделай все, что ты можешь.

Так ты делаешь, что можешь, а потом что-то происходит в соответствии с твоими действиями. В этом значение заботы о верблюде: делай то, что можешь, не уваливай от ответственности, а потом, независимо от того, случится что-то или ничего не случится, доверяй Богу...

Очень просто доверять Аллаху и быть лентяем. Так же легко не доверять Аллаху и быть исполнителем. Третий путь труден — доверять Аллаху и быть исполнителем. Но тогда ты — инструмент. Бог — реальный исполнитель, ты — просто инструмент в его руках. Такая деятельность есть вид молитвы, без желания определенного результата. Это не раздвоенность. Доверие поможет остаться тебе не раздвоенным, а забота о верблюде поможет быть живым и жизнедеятельным.

### **БОГ ПОМОЖЕТ**

В деревне наводнение, а дед не хочет уезжать: «Бог мне поможет». За ним присылали грузовик, лодку, вертолет, ответ был один: "Бог мне поможет».

В раю он спрашивает Бога: «Что же ты не помог мне, я ведь так в тебя верил?!» «Чудак, — отвечает Бог, — а кто присылал тебе грузовик, лодку и вертолет?»

### **В ЛАВКЕ У БОГА**

Однажды женщине приснился сон, что за прилавком магазина стоял Господь Бог.

— Господи! Это Ты! — воскликнула она с радостью.

— Да, это Л, — ответил Бог.

— А что у Тебя можно купить? — спросила женщина.

— У меня можно купить все, — прозвучал ответ.

— В таком случае дай мне, пожалуйста, здоровья, счастья, любви, успеха и много денег.

Бог доброжелательно улыбнулся и ушел в подсобное помещение за заказанным товаром. Через некоторое время он вернулся с маленькой бумажной коробочкой.

— И это все?! — воскликнула удивленная и разочарованная женщина.

— Да, это все, — ответил Бог и добавил: — Разве ты не знала, что в моем магазине продаются только семена?

### **МУЛЛА И КОНЮХ**

Суфийская притча

Однажды мулла припел в зал, чтобы обратиться к верующим. Зал был пуст, если не считать молодого конюха, что сидел в первом ряду.

Мулла подумал про себя: «Должен я говорить или нет?» И он решился спросить у конюха: «Кроме тебя, здесь никого нет, как ты думаешь, должен я говорить или нет?» Конюх ответил: «Господин, я простой человек, я в этом ничего не понимаю. Но когда я прихожу в конюшню и вижу, что все лошади разбежались, а осталась только одна, я все равно дам ей поесть». Мулла, приняв близко к сердцу эти слова, начал свою проповедь. Он говорил больше двух часов, и, закончив, почувствовал на душе облегчение. Ему захотелось услышать подтверждение, насколько хороша была его речь. Он спросил: «Как тебе понравилась моя проповедь?» Конюх ответил: «Я уже сказал, что я простой человек и не очень-то понимаю все это. Но если я прихожу в конюшню и вижу, что все лошади разбежались, а осталась только одна, я все равно ее накормлю. Но я не дам ей весь корм, который предназначен для всех лошадей».

### **ЧЕРЕНОК ОТ ЗАСТУПА**

Тысячу лет назад в одной русской деревне жил человек. Он с детства не мог двигаться, и потому единственное, что было ему под силу, - лежать на печке. И пролежал так он около тридцати лет. Вероятно, на этой печи и закончилась бы его жизнь, если бы однажды через

деревню не проходил старей. Так случилось, что путник зашел именно в ту избу, в которой лежал и молил о смерти молодой человек.

— Дай мне воды испить, — попросил старец.

— Я не в силах помочь тебе, старец, ибо за всю свою жизнь не сделал еще ни одного шага без чьей-либо помощи, — сказал больной и заплакал.

— А давно ли ты пробовал сделать этот шаг? — спросил старец.

— Очень давно, — ответил больной. — Я уже и не помню даже, сколько лет назад.

— Бот тебе волшебный посох, обопришь на него и сходи за водой, — сказал старец и подал посох.

Больной сполз с печи, словно во сне обхватил руками посох и... встал! Он заплакал снова, но на этот раз уже от счастья.

— Как мне отблагодарить тебя и что за чудесный посох ты мне дал?! — воскликнул молодой человек.

— Этот посох — обычный черенок от заступа, который я подобрал у тебя на крыльце, — ответил старец. — В нем нет ничего волшебного. Ты смог встать, потому что поверил в посох и забыл о своей слабости. В следующий раз, когда тебе будет трудно в жизни, не бездействуй, ожидая помощи от других, а посмотри внимательнее вокруг. Рядом всегда найдется оставленный Богом для тебя «посох».

## **НЕЛЬЗЯ ПЕРЕДАТЬ ТО, ЧТО ДОЛЖНО БЫТЬ ПЕРЕЖИТО**

Идея, вычитанная или услышанная и, пожалуй, понятая как должно, но не проведенная через собственную натуру, не получившая отпечатка вашей личности, есть мертвый капитал...

**В. Г. Белинский**

Вы ничему не можете научить человека. Вы можете только помочь ему открыть это в себе.

**Г. Галилей**

*Как становятся профессионалом? У каждого человека, добившегося значимых для него результатов в своем деле, свой путь. Но таких людей объединяет то, что они увлечены своей работой, преданы ей, растворяются в ней, стремятся познавать все тонкости, новейшую информацию, связанную с ней.*

*Невозможно состояться профессионально, если человек обладает, пусть и выдающимися, но не апробированными на практике знаниями. Только то, что глубоко запало нам в душу, пережито нами, оставило свой след, будет влиять на нашу деятельность.*

## **ЛИСТЬЯ В РУКЕ**

Будда был уже очень старым и знал, что скоро ему предстоит уйти. Однажды, когда он сидел под деревом в осеннем лесу, к нему пришел Ананда и спросил:

— Скажите, много ли мы узнали из того, что знаете вы? Будда взял в руку несколько сухих листьев и спросил:

— Как ты считаешь, много ли листьев в моей руке, по сравнению со всеми листьями в этом лесу?

