

Светлана Ботова



**Сны, которые стали
притчами**

Светлана Ботова

СНЫ, КОТОРЫЕ СТАЛИ ПРИТЧАМИ

«Автор»

2026

Ботова С.

Сны, которые стали притчами / С. Ботова — «Автор», 2026

"Сны не уходят, когда мы просыпаемся. Они остаются. Ждут. Чтобы однажды стать историей, которая спасёт того, кто её услышит". "Сны, которые стали притчами" Эта книга родилась ночью. В тишине, когда мир засыпает, а душа начинает говорить. Каждая притча здесь — это сон, который когда-то пришёл ко мне. Не просто картинка, не просто образ. Это был разговор. С родом, с собой, с тем, кто ведёт нас, когда мы не знаем, куда идти. В этих историях нет сложных теорий и готовых ответов. Есть образы. Есть мудрость, которая не требует доказательств. Есть свет, который приходит, когда ты готов его увидеть. Эта книга — для тех, кто ищет не наставления, а тепло. Для тех, кто устал, но не сдался. Для тех, кто верит, что даже в самом глубоком сне можно найти ответ, который изменит всё. Здесь нет случайных снов. Каждый — как письмо. Каждый — как шаг. Каждый — как напоминание: ты не один. Добро пожаловать в мир притч, которые когда-то пришли во сне. Возможно, они пришли и для тебя.

© Ботова С., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава 1	5
Глава 1. Притча о Доме, Который Не Принял, и Земле, Которая Ждала	6
Мораль этой притчи	7
Практика «Мой золотой шар»	8
Глава 2. Притча о спущенном колесе и пути, который ждёт.	9
Мораль	10
Практика: Восстановление колеса.	11
Глава 3.Притча о саде, который всегда цвёл	12
Мораль этой притчи такова.	13
Практика «Поднять глаза».	14
Глава 4. Притча о женщине, которая сказала: «Ты сможешь».	15
Мораль этой притчи такова.	16
Практика «Мой опыт — моя сила».	17
Глава 6 .Притча о чёрной машине, которая была твоей	19
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Светлана Ботова

Сны, которые стали притчами

Глава 1

ОТ АВТОРА

Эти истории пришли ко мне ночью. Я не придумывала их. Я просто ложилась спать, а они приходили. Сначала я не верила, что они могут что-то значить. Просто картинки. Просто сны. Но они возвращались. И я начала их записывать. А потом я поняла: в каждой из этих историй есть то, что нельзя объяснить, но можно почувствовать.

Есть свет, который не гаснет. Есть ответ, который не нужно искать — он сам найдёт тебя.

Не нужно расшифровывать эти притчи. Не нужно искать в них скрытый смысл. Просто читай. И если отзовется — значит, эта история пришла и для тебя. Я не знаю, для кого они. Может, для того, кто устал. Может, для того, кто ищет выход.

Может, для того, кто просто хочет перед сном услышать что-то тёплое и настоящее. Я просто записываю их. А ты читай. И если внутри станет тише, светлее, спокойнее — значит, всё правильно.

Добро пожаловать в мой мир. Мир, где сны становятся историями, а истории — твоими попутчиками.

Глава 1. Притча о Доме, Который Не Принял, и Земле, Которая Ждала

Жила-была женщина. И был у неё Дар — она понимала язык снов. Но в Доме Правильных Путьей, где жили все её знакомые, шептались: «**Странная. Не наша**». И однажды ей сказали прямо: «**Тут таким не место**». И указали на дверь.

Сердце сжалось, но она взяла за руки своих детей — свои нераскрытые проекты, свои тихие мечты — и вышла. Куда идти? Она села в первый попавшийся автобус жизни и смотрела в окно, а за стеклом мелькали чужие улицы, похожие друг на друга, как одинаковые ответы в учебнике.

На соседнем сиденье оказалась старушка с добрыми, будто знающими глазами. «Я, — сказала старушка, — еду на свою грядку. Подрабатываю». Женщина, движимая тоской хоть к чему-то приложить руки, спросила: «Можно с вами? Я тоже буду траву полоть».

