



«Чтобы дойти до цели,  
надо прежде всего идти».  
Оноре де Бальзак

# Шаги к мудрости

Притчи, попадающие прямо в сердце





*Вы являетесь тем,  
во что верите...*

# Лев среди овец

Однажды львица вышла на охоту с новорожденным детенышем. Преследуя овец, львица сорвалась с крутого обрыва и разбилась. Львенок остался в отаре и вырос среди овец. Как-то раз на отару напал другой лев. Как же он был удивлен, когда в пылу погони увидел льва, безумно блеющего от страха. Он догнал робкого льва и спросил: «Что на тебя нашло? Почему ты, могучий лев, ведешь себя как трусливая безмозглая овца?»

Робкий лев объяснил, что он овца и родители учили его блеять и спасаться бегством от могучих львов, наводящих страх на все живое.

Хищник подвел робкого льва к реке и показал ему его отражение в воде. И лев прозрел, он открыл в себе прежде неведомые отвагу, силу и величие и стал вести себя соответственно.



*Не откладывайте на потом значимые  
для вас чувства, дела и поступки!*

*Помните о том, что завтра  
может и не наступить...*

# ЖИТЬ ТОТАЛЬНО

Александр Македонский на пути в Индию встретил Диогена.

Диоген лежал на берегу реки, нежась под лучами солнца.

Восхищенный его красотой, Александр произнес:

— В следующей жизни я попрошу Бога сделать меня Диогеном.

Диоген рассмеялся:

— Кто мешает тебе стать им прямо сейчас? Куда и зачем ты идешь?

— Я направляюсь в Индию, хочу завоевать весь мир.

— А что ты сделаешь потом?

— Отдохну.

— Безумец! Кто внушил тебе, что ради отдыха нужно завоевать мир? Если не отдохнешь сейчас, не отдохнешь никогда. Всегда останется то, что захочется покорить.

Так и случилось. Александр скончался на пути из Индии домой, так и не отдохнув.



*Задумайтесь, о чем кричат ваши суждения?  
Человек осуждает в других то,  
что значимо для него самого,  
но подавлено или не реализовано  
в нем...*

# Понимание

Два монаха дзен подошли к бурной реке, возле которой стояла девушка. Она попросила их помочь ей переправиться через реку. Один из монахов взял ее на плечи и перенес на другой берег. Второй ничего не сказал, но внутри весь кипел. Когда они пришли в монастырь, он сказал своему спутнику:

— Я расскажу об этом настоятелю. Ты не должен был так поступать!

Первый монах удивленно спросил:

— О чем ты говоришь?

— Ты забыл? — сказал второй. — Ты нес красивую юную женщину на плечах.

Первый монах рассмеялся и ответил:

— Я перенес ее на другой берег за одну минуту и сразу же оставил ее там. А ты все еще несешь ее?



*У вас есть все необходимые семена.  
Посадите их, ухаживайте за всходами  
и насладитесь богатым урожаем!*

# В лавке у Бога

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

— Господи, это Ты! — воскликнула она с радостью.

— Да, это Я, — 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 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?



*Будьте осознанны,  
и ваш гнев  
не причинит вреда  
вам и окружающим!*

# Гнев

Ученик спросил у Мастера:

- Как мне справиться с моим неуправляемым, гневливым характером?
- Покажи мне свой гнев, — усмехнулся Учитель.
- Сейчас его нет, — ответил ученик.
- Хорошо, принеси мне его, когда он появится.
- Вряд ли у меня получится, — вздохнул ученик. — Гнев всегда возникает внезапно, и я растеряю его, пока приду к тебе.
- В таком случае, — заключил Учитель, — гнев не может быть частью тебя. Иначе ты мог бы показать его в любой момент. Ведь ты не родился со скверным характером — значит, он пришел к тебе извне. Когда почувствуешь гнев, включи осознание. Ты тут же почувствуешь, как уходит внутреннее напряжение. Телу потребуется еще некоторое время, чтобы остыть, но центр уже спокоен. Ты уже не един с гневом.



