

Как львенок научился выздоравливать

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №13.

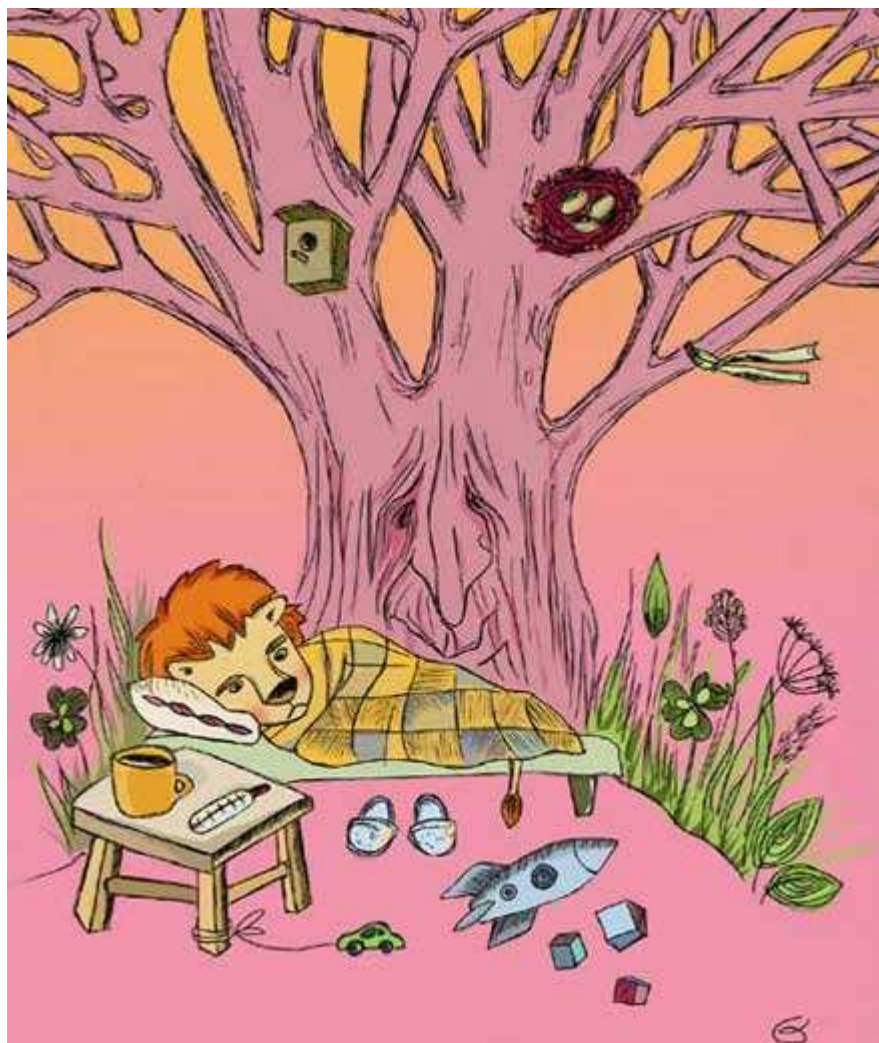
Авторы: Анатолий Николаевич Баляев

Темы, затрагиваемые в статье: Психотерапия, Творчество, Обучение

Сын заболел. Все, что мог сделать папа-просто-папа, я сделал. Что может сделать папа-тренер? Сочинить и рассказать сказку! Назарка, когда я ему рассказывал то, что сочинялось, то слушал, то тихо дремал, посапывая. Сказка (а по сути, даже две) получилась неожиданно интересная, но немного неотесанная по содержанию ("старый пенёк" культурально звучит достаточно прикольно :-), но...). Не хочется ее особо "приглаживать" — напишу, как она была (благо сыну с утра стало полегче), почти в оригинально произошедшей лексике. Не думаю, что сказка получилась только для детей. Я много думал, почему в ней все именно так, пытаюсь понять ее как сон или чьи-то слова. Я был в довольно глубоком трансе, когда сказка сочинялась, и просто разрешал словам течь. Лишь потом какой-то бодрствующей частью себя понимал, как занятно все выходит. Любимая тоже слушала, сидя рядом. :-) И вот что получилось...

Как львенок научился выздоравливать

Жил-был маленький львенок. У львенка были мама и папа. Львенок любил играть в машинки, мячики и ракету. Мама и папа, которые его очень любили, читали ему книжки и ходили с ним гулять в большой-пребольшой лес.



