Притчи - это не просто тексты, не просто рассказы. Каждая притча может что-то дать, научить чему-то, в ней заложена какая-то определённая правда, какой-то определённый урок, маленький или большой закон Мира, в котором мы живём.

Этот подход может применяться в работе с детьми и взрослыми. При работе с людьми с физическими или психическими заболеваниями, в период возрастного кризиса, психической травмы, при потере близкого человека и т.д. Арт-терапевты используя готовые истории, помогают им постичь смысл историй и признать ценность собственного опыта. Повествование может быть использовано для того, чтобы освободить клиента от привычных, стереотипных значений и поведенческих программ. Обращаясь к притчам человек, претерпевающий внутренний кризис и чувства вины, страха и отчания, может получить необходимую для него поддержку.

Нередко использование заимствованных историй представляется клиенту более безопасной или удобной формой рассказа о себе, нежели создания собственного биографического повествования.

Посредством притч можно получить доступ к знанию законов объёмного мира. Причём этот доступ - облегчённый, потому что притчи - это искусство слов попадать прямо в сердце. Это своеобразный учебный материал, который непременно поможет внимательному и вдумчивому ученику путешествовать по Миру осознанно и радостно.

Абуль-Фарадж называл притчи рассказами, освежающими разум и удаляющими из сердца горе и печаль. «Пусть они послужат утешением для страждущих, целительным бальзамом для людей с разбитым сердцем, путеводителем для любящих наставления и лучшим другом для ценителей смешного», - писал он.

**Торговец и попугай**

У восточного торговца был говорящий попугай. В один прекрасный день птица опрокинула бутыль с маслом. Торговец разгневался и ударил попугая палкой по затылку. С этих пор умный попугай разучился говорить. Он потерял перья на голове и совсем облысел. Однажды, когда он сидел на полке в лавке своего господина, вошел лысый покупатель. Его вид привел попугая в страшное волнение. Он подпрыгивал, хлопал крыльями, хрипел, кряхтел и наконец, ко всеобщему изумлению, вдруг вновь обрел способность говорить: "Ты тоже опрокинул бутыль с маслом и получил подзатыльник? Вот почему у тебя теперь нет волос!" (По Мовлана)

**Притча. Равин и Бог.**

Раввин разговаривал с богом о рае и аде. "Я покажу тебе, что такое ад", - сказал бог и повел раввина в комнату, где посередине стоял большой круглый стол. Люди, сидящие вокруг стола, умирали с голоду и были в отчаянии. На столе стоял горшок с мясом, да таким вкусным, что у раввина потекли слюнки. У каждого сидящего за столом была ложка с очень длинной ручкой. И хотя ложки прекрасно доставали до горшка, их ручки были настолько длинными, что едоки не могли поднести ложку ко рту и поэтому оставались голодными. Раввин увидел, тчто их страдания были по-настоящему ужасными.

"А теперь ты увидишь рай", - сказал бог, и они пошли в другую комнату, в точно такую же, как и первая. В ней был большой круглый стол посередине и горшок с мясом. Люди, сидящие вокруг, тоже держали в руках ложки с длинными ручками, но все они были сытые и упитанные, они смеялись и разговаривали. Раввин не мог ничего понять. "Это просто, но требует определенного навыка, - сказал бог. - В этой комнате, как ты можешь заметить, люди научились кормить друг друга".

**Притча о двух деревьях**

В одном лесу росли два дерева. Когда капли дождя падали на листья или вода омывала корни первому дереву, оно впитывало в себя совсем немного и говорило: «Если я возьму больше, что останется другим?»

Второе дерево забирало всю воду, которую природа давала ему. Когда солнце дарило свет и тепло второму дереву, оно наслаждалось, купаясь в золотистых лучах, а первое забирало себе лишь малую часть.

Прошли годы. Ветви и листья первого дерева были настолько малы, что не могли впитать даже каплю дождя, солнечные лучи не могли пробиться к скудным плодам, теряясь в кронах других деревьев. «Я всю жизнь делилось с другими, а теперь взамен не получаю ничего»,- тихо повторяло дерево вновь и вновь. Рядом росло второе дерево, роскошные ветви которого были обильно украшены большими плодами. «Спасибо тебе, Всевышний, за то, что ты дал мне в этой жизни все. Теперь, спустя годы, я хочу отдать в сотни раз больше, поступив так, как поступаешь ты. Под своими ветвями я укрою тысячи путников от палящего солнца или от дождя. Мои плоды будут радовать многие поколения людей своим вкусом. Спасибо, что ты дал мне эту возможность - дарить»,- так говорило второе дерево.