*Не следует растрачивать свою  
энергию на второстепенные дела.  
Концентрируйте силы на значимых целях!*

# Обрезайте ветки в саду вашей души

**В определенный сезон мы обрезаем сухие, нездоровые или лишние ветки на деревьях в саду. Мы ограничиваем рост растения так, чтобы оно росло в направлениях по нашему выбору и давало не столько листья, сколько цветы и плоды.**

**В саду нашего тела и разума есть много ненужных привычек и дел, на которые мы тратим время, мысли, энергию и которые не дают нам расцвести. Если мы не пресечем свой рост в неплодотворных направлениях, то большая часть нашей энергии будет растрачена на действия, очень далекие от наших истинных желаний и целей. Удаляя все старое и бесполезное из своей жизни, мы даем возможность расцвести сокрытым в нас талантам и чувствам.**



*Приложите максимум усилий  
по разрешению ситуации,  
не дожидаясь, пока бездействие  
станет опасным для вас!*

# Единственный выход

**Жила-была лягушка. Как-то она запрыгнула в колею на разбитой проселочной дороге. Колея была так глубока, что лягушке никак не удавалось оттуда выбраться. Она выбивалась из сил, но ничего не получалось. Вокруг собрались приятели, которые пытались помочь, — безрезультатно. К вечеру все разошлись по домам, уверенные в том, что к утру бедняжка погибнет. Проснувшись, они увидели, что лягушка прыгает на воле. «Как ты выбралась из ямы? Мы ведь вчера все перепробовали, это просто чудо какое-то!»**

**«Понимаете, — ответила лягушка, — я увидела, что приближается грузовик. Шутки шутками, но у меня был только один выход — поскорее выбраться!»**





*В любой ситуации  
будьте оптимистом!*

# Победитель

**Жили-были маленькие лягушата, которые организовали соревнования. Их цель была — забраться на вершину башни. Собралось много зрителей, которые не верили в успех и во время соревнования кричали: «Это слишком сложно!», «Они никогда не заберутся на вершину!», «Нет шансов! Башня слишком высокая!»**

**Лягушата начали падать один за другим. Только один поднимался все выше и выше. Он приложил все усилия и забрался на вершину!**

**Все захотели узнать, в чем секрет, и спросили: «Как тебе это удалось?» Но ответа не последовало. Победитель был глухой!**



*Мы видим мир таким,  
каковы мы сами...*

# Дерево

У дороги стоял ствол засохшего дерева. Ночью прошел мимо него вор и испугался — подумал, что это стоит поджидающий его полицейский. Прошел влюбленный юноша, и сердце его забило 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.



*Человек не может  
получить свободу извне  
больше той, которой  
он обладает изнутри...*

## **О медведе в тесной клетке**

**В одном маленьком зоопарке медведя долго держали в тесной клетке, и он мог сделать только четыре шага в одну сторону, повернуться и сделать четыре шага обратно. Так и ходил он целыми днями по клетке туда и обратно. Время шло, зоопарк стали ремонтировать, и медведя выпустили в новый просторный вольер. Он огляделся, осторожно сделал шаг, другой, третий, четвертый... А потом повернулся и снова сделал четыре 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 и ходит в огромном вольере: четыре шага туда и четыре шага обратно.**



*Живите набело!  
У жизни нет черновиков...*

# Первая стрела

Мастер стрельбы из лука предложил Ученику подготовиться к выполнению упражнения. 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 — она все равно пошла бы мимо цели, поскольку, стреляя, ты бы знал, что у тебя в запасе есть еще одна попытка, — сказал Мастер.

«Так вот почему человеку дается только одна жизнь», — подумал Ученик.



*На Бога надейтесь,  
но и сами действуйте.  
У Бога нет иных рук,  
кроме ваших...*

# Бог поможет

**В деревне наводнение, а дед не хочет уезжать, говорит:**

**— 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?**



# Падать и подниматься

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.



