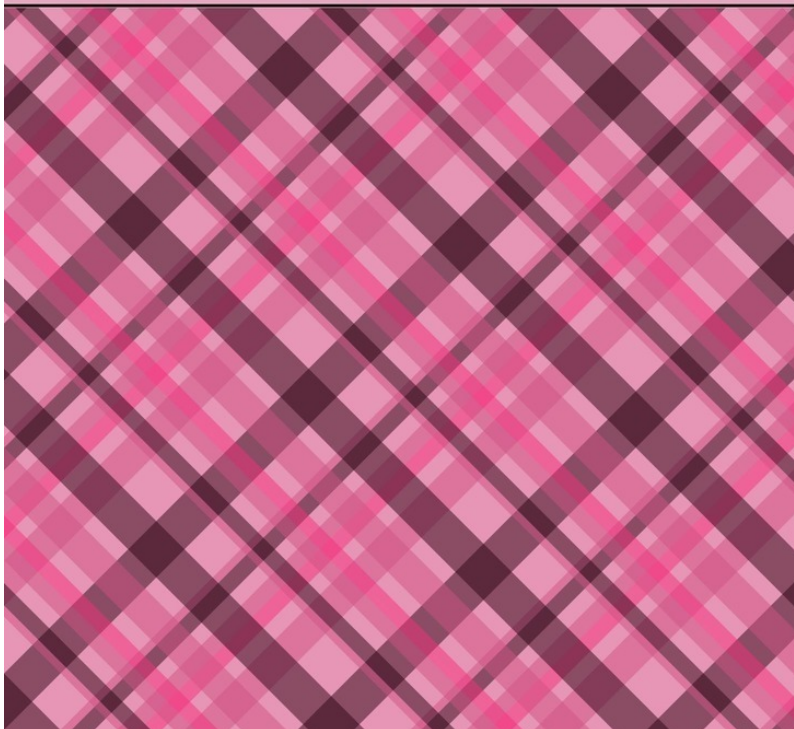


Анна-Мария Доброва

Не жалею...



Анна-Мария Добрава

Не жалею...

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=44826455

ISBN 9785005041661

Аннотация

О том, что со мною порой происходит, О том, что я в сердце ношу, О том, что я чувствую, вижу и слышу, О том я в стихах и пишу.

Содержание

О себе	6
Из сосуда мудрости народной...	8
Доброе дело	11
Надежда умирает последней	12
Хадыжи	13
Ботокс	14
Деньги – зло?	15
Завет	16
Старый анекдот	17
«Богатые тоже плачут!»	19
Две бочки	21
Сомнения	24
Школа жизни	28
Слегка фривольная тема алкогольная	33
Народный натюрморт	33
Кто ты, коньяк, друг или враг?	35
Столовый этикет	39
Если жизнь не клеится...	40
Юмор и сатира	41
Нежданчик (случай из жизни)	42
Шах и мат	43
Отхожее место	44
Посол	45

О диете	49
Пора худеть?	50
Сила воли	51
Как похудеть?	52
Афоризмы, афонаризмы	54
Конец ознакомительного фрагмента.	57

Не жалею...

Анна-Мария Доброва

© Анна-Мария Доброва, 2019

ISBN 978-5-0050-4166-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

О себе

От удара молнии очнувшись
Или пережив тяжёлый стресс,
Человек нередко замечает,
Что в судьбе наметился прогресс.

Кто-то видит всё, как на ладони,
Даже то, что спрятано в руке,
Кто-то научился в одночасье
Говорить на древнем языке.

Я, прожив большой отрезок жизни,
Не могла зарифмовать двух слов.
Никогда писать я не пыталась
Ни обычной прозы, ни стихов.

Жизнь текла размеренно и гладко,
Вдруг однажды прозвенел звонок.
Всё, как нагадала мне гадалка —
Жизни на земле окончен срок!

Но пройдя по коридорам Ада,
(Объяснить причину не могу)
Против всех законов медицины
Я ещё на этом берегу!

Чтобы легче было мне вернуться
К радостям земного бытия,
Даже днём, среди забот житейских
Стала Муза навещать меня.

И когда тоска сжигает душу,
Словно пламя жаркого костра,
Ночью напролёт сидит со мною,
Часто оставаясь до утра.

Божий дар – он виден от рожденья,
Но когда седеет волос твой
И стихи... или несчастный случай
Стал явлению этому виной?

Когда от мыслей пухнет голова,
В душе незаживающая рана —
Налей бокал хорошего вина,
Открой и почитай Омар Хайяма.

А, если, уж, совсем невмоготу,
И сердце бьётся бешено в груди,
Что делать в ситуации такой?
Давай обсудим, в гости заходи.

Из сосуда мудрости народной...

Секретов мудрости наполнился сосуд!
Народ их долго по крупицам собирал.
Кому-то может, эти пользу принесут,
А кто-то для себя другие отыскал.

