

РОЖДЕНИЕ БОГА

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СКАЗКИ
ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ

Анна Денисова

e-book

Анна Денисова
Рождение Бога.
Терапевтические сказки
для взрослых и детей

Текст предоставлен правообладателем.

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=66306838

*Рождение Бога. Терапевтические сказки для взрослых и детей / Анна Денисова: Супер Издательство; Санкт-Петербург; 2021
ISBN 9785996516384*

Аннотация

Сборник терапевтических сказок для взрослых и детей.

Содержание

Предисловие	4
Рождение Бога	7
Сказка про Ветер	11
Сказка про Вечность	16
Вирус и Корона	20
Сказка про Врача	27
Сказка о найденном времени	31
Сказка про второе рождение	33
Найденный город	36
Сказка про Грозу	40
Про Женственность	45
Сказка про зависть	48
Сказка про Здоровье	51
Конец ознакомительного фрагмента.	53

Анна Денисова

Рождение Бога.

Терапевтические сказки

для взрослых и детей

Предисловие

Дорогие читатели! Вы держите в руках необычную книгу. Это сборник авторских сказок, которые являются терапевтическим средством самопознания и личной эволюции как для детей, так и для взрослых. Они могут быть использованы для семейного чтения, и для профессионального инструмента психологов и психотерапевтов, а также их клиентов.

В чем сила сказки? Сказка архетипична, метафорична, иносказательна. А это значит, что, обходя сознание, она вступает в конструктивное взаимодействие с более глубинным, неизведанным, многоуровневым слоем нашей психической организации, которое Зигмунд Фрейд назвал бессознательным. Именно там находятся все наши чувства и эмоции, страхи и тревоги, вытесненные травмы и непрожитые ситуации. Кроме того, бессознательное – это еще и огромный резервуар нашей жизненной энергии, личностных ресурсов и

творческого начала.

Секрет терапевтического воздействия сказки состоит в том, что она общается с бессознательной частью нашего психического аппарата на понятном ему языке – языке образов, символов и метафор. А потому сказка легко доносит до нашего подсознания ту информацию, которую сознание не всегда готово воспринимать и перерабатывать. Воздействуя на психику мягко и бережно, сказка помогает сделать осознанным тот материал бессознательного, который ранее был неосознаваемым для человека по причине его травматичности или «неудобности» для психики. Сказка «налаживает связь» между подструктурами личности – ее сознательной и бессознательной частями. Благодаря взаимодействию двух разных по функциям и содержанию компонентов психического аппарата, сказка помогает пережить травму на символическом уровне, переоценить ставшие неадаптивными установки детства, отреагировать вытесненные чувства и эмоции. А это значит, способствует интеграции личности, укреплению психологической целостности и здоровья.

Кому и в каких случаях показана терапия сказкой? Сказка – универсальный инструмент, который подходит для людей любого возраста, профессии и социального статуса. Сказка продуктивна всегда, к ее применению нет противопоказаний. Она полезна при стрессах и хронической усталости, эмоциональном выгорании и внутренних конфликтах, возрастных и экзистенциальных кризисах. Кроме того, она слу-

жит прекрасным средством профилактики внутриличностных конфликтов, то есть неврозов.

Психологам и психотерапевтам этот сборник может служить удобным инструментом для психодиагностических исследований вместе с клиентом его внутренних состояний, так и средством психотерапевтического воздействия.

Сказка способствует тому, что процесс самопознания и личностного роста приносит радость и удовольствие, гармонию и целостность.

Добро пожаловать в мир терапевтической сказки, дорогие читатели!

Рождение Бога

Немного о самооценке и о том, что иллюзии бывают полезны. Когда мы не знаем, кто мы есть, самое простое – себя придумать.



Жил-был на свете маленький Цыпленок. Он был совсем еще маленький и почти ничего не знал о мире, в котором он родился. И конечно, он ничего не знал про себя.

«Ты кто?» – спросила у вылупившегося Цыпленка проползавшая мимо Гусеница.

И Цыпленок задумался.

«И откуда ты взялся?» – продолжала она.

Цыпленок ответил: «Этого я еще не знаю». И тут же добавил: «Но я обязательно узнаю!»

И пошел Цыпленок по дорожке. Дорожка была из желтого, почти золотистого песка. Цыпленок шел по ней и пел песню. Песня была про голубое небо, яркое солнце, желтую дорожку из песка, зеленую траву. Словом, песня была о том, что Цыпленок видел по сторонам. Но ему казалось, что вся эта красота вокруг появилась именно благодаря его песне. Пока он шел, много чего интересного происходило вокруг него. Например, Цыпленок впервые узнал, что такое Ветер. Он увидел, как листочки на кусте сирени заколыхались. А когда он проходил мимо этого куста, перышки на его теле стали шевелиться. От неожиданности Цыпленок даже остановился.

«Ты кто?» – спросил Цыпленок. «Ветер», – услышал в ответ шелест листьев. «А я кто?» Но в ответ – тишина. И даже листочки перестали шелестеть. Ветер улетел дальше, а Цыпленок снова зашагал по дорожке из желтого песка. И снова стал петь песню про все, что видел вокруг, и даже про Ветер. И снова думал про себя: «Кто же я? И откуда я взялся?» Идет, песенку поет. И вдруг видит: переползает дорожку большая Черепаха. Медленно ползет, не торопясь. Остановился Цыпленок, поздоровался: «Здравствуйте! – говорит он Черепахе. – А Вы кто?» Черепаха, не останавливаясь, отвечает: «Я – старая большая Черепаха. Иду на прогулку. А ты кто? И куда путь держишь?»

«А я иду, куда глаза глядят. Хочу узнать – кто я?» – ответил Цыпленок. «Какой смешной, – сказала Черепаха, – для этого далеко ходить не надо». И Черепаха продолжила свой путь. Цыпленок вздохнул и пошел дальше. Идет – песенки свои веселые поет. Проходит мимо озера, видит – в озере Рыба плещется. Да так сильно, что даже над водой кувыркается. Выпрыгнет из воды – и опять в озеро нырнет. Удивился Цыпленок, еще никогда не видел он рыбы. Остановился, широко клюв от удивления открыл. Спрашивает Рыбу: «Ты кто? И что ты делаешь в воде? Там же мокро!»

Ничего не ответила Рыба, только хвостом махнула и ушла в глубину. Постоял-постоял Цыпленок на берегу и пошел дальше. Долго ли, коротко ли он так шел, только устал уж очень. Увидел камень у дороги, присел отдохнуть. А из-под камня Ящерица зеленым глазом смотрит на Цыпленка. И услышал Цыпленок, как прошипела Ящерица: «Ты кто, и почему ты сидишь на моем камне?» Снова удивился Цыпленок, но вида не показал и говорит: «Это и мой камень тоже. А кто я, я и сам не знаю». Пришла очередь удивляться старой Ящерице: «Это безобразие! – прошипела она. – Как это можно – не знать, кто ты есть! Тебе нужно срочно это выяснить!» Цыпленок подумал немного и решил не огорчаться по этому поводу. Вместо этого он спросил: «А зачем?» В ответ Ящерица зашипела так сильно, что Цыпленок поспешил отойти на безопасное расстояние и пошел дальше, напевая песенку. Но про себя он все-таки подумал: «Все-таки нужно

будет узнать при случае, кто я, раз мое неведение этого так расстраивает окружающих». И весело зашагал дальше.