*Сделайте шаг  
в нужном вам направлении!  
Помогите судьбе!*

# Лотерейный билет

**Жил на свете человек, ничем особенным от других не отличался, но вот только была у него идея фикс: очень ему хотелось в лотерею выиграть. С этой целью чуть ли не каждый день ходил он в церковь, ставил свечку и просил Бога: «Господи, помоги мне, пошли выигрыш в лотерею».**

**И так он истово молился сотни раз, что уже не могли на это равнодушно смотреть даже Архангелы. «Господи, да помоги Ты ему, — обратились они к Богу, — чего Тебе стоит, а он еще больше в вере укрепится». «Да помог бы я ему уже давно, сам смотреть не могу, как он убивается, — ответил Всевышний, — только он бы хоть один билет лотерейный купил...»**



*От ваших мыслей,  
решений и поступков  
зависит ваша жизнь...*

# Все в твоих руках

Давным-давно в старинном городе жил Мастер. Один из его учеников однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог дать ответа?»

Он пошел на цветущий луг, поймал бабочку, спрятал ее между ладонями и подошел к Мастеру:

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





*Рай и ад не в конце жизни,  
они здесь и сейчас.*

*Дверь открыта всегда. В любой миг  
вы выбираете, где находиться...*

# Врата рая и врата ада

Как-то раз к Мастеру пришел самурай, который хотел знать, где ворота рая и ада, чтобы избежать ада и попасть в рай. И Мастер спросил его:

— Кто ты?

— Я — самурай, лидер самураев, — ответил воин. — Сам император отдает мне дань уважения.

Мастер рассмеялся:

— Это ты-то самурай? А выглядишь оборванцем! Самурайская гордость была задета. Воин забыл, зачем пришел. Он мгновенно выхватил меч, но Мастер сказал:

— Это и есть врата ада. С мечом, в гневе — ты открываешь их.

Воин понял и вложил меч в ножны... а Мастер продолжил:

— А здесь открываются врата рая. Рай и ад существуют в тебе. И ворота в тебе.



*Вера  
в счастливый исход -  
залог успеха!*

# В руках судьбы

Великий японский воин решил атаковать противника, хотя врагов было в десять раз больше. Он верил, 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.

Воин 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 воин, показывая ему монетку, у которой с обеих сторон был орел.



*Вы можете быть только собой...  
Невозможно стать кем-то другим.  
Можно наслаждаться этим, даря  
окружающим аромат цветения, но можно и  
засохнуть, порицая свою сущность...*

## **Жимолость в царском саду**

Царь пришел в сад и увидел вянущие и гибнущие деревья, кусты и цветы. Сосна сказала, что она умирает, потому что не может давать виноград, подобно виноградной лозе. Лоза умирала, потому что она не могла цвести, словно роза. Лишь одна жимолость цвела как обычно.

Жимолость сказала царю: «Я приняла как само собой разумеющееся то, что, сажая меня, ты хотел, чтобы из семени выросла жимолость. Если бы ты хотел вырастить дуб, виноград или розу — ты посадил бы их. Поэтому я решила, что раз я не могу быть ничем иным, а только жимолостью, то постараюсь быть ею как можно лучше».



*Отбросьте  
ненужное –  
оно мешает  
идти!*

# Притча про ношу

По дороге с трудом шел путник, обвешанный всякими предметами. Он продвигался вперед, оплакивая свою горькую судьбу и жалуясь на мучительную усталость. Повстречался ему крестьянин:

- Усталый путник, зачем ты несешь песок в мешке, ведь ты идешь по песку? И зачем тебе такой большой бурдюк с водой, когда рядом с тобой течет чистая река, которая и дальше будет сопровождать тебя в пути?!
- Спасибо, добрый человек, только теперь я заметил, что тащу с собой в пути, — с этими словами путник открыл бурдюк, и тухлая вода вылилась на песок.

Вдруг он осознал, что идет сгорбившись, потому что у него на шее тяжелый мельничный жернов. Путник отвязал жернов и швырнул в реку. Свободный от обременявших его тяжестей он продолжал свой путь в вечерней прохладе.



