**Притча о доброте**

Как мир тесен. Та притча, которую привожу ниже, очень популярна у нас в Узбекистане. Ее печатали в газетах и даже сняли маленькую постановку по нему .Я думал что она узбекского происхождения. И уже не удивлюсь если она появится на других языках под другими названиями, просто потому что она добрая.

С утра было очень холодно. Мальчик, продающий хозяйственные мелочи, чтобы иметь возможность оплатить проезд к месту своего обучения, обессилел и сильно проголодался. И он решил попросить еды в ближайшем доме.

Но постучавшись и увидев молодую женщину, открывшую дверь, он постеснялся и попросил только стакан воды.

Однако женщина догадалась, что мальчик голоден, и принесла ему большой стакан молока. Мальчик медленно выпил молоко, а затем спросил: «Сколько я вам должен за это?». «Абсолютно ничего, — ответила женщина. — Мама всегда учила нас не брать плату за добрые дела»

«Тогда я буду молиться за вас, за вашу доброту», — обрадованно произнес Адам Закр.

Когда он покинул тот дом, он не только почувствовал себя сильнее физически, но и его вера во Всевышнего стала сильнее.

Прошли годы, и многое изменилось в их поселке. Та женщина постарела и сильно заболела. Местные врачи оказались бессильными помочь ей и отправили ее на лечение в город, в главную больницу к специалистам, чтобы те могли верно назначить лечение ее редкой болезни.

Доктор Адам Закр был специально вызван для консультации. Когда он услышал название поселка, откуда приехала эта больная, странный свет наполнил его глаза. И он, ни секунды не мешкая, решил взглянуть на эту пациентку.

Одетый, как и положено доктору, Адам Закр вошел в палату. Он сразу узнал в больной ту женщину из их поселка, которая была так добра к нему. Доктор вернулся в консультационное отделение и твердо решил, что постарается приложить все усилия, чтобы спасти жизнь этой женщины и в кратчайший по возможности срок вылечить ее малоизученное специалистами заболевание. С того дня он уделял повышенное внимание этой больной.

После продолжительного лечения болезнь была побеждена. Доктор Закр распорядился, чтобы ее больничный счет за лечение был предварительно показан ему для подтверждения.

Получив счет, он взглянул на сумму, а затем написал что-то внизу, расписался, и только после этого разрешил передать счет той женщине.

Когда ей предъявили счет, запечатанный в конверте, она даже боялась открыть его, потому что была уверена, что он будет так высок, что ей придется продать последнее имущество, чтобы расплатиться за лечение.

Обратившись с мольбой к Всевышнему о помощи, она наконец распечатала конверт и стала изучать счет. И сразу же ее внимание привлекла строка, дописанная вручную внизу: «Оплачено полностью одним стаканом молока». После этих слов стояла собственноручная подпись доктора Закра.

Растроганная женщина сразу вспомнила того худенького мальчика, обратившегося к ней в тот день. И стакан молока...

Женщина разрыдалась от радости. И она благодарно прошептала сквозь слезы: «Спасибо Тебе, о Милостивейший Всевышний, воистину Ты простираешь свою милость и доброту без границ через людские сердца и умы».

**Осколки доброты**

Семья проводила выходной день на пляже. Дети купались в море и строили замки из песка. Вдруг вдалеке показалась маленькая старушка. Ее седые волосы развевались по ветру, одежда была грязной и оборванной. Она что-то бормотала про себя, подбирая с песка какие-то предметы и складывая их в сумку. Родители подозвали детей и велели им держаться подальше от старушки. Когда она проходила мимо, то и дело нагибаясь, чтобы что-то поднять, она улыбнулась семье, но никто не ответил на ее приветствие.

Много недель спустя они узнали, что маленькая старушка всю свою жизнь посвятила тому, чтобы подбирать с пляжей осколки стекла, которыми дети могли порезать себе ноги.