Они сошли на пустыре. Женщина уже приготовилась к долгой борьбе с сорняками, к усталости, к земле, которая не примет её. Но старушка взяла лопату и одним точным движением **смела всю траву прочь**. А потом протянула лопату ей: «**Вот, дорогая. Теперь просто разровняй**».

Женщина послушалась. И ахнула: под слоем путаницы оказалась **земля удивительная — тёмная, рыхлая и вся пронизанная золотистыми искорками**. Такой она никогда не видела. Казалось, сама почва дышала теплом и силой. «Что же теперь сажать?» — спросила она, полная благоговения.

Старушка улыбнулась, и в её улыбке было что-то бесконечно родное. «Сажать ничего не нужно, — сказала она мягко. — Твой плод уже созрел. Он ждал, пока ты найдёшь свою почву». **И она положила женщине на ладони тёплый, сияющий золотой шар**. Его свет мягко согревал кожу, словно обещание, которое наконец сбылось.

Только тут женщина узнала в старушке черты своей давно ушедшей бабушки. **Род не отверг её. Он ждал, пока она уйдёт с чужого порога, чтобы привести её к своему, приготовленному с любовью полю**. Ей не пришлось в одиночку вскапывать целину. Ей дали в руки лопату не для борьбы, а для того, **чтобы принять уже готовое**.

А в потайном кармане её старой куртки, которую хотели выбросить в том Доме, она позже нащупала забытую **белую кофту**. Кофта была тёплой и красивой, но на ней был двойной замок. Одна половина запиралась крепко, а на второй не было ручки — будто ждала, когда она дорастёт до своего изобилия. И маленький **щит**, о котором кто-то заботливо прошептал ей когда-то во сне: «**Возьми. Это для защиты твоего роста**». Она прижала щит к груди и почувствовала, как внутри разливается уверенность: теперь она знает, куда идти и зачем.

Мораль этой притчи

Иногда род кажется молчаливым, а его правила — тесными. Но истинный Род — это не стены Дома, который вас отторгает. **Это сама Почва под вашими ногами, которая копила силу тысячелетиями, чтобы именно вы могли на ней расцвести.** Ваша задача — не пробивать лбом запертые двери, а **найти в себе смелость выйти на своё поле.** Там вас уже ждут и очищенная земля, и созревшие плоды, и тихая, мудрая помощь тех, чья любовь теперь — в каждом зерне этой земли.

Практика «Мой золотой шар»

Простая практика, которая поможет осознать уже имеющиеся ресурсы и сделать первый шаг к своему пути.

Что делать:

1. Найдите тихое место, где вас не потревожат. Сядьте удобно, закройте глаза и сделайте три глубоких вдоха и выдоха — вдыхайте через нос, выдыхайте через рот.

2. Представьте **золотой шар** из притчи. Пусть он появится перед вами — светящийся, тёплый, излучающий мягкий свет.

3. Мысленно спросите себя: **Что этот шар символизирует в моей жизни?** Это может быть: ваш **талант** или способность, которую вы недооцениваете; **мечта**, которая уже созрела для воплощения; **внутренняя опора**, сила или уверенность; **возможность**, которая ждёт, пока вы её заметите.

4. Когда образ или ответ придёт — запомните его. Если хотите, запишите одним-двумя предложениями (например: **Мой золотой шар — это способность слушать и поддерживать других** или **Мой золотой шар — желание начать писать книгу**).

5. Теперь представьте, что вы берёте этот шар в руки. Почувствуйте его тепло и вес. Скажите себе: **Я признаю этот дар. Я готов(а) дать ему место в своей жизни.**

6. Откройте глаза. В течение дня, когда почувствуете сомнения или страх, мысленно возвращайтесь к образу шара — пусть он напоминает вам о вашей силе.

Зачем эта практика: помогает увидеть уже имеющиеся ресурсы — то, что уже **созрело**, как в притче; создаёт внутренний символ опоры (золотой шар); занимает всего несколько минут и не требует специальных материалов; связывает историю из притчи с вашей собственной жизнью.

Глава 2. Притча о спущенном колесе и пути, который ждёт.

