



ШКОЛЬНАЯ БИБЛИОТЕКА

Людмила  
Моховикова

Путь  
вверх

**Людмила Моховикова**

# **Путь Вверх**

**Серия «Школьная библиотека  
(Интернациональный Союз писателей)»**

*Текст предоставлен издательством*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=48635616](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48635616)*

*Путь Вверх: Интернациональный Союз писателей; Москва; 2019*

*ISBN 978-5-00153-177-7*

## **Аннотация**

В книге «Путь вверх» два произведения.

В повести «Путь вверх» рассказывается, как пятиклассник Антошка плохо учился и ему помог старший брат Вадик советами, как развить свои способности с помощью специальных упражнений. Антошка достиг успехов в учебе, но у него нашелся завистник...

В сказке «Крепче камня» с братьями из-за Лешего происходят различные события. Книга предназначена для детей младшего и среднего возраста. А вообще полезна всем учащимся, кто задумывается о проблемах совершенствования своих способностей.

# Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Путь вверх                        | 9  |
| Эпидемия                          | 9  |
| Папа                              | 14 |
| Вадик                             | 17 |
| Расслабленное состояние           | 24 |
| В школе                           | 27 |
| «Умный бы ты был человек...»      | 30 |
| Что вы постоянно шушукаетесь?     | 33 |
| Как развивать свои способности?   | 34 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 37 |

# **Людмила Моховикова**

## **Путь Вверх**

© Людмила Моховикова, 2019

© Интернациональный Союз писателей, 2019

\* \* \*



*Моховикова Людмила родилась в городе Перми в 1948 году, окончила филологический факультет Пермского государственного университета. В 1970 году переехала в Тольятти и устроилась работать журналистом на всемирно известный АВТОВАЗ. В 1976 году была принята в Союз журналистов СССР. Более тридцати лет трудилась журналистом на АВТОВАЗе. Написаны сотни статей. В 2001 году стала трижды лауреатом Всесоюзного конкурса публикаций по тематике АВТОВАЗа, в 2016 году – лауреатом Всесоюзного журналистского конкурса, посвященного 50-летию АВТОВАЗа.*

*Моховикова Людмила является членом Интернационального Союза писателей.*

*Первая научно-популярная книга «Добрая жена дом бережет» вышла в 1990 году 100-тысячным тиражом в издательстве «Советский писатель», в 1994 году – 50-тысячным тиражом в издательстве «Современник».*

*1998 г. – научно-популярная книга о качестве в соавторстве с академиком Ю. П. Адлером «Должна ли страна быть бедной?».*

*2001 г. – историко-биографическая книга «Был и остаюсь вазовцем».*

*2009 г. – книга для детей «Супергерой».*

*2012 г. – первое издание документально-исторической книги «Колесница судьбы автомобилизации России».*

*2013 г. – историко-биографическая книга «Сотворите здоровье».*

2016-2017 гг. – в электронном издательстве Стрельбицкого вышли: научно-популярная книга «Путешествие... к себе совершенному», детские книги «Палочка-выручалочка», «Однажды на чудо-поляне», «Добры молодцы», «Разноцветные облака» и романы – «Новая жизнь», «В огне страстей», «Твоя любовь меня спасет» (роман вошел в лонг-лист конкурса «Любовь и волшебство»).

В 2017 году вышло второе издание документально-исторической книги «Колесница судьбы автомобилизации России», посвященное 50-летию АВТОВАЗа.

Написаны также пьесы, киносценарии «Золотая клетка», «Твоя любовь спасет», «Прорыв» и анимационные сценарии по Библии – «Бытие» и «Богоматерь, Христос и дьявол», анимационные сценарии по своим сказкам «Разноцветные облака», «Крепче камня», «Однажды на чудо-поляне», «Почему не любите?», а также сериал «Хитромудрые истории» по мотивам сказок Л. Толстого.

В 2018 году Людмила Моховикова стала номинантом литературной премии имени В. Хлебникова.

В 2019 году удостоена почетного знака Лондонской литературной премии, а также именной плакетки, присвоено звание «Лучший писатель года» 2015-2019 гг.

В 2019 году вышли книга для Международного фестиваля «Во славу Бориса и Глеба» «Богоматерь и Иисус Христос», книга «Библейские изречения по темам», сборник романов «Восхождение к новой жизни» (включен в шортлист Лон-

*донской литературной премии в серии «Лондонская премия представляет писателя»).*

*Книга для детей «Путь вверх» (включена в лонг-лист премии Г.-Х. Андерсена).*

# Путь вверх

## *Повесть*

### Эпидемия

Антошка плохо спал ночью. Ему снился страшный сон, будто он мчится на машине, а за ним гонится какая-то другая машина, которая собирается его сбить. Ещё чуть-чуть – и он полетит в глубокую пропасть.