Жизнь наша как огромный супермаркет:
Бери, что хочешь, но не забывай,
Что касса впереди! Платить придётся
За всё, что выбрал в нём, ты так и знай!

Когда живёшь наотмашь, без оглядки
И, прожигая жизнь, собою горд вполне
Она с тобой играть не будет в прятки,
А «будет бить... ключом по голове»!

В этот мир необъятный ты явился с ключом,
Но сам факт этот не говорит ни о чём.
Нужно долго по белому свету идти,
Чтобы дверь для него в этой жизни найти.

Найди подкову и прибей её над дверью.
В народе говорят, она приносит счастье!
Но есть проверенный давно рецепт успеха:
Когда подкову к своему прибьёшь копыту

И сам пахать начнёшь и в ведро и в ненастье.

Говорят, есть на свете три вещи всего,
Наблюдать за которыми можно часами:
На горящий огонь, на потоки воды,
А на третью? А третью додумайте сами.

Первое апреля – праздник «дурака»!
Пусть он и не красным числится пока,
Смех и шутки по дворам – переулочкам.
Заметьте, праздник дурака, а не дурочки!

Профессор выковыривал придатки из мозгов,
Мечтал об улучшенье человеческой породы,
Евгеникой старался он улучшить генофонд,
А в результате получил морального уroda.
Известно, скальпель в данном деле не поможет,
Образование любой евгеники дороже!

Подлость и предательство в ответ
Бумерангом всё равно вернутся.
И, прицелившись кому-то в спину,
Не забудь, однако, оглянуться.

Все нынче господа, куда ни глянь,
Но с воспитанием пробел и не один.
Ты, перед тем, как с дамой говорить
Вынь руки из карманов, «господин»!

Познать границы счастья невозможно.
Менталитет – основа всех основ!
Одним без шубы норковой не спится,
А Пятница был счастлив без штанов!

Жизнь нам дана всего одна
И та на прочность проверяет
Порой такой наложит грим —
Родная мама не узнает

События минувших дней
Вошли в истории анналы:
Ковчег соорудил любитель,
«Титаник» – профессионалы.

Доброе дело

Хочешь ты сделать доброе дело?
Сделай, но выслушай дельный совет:
Выясни, прежде, тактично, умело —
Нужно кому-то оно или нет?!
Часто добро (это в жизни случается)
Неблагодарностью к нам возвращается.

В элитных школах не учились,
Нам и в обычной было лень,
А воспитатель был надёжный —
Отцовский кожаный ремень.

Зимою пьём компот из сухофруктов,
Весной и летом – свой, домашний квас.
А «Сола», что с собой приносят гости,
Великолепно чистит унитаз.

Надежда умирает последней

Потеряно многое в жизни моей
Да, и у других, как я думаю, тоже.
Потеряна вера в хороших людей,
Любовь на торговлю всё чаще похожа.
Удачу, что мне дед Мороз обещал,
Занёс, очевидно, в подъезд он соседний.
Осталась надежда на лучшую жизнь.
Она, говорят, умирает последней!

Хадыжи

На всей земле не знаю лучше места,
Туда влечёт сильней с годами вновь,
Где проходили молодые годы,
Где неземная встретилась любовь.
Я знаю, кто-то грезит о Париже,
Кому-то ближе древние Кижы»
Кому милее Рим, кому – Полтава,
А я люблю ребята... Хадыжи!

Ботокс

Ботокс признание своё получил
Делай инъекции и не старей.
Долго ещё молодым оставался
И юный нарцисс Дориан Грей.
Да, чудеса в нашей жизни случаются,
Только порой неудачно кончаются.

Деньги – зло?

Говорят, что деньги – зло.
Значит, многим повезло!
Меньше денег – меньше зла,
Это я понять смогла,
Лишь одно мне непонятно
Есть такой вопрос занятный:
Когда было их в достатке
Как я с этим «злом» жила?

Завет

Я живу, как учили отец мой и мать,
Своих деток любить, пожилых уважать
А ещё – очень стыдно, внушали мне, врать
И греховным, считалось в семье, воровать.
Пролетели года, и родителей нет,
Только жив и поныне их мудрый завет
Мои дети и внуки «продвинуты», пусть,
Но знают завет этот все наизусть.

Старый анекдот

Явился на работу человек,
Взглянул на свои ноги – туфли разные.
Такой вот существует анекдот,
А продолжение – своеобразное.
Домой вернулся, обувь заменить,
Чтоб не смотреться как-то несуразно,
А там вторая пара башмаков
Стоит себе, но... они тоже разные!

Нас в детстве, чаще, всё ремнём учили
(Особенно учила часто мать)
С почтением относиться к старшим людям
И замечанья взрослых понимать.
Жизнь показала, что наука эта
Запомнить лучше помогла советы.

Не будите русского медведя
Пока он спокойно спит в берлоге.
Если он проснётся ненароком —
Унести никто не сможет ноги.