Однажды путешественница отправилась в дорогу на велосипеде. Она ехала по знакомой тропе, полная надежд, пока вдруг не услышала резкий хлопок — спустило колесо. Оно сморщилось, будто гармошка, и стало ясно: дальше ехать невозможно. Она замерла в растерянности. **Сердце сжалось:** Как же так? Я ведь только начала путь...

Рядом оказалась женщина с добрым взглядом.

— Не переживай, — сказала она. — Сейчас я помогу.

Она взяла насос и ловко начала накачивать шину. Воздух наполнял колесо, оно расправлялось, становилось упругим и готовым к дороге.

— Вот это да! — удивилась путешественница. — А я уже думала, его не спасти.

— То, что сломалось, часто можно починить, — улыбнулась женщина. — Главное — не бросать на полпути.

Путешественница поблагодарила её и поехала дальше. Вскоре она зашла в лавку и купила хлеб с изюмом — такой вкусный, что захотелось ещё. Но продавец сказал:— Больше такого нет, но вот похожий — он тоже хорош.

Она взяла и этот, улыбнувшись себе: иногда новое оказывается не хуже старого. А иногда — даже лучше.

Дальше она попала в дом, где её дочь рисовала. Рисунок получился красивым — линии ровные, краски яркие. Путешественница улыбнулась, глядя на него. Радость появляется там, где ей рады — это она поняла вдруг, очень ясно.

Но на пути встретились и сомнения. Кто-то шептал: **«Этот человек ненадёжен, не верь ему»**. Она прислушалась, но потом вспомнила слова женщины: «Доверяй тому, что оживает». И пошла дальше.

Наконец дорога привела к стадиону. На поле играли в футбол, а обойти поле было долго. Путешественница обратилась к игрокам:

— Можно я пробегу через поле за пять секунд? Нам с дочкой нужно успеть.

Один из них кивнул:

— Конечно, подождём.

Они с дочерью пробежали, хотя по пути дочка потеряла ботинок — он утонул в снегу, будто укрытый мягким одеялом. Путешественница нащупала его рукой — сухой, целый. Будто кто-то позаботился, чтобы холод не тронул. Они пошли дальше, спокойно и уверенно.

И тогда она поняла: жизнь не в том, чтобы избежать трудностей. А в том, чтобы проходить их — с чьей-то помощью и с верой, что справишься. Каждое спущенное колесо, каждая потеря — лишь часть пути, который ведёт туда, где тебя ждут.

Мораль

Даже когда что-то выходит из строя — колесо, планы, вера в себя — всегда есть шанс это восстановить. Помощь приходит, когда ты открыт ей, а препятствия можно обойти или преодолеть, если просить и доверять. Твой путь не заканчивается на поломке — он продолжается, если ты решаешь ехать дальше.

Практика: Восстановление колеса.

Простая практика, которая поможет справиться с ощущением «всё сломалось» и найти опору в трудный момент.

Что делать:

1. Сядьте удобно, закройте глаза и сделайте три глубоких вдоха и выдоха.
2. Представьте своё текущее затруднение или «спущенное колесо» — это может быть проблема, страх, неудача. Представьте эту проблему в виде спущенного колеса велосипеда.
3. Теперь представьте человека (реального или воображаемого), который подходит с насосом и говорит: «Не переживай, сейчас восстановим». Это может быть друг, наставник, мудрый персонаж или даже ваша собственная внутренняя поддержка.
4. Мысленно наблюдайте, как колесо накачивается: воздух наполняет его, оно становится упругим, готовым к движению. С каждым «нагнетанием» представляйте, как к вам возвращаются силы, уверенность, идеи.
5. Когда колесо полностью накачено, мысленно поблагодарите помощника. Если хотите, скажите вслух или про себя: «Я могу восстановить то, что кажется сломанным. Я готова продолжить путь».
6. Откройте глаза. Запишите один маленький шаг, который вы сделаете сегодня, чтобы «начать движение» снова.

Например:

- обсудить проблему с другом;
- составить план действий;
- выделить 10 минут на любимое дело для заряда энергии;
- просто отдохнуть и восстановить силы. Сохраните эту фразу или шаг в заметках телефона или на бумаге. Возвращайтесь к ней, когда снова почувствуете, что «колесо спустило».