**Притча о том, что мы говорим**

Один человек пришел к Сократу и спросил:

- А знаешь, что мне сказал о тебе твой друг?

- Подожди, - остановил его Сократ, - Просей сначала то, что собираешься сказать, через три сита.

- Три сита?

- Прежде чем что-нибудь говорить, нужно трижды просеять это. Во-первых, через сито правды. Ты уверен, что то, что ты скажешь, правда?

- Нет. Просто я слышал...

- Очень хорошо. Значит, ты не знаешь, правда это или нет. Тогда просеем через второе сито - сито доброты. Ты хочешь сказать о моем друге что-то хорошее?

- Нет! Напротив!

- Значит, - продолжал Сократ, - ты собираешься сказать о нем что-то плохое, но даже не уверен, что это правда. Попробуем третье сито - сито пользы. Так ли уж необходимо мне услышать то, что ты хочешь рассказать?

- Нет, в этом нет необходимости.

- Итак, - заключил Сократ, - в том, что ты хочешь сказать, нет ни доброты, ни пользы, ни необходимости. Зачем тогда говорить?

**Обида и гвозди.**

Мы часто сталкиваемся с тем, что нас обижают. Обида разъедает душу. Как с ней справиться - волнует многих.

Ученик пришёл к учителю и, сказал:

- Учитель, мне очень тяжело живётся, потому что меня обижают люди. А я сам - подолгу обижаюсь на них. Обида мешает мне жить. Что мне делать?

Учитель дал ученику увесистый мешок с гвоздями и сказал:

- Каждый раз, когда ты будешь обижаться, ты должен класть к себе в карман один гвоздь. Каждый гвоздь должен всегда оставаться в твоём кармане и далее. Придёшь, когда мешок опустеет.

Ученик покрутил в руках гвоздь - гвоздь был больших размеров... Мешок с гвоздями был тяжёлым.

В первый день, в карманах ученика - оказалось 26 гвоздей. Они мешали заниматься делами - кололись, царапались, рвали одежду и серьёзно оттягивали карманы. Во второй день - гвоздей в карман попало чуть меньше. Ученик вечером задумался, как же он сможет завтра работать в этой одежде, когда карманы так тянут к земле и мешают совершать простые действия...

На утро ученик решил одеть другую одежду, а одежда с гвоздями, так и осталась висеть дома.... Пустота карманов к середине дня заполнилась новыми гвоздями и снова стала доставлять массу хлопот - всё валилось из рук, вода разливалась, еда падала на пол, люди натыкались на острые гвозди, высказывали своё недовольство, и ученику приходилось лавировать между людьми. К вечеру он уставал от напряжения, перед сном разглядывая дыры в своей одежде от гвоздей, лежащих в кармане, он думал: "Как же тяжело..." И засыпал... Утром он видел, что одежда не выдерживала ни тяжесть гвоздей, ни их ранящих острых окончаний, она была вся в дырах. Через пару дней ученик опять сменил одежду... Карманы быстро заполнились и увесистый мешок, который дал учитель - опустел... Ученик пошёл к Учителю:

-Учитель, я выполнил всё так, как ты сказал - гвозди в мешке кончились, а карманы в трёх штанах забиты гвоздями. В них не удобно ходить, они ранят меня и других, мешают. Что делать, Учитель?

- Вот так, и обиды, утяжеляют твою жизнь, мешают тебе, ранят. Ты все их, как гвозди, сначала собираешь в себя, а потом, носишь, как тяжёлую ношу, пока не сменишь одежду... Карманы в новой одежде наполняются быстро и её снова нужно менять. Так многие люди, как одежду меняют коллективы, работу, города, делая это не потому, что их круг общения расширяется, а потому что - в нём находиться не возможно... Люди нападают на него, обижают - ему самому тяжело в такой ситуации.

- Учитель, мне тоже тяжело жить с гвоздями обиды... Помоги, пожалуйста, избавиться от них. Что я должен сделать?