**Сила привычки.**

Человек имел привычку в течение двадцати лет ежедневно захаживать по вечерам к своей любовнице и проводить там время в беседах и играх в карты. И вот, когда скончалась его законная жена, знакомые и родственники посоветовали ему:

- Мы все знаем тебя. Было бы лучше, если бы ты женился на ней, привёл бы её к себе в дом. Вспомни мудрые слова наших предков: «Нет зла без добра».Человек не соглашался со своими родственниками и знакомыми:

- Нет, нет, этому не бывать. Как же я расстанусь с моей двадцатилетней привычкой? Если я приведу её к себе в дом, куда же мне ходить по вечерам, где проводить время, с кем беседовать, кому рассказывать о своих проблемах?

**Сын крестьянина.**

Умер царь. Среди нахараров и ишханов не было единодушия, и они не смогли выбрать нового царя из своей среды. Думали-думали и выбрали царём сына крестьянина.

И вот однажды к царю пришёл его отец и говорит:

- Сынок, ты узнаёшь меня?

- Как я могу узнать тебя, когда сам себя не узнаю, - ответил сын.

**Батюшка и фасоль.**

В первый день Великого поста один сельский священник положил себе в карман сорок девять штук фасоли, чтобы, выбрасывая ежедневно по одной штуке, определить день окончания поста. Стирая одежду священника, его жена заметила, что карман у него набит фасолью. «Батюшка любит фасоль, добавлю-ка я ему немного, пусть ест на здоровье». Так и сделала. Батюшка каждый день выбрасывал из кармана по одной фасоли, но та не кончалась.

Прошёл Великий пост, но для села, он не кончился.

И вот однажды крестьяне спросили у батюшки:

- Батюшка, когда же кончится Великий пост?

- Глядя на фасоль, что в моём кармане, ещё много дней остаётся.

**Притча о статуе**

Жил на свете человек, всем сердцем преданный Будде. У него была деревянная статуя Будды, которой он молился и относился к ней как к святыне.Однажды холодной зимней ночью он сильно замерз, почти окоченел. В доме не было ни щепки, чтобы развести огонь, и он неистово молился Будде. Будда явился и спросил:

- Почему ты не сожжешь мою статую?

Человек очень испугался: «Это, должно быть, дьявол искушает меня». И переспросил:

- Что ты сказал? Сжечь статую Будды? Никогда! Ни за что!

Будда рассмеялся и сказал:

- Если ты ищешь меня в статуе, ты упускаешь меня. Я в твоем сердце! Сожги статую!

**Три золотые фигуры**

Один царь в стародавние времена захотел проверить ум и наблюдательность царя соседнего царства, а заодно и смекалку его народа. Он послал своему соседу три золотые фигуры одинакового вида и одинакового веса. Царю предлагалось установить, какая из фигур была самой ценной.

Вместе со своими придворными царь внимательно рассмотрел фигуры, но не смог обнаружить ни малейшего различия. Даже мудрейшие из мудрецов его царства готовы были поклясться, что между фигурами нет никакой разницы. Царю было очень тяжело осознать, что в его царстве никто не может сообразить, в чём разница между фигурами. Все царство принимало участие в решении загадки, и каждый старался изо всех сил - но всё безрезультатно.

Когда король уже был вынужден признать поражение, один юноша, томящийся в тюрьме, взялся обнаружить разницу между фигурами, если только ему дадут их осмотреть. Царь приказал привести молодого человека во дворец и велел показать ему три золотые фигуры. Юноша очень внимательно их рассмотрел и, наконец, установил, что у каждой из фигур в ухе есть маленькая дырочка. Тогда для проверки он просунул туда тонкую серебряную проволоку. Оказалось, что у первой фигуры серебряная проволока вышла изо рта, у второй - из другого уха, а у третьей появилась из пупка. Подумав немного, молодой человек обратился к царю.

"Ваше величество, - сказал он, - я думаю, что решение загадки лежит перед нами, как открытая книга. Нужно только попытаться её прочесть. Вы видите, как все люди отличаются друг от друга, так и каждая из этих фигур единственная в своем роде. Первая фигура напоминает тех , кто спешат рассказать все, что услышали. Вторая фигура похожа на тех, у кого, как говорится, "В одно ухо влетает, в другое вылетает". Третья же фигура во многом схожа с теми, кто запоминает услышанное и принимает это близко к сердцу. Господин! Теперь рассуди, какая фигура самая ценная. Кого бы ты выбрал и сделал своим приближенным? Того, кто ничего не хранит, того, кому твои слова что ветер, или того, кому можно полностью довериться?