Ананда посмотрел на кружащиеся и шуршащие под ногами листья и сказал:

— Конечно, Учитель, листьев в лесу несравнимо больше, чем в вашей руке.

— То, что я успел возвестить вам, это лишь несколько листьев в моей руке, — сказал Будда. — Все остальное предстоит познать вам самим, дорогой мой!

— Почему же вы не сказали обо всем остальном? — грустно спросил Ананда.

— Потому что это не принесло бы вам никакой пользы, — ответил Будда. — Знание идет через проживание, через существование. Вы должны прожить жизнь. А слова — это не более чем шелест и шум шуршащих листьев.

## **СООБРАЗИТЕЛЬНЫЙ И ГЛУПЫЙ УЧЕНИКИ**

Как-то у Бодхидхармы спросили: "Кого можно назвать сообразительным учеником и кого — глупым учеником?"

Бодхидхарма ответил: «Сообразительный ученик не привязан к словам учителя, он использует собственный опыт, чтобы найти Истину. Глупый ученик рассчитывает на то, что к нему постепенно придет понимание, Благодаря накоплению слов учителя».

## **КНЯЗЬ И МАСТЕР**

Притча в изложении Ошо

Однажды князь Хуан сидел в своей лоджии и читал книгу, а колесник Пиень внизу мастерил колесо. Отложив молоток, Пиень поднялся по ступеням и обратился к князю:

— Осмелюсь спросить, что читает ваша милость?

— Слова мудрецов, — ответил князь.

— А эти мудрецы живы? — осведомился Пиень.

— Они умерли.

— Тогда, — сказал Пиень, — то, что вы читаете, мой владыка, — это только истлевшее тряпье и ошметки этих древних.

— Как смеешь ты, колесник, — закричал князь, — судить о книге, которую я читаю?! Объяснись, не то я велю казнить тебя.

(Немыслимо! Колесник приходит к князю и говорит: «Все, что ты читаешь, лишь истлевшее тряпье и ошметки этих древних».)

— Ваш покорный слуга, — ответил колесник, — смотрит на это глазами своего ремесла. Если, делая колесо, я мастерю его слишком нежно, то работать приятно, но изделие не получается прочным. Если, наоборот, я мастерю энергично, то инструмент быстро выходит из строя и части плохо подходят друг к другу. Если же движения моей руки не слишком нежны и не слишком энергичны, мысль понята моим умом. Но словами я не могу выразить, как это сделать. (Не слишком энергично и не слишком нежно — точно в середине, в равновесии.)

— Но словами я не могу сказать, — отвечает колесник, — как достигнуть этой величайшей середины между усилием и безусильностью, между делом и недеянием. Я не могу высказать это словами. Тут есть некое умение, но все же высказать его я не могу. Я знаю и все же не могу рассказать. Я не могу передать это умение даже своему сыну, и мой сын не может научиться этому от меня. Нет никакого способа научить этому и нет никакого способа этому научиться. Учить и учиться, учиться и учить возможно только внешнему, а это — внутреннее чувство. Поэтому мне уже восьмой десяток, а я все еще сам мастерю Колеса. Но эти древние, хотя и при жизни не могли передать этого, давно уже умерли, поэтому то, что вы читаете, мой повелитель, всего лишь их ошметки и остатки!

— Я вот жив, — говорит он, — я знаю это, у меня есть это умение, и все же я не могу научить, не могу передать это знание. Я жив, я знаю, я люблю своего сына, и я очень хотел бы... Я очень стар, мне уже восьмой десяток, а мне все еще приходится работать самому. Если бы мне удалось научить сына, я мог бы отдыхать. Но если я не могу передать то, что может быть лишь пережито? Даже когда мудрец жив, передать это невозможно, как же это может быть передано, когда его нет уже много веков? Вы даром теряете время, сударь, — сказал он, — все это белиберда.

## **НЕСОСТОЯВШИЙСЯ ПОЛКОВОДЕЦ**

Притча в изложении П. Коэльо

Любопытный джентльмен хотел выяснить — кто был величайшим полководцем всех времен и народов. Ему сказали, что лучший уже умер и вознесся на небо. У райских врат джентльмен обратился к апостолу Петру с просьбой помочь в розысках. Апостол указал на стоявшую поблизости душу.

— Позвольте, этого человека я знал в земной жизни. Он был сапожником.

— Верно. Но если бы он стал полководцем, то, несомненно, превзошел бы всех.

## **КРИВОЙ МОЛОЧНЫЙ ПУДИНГ**

Двое очень бедных мальчиков жили на подаяние, они побирались в разных домах города и деревни. Один из них был слепым от роду, в другой приглядывал за ним; так и ходили вместе, выпрашивая милостыню. Однажды слепой заболел. Сотоварищ сказал ему:

— Оставайся здесь и отдохни, а я пойду и попрошу еды для нас обоих и принесу тебе.

И он ушел за подаянием. В тот день случилось так, что юноше подали очень вкусную еду — кхир — индийский молочный пудинг. Он никогда раньше не пробовал такого блюда, и оно ему очень понравилось. Но, к несчастью, ему не в чем было нести этот пудинг своему другу, поэтому он съел его целиком. Вернувшись к своему слепому товарищу, юноша сказал:

— Как жаль, сегодня мне подали чудесную еду, молочный пудинг, а я не смог принести тебе даже немного.

— А что такое молочный пудинг? — спросил слепой юноша.

— Ну, он белый. Ведь молоко белое.

Слепой от рождения его товарищ так и не понял:

— Что такое «белый»?

— Ты не знаешь, что такое «белый»?

— Нет, не знаю.

— Это противоположность «черного».

— А что такое «черный»?