- Теперь, каждый раз, когда кто-то тебя обижает, ты не обижаешься, а отстаиваешь свои личные границы, высказывая свою точку зрения. Другой, кто обидел тебя, мог это, я имею в виду обидеть - сделать специально - он умеет только обижать, а ты должен научиться не только - обижаться. Есть люди, которые обижают не прицельно. Научись не обижаться. Живи так, чтобы не мешать другим и, чтобы другие тебе не мешали..

- Учитель, я не умею так!

- А ты понаблюдай за животными - есть ли в их мире обида. Понаблюдай за людьми, которые умеют жить без обид на других. Как это - они так живут? И начни сам так жить. Каждый раз, когда тебе удастся не обидеться, вынимай по одному гвоздю из кармана, клади его обратно в мешок и латай свои штаны. Приходи ко мне, когда все гвозди окажутся в мешке, а на тебе будут новые штаны.

- Новые штаны? Что вы, Учитель! У меня не получается ничего заработать - кроме обид...

Учитель внимательно посмотрел на ученика и повторил:

- Придёшь, когда гвозди наполнят мешок, а на тебе будет новая одежда.

Ученик побрёл, раздумывая, как он сможет научиться не обижаться и на что ему получиться купить штаны...Старые штаны уже теперь требовали замены и серьёзного ремонта.

Время шло, ученик, наблюдая за дикими и домашними животными, обнаружил, что в животном мире нет места обидам. Если какая-то зверюшка или птица посягала на территорию другого, то в ответ получала, - оскал, вздыбленную шерсть, распушённые перья, шипение. Обидчик уходил, а животное спокойно продолжало жить и делать то, что делало. "Хм... - подумал ученик. Хочу, как этот гусь, не обижаться, а спокойно жить. А, как это делают люди, которые не обижаются?" И, в один из дней, он отправился на рынок в ряды мастеров, понаблюдать, как они ведут себя, продавая свой товар.

Рынок, как обычно был похож на муравейник - покупателей и зевак больше, чем мастеров и товаров. Каждый покупатель норовит купить подешевле. Кто-то из покупателей спешит безосновательно обидеть мастера, сказав, что товар некачественный, ненадёжный - тем самым снизить цену качественного товара. Есть мастера, которые берут неоправданно большую цену за плохой товар. Купив у них товар, покупатель хмурится - не смог торговаться...Покупатель обижается на продавца...

За особо вредными и крикливыми покупателями ученик наблюдал и в обычной жизни, городок-то был не большой. И, оказалось, что они и в обычной жизни ведут себя так же - со своей семьёй и работниками, наводя суету, переходя на крик, оскорбления, обиды. Тогда, ему вспомнились слова Учителя: "Другой умеет только обижать, а ты должен научиться не только - обижаться. Живи так, чтобы не мешать другим и, чтобы другие тебе не мешали.."

Оказалось, что наблюдение увлекательный процесс. Через несколько дней у ученика уже был свой арсенал данных, как ведут себя покупатели и, как ведут себя мастера. Более опытный мастер спокойно относился к любому покупателю и - продавал свой товар. Уходил такой мастер после торговли с карманами, полными денег - товар был продан, а покупатели были рады покупке. Были молодые мастера, которые обижались на любой резкий вопрос покупателя, но не надолго... У таких мастеров - денег было меньше... Слишком много сил уходило на лишние разговоры и оправдания... Те мастера, что задирали цены на плохой товар, со временем лишались покупателей и ... обижались, что к ним никто не идёт.

Ученик сделал вывод - те, кто обижаются, мало чего достигают. А, что же помогает не обижаться тем, кто общается с людьми ровно, без обид? Ученик, не долго раздумывая, решил отправиться к гончару, который был спокоен даже с теми, кто пытался его задеть.

- Научите меня гончарному делу, - попросил он мастера. - Я буду помогать вам лепить горшки и продавать их.