Но не успел он сделать и трех шагов, как остановился, как вкопанный, от удивления. Перед ним стоял кузнечик – не кузнечик, муравей – не муравей, а очень необычное существо зеленого цвета. Цыпленок тут же задал ему свой любимый вопрос: «Ты кто? И почему ты так странно смотришь на меня?» Необычное существо ответило ему: «Здравствуй! Я – Богомол». «Почему тебя так называют?» – спросил Цыпленок. «Потому что я похож на того, кто молится Богу». – «А какой он, Бог?» – не унимался Цыпленок. «Он всемогущий и всех любит», – ответил Богомол. Цыпленок вздохнул с облегчением: «Так значит, я – Бог!»

Цыпленок уверенно зашагал по дорожке дальше. Теперь он знал, кто же он на самом деле. И он снова запел свою веселую песню.

Сказка про Ветер

Что делает нас сильными? Что такое добро и добрые дела? Как правильно жить, чтобы не сбиться с пути и не растерять свои способности? Об этом и не только – эта сказка. А еще – для каждого о чем-то своем.



Жил-был Ветер. Жизнь у него была прекрасная. Куда захотел – туда полетел. Устал – затаился где-нибудь в ущелье, отдохнул, через время снова полетел. Жил – не тужил. Сво-

боду любил. Любил небо. Любил море. Любил поле и лес. Одним словом, любил все, что его окружало. А еще любил Ветер разные игры. Бывало, увидит, что хозяйки стираное белье повесили на веревки во дворе сушиться, – обязательно наполнит собой вещи: штаны, рубашки, пододеяльники, и размахивает ими во все стороны. Или такую забаву придумал – соревнование морских «барашков», т. е. пены на верхушках морских волн. Задует Ветер на волны, мигом на них барашки появляются и начинают друг с другом соревноваться – кто выше, кто быстрее, кто дольше на волне продержится. Или начнет завывать на разные лады длинными зимними вечерами, на одиноких путников страх нагонять. Или ласково шелестеть осенней листвой, и тогда становится непонятно – это чей-то тихий шепот или движение листьев создает такой звук. Одним словом, был Ветер большим выдумщиком, фантазером и проказником. Любил движение. И больше всего не любил скуку и сидеть без дела.

И вот как-то раз, теплым летним вечером, решил Ветер поиграть со старыми консервными банками, которые большой кучей лежали возле контейнера с мусором. Банок было много, они были легкими, и Ветер уже предвкушал удовольствие от новой забавы. Вдруг, откуда ни возьмись, выбежали два котенка – один рыжий, а другой белый с темными пятнышками. И начали котята прыгать по этой куче консервных банок. Заберутся на самую вершину этой горы, а потом катятся вниз, мяукают, банки гремят, котята кубарем летят –

шум, гром, веселье! Тут и Ветру смешно стало. Забрался он в банки, подвывать начал. А котята услышали вой, шерсть у них дыбом встала. С одной стороны, интересно им, кто это такой в банках воет! А с другой – страшно! Ведь неизвестно, чего от него ждать! А Ветер еще нарочно страху им нагоняет – банки в воздух поднимает и с высоты на кучу бросает. И хохочет. Увлёкся Ветер игрой, разыгрался не на шутку. Котята уже не рады, что в игру ввязались. Да убежать не могут – Ветер не дает, подзадоривает, на кучу возвращает. Устали котята с Ветром бороться, из сил выбились. Прижались друг к дружке, дрожат, мяукают жалобно. А Ветру все нипочем! Не замечает он, что котятам игра уже не в радость. В азарт он вошел, знай себе дует, завывает и хохочет громко.

И тут вдруг неожиданно что-то произошло. Почувствовал Ветер, что нет сил у него больше. Дует-старается изо всех сил, а получается слабый ветерок, который способен только чуть листьями шелестеть, да шерстку у котят приглаживать. Котята видят такое дело, осмелели и пустились наутек что есть мочи! А Ветер вдогонку им летит, да только у него это не очень получается. Только слабая поземка из пыли на дороге вслед котятам вьется. Недоумевает Ветер – что происходит? Куда силы его исчезли? Злится, хочет хотя бы воем котят напугать. А у него не получается ничего. Вместо воя только слабый шорох старых листьев слышен. Ветер обескуражен. Залез в рваный целлофановый пакет, что на тротуаре валялся. Лежит и думает: как же так? Почему он не во-

лен делать то, что ему хочется? И тут вдруг услышал: «Да потому, что негоже маленьких и слабых обижать! Нет в этом удали. А ты попробуй пользу приносить, да добрые дела делать!» Удивился Ветер: выходит, он вслух думал, – выглянул из пакета. И видит – сидит на дереве старая Ворона и одним глазом на него смотрит. Оглянулся по сторонам – нет больше никого. И спрашивает у Вороны: «А как это – добрые дела делать?» Да только ничего не ответила Ворона, каркнула громко и улетела.

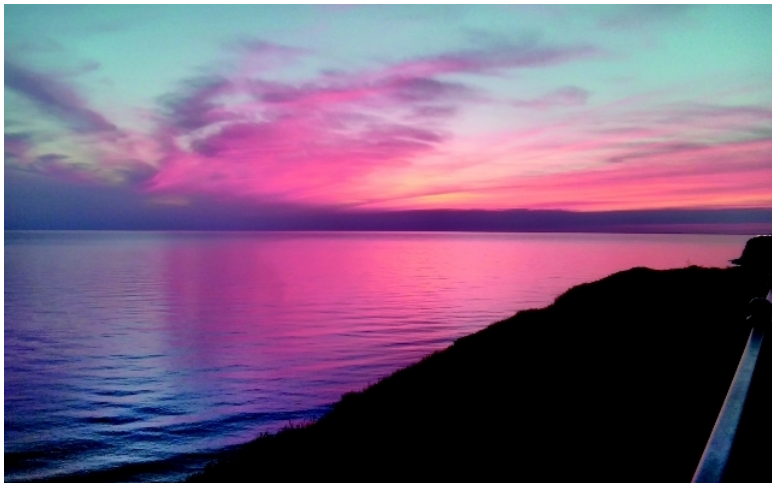
Задумался Ветер над этими словами. «Что это такое – добрые дела? И как их делать?» И чем больше размышлял над этим, тем больше крепчал и силы набирался. Наконец решил: «Полечу, посмотрю, может, найду эти добрые дела!» И полетел. Пролетал над озером – пригнал лодку, отвязавшуюся от колышка у берега. И услышал вслед от пожилого рыбака: «Спасибо тебе, Ветер!» И сам себе удивился от нового ощущения теплоты, которое возникло в нем от этих слов. Пролетал над деревней – согрел своим дыханием побитые градом цветы в палисаднике. И услышал вслед: «Благодарим тебя, Ветер! Доброго здоровья тебе!» И снова удивился новому ощущению радости и силы. Пролетал над высохшим полем – пригнал дождевую тучку, и та пролилась дождем. И вновь услышал Ветер слова благодарности. «Спасибо за доброе дело!» – помахал шапкой ему крестьянин. «Так вот они какие, добрые дела! – подумал Ветер. – Это же очень просто! Просто нужно жить так, чтобы другим было

от этого хорошо!» И стало ему от этой мысли весело. Потому что почувствовал он, что стал очень сильным. И понял Ветер один секрет, про который знала старая Ворона. Он понял, что добрый – значит сильный. И полетел дальше добрые дела искать.