Он ведь не знал также, что значит «черный».

— Ох, постарайся понять — «белое»!

Но слепой юноша никак не мог понять. Поэтому друг огляделся вокруг и, увидев белого журавля, поймал птицу и принес ее слепому, сказав:

— «Белое» похоже на этого журавля.

Не обладая зрением, слепой юноша вытянул руки и ощупал птицу пальцами:

— А, теперь понимаю, что такое «белое». Оно мягкое.

— Нет, ничего общего с мягким. Белое — это белое. Постарайся понять.

— Да ведь ты сказал мне, что оно похоже на этого журавля; я ощупал его, он такой мягкий. Значит, и молочный пудинг мягкий, значит «белое» — это «мягкое».

— Нет, нет, ты не понял. Попробуй еще раз. Слепой снова ощупал журавля, провел рукой от клюва к шее, к туловищу, до конца хвоста.

— О, теперь я понял! Понимаю! Он изогнут. Молочный пудинг — кривой!

Он не мог понять того, что ему говорил товарищ, потому что не обладал способностью почувствовать, что значит «белое».

Точно так же, если вы не имеете способности ощутить реальность такой, какова она есть, реальность всегда останется для вас кривой.



## **РАЗМЫШЛЯТЬ - НЕ ЗНАЧИТ СДЕЛАТЬ**

Есть только один путь постижения — действовать.

*П. Коэльо*

Даже самая прекрасная и мощная идея бесполезна до тех пор, пока мы не решим ею воспользоваться. Самое интересное в идеях — это попробовать их на деле.

*Р. Бах*

*Одно из любимейших занятий человека — размышлять на самые разные темы. Погружаясь в свои мысли, мы что-то обдумываем, планируем, мечтаем о будущих достижениях. Однако нарисовать план в своем воображении куда проще, чем сделать хотя бы первый шаг для его реализации.*

*Одним из признаков настоящего профессионала является умение генерировать новые идеи, что позволяет наиболее эффективно решать различные проблемы, предлагать более совершенные способы действий, создавать оригинальные методы работы. Однако все это можно получить только в том случае, если от слов человек переходит к делу. Как много гениальных книг, научных изобретений и открытий не увидело свет в силу нерешительности или неспособности их обладателей к воплощению своих задумок в реальность. Что заставляет человека обрекать свои планы на бесплодность, на пустое «переливание из пустого в порожнее»? Во многом это объясняется страхом перед неудачей, недостаточной верой в себя или просто ленью. Находится даже парадоксальное оправдание своей нерешительности: «Сегодня неподходящий день для реализации намеченного, быть может, завтра...» А «завтра» становится «сегодня», и история повторяется... Так человек теряет драгоценное время, предназначенное для реализации его мечты. Ведь «вчера» тоже когда-то было «завтра».*

## **ПРЕГРАДА**

Притча от Дао Йа

Выйдя из пустыни, странник подошел к берегу небольшой речушки. Решив было перепрыгнуть на другой берег, он отступил назад для разбега. Отсюда река показалась ему довольно-таки широкой, и он для верности отошел еще на несколько шагов. Отойдя, он обернулся и увидел, что перед ним — самая настоящая большая река, одолеть которую можно, только если разбег будет длинным и очень энергичным.

Так он отходил и отходил от реки, намереваясь прыгнуть через нее до тех пор, пока не увидел перед собой самое настоящее море, прыгать через которое уже не имело ни малейшего смысла. Путник огорченно повернулся спиной к миражу и зашагал прочь, углубляясь в пустыню.

## **БУРИДАНОВ ОСЁЛ**

У Буридана был осел. Уезжая, Буридан оставил в конюшне сена в яслях, справа и слева от стойла. Но так как сено в обеих охапках было совсем одинаковое, осел не мог решить, какое же есть. Так и окошел с голоду.

## **НАБЕРИСЬ СМЕЛОСТИ — СДЕЛАЙ ПОПЫТКУ**

Индийская притча

Однажды царь решил подвергнуть испытанию всех своих придворных, чтобы узнать, кто из них способен занять в его царстве важный государственный пост. Толпа сильных и мудрых мужей обступила его.

— О, вы, подданные мои, — обратился к ним царь. — У меня есть для вас очень трудная задача, и я хотел бы знать, кто сможет решить ее.

Он подвел присутствующих к огромному дверному замку, такому огромному, какого еще никто никогда не видывал.

— Это самый большой и самый тяжелый замок, который когда-либо был в моем царстве. Кто из вас сможет открыть его? — спросил царь.

Одни придворные только отрицательно качали головой. Другие, которые считались мудрыми, стали разглядывать замок, однако вскоре признались, что не смогут его открыть. Раз уж мудрые потерпели неудачу, то остальным придворным ничего не оставалось, как тоже признаться, что эта задача им не под силу, что она слишком трудна для них.

Лишь один визирь подошел к замку. Он стал внимательно его рассматривать и ощупывать, затем пытался различными способами сдвинуть с места и, наконец, одним рывком дернул его.

О, чудо — замок открылся! Он был просто не полностью защелкнут. Надо было только попытаться понять, в чем дело, и смело действовать. Тогда царь объявил:

— Ты получишь место при дворе, потому что полагаешься не только на то, что видишь и слышишь, но надеешься на собственные силы и не боишься сделать попытку.

## **ЛЕБЕДИ**

Индийская притча

Близ дворца Акбара было красивое озеро, на которое почти каждую весну с юга прилетали белые лебеди и гнездились. Люди их очень любили и ждали. Но иногда эти белые прекрасные птицы улетали гнездиться на высокогорные озера. Тогда люди грустили, и считалось, что год будет неудачным. Поэтому их прилет ждали с нетерпением.

Однажды Акбар сказал Фариду:

— В знак нашей любви и расположения к лебедям я приказал этой ночью наполнить озеро молоком. Каждый крестьянин из соседних деревень должен принести ведро молока.