*Не позволяйте высокомерию  
завладеть вашим умом...*

# 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.**



**Выбор  
позитивного мышления –  
шаг к позитивным  
событиям!**

# **Притча о двух волках**

**Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину. В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло — зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро — мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность...**

**Маленький индеец задумался, а потом спросил:**

**— А какой волк в конце побеждает?**

**Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:**

**— Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.**



*Вы сами определяете  
направление и меру сложности  
вашего пути...*

# Притча о кресте

Решил как-то один человек, что у него слишком тяжелая судьба, и обратился он к Господу Богу с просьбой: «Спаситель, мой крест слишком тяжел, и я не могу его нести. Не мог бы Ты заменить мой крест на более легкий, как у других?» И сказал Бог: «Хорошо, Я приглашаю тебя в хранилище крестов — выбери себе тот, который понравится».

Пришел человек в хранилище и стал подбирать себе крест: он примерял на себя все кресты и все ему казались слишком тяжелыми. У самого выхода он заметил крест, который показался ему легче других, и сказал Господу: «Позволь мне взять этот». Бог ответил: «Так ведь это и есть твой собственный крест, который ты оставил в дверях, чтобы примерить остальные».



# Строители

**Однажды старая женщина увидела трех строителей, возводивших какое-то здание.**

**Что вы делаете? – спросила она их.**

**- Кладу кирпичи, - ответил первый, вздохнув.**

**- Выполняю свою работу, - ответил устало второй.**

**- Строю самый красивый в мире собор, - ответил третий с огнем во взоре.**





# **Алчность, угодливость и НЕВОЗМОЖНОСТЬ**

**Суфий сказал:**

— Никто не поймет человека, пока не осознает связи между алчностью, угодливостью и невозможностью.

— Это, — сказал ученик, — головоломка, которую я не в состоянии постичь.

**Суфий промолвил:**

— Не ищи понимания с помощью решения головоломок, когда его можно достичь посредством опыта.

Он повел ученика на ближайший базар, туда, где продавались халаты.

— Покажи-ка мне самый лучший халат, — сказал суфий лавочнику, — и притом самый дорогой.

Ему принесли роскошное одеяние, и на него была названа исключительно высокая цена.

— Это именно то, что мне хочется, — промолвил суфий. — Вот только я бы предпочел, чтобы воротник был расшит блестками и оторочен мехом.

— Ничего нет легче, — тут же ответил продавец. — Именно такой халат лежит у меня в мастерской за магазином.

Он на несколько мгновений исчез и вернулся с наспех пришитыми к тому же самому халату мехом и блестками.

— И сколько же стоит этот? — спросил суфий.

— В двадцать раз больше, чем предыдущий, — ответил лавочник.

— Превосходно! — воскликнул суфий. — Я беру оба.



# Величие моря

**Волны царственно бились о скалы, темно-синие, с белоснежными гребнями пены. Увидев это зрелище впервые, Насреддин был на мгновение ошеломлен. Затем он подошел поближе к берегу, зачерпнул горсть воды и попробовал. «Подумать только, - сказал Мулла, - столько претензий – и не годится для питья».**



# Зимняя притча

Жили-были два соседа. Пришла 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 ещё раньше, принялся за работу, глядит, - 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, вот они и протоптали!



# Карандаш

Прежде чем положить карандаш в коробку, карандашный мастер отложил его в сторону.

- Есть пять вещей, которые ты должен знать, - сказал он карандашу, - прежде чем я отправлю тебя в мир. Всегда помни о них и никогда не забывай, и тогда ты станешь лучшим карандашом, которым только можешь быть.

Первое – ты сможешь сделать много великих вещей, но лишь в том случае, если ты позволишь Кому-то держать тебя в Своей руке.

Второе – ты будешь переживать болезненное обтачивание время от времени, но это будет необходимым, чтобы стать лучшим карандашом.

Третье – ты будешь способен исправлять ошибки, которые ты совершаешь.

Четвертое- твоя наиболее важная часть будет находиться внутри тебя.

И пятое – на какой бы поверхности тебя не использовали, ты всегда должен оставить свой след. Независимо от твоего состояния, ты должен продолжать писать.