Антошка изо всех сил крутанул руль, спасаясь от беды, как вдруг услышал строгий голос мамы:

– Вставай, пора в школу.

Антошка накрылся с головой одеялом, что означало «ещё пять минут полежу». Но в щёлку он увидел маму, как всегда, в красивом халатике с оборками, аккуратно причёсанными светлыми короткими волосами, задумчивыми карими глазами.

– Вставай! – ещё более требовательно сказала мама и вышла из комнаты.

Дверь за ней, показалось, сердито захлопнулась.

Антошка повернулся на другой бок и вздохнул. Ему не хотелось сегодня идти в школу. Вот не хотелось и всё. Он не выспался, совершенно не выспался. Что же делать? А что, ес-

ли притвориться больным? Он закашлял, натужно, громко, чтобы мама услышала. Она тотчас вошла в комнату. Обеспокоенно взглянула:

– Что случилось? Почему ты кашляешь?

– Я, наверное, грипп подхватил. Эпидемия же гриппа в школе, – сказал, поморщившись, Антошка.

Мама потрогала у Антошки лоб.

– Холодный, – сказала она спокойно.

– Это сейчас... а в школе знаешь как вчера болела голова, – простонал Антошка плаксивым голосом.

– Ладно, сегодня в школу не ходи, – сказала, вздохнув, мама. – А там видно будет.

Мама быстро вышла из комнаты, а Антошка, не удержавшись, от радости, что всё получилось, как он хотел, вскочил с постели и начал радостно приплясывать. Вот уж он сегодня на компьютере наиграется. Антошка чуть не закричал:

– Ура!

Но вовремя спохватился, зажал себе рот рукой и снова лёг в постель. Мама зашла в комнату.

– Вот тебе полезный, медовый напиток, – сказала наставительно, подавая бокал.

Антошка нерешительно взял бокал и медленно выпил медовый напиток с кислой физиономией.

– Вот и хорошо, – похвалила мама. – А сейчас спи.

Мама ушла, Антошка хитро улыбнулся, потянулся и повалился на кровать. Замечательно, сейчас мама уйдёт на ра-

боту, и он включит компьютер. Наконец мама открыла дверь и пропела своим мелодичным голосом:

– Я пошла на работу. Не скучай.

Как только за мамой закрылась входная дверь, Антошка быстро вскочил, сразу включил компьютер и стал азартно играть в автомобильные гонки. Во сне он избежал катастрофы, а теперь он сам будет преследовать автомобиль. И... безжалостно собьёт его в огромную пропасть.

Но вдруг открылась дверь, и в комнату заглянул брат Вадик. Он был старше Антошки на десять лет, учился в институте. Рослый, спортивный, с чёрными кудрявыми волосами, кареглазый, совсем непохожий на светлоголового голубоглазого Антошку.

– Ого, что я вижу! – воскликнул Вадик. – Больной-то у нас за компьютером уже сидит. А ну выключай!

– Ну Вадик, разреши, – просительным тоном сказал Антошка.

Однако Вадик был неумолим. Он строго сказал:

– Больным нельзя сидеть за компьютером. Или ты не больной?

– Больной, – простонал Антошка, – только мне скучно. Я хотел в гонки поиграть.

– Нельзя, – решительно сказал Вадик. – Пошли лучше завтракать.

Антошка без всякого удовольствия, вздыхая, стал есть овсяную кашу, которую сварила мама. Жаль, не учёл он, что

Вадик ещё в институт не ушёл. Он, как всегда, бегал по утрам. Ну, ничего Вадик тоже скоро уйдёт... «А вдруг не уйдёт?» – с тоской подумал Антошка. Тогда всё пропало. Придётся весь день лежать в кровати.

Вадик выпил сначала воды, а потом спокойно и быстро опустошил тарелку с кашей. Он перед едой всегда пил воду. Говорил, что это желудок промывает. И вообще пить воду полезно. У Вадика что ни слово, то рецепт о здоровом образе жизни. Вообще-то у него крепкое здоровье, но он говорит, что здоровье надо беречь смолоду, прежде болезни, нужно заботиться о себе.

– Ты сегодня сколько километров пробежал? – поинтересовался Антошка.