Фарид сказал:

— Интересная затея. Посмотрим, что из нее получится.

На следующее утро Акбар приехал к Фариду с известием, что озеро полно воды. Каждый крестьянин вместо молока вылил ночью в озеро ведро воды.

— Для меня это полная неожиданность! Этот факт свидетельствует о том, что я не знаю свой народ, — сказал Акбар.

Фарид рассмеялся и сказал:

— Каждый крестьянин подумал: «Если все выльют по ведру молока, а я вылью ведро воды, то никто этого не заметит. Одно ведро воды растворится в озере молока без следа». Но беда в том, что так подумал каждый крестьянин!

## **НЕ ХВАТИЛО ВРЕМЕНИ**

Суфийская притча

Мулла Насреддин купил осла. Кто-то сказал ему, что ослу нужно давать определенное количество корма каждый день. Он подсчитал, что такое количество слишком велико.

Нужно провести эксперимент, решил Насреддин, и приучить осла к меньшему количеству пищи. Каждый день он уменьшал рацион осла. В конце концов, когда рацион был снижен до почти полного отсутствия пищи, осел свалился и подох.

— Жалко, — сказал мулла. — Если бы у меня было еще немного времени до того, как он умер, я смог бы приучить его жить, не питаясь вообще ничем.

## **ХОЧЕШЬ БЫТЬ ПРОФЕССИОНАЛОМ — ПОЗНАВАЙ ПРИЧИНЫ**

*Является ли человек профессионалом можно судить по тому, как он преодолевает те трудности и препятствия, которые возникают в его профессиональной деятельности. В любом деле возникают весьма сложные и запутанные задачи, профессионализм же проявляется в том, насколько эффективно и конструктивно для себя и окружающих человек найдет ответ на них, насколько он будет открыт для восприятия и понимания причин возникновения трудностей. Именно нахождение первоисточников возникновения той или иной проблемы дает человеку возможность не только получить ответы в виде схем, правил, принципов, но и сформировать позицию, когда возникшие трудности рассматриваются как ступени, ведущие к самосовершенствованию как во внутриличностной сфере, так и в сфере профессиональной самореализации.*

### **НАДЕЖДА**

Жил-был король, потомок древнего и могущественного рода. Невзгоды лишили его трона, и он вынужден был бежать от своих врагов. Промокший насквозь, посреди безлюдной болотистой местности король набрел на маленькую пастушью хижину. Он подумал, что сможет там немного передохнуть, и, войдя внутрь, увидел двух пастухов, от холода кутавшихся в одеяла. Они радушно встретили его, поделив с ним свою скудную пищу — немного сыра и лука.

— Настанет день, когда я вновь займу место на троне и смогу отплатить вам по-королевски, — сказал с благодарностью король.

Первый пастух с важным видом стал рассказывать всем, что он лучше любого вельможи, потому что накормил короля, когда вокруг не было никого.

Второй же пастух, поразмыслив, сказал себе: «То, что я оказался в хижине и что у меня было с собой немного еды, это случайность. То, что я предложил еду королю, — обычный поступок. Тем не менее, король с поистине королевской щедростью предпочел истолковать эти обстоятельства как результат некой заслуги. Теперь мне надо вдохновиться этим примером и стать воистину достойным такого великодушия».

Через два или три года король вернул принадлежащую ему по праву власть и послал за двумя пастухами. Каждый из них получил богатые подарки и влиятельные посты при дворе.

Однако первый пастух, не приложивший никаких усилий к тому, чтобы улучшить себя и подготовиться, вскоре пал жертвой интриги и был казнен по обвинению в заговоре. Второй пастух, напротив, настолько отдавал себя делу, что, когда король достиг преклонного возраста, был провозглашен преемником.

### **СМОТЯЩИЙ ВНУТРЬ**

Циньский царь спросил своего мастера:

— Нет ли в твоём роду кого-нибудь другого, чтобы послать на поиски коня? Ведь годы твои уже немалые!

— У сыновей моих, вашего слуги, способности небольшие. Они сумеют найти хорошего коня, но не смогут найти чудесного коня. Ведь хорошего коня узнают по его стати, по костяку и мускулам. У чудесного же коня все это скрыто. Такой конь мчится, не поднимая пыли, не оставляя следов.

Прошу принять того, кто знает коней лучше вашего слуги. Было время, когда я, ваш слуга, носил с ним коромысла с хворостом и овощами. Это — Высящийся во Вселенной.

Царь принял Высящегося и отправил на поиски коней.

Через три месяца тот вернулся и доложил:

— Отыскал. В Песчаных холмах.

— Какой конь? — спросил царь.

— Кобыла, каурая.

Послали за кобылой, а это оказался вороной жеребец. Опечалился царь, призвал мастера и сказал:

— Вот неудача! Тот, кого ты прислал для поисков коня, не способен разобраться даже в масти, не отличает кобылы от жеребца. Разве же это знаток коней?

— Вот чего достиг! Вот почему он в тысячу раз превзошел и меня, и других! — глубоко вздохнув, воскликнул Радующийся Мастерству.

— То, что видит Высящийся, — мельчайшие семена природы. Он овладел сущностью и не замечает поверхностного. Он весь во внутреннем и предал забвению внешнее. Поэтому он видит то, что ему нужно видеть, и не замечает того, что ему не нужно замечать, наблюдает за тем, за чем следует наблюдать, и опускает то, за чем не следует наблюдать. Не сомневайтесь, конь, которого нашел Высящийся, будет действительно ценным конем.

Жеребца привели, и это оказался поистине лучший конь всей Поднебесной!

## КАК СТАТЬ МАСТЕРОМ

Даосская притча

Ле-цзы учился стрелять. Попав в цель, попросил указаний у Стража Границы.

Страж Границы задал вопрос:

— Знаешь ли ты, почему попал в цель?

— Не знаю.