Сказка про Вечность

«Ничего нельзя любить, кроме вечности, и нельзя любить никакой любовью, кроме вечной любви».

Н. А. Бердяев



Жила-была на свете маленькая девочка. Симпатичная и очень любознательная. Очень любила вопросы разные задавать. На философские темы рассуждать. Наблюдать за интересными событиями. Узнавать все новое. В общем, жить любила.

И как-то в один из дней девочка подумала: а почему ночью нужно спать? И что происходит ночью? А что будет, если но-

чью не спать? И какая она, ночь? Каким ночью бывает мир? Какая она, девочка, когда она не спит ночью? Как обычно, вопросов в голове у девочки возникло сразу много. И на них не было ответов. «Надо обязательно это узнать», – подумала девочка. И так как она, кроме того, что была любознательной, была еще и решительной девочкой, то и решила не откладывать дела в долгий ящик. И все разузнать в ближайшую же ночь. И когда пришло время ложиться спать, она, пожелала всем спокойной ночи, легла в кровать. А сама решила: «Сейчас немного полежу, подожду, когда ночь наступит, и все узнаю». И незаметно для себя уснула. Проснулась девочка только утром. Очень расстроилась, что все проспала. Так происходило несколько ночей подряд. Девочка поняла, что засыпает она против своего желания – ведь она хотела не спать! И в ее голове возникли новые вопросы. Почему это происходит? Что происходит на самом деле – хочет она спать или не хочет? И как не спать, когда хочется спать? И как это получается у ночи – заставлять ее спать вопреки ее желанию? И так как вопросов накопилось слишком много, решила девочка во что бы то ни стало добиться своего. Узнала у мамы, что проснуться ночью можно с помощью будильника. Поставила на своем телефоне будильник на три часа и снова легла спать. И – о, чудо! – у нее получилось! Это было очень необычно. Она проснулась, когда зазвонил будильник, и не спала, когда все в доме спали. Это было чудесное ощущение. В комнате было темно и светло одновременно.

Так как была ночь, было темно. Но из окна струился очень приятный, мягкий и какой-то необычный свет. Все предметы в комнате приобрели новые очертания и оттенки. Было удивительно тихо. И спокойно.

Девочка спрыгнула с кровати и подбежала к окну. И замерла от неожиданности. Такой величественной и красивой показалась ей ночь. Она забралась на подоконник, села и замороженно стала смотреть в окно. Она смотрела в темное небо, смотрела на звезды, на преобразившуюся под лунным светом улицу. И подумала: «Это удивительно, но ночь меняет весь мир!» Девочка заметила, что и она стала другой. И снова разные вопросы стали возникать в ее голове. Но это были какие-то другие вопросы. Необычные. «Для чего нужна ночь? – думала она. – Для чего все существует? Для чего я есть? Почему звезды видны только ночью? Что происходит со звездами днем?» Она не знала ответов, но ей было удивительно хорошо. Сидеть и смотреть на звезды. Задавать себе вопросы. Думать о мире. И вдруг она увидела, как одна звезда упала, на мгновение очертив в небе яркий след. «Куда ты?» – спросила девочка звезду своими мыслями. И удивилась, что она умеет так спрашивать. «В Вечность», – ответила звезда. И девочка уже не удивилась, что она умеет так слышать. «Какая она, Вечность?» – «Огромная. Без конца и начала. Любящая. Непостижимая. Прекрасная. Мудрая. Спокойная. Разная». «Где она?» – «Везде и во всем. Вокруг. В тебе. Во мне. В небе. В земле. В воде. В птицах. В лесах.

В облаках. В мыслях».

Вопросов у девочки было много. И вдруг, впервые в жизни, она поняла, что знает ответы на все свои вопросы. Это было такое необычное ощущение! Она почувствовала себя частью этого неба, этой звезды, этой ночи, этого света, этого мира. Ей было удивительно хорошо и спокойно. Начинался рассвет. И впервые в жизни девочке не хотелось задавать вопросов.

Вирус и Корона

Порознь мы порой кажемся немного неполноценными, а вместе, превращаясь в единое целое, становимся могучей силой.

Кристофер Паолини

Жил-был на свете маленький Вирус. Такой маленький, что без микроскопа его и не разглядеть было. Жил – не тузил, инфекцию разносил по разным организмам, паразитировал, размножался. Считал себя важной персоной, только вот никогда ничего хорошего в свой адрес не слышал. Да как-то задумался: а почему про него никто не знает, может, он и не живет совсем, а так, существует? Ни тебе внимания, ни тебе популярности. И если нет организма, за счет которого можно пожить, не факт вообще, что ты жив!

Тоскливо стало Вирусу. Так тоскливо, что понял он: нужно срочно что-то делать! Иначе исчезнешь как вид, и никто про тебя не вспомнит. Долго он думал-размышлял и понял, что ничего он сам не может и не умеет. Способен только сразу разносить. Да и то, разносить – это громко сказано! Сам по себе он не силен, не жизнеспособен, и если нет организма-хозяина – даже передвигаться самостоятельно не может. Не жизнь, а сплошная зависимость! Отсутствие свободы, самодостаточности, ущербность и неполноценность – его верные спутники. Понял вирус, что он – неудачник. Злость и

отчаянье овладели Вирусом. И тогда решил он: есть только один способ избавиться от этого ощущения ничтожности, ущербности и страха за свое существование – сделать ущербными других. Причем чем больше, тем лучше! Понравилась Вирусу эта идея, и стал он думать, как же это сделать. «Что может сделать существо, – рассуждал Вирус, – которым владеет страх? Пугать других! Как перестать ощущать каждую минуту свою ничтожность и униженность? Унижать других! Что может дать ему силу и уверенность в себе, приобрести чувство значимости? Власть над другими, над тысячами других существ!» – так рассуждал Вирус.

И невдомек ему было, что подобные рассуждения – это философия убогих и неполноценных, философия бедных духом и слабых. Вирус не знал этого. Его философия была философией паразита, а выше головы, что называется, не прыгнешь.

Первое, с чего начал Вирус, – он стал придумывать себе имя. А как же иначе остаться в истории, если у тебя даже имени нет? Причем имя должно быть таким, что при одном его упоминании люди бы подчинялись его власти. Стал Вирус перебирать в уме разные символы власти: царь, монарх, трон, корона... Ну конечно, Корона! От удовольствия Вирус даже начал увеличиваться в размерах. Отныне он теперь не просто Вирус, а Корона-Вирус! Вирус был очень доволен собой. Начало положено. «Но необходимо идти дальше», – рассуждал Вирус. Раз он теперь Корона, нужно завоевать мир!