– Семь километров, – ответил Вадик. – Плохо, что ты со мной не бегаешь.

Антошка только вздохнул. Куда ему бегать, он хилый по сравнению с Вадиком, тщедушный. Да и ноги у него слабые, кажется.

– А когда ты пойдёшь в институт? – спросил осторожно Антошка.

– Сейчас ухожу. А ты книжку почитай.

– Ладно, – вяло согласился Антошка. – Не выспался я.

– Что? – спросил Вадик. – Не выспался ты? Потому и в школу не пошёл? Действительно, как в пословице. Сонливый да ленивый – два родных братца. А о долге ты забыл?

– О каком ещё долге? – удивился Антошка.

– О долге ученика забыл? Учиться же надо хорошо.

– Ага, в школе такая скука началась.

– Да неужели? – вдруг рассмеялся Вадик. – Да ты просто лентяем стал. Ты думай, кем становишься.

– Да болею я, – простонал Антошка. – Эпидемия!

– Ладно, выздоравливай! – сказал Вадик, потрепав Антошку по волосам.

Как только за Вадиком закрылась дверь, Антошка быстро пошёл в свою комнату, включил компьютер и стал с азартом играть, то радостно, то угрожающе вскрикивая.

Вдруг открылась дверь, и к своему ужасу он увидел статную фигуру папы, который приехал из командировки.

# Папа

– Это ты так болеешь? – строго спросил папа. И его голубые глаза гневно засверкали. – Ты что, обманул маму?

– Нет... я болею, эпидемия, – растерянно промямлил Антошка.

– Больные так себя не ведут. Ну-ка, выключай компьютер. Хотя погоди, – решительно сказал папа. – Зайду-ка я на сайт школы, посмотрю, какие у тебя оценки.

У Антошки ещё больше испортилось настроение, он со вздохом уступил папе место за компьютером, и тот начал изучать оценки по всем предметам. Они его не радовали, лицо у папы помрачнело. Он несколько раз взъерошил свои кудрявые чёрные волосы, что говорило о его крайнем возмущении.

– А теперь давай тетради, – жёстким тоном потребовал папа.

Антошка нерешительно и с совсем понурым видом подал тетради. Папа долго изучал тетрадь по русскому языку.

– Так и не научился до сих пор «не» с глаголом писать отдельно, – сказал возмущенно папа. – Простейшее правило. А почерк какой у тебя стал плохой! Был лучше. Теперь посмотрю тетрадь по математике.

Папа, опять показалось, утомительно долго изучал тетрадь по математике, а потом сказал с тревогой:

– И по математике ты стал хуже учиться. В чём дело?

– Я болею, – со стоном пролепетал Антошка.

– Я не вижу, что ты болеешь, ты просто притворяешься, в школу не хочешь ходить. А что из тебя будет дальше?

Папа быстро встал, прошёлся по комнате и как начал сердито ругать за плохую успеваемость! Только Антошка почти ничего не слышал, видел лишь строгое лицо папы и испуганно смотрел на него, понимая, что лёгкая жизнь для него закончилась. От него сейчас потребуют хорошей учёбы, а как этого добиться, Антошка не знал. Он же вроде старается иногда, а всё равно тройки получает, а то и двойки. Он даже смирился с этим, а вот папа, да и мама тоже, ни за что не согласятся с его плохими оценками. Жди сейчас ежедневных экзекуций. От одной этой мысли Антошка заболел, уже настоящему заболел. А папа в итоге так строго на него взглянул сверкающими голубыми глазами, что страшно стало. Хорошо, что он больше ничего не сказал и вышел из комнаты.

Дверь за папой громко захлопнулась, а у Антошки потекли слёзы, горькие, солёные, удушливые. Что теперь будет с ним? Голова у Антошки на самом деле заболела. Он лёг в постель и... неожиданно уснул... Правда, где-то мелькнула спасительная мысль. С Вадиком надо поговорить. Он в последнее время всё пятёрки получает, папа его хвалит. Может, он какие-то секреты знает, как добиваться успехов в учёбе.

Дело даже не в том, что он должен хорошо учиться. Глав-

ное – он сам, сам не хочет быть в отстающих. Противно это, когда тебя все ругают. Надо как-то выбираться из болота лени и неудач. Нужно уважать, в конце концов, самого себя. А то сегодня он сам себя возненавидел...

# Вадик

Антошка обессиленно лежал на кровати с закрытыми глазами, он действительно чувствовал себя плохо, когда пришёл Вадик. Тот сразу заглянул к нему в комнату. Антошка не выдержал и опять заплакал.