— Значит, еще не овладел мастерством.

Ле-цзы ушел, упражнялся три года и снова явился с докладом. Страж Границы спросил:

— Знаешь ли ты, почему попал в цель?

— Знаю, — ответил Ле-цзы.

— Теперь ты овладел мастерством! Храни и не забывай! Поступай так, изучая не только стрельбу, но и себя самого. Ибо мудрый человек познает не существование и гибель, а их причины.

## МАГИЯ УМА

Суфийская притча

— Как можно стать умным? — спросили Насреддина.

— Очень просто, — отвечал Насреддин. — Если при тебе говорит умный человек, то прислушайся к его словам. А если тебя слушают, то прислушайся к своим словам!

## ДВЕ СТРАТЕГИИ

В траве лежало яблоко. Хорошее, лишь с одного боку пятнышко.

Учитель поднял яблоко и сказал:

— Есть две возможности. Можно его слегка обтереть и сразу есть. А можно достать ножик, вырезать все сомнительные места, а потом уже есть. Но уже без брезгливости и опаски. И съесть удастся больше. Ведь в первом случае мы невольно оставляем сколько-то хорошего вокруг плохого. Правда, в первом случае мы можем начать есть сразу, а во втором — лишь после предварительной работы. Это — две разные стратегии. Во всех делах. Во всех без исключения.

## ЛЕЧЕНИЕ СЛЕПОТЫ

Притча в изложении М. Норбекова

У Авиценны был очень старательный, новоиспеченный ученик. Однажды к великому лекарю привели слепого.

Учитель сказал, какие компоненты смешать, чтобы получилось две лепешки. Тот сделал все точь-в-точь, как было сказано. К глазам больного приложили лепешки, и на другой день тот прозрел.

А сосед горе-ученика тоже был слепой. Вдохновленный таким успехом, подмастерье приготовил в точности такие же лепешки и положил ему на глаза. На следующий день у незрячего соседа глаза вообще вытекли.

Этот добросовестный идиот прибежал в слезах:

— Как же так, Учитель, я сделал, как ты сказал в прошлый раз! Почему это случилось?

В глубокой печали мудрец ответил:

— Слепота бывает от разных причин: от сухости организма, от влажности, от жары, от холода и т. д. У тысячи слепых бывает тысяча причин. Иди, сынок. Тебе работать только пекарем.

## **ЦЕЛЬ**

Дзенская притча

Мастер стрельбы из лука обучал многих учеников. Он повесил на дерево мишень и спросил, что они видят.

— Я вижу дерево и мишень на нем, — ответил один.

— Я вижу ствол дерева, листву, солнце, птиц в небе... — сказал другой.

Остальные отвечали примерно то же самое.

Затем Мастер подошел к своему лучшему ученику и спросил:

— А ты что видишь?

— Я не могу видеть ничего, кроме мишени, — последовал ответ. Мастер повернулся к остальным и сказал:

— Только в этом случае вы сможете стать попадающими в цель.

## **ПЕРВАЯ СТРЕЛА**

Дзенская притча

Мастер дзэн предложил ученику подготовиться к выполнению Упражнения по стрельбе из лука. Тот подошел к рубежу стрельбы, взяв лук и две стрелы. Мастер отобрал у него одну из стрел и бросил ее в сторону.

— Почему ты отобрал у меня вторую стрелу? — удивился ученик

— Я отобрал у тебя не вторую стрелу, а первую, так как она все равно пошла бы мимо цели.

— Но почему? — удивленно спросил ученик.

— Потому что, стреляя, ты бы знал, что у тебя в запасе есть еще одна попытка, — ответил Мастер.

## **ЛЕСОРУБ**

Восточная притча

Однажды по лесу шел мудрец и увидел лесоруба, рубившего огромное дерево. Было видно, что он работает тупым топором, уже давно, сильно устал, а результат был очень невелик.

— Что ты делаешь? — спросил мудрец.

— Не видишь, я работаю! — сердито ответил лесоруб.

— Если ты заточишь свой инструмент, дело пойдет гораздо быстрее, — посоветовал мудрец.

— Мне некогда точить, мне надо рубить лес, — ответил лесоруб и продолжил свой нелегкий труд.

## **ДВЕРЬ**

Восточная притча

Один мудрец искал способного и талантливого ученика, который обладал бы достаточными навыками и умениями, чтобы передать ему свои знания, когда умрет. Он решил собрать всех учеников.

И вот собралось множество учеников.

Мудрец сказал им:

— У меня возникла проблема, и я хочу знать, кто из вас сможет ее решить. Видите — в стене позади меня находится самая большая, тяжелая и массивная дверь в городе. Кто из вас сможет открыть ее без посторонней помощи?

Некоторые из учеников просто опустили голову: проблема казалась неразрешимой. Другие исследовали дверь более тщательно, обсудили возможность использования рычага и особенности материала и пришли к выводу, что решить эту задачу невозможно.

Все сказали, что сделать то, что просил мудрец, невозможно.

Только один ученик подошел к двери и подверг ее тщательному исследованию. Он простучал ее поверхность, пытаясь оценить ее толщину и плотность материала, отметил, из чего сделана дверь и насколько надежно смазаны петли. Он тщательно проверил ее, используя свои глаза и руки. Он стучал по ней, нажимал, давил на определенные участки.

Все предполагали, что дверь была закрыта или ее заклинило. А на самом деле она была лишь слегка прикрыта. Ученик глубоко вздохнул, сосредоточился и мягко толкнул дверь. Дверь с легкостью и без малейшего сопротивления открылась.

Она была разработана и сконструирована так безупречно, что достаточно было легчайшего толчка, чтобы она открылась.