А как это сделать? Ведь он такой ничтожный и беспомощный, умеет, конечно, пакостить по мелочи, но люди таких не боятся... Вот это задача так задача! Но Вирус уже вошел во вкус, почувствовал азарт и отступить так просто был не намерен. Его воображение рисовало ему грандиозные планы: он владеет миром, перед ним трепещут все правительства, народы поклоняются ему... Его власть абсолютна!.. В своем воображении он чувствовал себя важным и могущественным. Осталось воплотить это в жизнь. Но как? Вирус не находил ответа на этот вопрос.

И тогда он вспомнил про свою старую подружку – тетюшку Ложь, у которой в запасе всегда было какое-нибудь средство. Они были знакомы давно и были почти ровесниками. За много тысячелетий своего существования человечество не смогло избавиться от Лжи, как ни старалось. Уж очень изворотлива она была. Ложь умела быть разной – наглой и откровенной, как падшая женщина. Тихой и незаметной, как мышь. Стеснительной и прячущей глаза – и уверенно кричащей на плакатах и транспарантах. Она умела переворачивать факты, подменять понятия, переписывать историю, оперировать цифрами. Словом, с точки зрения Вируса, она была очень гибка и адаптивна. Этот факт только добавлял ей веса в глазах Вируса, и он знал, что в этой ситуации, если кто и сможет ему помочь, то это точно должна быть Ложь. Но Вирус также знал, что бесплатно Ложь ничего делать не будет и обязательно назначит свою цену. Но то, что он услы-

шал, поразило даже его. «Люди должны потерять себя, – сказала Ложь, – они должны потерять лицо, имя, личность. Они больше не будут Чело-веками». Удивился Вирус такому странному предложению, но спорить не стал: какая разница, что станет с людьми, главное – он приобретет господство! Так рассуждал Вирус, даже не подозревая, что его старая подруга Ложь задумала обмануть и его (иначе она бы не была Ложью!) и решила просто использовать Вирус в своих целях. А цели эти были похожи на цели Вируса – Ложь хотела абсолютной власти над людьми!

И начала Ложь свое великое шествие – под видом заботы о здоровье запирала людей по домам, надевала на них маски, отнимала работу и праздники. Ложь входила во вкус, без войны покоряя города и страны. А Вирус потирал от удовольствия руки – ведь ему ничего не стоило заразить испуганных и встревоженных людей, которые сидели без движения и свежего воздуха и уже сами искали у себя симптомы болезни... И самое большое удовольствие он получал даже не от их болезни, а от того, что люди становились послушными, безропотными и подчиняемыми.

За сравнительно короткое время Вирус и Ложь уже обошли полмира и уверенно двигались дальше. Как-то, проходя один небольшой русский город, они заметили детей, которые играли на детской площадке. Отовсюду раздавался громкий залиvistый смех, и конечно, страху там не было места. Вирус нахмурился, ему стало не по себе. Ложь от неожиданно-

сти даже присела. Виданное ли это дело – здесь их никто не боялся, больше того – на них даже не обращали внимания! А дети бегали в догонялки, играли в мяч, строили куличики в песочнице. И звонко смеялись!

Вирус и Ложь спрятались за угол дома, сжались в комочек и стали наблюдать за детьми. А на детской площадке тем временем разворачивались события очень интересные. Один мальчик постарше, с золотисто-рыжими вихрами, собрал вокруг себя несколько ребят и что-то оживленно стал им объяснять. И вот уже посередине площадки появилась импровизированная сцена – очерченный палкой на песке круг. Появился зрительный зал – скамейки, поставленные с одной стороны напротив сцены. Появились актеры и зрители. И спектакль начался! На сцене разворачивались события, в которых Вирус и Ложь узнавали себя. Рыжеволосый мальчик, надев на голову картонную корону из Макдоналдса, изображал его, Вирус, смешно выпятив живот и покачиваясь из стороны в сторону. Девочка в голубом джинсовом сарафане, с бананом в руках вместо микрофона, изображала Ложь, корчила страшные рожи и запугивала зрителей, рассказывая про Вирус сказки-страшилки. И все это они проделывали так весело и живо, что дети, сидящие в «зрительном зале», от души хохотали и подыгрывали актерам.

И зрители, и актеры так увлеклись этим действием, что не заметили, как от производимого ими шума открывались окна в домах. Люди выходили на балконы, выглядывали в ок-

на, с интересом следили за происходящим – и тоже начинали смеяться! Они словно увидели себя со стороны. И то, что они увидели, выглядело очень нелепо и смешно. Всеобщее веселье постепенно, захватывая дом за домом, охватило всю улицу, потом район города – потом город! Люди выходили из домов на улицы, стояли на балконах, смотрели из окон. Улыбались, смеялись, даже пели песни. В воздухе витало ЕДИНЕНИЕ! Словно очнувшись от долгого сна, люди, как дети, радовались этому смешному спектаклю, друг другу, солнцу, свежему ветру, радовались жизни!

Вирус и Ложь, напуганные происходящим, уже давно бежали по улицам города, не понимая, что происходит. Они бежали, а смех, звучащий со всех сторон, наступал им на пятки, толкал в спину, заставлял затыкать уши. Но это было уже бесполезно. Они бежали из города в город. Бежали по лесам и полям. По горам и болотам. И нигде не могли укрыться от этого смеха. От этого смеха они словно таяли, уменьшаясь на глазах. Ведь они не знали, что счастье и радость – так же, как и вирус (и даже легче!), передаются от человека к человеку. Иногда для этого нужно просто посмотреть в глаза, или улыбнуться, или погладить по плечу, или сказать доброе слово.

Вирус и Ложь бежали и понимали, что проиграли. Потому что люди вспомнили, что они свободны. Потому что поняли, что быть счастливыми легче, чем несчастными. Потому что осознали себя победителями. А главное – потому что они

почувствовали силу единения!

Когда они пробежали очередной большой город, неожиданно им дорогу преградила группа из нескольких человек. Это были ученые. Один профессор со склянкой в руках вышел вперед и ловко поймал Вирус. «Вот ты-то мне и нужен, голубчик!» – сказал он. А Ложь сразу стала нашептывать ему на ухо, показывая пальцем на Вирус: «Это все он придумал. А я буду с вами сотрудничать...» Только просчиталась она. Потому что не знала, что настоящим ученым ложь ни к чему. Отряхнулся он от нее, как от назойливой мухи, и пошел вместе с коллегами в лабораторию изобретать лекарство от рака.

Все-таки удалось нашему Вирусу стать известным. Под руководством ученых он научился разрушать раковые клетки в организме и помогать людям быть здоровыми. А в том маленьком городе, где дети устроили спектакль с Вирусом в главной роли, ему даже поставили небольшой памятник. В благодарность за то, что с его помощью люди вспомнили, что есть главное в их жизни, а что – второстепенное. За то, что снова научились верить в себя. За то, что захотели жить, а не существовать. А главное – за то, что с помощью Вируса они поняли: **ВМЕСТЕ** они непобедимы!