– Ты что, ты уже большой, чтобы плакать, – сказал с тревогой Вадик.

– Папа так ругался... – заливался слезами Антошка.

– Папа и меня ругает, – успокоительно произнёс Вадик.

– Нет, он тебя уже хвалит, а я, я самый плохой... Не знаю, что делать? Ну, Вадик, как у тебя получается на пятёрки в институте учиться?

– Я стараюсь. И вообще отличные оценки стал получать недавно, а то тоже, как ты, тройки получаю.

– Правда, ну и как... что ты делал, просто занимался? – спросил Антошка с надеждой.

– Да я, знаешь... Впрочем, ты ещё маленький.

– Нет, Вадик, я уже большой! – вскрикнул Антошка. – Я уже в пятом классе учусь, расскажи свой секрет...

– Ладно, расскажу. Главное вот что – я решил стать супергероем.

– Супергероем? Вот здорово! – радостно воскликнул Антошка, вытирая слёзы.

– Ну да, цель надо такую себе поставить. Только тогда

можно добиться успехов.

– Супергерой – он какой? Сильный такой? – спросил Антошка задумчиво. – Бегает, как ты, отжимается, гирию поднимает? И учится на пятёрки?

– Да, сильный, но главное – умный, ловкий, добрый. Супергерой всё делает супер.

– Ну, я тоже хочу быть таким, – сделал решительный вывод Антошка.

– Надо сначала многое понять.

– Что, например, ты понял? – спросил Антошка.

– Есть такая притча у Соломона. «Путь жизни мудрого вверх, чтобы уклониться от преисподней внизу».

– У Соломона? Это кто такой?

– Про него в Библии написано. Царь Соломон.

– В Библии написано, в такой толстой книге чёрного цвета? Там про Господа написано, как Он мир создавал.

– Да. Господь Суший создал Небо, Землю и человека.

– Почему Суший?

– Он так Себя назвал. «Я есмь Суший». Это в «Исходе». И Иисус Христос велел читать молитву Господу – «Отче наш, Суший на небесах...»

– Значит, надо запомнить. «Путь мудрого – вверх, чтобы уклониться от преисподней внизу». А что такое преисподняя? Ад?

– Да, ад, там все грешники окажутся. Так что не греши.

– Это трудно. Всё время что-нибудь сделаешь не то... Я

слабый!

– А я в Библии прочитал: «Слабый пусть говорит: «Я силен». Это у Иоилия пророка, глава 3,10.

– Здорово! Но... это же просто слова.

– Слова имеют огромную силу. Я ещё вот что выписал.

Вадик взял тетрадь и стал зачитывать:

– «...будь твёрд и мужествен, не страшись и не ужасайся».

Иисус Навин, глава 1, 9.

– Здорово! – опять произнёс Антошка. – А какие слова ещё есть?

– «Ободрись и действуй». Ездра, глава 10,4. «Каждый помогает своему товарищу и говорит своему брату: «крепись!»»  
Исаия, глава 41,6.

– Вот и помоги своему брату, – сказал Антошка многозначительно.

Вадик рассмеялся:

– Помогу. Я когда эти слова прочитал, то понял, что истоки современного аутотренинга в Библии.

– А что это такое – аутотренинг?

– Такие тренировки, когда себе что-то внушаешь. Но прежде всего себе нужно внушать мудрые мысли из Библии.

– Я всё понял, – сказал Антошка. – Я буду твёрд и мужествен. Я слабый, но я буду говорить себе – я силен!

– Правильно ты всё понял. Когда это поймёшь, становишься мудрее. Ещё раз тебе повторяю: «Путь жизни мудрого вверх, чтобы уклониться от преисподней вниз».

– Я запомнил. Путь мудрого – вверх.

– Чтобы быть мудрым, надо много читать и делать различные упражнения.

– А какие упражнения? – спросил с интересом Антошка. – Я всё буду делать, – пообещал он. – Всё. Только расскажи.

– Для начала будем укреплять силу воли. Знаешь, что такое сила воли?

– Ну, это... как будто... сильное желание, – нерешительно произнёс Антошка.

– Желание – это одно, – наставительно сказал Вадик. – Давай так договоримся: все незнакомые слова будем уточнять в словаре. Пойдём ко мне в комнату.

Антошка весело улыбнулся и пошёл к Вадиду в комнату. Там они взяли толковый словарь – большую книгу Ожегова малинового цвета, нашли слово «воля».