Мудрец нашел себе преемника. Он повернулся к остальным ученикам и произнес следующие слова:

— Успех в жизни и работе зависит от нескольких ключевых факторов, и сегодня вы могли наблюдать их в действии. Во-первых, позвольте своим чувствам полностью исследовать и понять реальность, которая вас окружает. Во-вторых, не делайте поспешных и потому неправильных выводов. В-третьих, будьте достаточно смелы, чтобы принять решение. В-четвертых, приняв его, действуйте уверенно и без сомнений. В-пятых, сосредоточьтесь и вложите в это действие всю вашу силу и энергию. И, наконец, не бойтесь совершить ошибку.

## ДЕЛО И ДОХОД

Лишь в словаре слово «доход» находится раньше слова «работа».

*Народная мудрость*

*Осознанный выбор своего дела предполагает разрешение противоречий. Например, мы можем оказаться перед выбором: хорошая зарплата и незначимая, малоинтересная работа; или невысоко оплачиваемая, но увлекательная и приносящая удовольствие работа. Разрешая подобные противоречия, надо помнить, что за любое решение придется платить. Иногда цена нашего выбора намного дороже той, которую можно выразить в денежных знаках. Цена за это — наша энергия, время, личные отношения, т. е. — часть нашей жизни.*

*Человек, сделавший выбор в сторону значимого дела, будет движим внутренней мотивацией (он работает не потому, что это кому-то надо, а потому, что это значимо и надо именно ему). Поэтому он будет гораздо интенсивнее профессионально развиваться, а это, в свою очередь, может отразиться и на его доходе, потому как настоящие профессионалы всегда были «в цене».*

## БЕСЦЕННОЕ ЗНАНИЕ

Однажды у крестьянина перестал работать трактор. Никто не мог исправить поломку, и тому пришлось позвать специалиста. Специалист осмотрел трактор, попробовал, как действует стартер, поднял капот и все тщательно проверил. Затем взял молоток, один раз ударил по мотору. Мотор затарахтел, будто он и не был испорчен. Когда мастер подал крестьянину счет, тот, удивленно взглянув на него, возмутился: «Как, ты хочешь пятьдесят туманов только за один удар молотком!» «Дорогой друг, — сказал мастер, — за удар молотком я посчитал только один туман, а сорок девять туманов я должен взять с тебя за мои знания, благодаря которым я мог сделать этот удар по нужному месту».

## О КУПЦЕ И ПРИКАЗЧИКЕ

Приказчик Петр сказал купцу:

— Хозяин, ты несправедлив. Я — приказчик, и Иван — приказчик. А платишь ты Ивану вдвое больше. Почему так? Ведь я выполняю все твои поручения.

— Я объясню тебе, — ответил купец. — Но сейчас сбегай-ка быстро к дороге. По ней идет обоз. Узнай, откуда он.

Петр сбегал к обозу и, вернувшись, сообщил:

— Он едет из деревни Федорино.

— Хорошо, — сказал купец. — А теперь узнай, куда он едет. Петр выполнил и это задание.

— Он едет в село.

— Иван, — кликнул купец второго приказчика. — Сбегай-ка к обозу и узнай, откуда он едет.

Иван побежал к дороге и, вернувшись, сказал купцу:

— Хозяин, обоз едет из деревни Федорино в село на ярмарку. Везет много картошки. Нам не надо сегодня отправлять картошку на ярмарку — иена на нее упадет. Надо срочно отправлять туда капусту.

— Теперь ты понял, почему я плачу Ивану вдвое больше? — спросил купец у Петра.

## ЛОДОЧНИК

Хасидская притча

Хозяин пригласил мастера покрасить лодку. Во время работы лодочник заметил дырку в днище, заделал ее, закончил покраску, получил деньги и ушел. А на другой день к нему примчался хозяин лодки.

— Вот вам деньги за починку, — сказал он и протянул кошелек с золотом.

— За что? — удивился мастер, — я получил сполна!

— Да, — подтвердил хозяин. — Но то были деньги за покраску лодки, а эти я плачу за ремонт.

— За такой пустяк? — изумился лодочник. — Это отняло у меня немного времени. Я и не думал просить деньги за такую мелочь...

— Эта мелочь, как вы ее называете, — ответил хозяин лодки, — спасла жизнь моим детям. Я позабыл о дыре, расплатился с вами и ушел по делам, А дети тем временем взяли лодку и уплыли в море. Я был в отчаянии, думал, они погибли! А когда дети благополучно вернулись, выяснилось, что их спасением мы обязаны вам...



## **О ПОЛЬЗЕ СОТРУДНИЧЕСТВА**

*Сотрудничество есть тогда, когда несколько людей идут к достижению ценного для них результата, взаимодополняя и взаимообогащая друг друга своим опытом, знаниями, умениями. Ведь у каждого из нас есть как сильные, так и слабые стороны; что-то мы умеем делать хорошо, что-то очень хорошо, чему-то уделяем больше, чему-то меньше времени. Сотрудничество дает возможность компенсировать существующие пробелы в наших знаниях и умениях. Кроме этого, появляется возможность обучиться чему-то новому и нужному для нас у других. История показывает, что многие важные дела были осуществлены группой единомышленников. Поэтому именно эта форма взаимодействия людей открывает широкие пути к росту личности в профессиональном и духовном плане.*

