

Как Бобёр йоге учил

Автор:

Александра Белуза

Как Бобёр йоге учил

Александра Владимировна Белуза

Перед вами – весёлые и добрые истории о необыкновенных зверях, которым не чуждо ничто человеческое. На страницах книги хозяйничают Бурундук, Ёжик, Лисичка, Сова, Львёнок, Пантера и другие сказочные герои. Они возвращают рассвет, находят тишину в раковине, прислушиваются к Макам, когда те просят на кисть, а грустные мысли привязывают к воздушному шарiku и отпускают в небо. А ещё они ищут себя. И поэтому ходят в школу йоги Бобра, где он учит в самых простых вещах замечать красоту, силу и волшебство, и находить радость внутри.

Посвящается моим соседям по коврику

И тут-то она заметила, что в одном дереве есть дверь и эта дверь открывается прямо в дерево. «Как интересно! – подумала Алиса.– А если войти – наверно, будет еще интересней. Пожалуй, войду!»

(Льюис Кэрролл, «Алиса в стране чудес»)

Вместо вступления

Давайте я коротко введу вас в курс дела.

Вас ждут истории об удивительных животных, которые занимаются йогой в школе Бобра.

Все истории, разумеется, выдуманы. Но все персонажи – реальные. Они действительно живут в российском лесу. Может быть, не в таком сумрачном, как у Данте, и земную жизнь далеко не все звери прошли до половины. Но судьба у них определена с чувством юмора, они ведут простую, но весёлую жизнь, и нет никакого сомнения в том, что у всей этой комедии божественный замысел. Хотят ли они понять его? Не думаю. Они просто хотят видеть лес за деревьями. И чтобы им было весело. Ведь не было бы весело – было бы грустно.

Сказка о том, как начинается путь

Однажды Крокодил гулял по лесу и вдруг на одной опушке на окнах избушки увидел слово «йога».

Крокодил задумался. Что-то в этом слове его останавливало. Но не остановило.

Он толкнул входную дверь.

В зале было человек двадцать зверей, и у каждого был свой коврик.

В центре зала стоял Бобёр и держал Зебру за бедра. «Контактный зоопарк», – решил Крокодил.

Бобёр отпустил Зебру и подошёл к новичку.

– Как зовут? – спросил Бобёр.

– Геннадий, – сказал Крокодил.

– Проходи, Геннадий, – сказал Бобёр.

– А что мне даст йога? – спросил Крокодил.

- Йога даст тебе коврик, - сказал Бобёр. - А коврик даст соседей по коврику.

- А что мне дадут соседи по коврику? - спросил Крокодил.

- В принципе, только они и будут тебя понимать, - ответил Бобёр.

Крокодил задумался. Что-то в этих словах его останавливало. Но не остановило.

- И быстро я научусь йоге? - спросил он.

- Быстро, - сказал Бобёр.

- Просто учти, что быстро - это медленно без перерыва, - добавил он по-японски.

Тут Бобёр улыбнулся и похлопал Крокодила по плечу.

- В общем, рано или поздно научишься, - сказал он. - Если рыба захочет - вода уступит.

Крокодил осмотрелся. Со всех зверей лился пот. А на стене большими буквами было написано: «Если вам больно - значит, вы живы. Если не больно - это успех».

Крокодил задумался. Что-то в этих словах его останавливало. Но не остановило.

Сказка об остановках

Однажды в холодную зимнюю пору Котик ехал в электричке.

- Следующая остановка плохая, выходить не нужно! - объявил машинист.

Котик отодвинул занавеску и посмотрел в окно. Мимо пролетали чьи-то дома, чьи-то следы на снегу. Снежинки плавно падали на землю и тут же таяли, словно чьи-то надежды.

– Всё какое-то неродное, да? – спросил Котика сосед напротив, пожилой Кенгуру.

– Ага, – кивнул Котик. – Выходить совсем и не хочется.

Кенгуру странно улыбнулся.

– А вы не знаете, почему эта остановка плохая? – спросил Котик. – Там ведь избушки стоят с дымоходами...

– На самом деле, – сказал Кенгуру, – никто не знает причины. Просто есть места, мимо которых нужно проехать. И места, где нужно сойти.

– Почему? – спросил Котик.

– Кто ж его знает, – сказал Кенгуру. – Мир так устроен. Весь мир – чьё-то представление о прекрасном, а мы живём и даже толком не знаем – чьё.

Котик взглянул на Кенгуру с интересом. «Проехали», – объявил по громкой связи машинист.

– А когда будет хорошая остановка? – спросил Котик.

– Объявят, – невозмутимо сказал Кенгуру.

Он полез в рюкзак, достал книгу и погрузился в чтение. А Котик сидел, смотрел в окно и думал о местах, увидеть которые ему суждено только вот так, мимоходом.

«Сколько таких мест! – думал Котик. – И все пролетят мимо, мимо....»

– А если я захочу сойти прямо сейчас? – спросил Котик и робко посмотрел на Кенгуру. – Можно будет?

– Теоретически, – сказал Кенгуру, – да. Технически надо договариваться со Вселенной.

Котик посмотрел в окно и увидел на опушке Бурундука, который махал ему лапой и улыбался.

В сердце Котика что-то заиграло и ёкнуло. В тот же момент Вселенная нажала на тормоз. Электричка остановилась, и машинист объявил: «Остановка по требованию Котика!»

Сказка о том, как брезжит свет в туннеле

Однажды Белка плыла по течению.

Проплывая мимо дома Бобра, Белка увидела Жену Бобра, которая прибывала к забору табличку: «Даже мёртвая рыба может плыть по течению».