Сказка про Врача

Быть счастливым счастьем других – вот настоящее счастье и земной идеал жизни всякого, кто посвящает себя медицинской науке.

Н. И. Пирогов

Жила-была на свете одна врач. Это была красивая и умная женщина, к тому же хороший специалист. По профессии она была акушер-гинеколог. Очень любила свою работу. Любила помогать появляться на свет детям, заботиться о женском здоровье, любила поликлинику, в которой работала, любила свой белый халат, свой врачебный кабинет. Словом, любила все, что было связано с ее профессией. Правда, зарплату свою не очень любила – казалось врачу, что как-то неадекватно оценивается ее труд. Казалось даже, что такой зарплатой он не оценивается, а скорее обесценивается. Но в целом, это не омрачало ей жизнь. Потому что врач точно знала: не только ради зарплаты она работает. Гораздо важнее для нее – то, что она делает в своей профессии для людей, охраняя их здоровье и помогая появляться новым жизням в этом мире. Словом, работала она с удовольствием уже много лет и еще много лет своей жизни готова была отдать любимому делу.

Одно только омрачало ее жизнь – ее профессия предполагала не только помощь при рождении нового человека, но и убийство еще не рожденных детей. Убийства эти были раз-

решены законом и назывались абортами. И вроде бы с законной точки зрения врач не делала ничего предосудительного. Но на самом деле эта часть профессии очень огорчала ее. Ведь убийство есть убийство, а убийство младенцев ужасно само по себе. И как честный человек, врач часто думала об этом. Думала о том, кем бы могли вырасти эти дети, если бы родились. Какими бы они были, сколько пользы могли бы принести своей стране и как бы радовали своих родителей, если бы остались жить. И все эти думы не делали ее счастливой, а скорее, наоборот.

И вот как-то раз снится врачу сон. Видит она себя во сне в каком-то большом, очень светлом и очень просторном зале с большими окнами. Из окон струится необыкновенный, очень красивый, серебристый свет. Она стоит посреди зала. А вокруг нее – дети. Много детей. И мальчики, и девочки. Разного возраста. Разных национальностей. С разным цветом глаз и кожи. Словом, дети разные, но что-то их объединяет, и врач изо всех сил пытается понять – что? Старается, но не понимает. И тут дети берутся за руки и начинают водить хоровод вокруг врача, песни поют. А песни все почему-то грустные, и врачу от них плакать хочется. Остановился хоровод, и напротив врача стоит маленький мальчик с белокурыми локонами. Мальчик молча и очень серьезно заглядывает ей в глаза. И тогда в одно мгновение ее словно кипятком ошпарило – она поняла, КТО эти дети! Она узнала этих нерожденных детей. Ее сердце сжалось, и слезы хлыну-

ли у нее из глаз. Она плакала долго и горько и не могла остановиться. Дети обступили ее со всех сторон и молча ждали, когда она закончит плакать. Наконец, когда ее слезы иссякли, мальчик с белокурыми локонами подошел к ней очень близко, взял за руку и сказал, глядя в глаза: «Не плачь. Мы простили тебя. Мы любим тебя. И мы поможем тебе все исправить. Но ты должна нам помочь». «Я согласна, – прошептала врач сквозь слезы, – и я тоже вас люблю». Дети снова взялись за руки и закружились вокруг нее теперь уже в веселом хороводе. Врач стояла в центре, слезы застилали ей глаза, но она была счастлива.

Врач проснулась. Подушка была мокрой от слез, в окно светила полная луна серебристым светом, а на душе было очень спокойно. Утром, когда врач вела прием, в кабинет зашла молодая пара – юноша и девушка. И когда врач предложила им сесть, девушка сбивчиво начала говорить: «Понимаете, мы не потянем сейчас ребенка – мы студенты, и у нас нет квартиры...» Девушка говорила что-то еще, а врач взяла ее за руку и, твердо глядя в глаза, тихо сказала: «Это не важно. Важно, что внутри тебя зародилась новая жизнь. Важно, что это ваш ребенок. Важно, что он имеет право родиться и быть счастливым. Важно, что вы можете подарить ему свою любовь... – и, помолчав, добавила: – будем рожать!» У девушки посветлело лицо, она заулыбалась. А парень обнял девушку за плечи, подсел ближе и спросил: «А какие нужно сдать анализы?»

В этот вечер впервые за много лет врач заснула очень быстро и спокойно. Она приняла решение. И точно знала, что оно правильное.

Сказка о найденном времени

«Истинно велик тот человек, который сумел овладеть своим временем».

Гесиод

Жил-был на свете один мальчик Митя. Жил и все время думал, что живет сейчас не по-настоящему, а как будто по-нарошку. И поэтому сейчас можно относиться и к жизни, и к себе, и к своим поступкам не очень серьезно. А вот «потом», когда-нибудь, начнется настоящая жизнь, и он уж тогда покажет всем, какой он есть на самом деле и как жить надо. Когда это «потом» наступит, он точно не знал, но жить продолжал, как будто сочинение на черновик писал. Так прошло детство, юность. Стал мальчик взрослым дяденькой, а ощущение «настоящей» жизни так и не пришло. Постепенно он привык к этому и даже ждать перестал, когда же ему можно быть «настоящим», то есть самим собой.

И вот как-то в один из дней, совсем обычных, таких, каких было уже много в жизни дяди Мити, случилось чудо. Проснулся Митя с утра и забыл, сколько ему лет. И какой год сейчас забыл, и даже какой день недели. Удивился Митя – никогда такого с ним не случалось. А потом подумал: раз никогда не случалось, то и вести себя он может не так, как всегда, а так, как ему хочется. И прислушался Митя к себе

– а чего же ему хочется? Выглянул в окно – там солнце светит вовсю, день прекрасный, птицы поют. «Надо же, – думает Митя, – а я и не замечал, что двор у нас такой красивый, просторный и зеленый». И тут вдруг понял Митя, что ему очень хочется, уже давно, уже много лет, сделать самому воздушного змея и запустить его над рекой. Сказано – сделано! Нашел Митя в интернете инструкцию, как сделать змея, – и за работу! За два часа сделал! Сам себе удивился, но не очень – как будто всю жизнь воздушных змеев делал. А Змей красивый получился, ярко-зеленый, с красной бахромой и с выразительными веселыми нарисованными глазами. Пошел Митя на реку Змея запускать. Пришел на реку, и как будто в первый раз ее видит – краски вокруг почему-то ярче стали. Река показалась ему необыкновенно красивой, с живописным изгибом и серебристыми переливами на поверхности. Воздух был свежим и каким-то особенно «вкусным», трава – шелковой. И вообще, все вокруг было вроде бы и такое же, как всегда, и совсем не такое! Запустил Митя Змея, а тот летает высоко, под облаками. И почувствовал Митя, что душа у него поет, и так радостно стало ему, и так хорошо! Смотрит на Змея, а тот ему подмигивает с высоты. Не удивился Митя – засмеялся от радости. «Что со мной?» – спрашивает он у ветра. А тот шепчет ему в ухо ласково: «Ты стал настоящим. Ты родился. Ты живешь. Ты чувствуешь».