Мастер гончарных дел, приподняв брови, рассматривал рваные штаны ученика:

- Зачем тебе гвозди? - спросил он.- Я не столярничаю.

- Это мой урок. Учитель мне задал. - ответил Ученик.

- Что ж, урок дело нужное. Выполняй его. А пока - иди за глиной на карьер.

Так ученик стал работать у мастера гончарных дел. В самой грязной и грубой работе, в самой тонкой и аккуратной он не забывал наблюдать за тем, как ведут себя люди, и, как мастеру удаётся быть таким профессионалом не только в гончарном деле, но и в продажах, в общении с разными людьми. Как удаётся мастеру не обижаться на самых невежливых.

Ученик каждый день видел, как это великолепно удаётся его наставнику. Он рассуждал: "Он ведёт себя, как тот гусь. Чуть только мастера, заденут, он лишь поведёт бровью и ответит что-то меткое, точное, уверенное - как гусь, что шипит и хлопает крыльями, но не лезет в драку напрасно и не забивается в угол, от того, что кто-то загаготал в его сторону. Но гусь - это птица, он не может не переживать, как человек. А человек переживает. Так что же, помогает разумному человеку не переживать - никому не мешать и не мешаться - в общении?" Ученик потерялся в догадках и подумал, что у мастера есть какой-то секрет. После спокойного разговора мастера с резким покупателем, ученик решился и спросил его:

- Скажи, мастер, почему ты не сердишься, не обижаешься на таких грубиянов, невнимательных, наглых?

- А что на них сердиться? Каждый человек выбирает сам - как себя вести. Этот человек выбрал хамское поведение. Почему я должен обижаться на выбор другого человека? Моя задача не оценивать его выбор - плох он или хорош. Моя задача сделать свой выбор - обижаться или реагировать адекватно - что заслужил человек, то он и получит от меня.

Я могу быть вежливым, я могу быть резким. Этому покупателю сложнее быть вежливым. Я могу ему предоставить выбор, как себя вести - когда обозначу свой интерес, свои личные границы, дав ему понять, что не позволю хамить и обижать напрасно - меня, мой дом, семью, моих помощников, мой труд, мой товар. Я уважаю себя. Уважаю выбор другого.

Обидевшись, я сообщаю другому человеку: "У меня нет смелости дать тебе корректный отпор. У меня есть ложное мнение, что обида - заставит тебя - уважать меня. Я не хочу трудиться на своё уважение - пусть это делает другой. А я пока по обижаюсь - это мне легче". Я считаю, уважительным - человеку дать то, что он заслужил в данный момент времени. Если покупатель-грубиян, следующий раз, придёт ко мне и будет вежлив, я и не вспомню, что он был такой резкий когда-то - тоже буду вежлив с ним. Зачем вспоминать старое? Важнее понимать, что происходит в данный момент.

Когда ты лепишь горшок на гончарном круге и глина тебя не слушается, ты не вспоминаешь, как легка была прошлая порция глины. Ты работаешь с той, которая есть перед тобой. Если умеешь - лепишь из неё тончайший сосуд. Если не умеешь - учишься. Зачем обижаться на глину? Так и с людьми...

Ученик был слегка обескуражен простотой и сложностью секрета. Для понимания - просто... А для практики... Его карманы были ещё полны гвоздями. И ученик стал практиковаться в таком подходе в общении с людьми, как описал мастер гончарных дел.

Сначала, он, по привычке обижался, потом стал огрызаться резко и с чувством. Такое его собственное поведение тоже расстраивало и он не вытаскивал из кармана гвоздь, считая, что не справился с задачей. Тем не менее, каждый день, вставая с утра, он вспоминал слова своего учителя - "Живи так, чтобы не мешать другим и, чтобы другие тебе не мешали.." и слова гончара: "Делай свой выбор - лепи такой сосуд, какая перед тобой глина. Хорошая глина - плавные движения. Тугая - и движения рук пусть будут крепче. Так и с людьми. Не трать время на обиды".