Однажды маленький львенок заболел. Ему сразу расхотелось играть, и он только лежал, иногда тихонечко всхлипывая. Мама и папа не отходили от него ни на шаг. Маленькому львенку очень не нравилось болеть, поэтому он хотел скорее выздороветь, чтобы снова играть с мамой и папой в свои любимые игрушки.

Маленькому львенку часто хотелось спать. Вот как-то раз он заснул, и ему приснился сон про то, что ему нравилось больше всего на свете, — гулять по лесу. Вокруг стояли деревья, под ногами тихо шуршала трава, где-то пели птички — был теплый солнечный день. Львенок во сне чувствовал себя хорошо. Он вдруг подумал, что было бы здорово найти какую-нибудь целебную травку или листики с целебного дерева, а может быть, даже целебный ручей. И тогда бы он скушал травку, откусил листик, попил из ручейка — и выздоровел. Но маленький львенок не знал, какую ему скушать травку, какой откусить

листик и из какого ручья попить, так как он был еще маленький. Львенок расстроился во сне и очень-очень захотел, чтобы нашелся кто-нибудь, кто научит его выбирать целебные травы, листики и ручейки.

Тут он вышел на большую поляну и увидел, что в самом ее центре стоял большой старый пень. Пень был такой огромный, что львенку захотелось рассмотреть его поближе. Он подбежал к пню, обошел вокруг него и, прыг-прыг, запрыгнул наверх. Сверху старый пень был очень ровным. Львенку понравилось бегать от края до края большого круглого поля. Когда он набегался, то лёг посередине, свернулся калачиком, чтобы отдохнуть. Светило теплое солнышко, и львенку было тепло и уютно. И тут он почувствовал... Именно почувствовал, а не услышал, как его кто-то зовет: "Львенок! Львенок!" "Кто это зовет меня?" — спросил львенок. "Это я, старый пень, хочу немного поболтать с тобой". Львенок ничуть не испугался — он был смелым и храбрым — и согласился поболтать со старым пнем. И вот, что старый пень рассказал львенку:

"Я живу очень давно, львенок. Так давно, что время для меня уже не важно. Я был первым деревом этого леса. Когда-то здесь было широкое-преширокое поле, на котором росла только трава. А потом ветер принес в середину этого поля маленькое зернышко: меня. Сначала я пророс двумя маленькими листиками, которых было совсем незаметно среди травы. Потом я рос все выше и выше и стал небольшим деревцем, которое одиноко стояло посреди широкого поля. Расти вверх иногда было очень непросто, львенок. Меня поливали ливни, дул сильный ветер, но я держался своими корнями за землю и все рос и рос вверх, набираясь сил от солнца и земли. Потом семена, которые часто носит в себе ветер, стали задерживаться в моей листве и падать рядом. Они прорастали маленькими листиками. Я смотрел на них сверху и радовался. Мои корни переплетались с их корешками — так мы знакомились, разговаривали и дружили. Постепенно вокруг меня стали прорасти много маленьких деревьев, а я, как мог, оберегал и защищал их. Скоро в нашем маленьком лесочке поселились разные зверьки, которые рыли свои норки среди моих корней, и я знал, как и чем они живут, разговаривал с ними. Вот так и вырос тот лес, в котором ты живешь, львенок. Мои корни — корни самого первого дерева — протянулись

подо всем этим лесом. Я помню каждое дерево, каждый листик, каждую травинку, которые росли в нем.

И знаю всех его обитателей, которые часто разговаривали со мной, делились своими секретами, а я рассказывал им то, что они хотели узнать. Белочке я рассказывал, где растут самые вкусные орешки, птичке говорил, где можно взять веточек для гнезда, лисичке объяснял, как ей сделать пушистым свой хвостик, зайчику показывал самые сочные корешки, медвежонку говорил про места, где растут сладкие ягоды. Я помню и люблю их всех, ведь я был первым деревом в этом лесу.

А однажды я заметил, что стал таким огромным, что деревья, растущие подо мной, не могут получить достаточно света. Вокруг меня образовалась большая поляна, где ничего не могло расти, кроме зеленой травы. Мне стало очень жаль, что моя тень мешает моему лесу. И тогда я решил поговорить с ветром, который принес меня сюда и с тех пор шумел моими листьями. Я спросил у него о том, что же мне сделать, чтобы не загораживать солнце от своего любимого леса. Ветер пришел и сказал мне: "Я помню тебя. Я живу очень давно, маленькое зернышко. Так давно, что время для меня уже не важно". Не знаю, как долго мы разговаривали, но я вдруг понял что-то важнее всего самого важного, когда перестал понимать, ветер ли шевелит мои листья, или мои листья движут воздухом, создавая то, что я считал ветром.