– Читай внимательно, – предупредил Вадик.

Антошка стал читать:

– Воля – это способность осуществлять желания, поставленные перед собой цели.

«Ну вот, всё ясно, – подумал Антошка, – он сегодня поставил себе цель – не ходить в школу, и не пошёл, проявил волю».

Вадик будто догадался о его мыслях и сказал:

– Волю надо проявлять только в хороших делах, а в плохих не стоит.

– Всё, я понял, – согласился, вздохнув Антошка. – Дальше

что?

– Надо внушать себе, что у тебя сильная воля, ты умеешь добиваться больших результатов во всех хороших делах. Слова, повторяю, имеют огромную силу.

– Да, я понял это из Библии.

– А хочешь натурально это проверить? Мгновенно?

– Силу слов проверить мгновенно? Как это?

– Очень просто! Вот сейчас ты в этом убедишься на простом примере. Я говорю слово – мороженое. Что ты ощущаешь?

– Мороженое! Мороженое! Я сразу захотел мороженого, даже слюнки потекли! – воскликнул Антошка.

– Вот ты и убедился в силе слова, – подтвердил Вадик. – Слюнки потекли. А слова, что у тебя укрепляется сила воли, будут записаны в программирующем аппарате мозга.

– Что? – опять удивлённо вскрикнул Антошка. – Разве у человека есть программирующий аппарат мозга?

– Есть! – сказал Вадик. – В том-то и дело. Почему библейские слова помогают? Слова записываются в программирующем аппарате мозга и воздействуют на человека. Программирующий аппарат мозга находится в лобных долях, регулирует поведение человека.

– Да, вот это да! – восторженно выдохнул Антошка.

Он потрогал свой лоб и подумал: «Тут, значит, как в компьютере, программа записывается. Теперь у меня будет программа – укрепление силы воли. Завтра я в школу обязательно»

но пойду, как бы себя ни чувствовал».

– Внушать надо как в бодрствующем, так и в расслабленном, аутогенном состоянии.

– А что это за состояние расслабленное... аутогенное?

– Давай я тебе завтра расскажу об этом, на сегодня хватит.

Главное – ещё говори: «Господи, помоги!» Надо верить – и Он поможет.

– Господь Суший и Господь Иисус Христос?

– Да. Надо верить в Отца – Господа Сущего, в Сына – Иисуса Христа и в Святого Духа.

– Это сложно, – вздохнул Антошка.

– Со временем всё поймёшь. Но говори: Святая Троица, спаси и сохрани.

– Хорошо. Буду так говорить.

– Но на Бога надейся, а сам не плошай, есть такая поговорка. Поэтому надо самому трудиться. Только трудолюбивым Господь помогает. Так что концентрируйся сейчас на мысли, что у тебя крепкая сила воли, ты умеешь себя заставлять делать разные полезные дела. Вот позвони своим друзьям, узнай домашнее задание и сделай его, хотя бы по русскому и по математике. А вечером ляжешь спать и говори себе, что у тебя крепкая сила воли. Господи, помоги!

– Ладно, согласен, – сказал Антошка. – Буду всё так делать. И работать, и на помощь Господа призывать.

Антошка позвонил своей соседке по парте Наташе, узнал номера упражнения и задачи и сделал их, хотя ему не очень

этого хотелось. Но он заставлял себя и заставлял, будто груз какой в гору тащил. Бывает же такое! Надо терпеть и стараться, иначе беда. Он чувствовал, что может случиться беда, если он не сделает уроки. Господи, помоги сделать уроки! И Антошка сделал уроки. Но ему всё же очень хотелось узнать поскорее, что же такое расслабленное аутогенное состояние. Он осторожно постучал в комнату к Вадику.

# Расслабленное состояние

– Ладно, – сказал Вадик, – расскажу тебе сегодня. Мне даже нравится, что ты так настаиваешь. Так вот – расслабленное, то есть аутогенное состояние – это такое состояние, когда мышцы всего тела расслаблены.

– Ничего не понимаю, – вздохнул Антошка. – Что значит расслаблены?

– То есть отключены частично от мозга. Он в это время отдыхает. Ложись на диван на спину, – скомандовал Вадик.

Антошка сразу послушался, лёг на диван.

– Вот сейчас подними ноги и медленно их опусти, – попросил Вадик.

Антошка приподнял ноги, но опустил резко и засмеялся.

– Ещё пробуй, медленно опусти ноги.

Антошка приподнял ноги и медленно опустил их – и сразу ощутил странную вялость.