**Вежливый гость**

Однажды султан давал большой праздник. Приглашены были все знатные особы, только про муллу забыли. Однако он был среди гостей и чувствовал себя как рыба в воде. Султан в некотором замешательстве отвел муллу в сторону: "Как случилось, что ты здесь, ведь тебя не приглашали?". "Если хозяин не знает своих обязанностей, и не пригласил меня, то я могу воспользоваться своими обязанностями и быть вежливым гостем", - скромно ответил мулла.

**Небольшая разница**

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".

**Теневая сторона солнца**

Один ученый человек каждый день приходил к пророку Мухаммаду. Однажды пророк отвел его в сторону и сказал: "Не приходи каждый день, тогда мы больше станем любить друг друга". И тут же рассказал следующую историю. У одного ученого спросили: "Солнце так прекрасно, так великолепно, почему, однако, нельзя сказать, что мы всегда одинаково сильно любим его?" Ученый ответил: "Солнце светит каждый день. И только зимой, когда оно скрывается за тучами, мы начинаем его ценить".

**Протяни ты ему руку**

В болоте северной Персии тонул человек. Он весь погрузился в трясину, и только голова его еще выглядывала. Несчастный орал во всю глотку, прося о помощи. Скоро целая толпа собралась на месте происшествия. Нашелся смельчак, пожелавший спасти тонущего. "Протяни мне руку! - кричал он ему. - Я вытащу тебя из болота". Но тонущий взывал о помощи и ничего не делал для того, чтобы тот смог ему помочь. "Дай же мне руку!" - все повторял ему человек. В ответ раздавались лишь жалобные крики о помощи. Тогда из толпы вышел еще один человек и сказал: "Ты же видишь, что он никак не может дать тебе руку. Протяни ему свою, тогда сможешь его спасти".

**Притча: Бедность**

Однажды бедному человеку, который всем жаловался на свой крест, на свою бедность, представилось во сне, будто он находится в просторной комнате, которая вся уставлена разной величины крестами, и все эти кресты покрыты покрывалами. Тайный голос говорил бедняку:

-Ты жалуешься на свой крест, на свою бедность выбирай же себе другой любой крест.

Бедняк начал выбирать. Взялся за первый крест, этого не поднял; другой взял и приподнял, но и он не по силам, - очень тяжёл; третий крест и нетяжелым показался ему, но углами своими больно резал плечи. Так он перебрал все кресты, но ни одного не нашёл по своим силам. Оставался в углу ещё один крест, которого бедняк не испытывал, потому что этот крест казался ему больше и тяжелее других.

Приподняв этот крест, бедняк радостно закричал:

- Вот этот крест я возьму на себя он хотя и велик, но легче других!

Сняли покрывало с этого креста, и на нём была надпись - бедность.

**Притча: Деревянная кормушка**

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 неё.

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

- Что ты хочешь сделать? - спросил отец.

- Деревянную кормушку, - ответил малыш. Из неё папа с мамой будут кушать, когда я вырасту.

**Притча: Ребёнок**

В одном городе сложилась засуха. Лето было в разгаре, и городской священник созвал всех утром в храм молиться о дожде. Пришёл весь город, и весь город смеялся над одним ребёнком. Ребёнок пришёл с зонтиком. И каждый смеялся и говорил:

- Дурачок, зачем ты притащил зонтик? Потеряешь. Дождя не будет.

Ребёнок сказал:

- А я думал, что если вы помолитесь, дождь придёт.

**Притча: Что имеешь в кошельке**

Однажды Иисус Христос проходил через одно селение. Собралась большая толпа недовольных людей, которые, окружив, начали поносить его. Иисус Христос стоял и улыбался. Один человек, наблюдавший за происходящим, подошёл к Иисусу Христу и спросил, почему тот ведёт себя так. Иисус Христос ответил:

- Каждый даёт то, что имеет в своём кошельке.

О тех, кто дал нам жизнь

Влюбился юноша в девушку другой национальности.Решил жениться на ней.Девушка сказала: 'Я выйду за тебя замуж,но сперва сделай для меня сто дел.'Начал парень выполнять ее капризы.Сперва она заставила его залезть на скалу без единого выступа.Потом спрыгнуть с этой скалы.Юноша спрыгнул и сломал ногу.Тогда она велела ему ходить и не хромать.И прочие были задания: переплыть реку и не замочить рук; остановить взбешенного коня и поставить его на колени; разрубить яблоко,которое девушка положила себе на грудь...

Выполнил парень девяносто девять дел.Осталось одно.Тогда девушка сказала: 'А теперь забудь своих мать и отца и свой язык'.Недолго думая,юноша вскочил на коня,взмахнул плетью и ускакал навсегда.

http://www.c-psycholog.ru/