Зачем эта практика:

- помогает быстро вернуть уверенность в сложной ситуации;
- создаёт внутренний образ поддержки и восстановления;
- переводит метафору притчи в конкретный план действий;
- занимает минимум времени

Глава 3. Притча о саде, который всегда цвёл

Жила-была женщина. Она много работала, много спешила, много думала о том, что ещё не сделано. Она привыкла смотреть вперёд, а иногда — себе под ноги. Наверх она почти не смотрела.

Однажды ей приснился сон.

Она стояла на улице, а рядом был огромный сад. Люди сидели в беседке, пили чай, разговаривали. Женщина зашла внутрь и вдруг увидела дерево. Оно всё было в цвету — ярко-розовом, нежном, таком густом, что листья почти не было видно. Ветки клонились под тяжестью цветов, а воздух вокруг казался сладким.

Она перевела взгляд дальше — и увидела другие деревья. Крепкие, зелёные, они стояли ровно и спокойно, будто всегда были здесь.

И вдруг её будто толкнуло. Она подняла голову к небу — и ахнула.

Там, над садом, сияла радуга. Яркая, полная, она переливалась всеми цветами, каких только можно вообразить. А рядом с ней светило солнце — такое тёплое, такое настоящее, что женщина почувствовала, как его лучи касаются её лица.

Она достала телефон и начала снимать. Ей хотелось запомнить это мгновение навсегда.

— Почему я раньше не замечала?

— прошептала она.

— Как я могла это пропустить?

А вокруг всё цвело. Радуга сияла. Солнце грело. Никуда не уходило. Ждало.

Мораль этой притчи такова.

Мы часто живём так, будто красота — это что-то редкое, что случается только по особым случаям. Мы думаем, что сначала нужно решить все проблемы, закрыть все долги, достичь всех целей — и только потом можно будет выдохнуть и оглядеться. Но жизнь не ждёт. Деревья цветут не тогда, когда мы готовы их увидеть. Радуга появляется не по нашему расписанию. Солнце светит даже тем, кто на него не смотрит.

И вот что важно: эта красота не выбирает, кому показываться. Она не спрашивает, сколько у тебя денег, какой у тебя статус, есть ли у тебя время. Она просто есть. Всегда. Для всех.

Но мы так привыкли к суете, к тревогам, к бесконечному «надо», что перестали поднимать голову. Мы смотрим под ноги в поисках опоры, а опора — над нами. Мы ищем ответы в книгах и курсах, а ответы — в простых вещах, которые мы перестали замечать.

Иногда, чтобы увидеть чудо, не нужно ничего менять. Не нужно уезжать в другую страну, не нужно покупать билет на тренинг, не нужно ждать особенного дня. Нужно просто остановиться. Поднять голову. Увидеть.

Тот сад был всегда. Те деревья всегда цвели. Радуга и солнце всегда были там, над головой. Женщина не создала их — она просто наконец-то заметила.

То же самое и с твоей жизнью. В ней уже есть красота, которая ждёт, когда ты на неё помотришь. Тепло, которое не требует усилий. Свет, который не гаснет, даже когда ты отворачиваешься.

Не нужно ждать идеального момента. Идеальный момент — это когда ты решаешь поднять глаза.

Практика «Поднять глаза».

Простая практика, которая поможет заметить красоту там, где ты её давно не видел. Она не требует специального времени, места или подготовки.

Что сделать:

1. Выйди на улицу или подойди к окну. Сделай три медленных, спокойных вдоха.
2. Подними голову вверх. Не на экран телефона, не на землю под ногами, а туда, где небо. Что ты там видишь? Облака, ветви деревьев, солнечный свет, вечерние звёзды, крыши домов, отражения?
3. Найди три вещи, которые ты раньше не замечал. Не ищи специально — просто посмотри. Может, это блик на стекле. Может, птица, которая села на ветку. Может, как свет падает на листья. Может, просто небо — такое большое, каким ты его давно не видел.
4. Скажи себе вслух или про себя: «Это было здесь всегда. Я просто не смотрел».
5. Если захочешь — сделай фото. Не для соцсетей, не для отчёта. Для себя. Как маленькое доказательство того, что красота существует независимо от твоей усталости, твоих проблем, твоего графика.