– А теперь подними руки и медленно опусти.

Антошка всё выполнил правильно – и тоже ощутил странную вялость в руках.

– Чувствуешь, что у тебя руки и ноги расслабились, тебе не хочется двигаться.

– Не хочется двигаться, – томно повторил Антошка. – А спать я почему-то захотел.

– Потому что ты находишься в расслабленном, аутоген-

ном состоянии, это, по сути, сонное состояние, которое человек испытывает, засыпая и просыпаясь. Так вот, в этом состоянии ты отдыхаешь, и в то же время в нём полезно говорить себе формулы самовнушения, которые очень хорошо записываются в программирующем аппарате мозга.

– Во лбу, значит, – сказал Антошка. – Всё понял.

– Вот и внушай себе, что ты супергерой, сильный, умный, ловкий, добрый. Эти слова будут тебе помогать.

– Я буду себе твердить. Я твёрд и мужественен. Я сильный! Господи, помоги!

– Можешь позаниматься сам перед сном, – посоветовал Вадик.

– Палочка-выручалочка! – неожиданно воскликнул Антошка. – У меня теперь есть палочка-выручалочка, как на себя воздействовать.

Вадик рассмеялся:

– Ну, пусть для тебя будет палочка-выручалочка. Молитвы и самовнушение.

Антошка пошёл к себе в комнату и подумал, что не так уж плохо закончился у него этот день после папиного разгрома. Он много сегодня полезного узнал. Так что он возьмёт себя в руки и ещё удивит папу своими успехами. Самый главный, наверное, подвиг – это победить в себе плохое.

Он поднял руки и ноги, медленно их опустил и, почувствовав расслабление, зашептал формулы самовнушения:

– У меня крепкая сила воли. Я сильный. Я твёрд и му-

жественен. Ура! У меня сейчас есть палочка-выручалочка, как на себя воздействовать! Господи, помоги! Святая Троица, помоги!

С этими мыслями он спокойно уснул... И ему снились сны будто он летал на крылатом белом коне... и видел зелёные-зелёные луга...

## В школе

Антошка проснулся утром с мыслью, что он обязательно должен стать супергероем. У него теперь есть палочка-выручалочка! Он быстро встал, начал делать зарядку и даже несколько раз отжался от пола.

– Я супергерой, супергерой, – твердил он себе. – У меня крепкая сила воли... я твёрд и мужественен... я сильный...

Антошка, быстро позавтракав, побежал в школу. Она была совсем рядом. Антошку догнал Васька. Он был выше его ростом почти на голову, толстый, розовощёкий, наглый.

Васька, как всегда, больно стукнул Антошку кулаком по плечу и ехидно сказал:

– Привет, Пирог, Бублик!

– Ты перестанешь меня дразнить? Какой я тебе Пирог, Бублик? – возмутился Антошка.

– Ну, если ты по фамилии Пирогов, – ехидно продолжал Васька.

– Это знаменитая фамилия, между прочим, – сурово промолвил Антошка.

– Ну, ты-то знаменитым не будешь, – расхохотался Васька. – Что вчера в школу не пришёл?

– Болел, – сказал тихо Антошка.

– Хиляк ты, Пирог с капустой кислой, – опять ехидно произнёс Васька.

Антошка сердито замахнулся на Ваську кулаком и сказал:  
– Вот буду супергероем – я тебе покажу.

Васька громко расхохотался:

– Ты супергерой? Да я тебя одной левой!

– Отстань от меня.

Антошка прибавил шагу и ушёл от Васьки. В классе было много ребят. Антошка сразу пошёл к своей четвёртой парте на среднем ряду. Наташа – соседка по парте, была уже на месте.

Антошке нравились голубые, ласковые глаза Наташи и её светлые пушистые волосы, заплетённые в косы. Училась она хорошо и всегда подтрунивала над ним, когда он получал двойку.

Антошка весело поздоровался с Наташей, сел за парту, открыл рюкзак, стал доставать учебник по русскому и тетрадь.

В класс почти вбежал Васька. Смеясь, он подскочил к Антошке и громогласно объявил:

– Антошка Пирогов решил стать супергероем!

Ребята начали смеяться, восклицая:

– Вот это да!

– Учудил чудило!

– Супергерой! Ха-ха! Да он сейчас почти двоечник!

Антошка расстроился от этих криков, вскочил и выбежал из класса. Он так быстро бежал, что не увидел учительницу. Наткнулся на Веру Ивановну – классную руководительницу – чуть с ног её не сшиб.