Белка сделала глубокий вдох и этого, как оказалось впоследствии, было достаточно. Белка занялась йогой, и вскоре йога занялась Белкой.

..Однажды Бурундук шел по наклонной.

Проходя мимо дома Бобра, Бурундук увидел Бобра, который сидел на лавочке и читал книгу «Йога сделает из тебя человека».

Бурундук сделал глубокий выдох, и этого, как оказалось впоследствии, было достаточно. Бурундук стал погружаться в океан йоги, и вскоре солёные волны накрыли его с головой.

..Однажды Ёжик увидел свет в конце туннеля и пошел туда.

Светом в туннеле оказался Сверчок, который расклеивал объявления о наборе в школу йоги новых учащихся. «Йога в лесу. Учитель – зверь!» – гласил текст объявления.

Ёжик положил бумажку в карман и этого, как оказалось впоследствии, было достаточно.

Ёжик вышел из туннеля вслед за Сверчком.

– Теперь вот по этой тропинке, никуда не сворачивая, – сказал ему Сверчок и указал лапой прямо.

Ёжик кивнул. Впереди на опушке из одуванчиков виднелась избушка с узорчатыми индийскими ставнями, возле которой уже сидели на лавочке Белка и Бурундук.

Сказка о чуде

Однажды Жираф потерял вдохновение. Жираф бродил по лесу и искал вдохновение повсюду, поскольку совершенно не помнил, где его обронил.

– Ау, вдохновение, ты где? – звал Жираф.

Но вдохновения и след простыл. «Кто бы мог подумать, что найти вдохновение – это целая история», – вздохнул Жираф. И пошел в гости к Медвежонок. За советом.

– Вот ты, Медвежонок, откуда черпаешь вдохновение? – спросил Жираф.

– Из бочонка с мёдом, – сказал Медвежонок.

– Как это? – спросил Жираф.

– Смотри, – сказал Медвежонок, снял крышку с бочонка, сунул голову внутрь, поводит носом над мёдом, а когда высунулся обратно, то прикрыл глаза и с наслаждением сказал: «Ах!»

– Вот это да! Надо попробовать! – сказал Жираф.

По дороге домой Жираф заглянул в беличью нору. Одним глазом. Белка сидела в плетёном кресле и мастерила Панде подарок на именины – глиняный сервиз для сервировки разных видов сгущёнки (жареной, варёной, печёной, скатанной в шарики и, конечно, самой вкусной – мороженой).

– Белка, где ты берёшь вдохновение? – спросил Жираф.

– Не знаю, видимо, из ушей, – сказала Белка.

– Как это? – удивился Жираф.

– А вот так, – сказала Белка, взяла себя за уши и поставила на коврик для йоги.

– Ух ты! – сказал Жираф.

– И это всегда работает? – уточнил он.

– В этой жизни – почти, – уклончиво ответила Белка.

– А что работает во всех жизнях? – спросил Жираф.

– Знаешь, – сказала Белка, – ты этот тонкий момент лучше уточни у Бобра.

Бобёр сидел на лавочке и мастерила табличку «Осторожно! Во дворе – Собака мордой вверх». Жираф приблизился и интеллигентно кашлянул.

– Простите, сэр, – сказал Жираф, – но я ищу вдохновение. Не могли бы вы...

– Да оно же внутри тебя, – сказал Бобер. – Просто сделай хороший вдох, чтобы почувствовать.

Жираф собрал мысли в пучок, сделал осознанный вдох и вдруг ощутил, как его ноги... отрываются от земли. Ещё секунда, и Жираф парил над землёй.

– Чудо! – воскликнул Жираф. – Я левитирую!

Бобёр хотел было ответить, что настоящее чудо – это дыхание, но не смог вымолвить ни слова. Он сам был в шоке.

Сказка об отпускании

Однажды Зебра пришла в школу в плохом настроении. Она думала, что этого никто не заметит. Но Бобёр сразу всё понял. Ведь из ушей Зебры шёл дым.

– Как мне расслабить эту мышцу? – спросила Зебра.

– Улыбнуться, – ответил Бобер.

– Я серьёзно, – сказала Зебра.

– А не нужно серьёзно, – сказал Бобер.

Настроение Зебры стало ещё хуже. Учитель явно требовал от неё невозможного. Чтобы она, Зебра, стала несерьёзной! Такое даже представить трудно!

После занятия Зебра устроила одиночный пикет рядом со школой. «Требую возможного!» – гласил транспарант.

Мимо проходили Медвежонок, Панда и Хомячок.

– Что это с Зеброй? – спросил Хомячок.

– Не знаю, – сказал Медвежонок. – Может, плохо спала.

– Или, – предположила Панда, – плохо поела.

На всякий случай они помахали Зебре лапами, а Медвежонок смешно перекувырнулся в воздухе.

- Не смешно! - сказала ему Зебра.

- Пойдем с нами! - позвал ее Медвежонок.

- А вы куда? - спросила Зебра.

- Куда глаза глядят! - гордо сказал Медвежонок.

Зебра посмотрела на него осуждающе.

- Мне туда не надо, - строго сказала она, поправила очки и отвернулась.

Друзья переглянулись и пошли дальше по дороге, которая куда-то вела.

Вскоре на плечо Зебры легла тяжёлая лапа.

- Ты чего такая недовольная? - спросил Бобёр.

- А чего мне радоваться, - сказала Зебра.

- А разве нужна причина для радости, - сказал Бобёр.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.me/ru/beluza_aleksandra/kak-bober-yoge-uchil

Текст предоставлен ООО «ИТ»

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: [Купить](#)