Зачем это нужно:

- чтобы вернуться в момент «здесь и сейчас», а не жить только мыслями о будущем;
- чтобы научиться замечать простые чудеса, которые не требуют денег и усилий;
- чтобы напомнить себе: жизнь не состоит только из трудностей. В ней есть и это — тихая, постоянная, ничем не обусловленная красота. И она никуда не уходит. Даже когда ты на неё не смотришь.

Глава 4. Притча о женщине, которая сказала: «Ты сможешь».

Жила-была женщина. Она много работала с детства, много умела, но считала свой опыт недостаточным. Ей казалось: то, что она умеет, — не то, что нужно. Настоящий успех где-то там, куда она пока не доросла.

Однажды ей приснился сон. Она была в гостях в огромном красивом доме. Всё вокруг дышало спокойствием и достатком. Хозяйка дома — женщина с мудрыми, внимательными глазами — подошла к ней и заговорила первая.

Они разговорились. Гостья рассказала, что работает с двенадцати лет, что опыт у неё есть, но не такой, какой нужен для большого дела. Что она пробовала разное, но всё казалось не тем.

Хозяйка выслушала внимательно и сказала:

— Мне нужно, чтобы ты поехала в большой город. У меня самой не получается, а тебя я хочу отправить. Но сначала — обучение. Время ещё есть.

Она протянула гостье аванс — две пачки денег, ровно столько, сколько нужно для первого шага.

— Но я не смогу одна, — сказала та.

— Я ничего не знаю в этом городе.

— Поезжай с тем, кто рядом, — ответила хозяйка.

— А за детьми я присмотрю. Потом ей приснился самолёт. Красивый, просторный. Она сидела в кресле, и вокруг было спокойно, будто так и надо.

А когда она вернулась домой, раздался звонок в дверь. Мужчина с добрым лицом вручил ей подарки: детям — игрушки, а ей — папку с документами.

— Заполните, — сказал он. — Расскажите о себе. Кто вы, чем занимаетесь.

Внутри лежала одежда — светлые джинсы, рубашки в клетку. Простая, но хорошая. Для той, кто собирается в путь.

И тогда она поняла: её опыт, её детская работа, её годы проб — всё это не зря. Просто она ждала, когда кто-то скажет: «Ты готов». А может, ждала, когда сама себе это скажет.

Мораль этой притчи такова.

Мы часто обесцениваем свой опыт. Нам кажется: если мы начинали с малого, если наша работа была не «престижной», если мы пробовали и ошибались — значит, мы не достигаем. А на самом деле каждый шаг, каждая проба, каждая неудача — это кирпичик. Из них складывается фундамент. И в какой-то момент приходит человек, который видит этот фундамент и говорит: «Тебе нужно ехать».

Мы ждём, что кто-то поверит в нас. А потом оказывается, что этот кто-то — мы сами.

Тот опыт, который казался «не таким», оказывается самым нужным. Те годы, которые казались потерянными, оказываются подготовкой. А силы, которых, казалось, нет, приходят, когда нужно сделать шаг.

Документы заполняются. Подарки приходят. Самолёт улетает. А ты сидишь в бизнес-классе и удивляешься: как же это всё случилось? А оно случилось потому, что ты была готова. И кто-то это увидел.

Практика «Мой опыт — моя сила».

Эта практика поможет увидеть ценность своего пути, даже если он кажется неровным.

Что сделать:

1. Возьми лист бумаги или открой заметки в телефоне. Напиши сверху: Что я умею?
2. Вспомни всё, чему ты научилась в жизни. Не только дипломы и курсы. Всё, что умеешь: - как работала в детстве, - как справлялась с трудностями, - как помогала другим, - как выходила из сложных ситуаций, - как училась тому, чего не знала.

3. Прочитай список. А теперь представь: этот список — не просто перечень. Это твой инструмент. Никто другой не имеет такого же. Потому что никто не прошёл твой путь.