# Колумб и яйцо

**Некто сказал Колумбу:**

**Ну и что ты такого сделал в истории? Ну, поплыл! И я бы поплыл в случае чего. Открыл чего-то там? Ну и я бы тоже открыл.**

**Колумб не стал спорить, взял вареное яйцо и попросил собеседника поставить его на стол так, чтобы оно не падало. Собеседник крутил его, ставил, дул – яйцо падало. Тогда Колумб слегка ударил яйцом по столу и заставил его стоять на сломе скорлупы.**

- Ах, вот что, - скривился человек. – Я тоже так могу.**
- Можешь – засмеялся Колумб. – Но только ПОСЛЕ меня.**



# Наберись смелости и сделай попытку

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, подданные мои, - обратился к ним царь, - есть у меня для вас 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 головами. Другие, которые считались мудрыми, стали разглядывать замок, однако вскоре признались, что не смогут открыть его. Раз уж мудрые потерпели неудачу, то остальным придворным ничего не оставалось, как тоже признаться – эта задача им не под силу и слишком трудна. Лишь один визирь подошел к замку.

Он стал внимательно его осматривать и ощупывать, затем попытался различными способами сдвинуть с места и, наконец, одним рывком дернул его. О чудо – замок открылся! Просто он был защелкнут не полностью. Тогда царь объявил:

- Ты получишь этот важный пост. Потому что полагаешься не только на то, что видишь и слышишь, но надеешься на собственные силы и не боишься сделать попытку.



# О кофе

Приходит к отцу молодая девушка и говорит:

— Отец, я устала, у меня такая тяжелая жизнь, такие трудности и проблемы, я все время плыву против течения, у меня нет больше сил. Что мне делать?

Отец вместо ответа поставил на огонь три одинаковых кастрюли с водой, в одну бросил морковь, в другую положил яйцо, а в третью насыпал молотые зерна кофе. Через некоторое время он вынул из воды морковь и яйцо и налил в чашку кофе из третьей кастрюли.

— Что изменилось? — спросил он свою дочь.

— Яйцо и морковь сварились, а зерна кофе растворились в воде — ответила она.

— Нет, дочь моя, это лишь поверхностный взгляд на вещи. Посмотри — твердая морковь, побывав в кипятке, стала мягкой и податливой. Хрупкое и жидкое яйцо стало твердым. Внешне они не изменились, они лишь изменили свою структуру под воздействием одинаковых неблагоприятных обстоятельств — кипятка. Так и люди — сильные внешне могут расклеиться и стать слабаками там, где хрупкие и нежные лишь затвердеют и окрепнут...

— А кофе? — спросила дочь.

— О! Это самое интересное! Зерна кофе полностью растворились в новой враждебной среде и изменили ее — превратили кипяток в великолепный ароматный напиток. Есть особые люди, которые не изменяются в силу обстоятельств — они изменяют сами обстоятельства и превращают их в нечто новое и прекрасное, извлекая пользу и знания из ситуации.



# **О том, что мы видим**

**Однажды к Хинг Ши пришел его ученик и спросил:**

**- Учитель, объясни мне, почему я, имея такие же глаза, как и у тебя, часто не замечаю того, что замечаешь ты.**

**Хинг Ши вышел из комнаты и через какое-то время вернулся, держа в руках папирус на незнакомом для ученика языке. Развернув его, он сказал:**

**- Что ты видишь?**

**Ученик, не желая выдавать свое незнание, ответил:**

**- Я вижу многовековую мудрость в этих словах.**

**Тогда Хинг Ши сказал:**

**- На самом деле перед тобой — записка египетского купца, - а знаю и вижу я это потому, что однажды, не побоявшись признаться себе в том, что я чего-то не знаю, выучил этот язык.**



# *Источники:*

- 1. Е. К. Климова, Набор психологических открыток с притчами «Шаги к мудрости» — СПб.: Речь, 2010;*
- 2. К. Ю. Кононович, «Притчи тренера, или Искусство слов попадать прямо в сердце». — СПб.: Речь, 2010.*

*Компьютерная верстка:*

*Трусевич Светлана Роландовна.*