– Антон, в чём дело, ты куда? Почему вчера тебя не было? Иди сейчас же в класс.

Но Антошка побежал по коридору дальше. Вера Ивановна ему вдогонку крикнула:

– Я тебе замечание запишу в дневник!

Услышав эту устрашающую фразу, Антошка остановился и побежал в обратном направлении.

Антошка, весь красный, забежал в класс, не глядя ни на кого, подошёл к своей парте, сел на стул и открыл учебник по русскому языку.

«Я супергерой, – сказал он себе, – я должен быть спокойным». Наташа наклонилась к нему и тихо спросила:

– Ты правда хочешь стать супергероем?

– Да, только ты никому больше не говори.

– А супергероини есть? – спросила с интересом Наташа.

– Конечно, есть.

– Тогда я тоже хочу, ты мне расскажешь, что делать?

Антошка кивнул, и ему стало спокойнее. Хоть Наташа над ним не посмеялась, и даже сама захотела стать супергероиней. А что, неплохая идея. Так веселей будет.

## «Умный бы ты был человек...»

Антошка почти выучил уроки, когда пришёл Вадик.

– К тебе можно? – услышал он его басистый голос.

– Конечно! – вскочил Антошка.

– Ты сейчас чем будешь заниматься? – осторожно спросил

Вадик.

– Хотел правила по русскому учить, а то ошибки делаю.

– Молодец, а ещё я тебе хочу предложить тренировки по русскому языку с помощью пословиц.

– Как это? – удивился Антошка.

– А вот ты пословицы пишешь, грамотность вырабатываешь и ещё кое-чему учишься.

– Чему, например?

– Мудрости. Пословицы ведь народная мудрость.

– Ну да, мы в школе некоторые пословицы писали.

– Вот я тебе и предлагаю, двух зайцев убить.

– А за двумя зайцами погонишься – ни одного не поймашь. Такая есть пословица, – сказал важно Антошка.

– Молодец, знаешь такую пословицу. Только в этом случае можно поймать двойную пользу. Вот смотри, какие я выписал пословицы. – Вадик подал Антошке свою тетрадь. – Тут пословицы смешные, повеселить тебя хочу.

– Разве бывают пословицы смешные?

– А как же, есть, народ всегда высмеивал людские пороки.

Например, лень и глупость.

– Давай покажи про ленивых и глупых, – сказал Антошка.

Антошка сел за стол и открыл тетрадь. И сразу стал смеяться над пословицами:

Человек он умный, только мало смыслит.

Я ли не хозяин, у меня ль ворота не бороной запираются.

На словах что на гусях, а на деле что на балалайке.

Шила и мыла, гладила и катала, пряла и лощила, а всё языком.

Люди за дело, а мы за безделье.

– Ты что делаешь? – Ничего. – А ты что? – Да я ему помощник.

Надо голова дыра вертеть, мозга лить.

Метко попадает – ногой в лужу.

Умный бы ты был человек, кабы не дурак...

У тебя два чина – дурак и дурачина.

Антошка, смеясь, подумал: «Весёлые пословицы и умные, многому могут научить. Надо их обязательно переписать». Вот уж точно он не хочет быть таким, как эти глупые люди, о которых в пословицах говорится. Но вдруг почему-то ему захотелось переписывать что-то из Библии. Что Бог говорит людям, как им жить? Антошка сразу пошёл к Вадику:

– А у тебя изречения из Библии есть? Они... вроде... полезней.

– Полезней. Но ты ещё маленький.

– Нет, я большой, я пойму.

– Ладно, – сказал Вадик. – Вот тебе тетрадь, там есть кое-что.

Антошка взял тетрадь у Вадика, пошёл в свою комнату, сел за стол. И первое, что он прочитал: «Обдумай стезю для ноги твоей, и все пути будут твои да тверды. Не уклоняйся ни направо, ни налево; удали ногу твою от зла». (Притчи Соломона. 4,26-27)

«Да, – подумал Антошка. – Надо будет обдумать стезю, по которой он пойдёт. Главное – уклониться от зла». Надо Господа просить, чтобы помогал, а то он один не справится. Опыта не хватит.

## Что вы постоянно шушукаетесь?

Мама позвала Вадика к отцу. Он лежал на кровати в спальне и строго посмотрел на Вадика:

– Что вы постоянно шушукаетесь с Антошкой?

– Да всё в порядке, папа. Он задумал хорошо учиться и спрашивает меня, как этого достичь? Ты знаешь, я накопил всяких приёмчиков, и у меня дела улучшились.