## **ПРОРОК И ДЛИННЫЕ ЛОЖКИ**

Один правоверный пришел как-то к пророку Элиасу. Его очень волновало, что такое ад и рай, потому что он хотел жить праведно. «Где ад и где рай?» — с этим вопросом человек обратился к пророку, но Элиас не ответил. Он взял вопрошавшего за руку и повел темными переулками во дворец. Через железные ворота они вошли в большой зал со множеством народа, бедными и богатыми, в лохмотьях и драгоценных одеяниях. Посреди зала стоял на огне огромный котел, в нем кипел суп, который на Востоке называется «ащ». От варева шел приятный запах по всему залу. Вокруг котла толпились люди с впалыми щеками и бессмысленными глазами, стараясь получить свою порцию супа. Спутник пророка Элиаса поразился, когда увидел у них в руках по ложке, величиной с них самих. Вся ложка была из металла, раскаленная от супа, и лишь на самом конце черенка имелась деревянная ручка. С жадностью голодные люди тыкали своими ложками в котле. Каждый хотел получить свою долю, но никому это не удавалось. Они с трудом вытаскивали тяжелые ложки из супа, но так как те были слишком длинными, то и сильнейшие не могли отправить их в рот. Слишком ретивые обжигали руки и лицо и, охваченные жадностью, обливали супом плечи соседей. С руганью они набрасывались друг на друга и дрались теми же ложками, которыми могли бы утолить голод. Пророк Элиас взял своего спутника за руку и сказал: «Вот это — ад! Они покинули зал и вскоре уже не слышали адских воплей. После долгих странствий по темным коридорам они вошли в другой зал. Здесь тоже было много людей, сидящих вокруг. Посреди зала стоял котел с кипящим супом. У каждого было по такой же громадной ложке в руке, какие Элиас и его спутник уже видели в аду. Но люди были упитанными, в зале слышались лишь тихие довольные голоса и звуки окунаемых ложек. Люди подходили парами. Один окунал ложку и кормил другого. Если для кого-нибудь ложка оказывалась слишком тяжелой, то сразу же другая пара помогала своими ложками, так что каждый мог спокойно есть. Как только насыщался один, его место занимал другой. Пророк Элиас сказал своему спутнику: «А вот это — рай!»»

## **СТАКАН МОЛОКА**

Суфийская притча

Мулла Насреддин с другом шел по пыльной дороге, как вдруг им захотелось пить. Они зашли в чайхану, но там выяснилось, что денег у них хватит только на стакан молока.

— Пей свою половину первым, так как у меня есть немного сахара, и я хочу добавить его к своему молоку, — сказал Насреддину его друг.

— Брат, добавь сахар сейчас, и мы оба попробуем сладкого молока, — сказал мулла.

— Нет, сахара не хватит, чтобы сделать сладким все молоко, — ответил спутник.

— Тогда я выпью свою половину с солью, — сказал мулла.

## **ЛОШАДЬ И ОСЁЛ**

Шли лошадь и осел с базара. Осел был навьючен выше головы, а лошадь бежала налегке.

— Будь другом, — попросил осел на половине пути, — помоги мне! Возьми часть груза!

Но лошадь сделала вид, что не слышит. Немного погодя осел взмолился:

— Мне уже немогуту! Помогите! Но лошадь только ушами повела.

Когда дорога пошла в гору и осел почувствовал, что вот-вот упадет, он в третий раз просит лошадь:

— Помогите мне, пожалуйста!

— Ладно, — согласилась лошадь, — кое-что я возьму на себя: ты неси груз, а я, так уж и быть, буду за тебя кряхтеть и отдуваться.

Осел прошел еще десяток шагов и упал.

— Вставай, вставай, милый! — умолял хозяин, но осел не мог подняться.

Делать нечего. Разгрузил хозяин осла и всю поклажу взвалил на лошадь. Теперь осел бежал налегке, а лошадь кряхтела и отдувалась за двоих.

### **ХРОМОЙ И СЛЕПОЙ**

Хромой человек однажды вошел на постоянный двор и устроился там среди других посетителей.

— Из-за моей хромоты я лишен возможности быстро передвигаться и не успею на султанский пир, — сказал он своему соседу.

Человек, к которому он обратился, поднял голову и сказал:

— Я тоже приглашен на пир, но мне еще труднее попасть туда, чем тебе, потому что я слеп и не вижу дороги.

Тут в их разговор вмешался третий посетитель. Он сказал:

— Вдвоем вы располагаете средством достичь вашей цели, если только согласитесь воспользоваться этим средством. Слепой может отправиться в путь, неся на спине хромого. Вы должны использовать ноги слепого, чтобы идти, и зрение хромого, чтобы его направлять.

Так эти двое достигли конца пути, где их ожидал невиданный пир.

По дороге они остановились на отдых на другом постоялом дворе. Здесь они повстречали еще двух несчастных, которые также хотели попасть на пир и не могли. Слепой и хромой стали им объяснять свой метод, но один из этих людей был глухим, а другой немой. Немой слышал их объяснения, но не мог передать их своему приятелю. Глухой мог говорить, но не мог ничего сказать.

Эти двое так и не попали на пир, потому что не сумели придумать применения возможностей друг друга для общей цели.

### **ГОЛОВА И ХВОСТ ЗМЕИ**

Некогда жила змея, голова и хвост которой все время спорили между собой.

Голова говорит хвосту: «Меня должно считать старшей!» Хвост отвечает: «Я тоже достоин быть старшим». Голова говорит: «У меня есть уши, чтобы слышать, глаза, чтобы смотреть, рот, чтобы есть, при движении я впереди остального тела — вот почему меня должно считать старшей. А ты не имеешь таких достоинств, потому тебя нельзя считать старшим». А хвост в ответ: «Если я позволю тебе двигаться, то ты сможешь двигаться. А что, если я трижды обмотаюсь вокруг дерева?» Он так и сделал. Голова не смогла двигаться в поисках пищи и чуть не умерла от голода. Она сказала хвосту: Ты можешь отпустить меня, я признаю тебя старшим».

Хвост, услышав эти слова, тут же отцепился от дерева. Голова снова говорит хвосту: «Раз ты признан старшим, то посмотрим, как ты пойдешь первым». Хвост отправился вперед, но не сделал и несколько шагов, как свалился в огненную яму, и змея погибла в огне.