Сказка про второе рождение

Что мы знаем про себя? Имеем ли смелость быть другими? Знакомство с разными частями себя, интеграция и целостность – все это, оказывается, очень увлекательные процессы...

В одном лесу жил-был Ежик. И сколько себя помнил, столько был колючим и одиноким. Ежику нравился лес, в котором он жил, нравилось охотиться в этом лесу на мышей, змей и насекомых. Нравилось бегать ночами по лесу в поисках добычи и приключений, а днем спать в своей норке, свернувшись в клубочек. Ему нравились запахи этого леса, звезды, отражающиеся в ручье, грибы, которые росли под деревьями. Одним словом, жизнь у Ежика была полная и счастливая. И так бы он и жил дальше в свое удовольствие, вот только приключилась с ним однажды такая история.

Бежал он, как обычно, по своим делам. На лес уже опустились сумерки. День только закончился, а ночь еще не наступила. Ежик любил такое время. Лес становился словно волшебным. Солнца уже не было, деревья отбрасывали длинные мягкие тени, и лес погружался в какое-то особенное состояние, за которым наступала ночь. Когда Ежик подбегал к ручью, то услышал тихий бархатный голос: «Здравствуй, Ежик!» Ежик удивился и даже немного сбавил ско-

рость. «Ты сегодня чем-то особенно озабочен?» – продолжал голос. Ежик остановился и потянул носом по сторонам. «Кто это?», – спросил он. «Это Я. Твое Второе Я», – ответил голос. «Второе?» – удивился Ежик. А про себя подумал: «Я и с первым-то не знаком, а тут еще второе!» «Чего ты хочешь?» – спросил Ежик. И услышал в ответ: «Я хочу дружить с тобой, хочу быть тобой, хочу стать, хотя бы на время, твоим Первым Я». «Ну и дела!» – подумал Ежик. А вслух спросил: «А какой ты?» – «Я мягкий, пушистый, очень покладистый и общительный». – «А какого ты цвета, и есть ли у тебя колючки?» – «Колючек у меня нет, зато есть мягкий пушок белого цвета». – «Ты любишь ловить ночных бабочек?» – «Нет, ночью я люблю нюхать, как пахнут фиалки». – «А как ты обороняешься от врагов, если у тебя нет колючек?» – «У меня нет врагов», – ответило Второе Я. Ежик был окончательно сбит с толку. «Нет, я не хочу быть тобой, я люблю свои колючки и не люблю общаться. Ты мне не подходишь», – сказал он своему Второму Я. И услышал в ответ: «Но ты ведь даже не пробовал быть мной! Любить то, что люблю я, жить так, как живу я, и думать так, как думаю я. Ведь ничего не случится, если ты попробуешь». – «Зачем? – спросил Ежик. – «Чтобы лучше узнать себя. Ведь я – часть тебя!» Задумался тут Ежик. «Как же мне самому с собой разобраться? А что, если и правда попробовать на время стать другим? Только вот что для этого нужно?» – «Для начала попробуй увидеть меня в себе», – ответило Второе Я.

Ежик подошел к ручью и долго вглядывался в лунном свете в свое отражение в воде. И вдруг он увидел – из воды на него смотрела светлая мордочка. Это была его, Ежика, мордочка. И одновременно не его, а какая-то незнакомая. Взгляд был мягким и добрым, таким же, как голос. Вместо колючек была аккуратная прическа из светлой шерсти, а на мордочке сияла улыбка! Ежик был поражен. Какие-то новые чувства просыпались в нем. К тому же ему стало интересно. И он подумал: «А почему бы мне на одну ночь не стать моим Вторым Я?»

Он закрыл глаза и представил себя светлым, добрым, с новой прической и без колючек. И тут ему вдруг очень захотелось вдохнуть в себя запах ночных фиалок. Он пошел к лесной поляне новыми тропами. Пока шел, улыбался себе, кустам, ночным обитателям леса. А когда пришел, его сердце запело от восторга – такой красивой показалась ему поляна в лунном свете. Так Ежик гулял всю ночь, все больше узнавая свое Второе Я. А когда пришел рассвет, и ему захотелось спать, он сказал своему Второму Я: «Ты мне понравился. Давай дружить! Ведь я могу быть разным. И это совсем не страшно, а даже интересно. Следующей ночью я научу тебя ловить мышей. А ты научишь меня делать букеты из фиалок!» И засыпая, Ежик подумал: «А ведь мы нужны друг другу!» И оба его Я с этим согласились.

Найденный город

«Случай – это Бог».

А. Франс



Жил-был на свете мальчик Вася. Обыкновенный мальчик, с рыжими веснушками на носу и непослушным вихром на затылке. Он жил в обыкновенном городе, не большом и не маленьком, в обыкновенном пятиэтажном доме, в самой обыкновенной квартире, с папой и мамой. Он учился в обыкновенном втором классе обыкновенной средней школы. И была у мальчика мечта – совсем не обыкновенная. Он мечтал найти город, которого нет на Земле, нет на карте, нет в

сказках, – одним словом, его нет нигде. И очень уж важно было для этого мальчика, чтобы никто до него ничего не знал об этом городе. И чтобы он был первооткрывателем.

Мальчик рос, становился старше, а необыкновенная мечта оставалась жить в его воображении. Больше того, когда пришло время выбирать профессию, Вася задумался: а кем же ему нужно стать, чтобы исполнить свою мечту? Он, конечно, может стать космонавтом и летать на другие планеты и, возможно, даже в другие галактики. И тогда он точно найдет тот город, о котором на Земле никто еще не знает. Он может пойти в программисты и придумать этот город в виртуальной реальности. И возможно, создаст такую компьютерную игру, в которую будут играть все дети мира. Он может стать путешественником, и кто знает, возможно, он откроет новый город где-нибудь в бесконечных песках пустыни, или в диких джунглях, или еще где-нибудь.

Вася учился хорошо, все школьные предметы ему давались с легкостью. И все же выбор был труден. Вася одинаково хорошо осваивал и точные науки, и историю. С большим удовольствием писал сочинения и изучал литературу, решал задачи по физике и астрономии. Подходило время окончания школы, нужно было выбирать вуз, а Василий никак не мог определиться. И тут, как часто бывает в подобных ситуациях, помог случай.