– Ну, знаю, а Антошке-то не рановато изучать эти приёмчики? – задумчиво спросил папа.

– Нет, всё в порядке, – успокоил Вадик. – Он всё понимает и старается. Только у меня просьба: если у него будут срывы в учёбе, вы его не ругайте.

– А срывы могут быть? – спросила с тревогой мама.

– Кто его знает! Разволнуется или что.

– Ладно, – сказал папа, вздохнув, – не будем его ругать. А тебе спасибо, что помогаешь брату учиться.

– Ну что ты, папа, он же мой брат любимейший...

# Как развивать свои способности?

Антошка переписал некоторые притчи и пошёл к Вадикю. «Нужно брать быка за рога», – подумал он. Так обычно Вадик говорил, когда надо было проявить решительность.

– Вадик, – сказал Антошка, – я себе внушил уже, что я твёрд и мужественен, а как мне свои способности развивать?

– Сейчас подумаем, – сказал Вадик, а посмотрев Антошкины записи, добавил: – Слушай, какой у тебя плохой почерк! Вот над этим сейчас и поработаем.

– Да ничего не получится! – воскликнул расстроено Антошка. – Давай что-нибудь другое... поинтересней.

– Не торопись, – наставительно произнёс Вадик. – Почерк очень важен, это визитная карточка человека. По почерку даже характер определяют. Красивый почерк – значит, аккуратный, добросовестный человек. А плохой... ну сам понимаешь какой...

– Ладно, согласен, – уныло согласился Антошка.

– Вот ложись-ка на диван, – сказал Вадик, – закрой глаза, расслабься...

Антошка лёг на диван, закрыл глаза, расслабился, подняв и медленно опустив ноги и руки.

– А теперь, – сказал Вадик, – представь, что ты пишешь красивые буквы – «а», «б», «в». Ну и так дальше. Впрочем, подожди. Сначала строчку – буквы «а» напиши, потом дру-

гие по строчке... Надо привычку выработать писать красиво.

Антошка стал мысленно писать буквы, легко водя ручкой, и они писались, писались, очень красивые.

– А дальше что? – спросил он.

– Дальше, – сказал Вадик, – вставай, иди и пиши буквы в тренировочной тетради.

– Ну, – сказал недовольно Антошка, – что-то неохота. Мысленно-то легче.

– Мысленно легче, но без реальных тренировок ничего не получится, – решительно произнёс Вадик.

– Всё, я понял, – вздохнул Антошка. – Я сейчас скажу себе, что мне хочется писать буквы, причём красиво писать. Господи, помоги!

– Молодец, догадался сам, иди и пиши с такой мыслью. Между прочим, я тоже тренировался так. Почерк у меня был ужасный. Хочешь, покажу?

– Конечно! – обрадовавшись, воскликнул Антошка, интересно же увидеть результат тренировок.

– Вот смотри! – Вадик дал Антошке свою тетрадь.

Антошка стал рассматривать её и рассмеялся:

– Даже не верится. Ещё хуже почерк был, чем у меня. Ничего непонятно...

– Дальше смотри, – сказал Вадик.

– Вот это да! Четыре страницы буквы «а» – написал, четыре – «б» и так далее. – Антошка заглянул в конец тетради и увидел ровный, красивый почерк. – Значит, здорово по-

могли тренировки – мысленные и реальные.

– Сейчас давай ты старайся. Это не просто почерк исправляется, это в голове что-то совершенствуется. Вот тебе толстая тетрадь.

– Здорово! – воскликнул Антошка и пошёл в свою комнату.

Он сразу лёг, начал представлять, что пишет буквы, а потом взял тетрадь и стал их писать. «Я пишу всё лучше и лучше, – говорил он себе. – У меня буквы красивые, красивые... Господи, помоги и спаси!»

И хотя это было не совсем уж так, как он говорил, но, по крайней мере, некоторые буквы стали лучше, круглее писаться.

«Как хорошо, – подумал он, – что у меня есть такой умный брат. А другие способности как развивать? Пойду-ка спрошу».

– Очень просто, – сказал Вадик. – Представляй, что ты уже обладаешь этими качествами, и они в мозгах зафиксированы и будут развиваться.

– Например, я ловкий или красиво танцую.

– Ну да. Считай, что ты ловкий, представляй, как ты ловко гирию поднимаешь, бегаешь, прыгаешь.

– И красиво танцую?

– Ну да. Мысленно представляй, что красиво танцуешь, – и будешь танцевать.

# 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.