## **ДЕЛО НЕ ДОЛЖНО ЗАМЕНИТЬ ВСЮ ЖИЗНЬ**

*Ф. М. Достоевский писал, что жизнь человека закончится трагедией, если он сузит ее до одной идеи. Такой же итог ожидает и того, кто сводит всю жизнь к одному делу. Поглощенный своей работой, карабкаясь вверх, покоряя все новые и новые вершины, человек, словно заигравшийся ребенок, забывает о жизни вне своего рабочего места, и она не прощает это. Ведь жизнь гораздо многогранней, чем все то, что может создать один человек. Забывая об этом, человек может оказаться на тропинке, на которой нет попутчиков. Не помня вопрос: зачем нужны плоды такой деятельности, если ими не с кем поделиться?*

## **ЛЮБИТЕЛЬ ПРИРОДЫ**

Один даймё (крупный землевладелец) очень любил хризантемы. Он засадил этими цветами весь свой сад, раскинувшийся позади его дома, и все свои силы и время отдавал уходу за ними.

По сути, даймё уделял хризантемам больше внимания, чем своей жене и наложницам. Многие вассалы подверглись суровому наказанию только за то, что случайно сломали какой-нибудь цветок. Страсть даймё к хризантемам сделала жизнь для всех в доме просто невыносимой.

Однажды кто-то из вассалов по неосторожности сломал цветок, и разгневанный даймё приказал бросить его в темницу. Выведенный из себя таким отношением самурай решил совершить самоубийство по древнему воинскому обычаю.

Об этом случае узнал дзэнский наставник Сэнгай.

Он поспешил вмешаться и уберечь молодого воина от самоубийства по столь пустяковой причине. Не ограничившись решением одного этого дела, Сэнгай придумал, как раз и навсегда покончить с причиной всех бед и освободить даймё из рабства хризантем. Дождливой ночью, в пору цветения хризантем, Сэнгай пробрался с серпом в сад и срезал все цветы, все до последнего.

Услышав доносящийся из сада странный шорох, даймё выглянул и заметил силуэт какого-то человека. Схватив меч, он выскочил из дома. Подбежав к Сэнгаю, он узнал его, но выкрикнул:

— Эй, что тебе здесь нужно?

Сэнгай спокойно сказал:

— Даже трава, подобная этой, в конце концов, разрастается, если ее не срезать.

Впредь даймё никогда более не выращивал «хризантем».

## **СЕКРЕТ СЧАСТЬЯ**

Притча от П. Коэльо

Некий купец отправил своего сына к самому главному мудрецу за секретом счастья. Сорок дней юноша шел по пустыне, пока не увидел на вершине горы великолепный замок. Там и жил Мудрец, которого он разыскивал.

Против ожиданий замок вовсе не походил на уединенную обитель праведника, а был полон народа: сновали, предлагая свой товар, торговцы, по углам разговаривали люди, маленький оркестр выводил нежную мелодию, а посередине зала был накрыт стол, уставленный самыми роскошными и изысканными яствами, какие только можно было сыскать в этом краю. Мудрец обходил своих гостей, и юноше пришлось ожидать своей очереди два часа.

Наконец Мудрец выслушал, зачем тот пришел к нему, но сказал, что сейчас у него нет времени объяснять секрет счастья. Пусть-ка юноша побродит по замку и вернется в этот зал через два часа.

«И вот еще какая у меня к тебе просьба, — сказал он, протягивая юноше чайную ложку с двумя каплями масла. — Возьми с собой эту ложечку и смотри, не разлей масло».

Юноша, не сводя глаз с ложечки, стал подниматься и спускаться по дворцовым лестницам, а два часа спустя предстал перед Мудрецом.

«Ну, — молвил тот. — Понравились ли тебе персидские ковры в столовой зале; сад, который искуснейшие мастера разбивали целых десять лет; старинные фолианты и пергаменты в моей библиотеке?» Пристыженный юноша признался, что не видел ничего, ибо все внимание его было приковано к тем каплям масла, что доверил ему хозяин.

«Ступай назад и осмотри все чудеса в моем доме, — сказал тогда Мудрец. — Нельзя доверять человеку, пока не узнаешь, где и как он живет».

Юноша взял ложечку и снова двинулся по переходам замка. На этот раз он был не так скован и разглядывал редкости и диковины, все произведения искусства, украшавшие комнаты. Он осмотрел сады и окружавшие замок горы, оценил прелесть цветов и искусное расположение картин и статуй. Вернувшись к Мудрецу, он подробно перечислил все, что видел.

«А где же те две капли масла, которые я просил донести, не пролил?» — спросил Мудрец.

И тут юноша увидел, что пролил их.

«Вот это и есть единственный совет, который я могу тебе дать, — сказал ему мудрейший из мудрых. — Секрет счастья в том, чтобы видеть все, чем чуден и славен мир, и никогда при этом не забывать о двух каплях масла в чайной ложке».

## **ПРОПИТАНИЕ**

Притча Крайона

Как-то заметил рабби Леви Ицхак человека, торопливо пробегающего по улице.

— Что ты так бежишь? — спросил он его.

— Ищу себе пропитание, — ответил тот.

— А откуда ты знаешь, — продолжал спрашивать рабби, — что пропитание бежит впереди, так что за ним надо гнаться? Может, оно у тебя за спиной, и тебе надо лишь встать на месте и подождать, пока оно придет, — а ты убегаешь от него.

## **ЦЕНА БЫСТРОЙ ЛОШАДИ**

Восточная притча

Мудрец отправился на рынок и обратился к торговцу лошадьми:

— Почему у тебя одна лошадь стоит в десять раз дороже другой?

— Потому что бежит в десять раз быстрее.

— Но ведь если она поскачет в неверном направлении, то будет в десять раз быстрее удаляться от цели...

Торговец задумался — и сбавил цену.

## **ЧТОБЫ ПОЗНАВАТЬ ЗВЁЗДЫ**

Древнегреческая притча

Однажды служанка вывела знаменитого древнегреческого философа Талеса наблюдать звезды, а он свалился в яму и стал кричать о помощи, и служанка ему сказала: «Что же, Талес, ты не видишь того, что под ногами, а надеешься познать то, что в небесах?»