Как-то в один из ярких сентябрьских дней после уроков к Васе подошел классный руководитель и предложил

ему принять участие в конкурсе на лучшее сочинение. Тема сочинения была – «Город будущего». Вася даже замер от неожиданности. Ведь это его тема! Конечно, он напишет, – сказал он учителю. И с той минуты мысли об этом сочинении уже не покидали его. Когда он пришел домой, он сразу сел за работу. Писалось легко. Слова как будто сами складывались в строчки, строчки – в абзацы, абзацы – в текст. Сочинение получилось на славу. Даже не сочинение, а целый рассказ. Рассказ о городе, где люди жили, словно одна большая, дружная семья. Где ценились честность, трудолюбие, взаимное уважение и искренность. Где не было преступности, т. к. не было для этого предпосылок. Ведь у людей были истинные ценности! Машины и летательные аппараты использовали энергию солнца, и воздух в этом городе был чистым. На улицах было много цветов и деревьев. Люди улыбались. Деньги в этой стране исчезли за ненадобностью – ведь всего у всех было вдоволь. К тому же люди хорошо понимали, что самые ценные вещи на свете (а именно ради них и стоит жить!) не купить ни за какие деньги. Люди знали с рождения, что добро, любовь, жизнь, здоровье, радость даются человеку просто так, в качестве подарка. И нужно просто уметь ценить и преумножать эти дары... Вася писал, а мысли продолжали складываться в слова, слова – в предложения, предложения – в абзацы... Когда Вася закончил писать, была уже глубокая ночь, в небе висела круглая яркая луна. А на душе у Васи светило солнце и пели птицы. Он с удоволь-

ствием отложил ручку, широко зевнул и лег спать. Всю ночь Васе снился его город. Город будущего. Город счастья. Город свободы и равенства. Город его мечты.

Наутро Вася отдал сочинение классному руководителю и забыл про него. Слишком много новых забот потоком навалилось на него и на его одноклассников – новые предметы, подготовка к экзаменам, выбор вуза. Вася даже не помнит, сколько времени прошло с тех пор, как он писал сочинение. И вот, как-то в один из дней, прямо во время урока физики, в класс заходит директор школы. И объявляет, что у него есть важное сообщение. Директор просит выйти Васю к доске и пожимает ему руку, поздравляя с победой. И объявляет всему классу, что Вася – победитель литературного конкурса. И добавляет, что конкурсная комиссия в качестве поощрения, кроме положенного приза, дает ему направление в литературный институт.

Вот так «случайно» и решилась Васина судьба. Вася поступил в вуз и впоследствии стал известным писателем. Благодарю случаю и «городу своей мечты» он нашел себя и свою судьбу.

Сказка про Грозу

«Где гроза, тут и милость»

А. С. Пушкин



Жила-была маленькая Гроза. Родилась она среди высоких гор, высоко в небе, в семье весенних гроз. В день ее рождения ярко светило солнце. Оно освещало высокие снежные вершины. Снег на них блестел так ярко, что маленькая Гроза, только родившись, зажмурилась от этого света. Зажмурилась и рассмеялась. Ей было весело – от того, что она родилась, от того, что слишком ярко вокруг, от того, что мир словно ждал ее рождения. И как только она расхохоталась, что-то сверкнуло в небе – позже она узнала, что это тетушка Молния. Появился дедушка Ветер. Он прошептал ей: «Добро пожаловать в семью! Мы ждали тебя». И пока маленькая Гроза еще нежилась на пушистых тучках, на землю уже всюду проливался дождь, чем-то очень вкусным пахло в воздухе. Мир с каждой минутой становился чище, ярче, радостнее. И вскоре произошло событие, благодаря которому маленькая Гроза навсегда запомнила и полюбила свой день рождения: на весеннем небосклоне появилась яркая радуга. Маленькая Гроза поняла, что мир прекрасен, и что она появилась в этом мире, чтобы делать его еще прекраснее и чище.

Ей хотелось поделиться с миром своим открытием, и она полетела вдоль высоких гор, над лугами, потом над крышами домов, потом над рекой, потом снова над лугами. И везде, где она пролетала, тучки проливались дождем, земля напитывалась влагой, растения становились зеленее. А маленькая Гроза весело смеялась и летела дальше. В одном месте

она застала идущих по лесной дороге грибников, и они вприпрыжку побежали по лужам. Маленькой Грозе нравилось лететь, проливаться дождем, смеяться и сверкать молниями. Ей нравилось жить. Ведь это так весело!

Летит маленькая Гроза над лесами, над полями – а навстречу ей Дракон. Поравнялся Дракон с Грозой и говорит: «Давай дружить!» Удивилась Гроза, первый раз она за свою жизнь Дракона встретила, и говорит: «Давай, а ты кто?» Тут очередь пришла Дракону удивляться – не думал он, что кто-то может его не знать. Но все-таки представился: «Я – Дракон!» А маленькая Гроза его и спрашивает: «А что ты умеешь?» – «Я умею летать и извергать пламя», – ответил Дракон. «Как интересно, – подумала Маленькая Гроза, – тогда, может, и я дракон?» И говорит Дракону: «Давай! Я тоже умею летать и извергать пламя. Будем вместе очищать мир!» Дракон опять удивился: «Очищать мир? Я никогда не пробовал, но я не против – давай!» А про себя подумал: «Может быть, я – Гроза, только никогда не знал об этом?» И дальше они полетели вместе. Им было хорошо вместе – Дракон рассказывал о дальних странах, и маленькая Гроза с удовольствием слушала его истории. Маленькая Гроза создавала гром и молнии, и Дракон получал от этого настоящее удовольствие. Так они летели долго, пока не устали. Решили отдохнуть на берегу речки. И тут увидели в речке свои отражения. И удивились тому, что они такие разные. «Нет, я, пожалуй, не Дракон», – подумала маленькая Гроза. «Да разве я

Гроза?» – подумал Дракон. Посмотрели друг на друга и рассмеялись – поняли, что подумали об одном и том же. Посмеялись Дракон и маленькая Гроза и полетели дальше. Ведь у них было одно общее дело на двоих, и это дело приносило им радость.

Про Женственность

«— Тогда скажи, что такое мужество? — спросил дьявол. — Мужество — никогда не поддаваться твоим соблазнам, — ответил Бог. — Да, в деликатности тебе не откажешь, — заметил дьявол. — Значит, женственность — поддаваться моим соблазнам? — Нет, — ответил Бог, — символ женственности — это руки, укутывающие ребенка. И все, что делает женщина, должно сводиться к укутыванию, а если нечем укутывать, укутывать собой».

Фазиль Искандер

На старом блошином рынке продавали Женственность. Недорого. По сходной цене. И все равно никто не брал. Да и кому она нужна в наш суррогатный век? Когда женщины водят машины, избираются в парламент и заказывают детей из пробирки? Ссохшаяся маленькая старушка в выцветшем платье рекламировала ее, как могла, но все было тщетно. Похоже, это был неходовой товар.

Рядом на старой скатерти были разложены монеты прошлого века, значки ГТО, грампластинки и даже игральные карты. И все эти вещи бойко рассматривали покупатели, торговались, интересовались годом выпуска, покупали. А Женственность виновато ютилась на самом краешке и, никому не нужная, постепенно теряла свою яркость и привлекатель-

ность. Мимо проходили женщины и мужчины, девочки и мальчики, бабушки и дедушки. Пробежала одна собака. Рынок постепенно пустел. К старушке все реже подходили прохожие. Наконец, грустно окинув взглядом окружающее пространство, старушка поняла, что пора уходить. Ей почему-то очень хотелось, чтобы кому-то пригодилась именно Женственность. Именно этот раритет, а не старые монеты она считала настоящей ценностью.