Эти мысли ему помогали вырабатывать новое отношение к жизни, давая возможность практиковаться в новом поведении. И, со временем, ученику стало легко даваться общение с самыми сложными покупателями. Наблюдать - стало его привычкой. Благодаря этой привычке, наблюдательность и внимательность развились до такого уровня, что он быстро определял, что за глина перед ним - что за человек - после 2-3-х, сказанных фраз человеком. А потом, делал выбор - как вести себя... Места обидам - не осталось... Другими словами, они стали - неуместны в его жизни.

Однажды утром ученик обнаружил, что гвозди переместились из его карманов - в мешок. В процессе работы над обидой - ученик стал мастером гончарного дела, торговцем, зарабатывающим приличную сумму. Он купил себе новую одежду, взял мешок с гвоздями и отправился к Учителю. Свою встречу он начал со слов благодарности:

- Спасибо за гвозди. Спасибо за урок. Учитель, я теперь знаю, что значит "Живи так, чтобы не мешать другим и, чтобы другие тебе не мешали..".

Учитель внимательно посмотрел на ученика и ответил:

- Справившись с обидой - ты достиг того, что ранее для тебя было не возможно. Теперь, тебе стало доступным знание, как люди помогают, а как - мешают... Это новая задача. Наблюдательность, внимательность, которые помогли тебе справиться с обидой - помогут тебе сделать свои выводы в новой задаче..

- Спасибо, Учитель. Я готов. Перед тем, как я уйду, разреши, задать два вопроса.

- Конечно, - ответил Учитель. - Только объясни, что стало со старыми обидами? Гвозди - вот они - в мешке. На тебе дорогая одежда. А, куда делись обиды? Прошлые обиды...

- Учитель, старые обиды сослужили мне добрую службу - я на них учился мысленно - жить по-другому. Старые обиды - оказались прекрасным материалом - для обучения. Я - мысленно тренировался в старых воспоминаниях относится к людям по-другому, а потом - сдавал экзамен в реальной жизни... Не получалось - я снова мысленно тренировался - искал другие ходы, варианты, состояния... И снова - в повседневной жизни пробовал. Свои наблюдения я прикладывал к старым обидам и обиды становились - задачами для решения...

Учитель улыбнулся и протянул руку:

- Ты молодец. У тебя всё получится в будущем. Какие у тебя есть вопросы?

- Первый - как ты знал, Учитель, что я буду работать над каждым гвоздём, чтобы смочь его переместить в мешок?

- Каждый человек - делает свой выбор. И ты сделал свой. Не справившись с обидой, ты бы не научился тому, чему научился и не заработал бы себе денег на такую одежду, в которой ты стоишь передо мной. Какой же, твой второй вопрос?

- Учитель, ты не забрал у меня гвозди? Что мне с ними делать? - удивился ученик.

- Построй при помощи них - свой дом, мастерскую... Пусть то, что когда-то разрушало - помогает созидать. Это закон природы.

Так решение задачи во внутреннем мире помогает человеку решать задачи - внешние.

**Две снежинки**

Шёл снег. Зимой это обычное дело. Погода была безветренной, и большие пушистые снежинки неспешно кружили в причудливом танце, медленно приближаясь к земле.

Две снежинки, летевшие рядом, решили затеять разговор. Боясь потерять друг друга, они взялись за руки, и одна из них весело говорит:

— Как хорошо лететь, наслаждаться полётом!

— Мы не летим, мы просто падаем, — грустно отвечала вторая.

— Скоро мы встретимся с землёй и превратимся в белое пушистое покрывало!

— Нет, мы летим навстречу гибели, а на земле нас просто растопчут.

— Мы станем ручьями и устремимся к морю. Мы будем жить вечно! — сказала первая.

— Нет, мы растаем и исчезнем навсегда, — возражала ей вторая.

Они закончили свой разговор и разжали руки. И каждая из них полетела навстречу той судьбе, которую выбрала для себя сама.