И в один замечательный день я попросил зверят принести мне столько разных семян, сколько они найдут. А потом просто взял и превратился в ветер, унеся с собой много семян, чтобы положить их там, где может получиться новый лес. А на поляне, где я раньше стоял, остался этот большой, старый, мудрый пень, который сейчас рассказывает тебе эту историю, мой маленький львенок..."

Львенок притих, и они немного помолчали, слушая тихий шум леса вокруг. А потом львенок спросил: "Уважаемый старый пень, а ты знаешь, какие лечебные травы растут в лесу, какие листики нужно откусить, чтобы выздороветь, и из каких ручейков можно отпить, чтобы поправиться?" "Конечно, знаю, — ответил старый пень. — Любая травка полезна, любой листик лечит, и любой ручеек может

помочь выздороветь. Только нужно знать, когда кушать какую травку, когда откусывать каких листиков, когда пить из каких ручейков. Вот как мы сделаем, мой маленький львенок. Ложись-ка ты животиком на меня прямо в середине и подожди. Я послушаю, как стучит твое сердечко и как дышит твой животик, и узнаю, что тебе посоветовать, хорошо?" "Хорошо", — сказал львенок и лег на животик посередине старого пня. Он лежал так какое-то время, прислушиваясь к своему дыханию и к тому, как бьется его сердечко, а иногда забывал прислушиваться и думал о чем-то своем или просто ни о чем не думал. Через какое-то время львенок почувствовал, что старый пенёк говорит: "Я рассказал о тебе всем травкам, всем листикам и всем ручейкам в лесу. Ты теперь просто беги и смотри внимательно — нужная травка сама покажет тебе себя, а еще ты внимательно слушай — нужные листочки прошепелят тебе про себя, а нужный ручеек прожурчит тебе, и ты поймешь, что именно он тебе нужен".

"Спасибо, старый пенёк! — закричал маленький львенок и скорее побежал, но вдруг остановился. — Как мне потом отблагодарить тебя, старый пенёк?" "Ты просто выздоравливай, малыш. Если ты станешь здоровым, то мне тоже станет хорошо. Ведь я так сроднился с этим лесом, что чувствую всех его обитателей. Мне радостно, когда они радуются, и грустно, когда грустят. Выздоровливай, маленький львенок, и расти большим, умным, смелым, сильным, справедливым и добрым. Тогда я буду очень-очень рад. И передавай привет своим маме и папе: когда-то я им тоже приснился во сне и научил тому, чему они просили меня". "Спасибо тебе большое, старый пенёк!" — крикнул львенок и убежал в лес.

Маленький львенок бежал по лесу и вдруг заметил какую-то очень-очень красивую травку. Он не знал, как она называется, но ему показалось, что она должна быть очень-очень вкусной и полезной. И львенок скушал столько этой травки, сколько захотел. Он побежал дальше и вдруг услышал какой-то особенный шелест листьев. Он подбежал к дереву, на котором росли эти листочки, и понял, что именно такие листочки ему нужно сейчас откусить — так они сладко шелестели над ним. Львенок подпрыгнул и откусил столько листиков, сколько захотел. А потом он побежал в сторону, где текли ручейки. И опять один из них журчал веселее и звонче остальных. Маленький

львенок попробовал: вода из этого ручейка была очень-очень вкусной, и львенок попил столько водички, сколько захотел. Львенок был уверен, что он всегда теперь сможет найти в лесу все, что ему нужно.

И еще теперь он знал, что в этом мире все-все очень правильно.

А потом он побежал домой, и как только увидел свою пещеру, тотчас же проснулся в ней. Мама и папа были рядом. Львенок рассказал им свой сон. Мама и папа улыбнулись и сказали ему, что теперь маленький львенок уже не такой маленький, как вчера, потому что он встретился во сне со старым мудрым пнем, который научил его искать в лесу полезные травы, листики и ручейки. Когда-то давно, когда мама и папа были маленькими, им тоже приснился старый пенек, и этот сон они помнят всю жизнь. В этом сне они познакомились с большим лесом, научились в нем жить, узнали, что в лесу можно найти много всего полезного, а для этого нужно только хорошенько смотреть-присматриваться и слушать-прислушиваться. Львенок обрадовался, потому что чувствовал себя уже лучше и потому что мама с папой были рады, когда он передал им привет от старого пня.

Вот такая история случилась с маленьким львенком в большом-пребольшом лесу.