Старушка глубоко вздохнула и окинула взглядом свой незамысловатый прилавок. На нем, кроме Женственности, непроданным остался только один значок с изображением волка и надписью «Ну, погоди!» из старого мультфильма. Она собралась уже собирать свою скатерть, как услышала: «Подождите, не убирайте! Это Вы продаете Женственность?» Подняв глаза, она увидела, как к ней тяжело бежит пожилой человек, одной рукой что-то придерживая в кармане. Старушка замерла, еще ни на что не надеясь.

Подбежав к скатерти, мужчина бережно взял Женственность в руки. И не отводя от нее восхищенного взгляда, сказал: «Я беру! За любую цену! Сколько хотите?» Оторопевшая старушка еле прошептала: «Зачем она Вам?» И тут, словно ждав этого вопроса, мужчина гордо выпрямился и достал из кармана какую-то картонку. Это был снимок УЗИ. «Вот, – протягивал он с совершенно счастливым лицом старушке, – вот, моя внучка!» Старушка посмотрела на этот клочок бумаги с изображением какой-то рыбки, и ее лицо

тоже просияло. Она вдруг стала очень красивой, как в молодости. «Это подарок», – неожиданно для себя сказала она. Старушка чувствовала себя совершенно счастливой. – «Это подарок!»»

Чуть позже, придя домой, она поняла, отчего так счастлива сегодня: ведь только когда ты даришь, ты приобретаешь по-настоящему.

Сказка про зависть

Никто не бывает так склонен к зависти, как люди самоуниженные.

Бenedикт Спиноза

Жила-была на свете Зависть. Плохо жила. Все время кому-то завидовала. И уходило у нее на это все время. А на радость времени не оставалось. И в один прекрасный день поняла Зависть, что она очень завидует тем, кто живет радостно и весело. И задумалась: ну почему у нее так жить не получается? И решила она разузнать – в чем же секрет радостной жизни и как научиться жить с радостью?

И для этого решила она пойти по свету поучиться уму-разуму. Для этого на следующее утро проснулась Зависть пораньше, собрала с собой рюкзачок в дорогу, одела походную черную куртку и отправилась в путь. Только вышла из дома, видит: сидит на ветке птичка, маленькая такая, сама невзрачная, а такие трели красивые выводит! А самое главное – выглядит при этом очень счастливой и радостной! Сначала Зависть хотела, как обычно, радость украсть. Даже камень подняла с земли, чтобы в птичку бросить. Но потом подумала: улетит птица или на землю упадет, – а как она, Зависть, потом узнает, откуда радость берется? Опустила руку, не стала камень бросать. Спрашивает птичку: «Эй, птичка-невелич-

ка, скажи, отчего ты радостная такая?» Не отвечает птичка, очень уж делом своим увлечена – поет, заливается. Рассердилась Зависть, что ее не слышат, обиделась, что не отвечают, кричит: «Глупая птица, кому ты поешь, ведь нет никого вокруг!» А птичка засмеялась в ответ: «Я пою солнцу, небу, ветру, деревьям, тебе!». – «Мне?! – удивилась Зависть. – Но зачем?» – «Чтобы радостью поделиться!» – ответила птичка и начала петь новую песню. Ничего не поняла Зависть и, обескураженная, пошла дальше.

Вышла Зависть на большую дорогу, а там асфальтоукладчик новый асфальт на дорогу укладывает. И сидит за рулем этой машины водитель, улыбается, от радости светится весь. «Да что же это такое, они как будто специально меня дразнят!» – думает про себя Зависть. А вслух спрашивает водителя: «Ну а ты-то чему радуешься?» – «Как же мне не радоваться, – отвечает он, – новую дорогу для людей делаю!» И даже стал песню насвистывать от радости. Опять ничего не поняла Зависть. Идет по дороге, злится – на птицу, на водителя, на весь мир. И на себя, конечно, – за то, что не может никак она понять, откуда радость берется.

Идет Зависть дальше. Дорога проходит мимо леса. Зависть быстро идет, торопится. Вдруг видит – сидит у дороги под кустом маленький зайчонок. Сидит и дрожит, то ли от утренней свежести, то ли от голода. Подумала Зависть про себя: «Вот глупый! Наверное, потерялся и дорогу домой не знает. Поделом ему – будет знать, как от родителей убежать».

Хотела мимо пройти. Но вдруг остановилась – вспомнила, зачем она из дома вышла. Подумала: «Пройти мимо я всегда успею, а вдруг он знает секрет – откуда радость берется?» Остановилась и хотела уже поучительную речь произнести о воспитании. Но тут вдруг увидела, что зайчонок еще сильнее задрожал. Сняла тогда Зависть с себя куртку и зайчонка накрыла. Куртка большая, зайчонок маленький – оказался он внутри куртки, как в домике. Согрелся, успокоился, дрожать перестал. Зависть и забыла про нравоучения. Сама себя не узнавая, вытащила из рюкзака печенье и зайчонку дает: «Ешь, подкрепись. Когда дома-то будешь – неизвестно».

Сидит Зависть рядом, на зайчонка смотрит и чувствует, что как будто меняется у нее что-то внутри. Какое-то новое чувство рождается внутри нее. И от этого чувства как будто теплее становится. И тут вдруг видит Зависть – бежит по направлению к ней зайчиха через поле. Подбежала и спрашивает: «Вы зайчонка маленького не видели?» Заулыбалась Зависть, край куртки приоткрывает – а там сидит ее зайчонок и печеньем лакомится. «Радость-то какая! – смеется зайчиха. – Спасибо Вам огромное!» Задумалась Зависть – на душе у нее вдруг стало очень хорошо. Развернулась она и пошла обратно, домой. И пока шла, по-хорошему удивляла прохожих своей радостной и счастливой улыбкой.

Сказка про Здоровье

Самые дорогие вещи в этом мире мы получаем просто так и не можем купить за деньги. И если мы это ценим и принимаем с благодарностью, мы умеем быть счастливыми.



Жил один мужичок в деревне. Ни молодой – ни старый, ни чернявый – и ни рыжий, ни умный – и ни глупый. Просто мужичок. Обыкновенный. Жил, как все в той деревне жили: вставал с петухами, спать ложился, как солнышко за горизонт сядет. На земле много трудился. Землю любил, деревню свою любил, хозяйство свое – курочек да коров – любил. И

было у него одно увлечение – не увлечение, хобби – не хобби, можно сказать – забава. Очень уж любил мужичок в лес по грибы ходить. Было это для него большой радостью. И поэтому, как только лето вступало в свои права, и появлялись грибы, мужичок все свое свободное время в лесу проводил. Ходил по лесу тихо, будто боялся грибы спугнуть. Когда гриб находил, радовался, как ребенок, – все лицо его освещалось широкой светлой улыбкой. Аккуратно ножичком срезал он гриб, прижимая пальцем корневище, чтобы грибницу не повредить. А потом замирал со счастливой улыбкой, смотрел на гриб и разговаривал с ним. И к каждому грибочку свое слово ласковое подбирал – кого за крепость похвалит, кого за наряд, а кого и за умение прятаться под листочками. И только после этого клал его в корзинку. Корзинка у мужичка была специальная, грибная, он с ней только по грибы ходил, любил и берег ее.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.