4. Выбери из списка одно умение, которое ты раньше не ценила. Скажи себе вслух: «Это моя сила. Это пригодится. Это часть моего пути».

5. Представь, что завтра тебе предложат большой шаг — как в притче. Какое из этих умений поможет тебе его сделать? Напиши одно предложение: «Я смогу, потому что я умею...». Зачем это нужно:

- чтобы перестать обесценивать свой опыт;
- чтобы увидеть, как много ты уже умеешь;
- чтобы почувствовать себя готовой к большему, даже если страшно.

Притча о белом крыле и рассвете

Жила-была женщина. Она так устала, что ей казалось — мир рухнул. Долги, одиночество, бесконечные «надо» и «ты должна». Она легла спать и провалилась в темноту.

Там, в темноте, она услышала шаги. Кто-то приближался. Она испугалась, но не убежала. И вдруг огромное белое крыло накрыло её сверху. Мягкое, тёплое, живое. И голос сказал:

— Давай вместе поплачем. Никто не увидит. Только я и ты.

Она заплакала. Сильно. Всю боль, которую копила годами. Слёзы текли, но не оставляли следов — крыло вбирало их в себя. Потом она уснула. А когда проснулась, крыло поднялось, и голос сказал:

— Выходи. Рассвет наступил.

Она открыла глаза. В комнате было светло. И она поняла: её не спасали. Её просто укрыли, чтобы она могла выплакаться и не сломаться.

Мораль притчи

Мы привыкли, что помощь — это действие. Совет, деньги, решение проблемы. Но иногда самая большая помощь — это просто быть рядом. Укрыть, когда нечем дышать. Позволить плакать, когда нет сил улыбаться. Не спрашивать «что случилось?», а сказать: «Я здесь. Ты не одна».

Не каждый день мы можем менять свою жизнь. Но каждый день мы можем дать себе разрешение упасть и знать, что кто-то нас поднимет.

Запомни

Ты не обязан(а) быть сильным(ой) каждый день. Ты имеешь право на слабость. Ты имеешь право на слёзы. Ты имеешь право быть укрытым(ой). И после самой тёмной ночи всегда наступает рассвет.

Практика «Белое крыло»

Когда делать: когда чувствуешь, что сил нет совсем. Когда хочется плакать, но «нельзя». Когда внутри пустота.

Что делать:

1. **Ляг.** Закрой глаза. Представь, что над тобой — огромное белое крыло. Оно не давит, оно просто есть. Оно тёплое, живое, надёжное.

2. **Скажи мысленно или вслух:** «Я разрешаю себе быть слабой(ым). Я разрешаю себе плакать. Я не одна».

3. **Поплачь.** Если слёзы придут — не сдерживай. Крыло выдержит. Оно для того и здесь.

4. **Побудь под крылом столько, сколько нужно.** Минуту, час, полдня. Не торопись.

5. **Когда почувствуешь, что сил стало чуть больше — скажи:** «Спасибо. Рассвет наступил. Я выхожу».---Ты не сломался(лась). Тебя просто укрыли, чтобы ты мог(ла) отдохнуть.

Глава 6 .Притча о чёрной машине, которая была твоей

Жила-была женщина. Она давно искала своё место. Ей казалось, что оно где-то рядом, но каждый раз, когда она почти доходила, дорога уходила в сторону.

Однажды ей приснился сон.

Она стояла у дороги. Рядом с ней были люди. Все собирались в дальний путь — в Беларусь, к родным местам.

— Это не твоя маршрутка, — сказал кто-то. — Вон твоя — чёрная стоит.

Она посмотрела. Чёрная машина стояла чуть поодаль. Такая чистая, будто только что с завода. Краска блестела на солнце, стёкла сверкали. Женщина обрадовалась: «Какая красивая!»

Она побежала к ней, чтобы занять места. Запрыгнула внутрь — и ахнула. Сиденья оказались мягкими, удобными, такими, что не хотелось вставать. Всё внутри было продумано для комфорта. Она устроилась поудобнее и подумала: «Как же хорошо. Наверное, я наконец нашла то, что искала».

А потом проснулась и забыла сон. Или не придавала ему значения. Или подумала: «Мало ли что приснится».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.