Судьба людей тасует словно карты:
Сегодня ты шестёрка, завтра – туз,
А после возвращает всё обратно

Вот это называется... конфуз!

«Богатые тоже плачут!»

«Богатые тоже плачут!»

Скорее всего, это значит,
Что не в пример им богаче
Заклятые стали друзья.
Хоть зависть плохое чувство,
Но справиться с ним – искусство,
И с неокрепшей психикой
Справиться с ним нельзя.

О знаках грезит он отличия
Страдая манией величия,
А на поверку от величия
Одна лишь мания в наличии.

Восток и Запад вместе не сойдутся
Кто может этой истины не знать?
Мы, россияне, из другого теста,
Не стоит нас по Западу равнять!

Что лучше может быть и слаще мёда,
Не знает тот, кто любит эту сладость.
Спроси об этом у «слуги народа»
И он тебе ответит: это ВЛАСТЬ!

Порою факты из реальной жизни
Нежданные рожают заключения:
Чем элитарней транспортное средство,
Тем «эластичней» Правила движения.

Две бочки

Всё познаётся в процессе общения.
Прямо, как в басне Крылова сюжет:
Полную бочку и рядом не слышно,
Бочка пустая гремит на весь свет.

Как много озабоченных в стране!
Их нестандартный внешний вид волнует.
В своих мечтах фигуру, губы, нос...
Они как новый образ формируют.
И, наконец, когда мечта сбывается —
Свой старый образ вернуть пытаются.

Спутаны и волосы и мысли
Смотрится всё это не вполне.
Только мыть снаружи бесполезно
Если «тараканы» в голове!

Культура уже безнадёжно больна,
Оплетена метастазами пошлости.
На эстраде тусовка из девяностых,
Силикон, безголосье, убожество.
Всё натуральное нынче в загоне,
С головы и до пяток всё в силиконе —
Ногти и волосы, губы и грудь,

А настоящее есть что-нибудь?

Всё, что материально – эфемерно,
Все в мир иной уходят налегке.
Живи сегодня, завтра будет поздно.
Что заберёшь с собою в кулаке?

Куча баллов по ЕГЭ стала тихо радовать.
Раньше надо было знать, а теперь – угадывать.

В подлунном мире всё превратно —
Всё тяжелее стало жить.
Нам «жалость раздают бесплатно,
А зависть надо заслужить!»

Жить по средствам или нет?
Тут никто не даст совет.
Денег много не бывает,
Но в гробу карманов нет!

Ненормативной лексикой сегодня
Не испугать и не смутить уже.
«Блинов» и «хрена» больше не хватает
Чтоб выразить, что в сердце и душе.

Живи сегодня и сейчас,
Старайся каждый миг ценить
И не жалея красивых слов
Своим любимым говорить.

Жизнь нам даётся только раз,
Чтобы творить, чтобы любить
Сегодня надо всё успеть,
Ведь Завтра может и не быть!

Когда уже все силы на исходе
И камнем груз проблем висит на шее
Сотри печаль с лица улыбкой доброй,
Она с проблемой справится быстрее.***

Сомнения

Когда теряешь близких и родных
Не облегчают боль души стенания
И одержимый горем мозг сверлит
Сомненье в совершенстве Мироздания.

Лишь только расставшись с любимым навек,
Поймёшь, как был дорог тебе человек.
С тоской вспоминаешь с ним пройденный путь,
Но вспять ничего уже не повернуть.

«Мой дом – мою крепость», которой горжусь,
Выстроила в скромном стиле я,
Только никак не определюсь —
Тауэр это или Бастилия.

Жизнь – учитель неплохой,
Только очень дорогой.
На пинки бывает щедрый,
А на похвалу – скупой.

Помни, когда садишься за руль
Это не джигитовка!
Калечит обычно не скорость в пути,
А резкая остановка.

Мне мама на коленку дула
И боль мгновенно проходила,
А кто подует мне на сердце,
Что ноет так невыносимо?

Судьба моя меня «жалеет»
И враз меня не убивает,
А хвост моих проблем частями,
«Из сострадания», отрезает.

Миллиардер из Штатов Джон Рокфеллер
Озвучил как-то истину одну:
Шумит река, грохочут в небе грозы
И только «деньги любят тишину!»

Врач древности великий Авиценна
Сказал слова, что и сегодня ценны.
«Три средства у врача – это не ложь:
Слово, растение и только после – нож!

Пытаться искать, что ещё самому неизвестно —
Скажет любой вам, что это навязчивый бред!
«Трудно найти в тёмной комнате чёрную кошку,
Особенно, если её в этой комнате нет».

Не может долгий век служить
Дырявое корыто,
А овцы все живыми быть,

Когда все волки сыты.

Когда достойных аргументов
Не можешь привести никак —
В запасе есть, уже избитый,
Ответ известный: «сам дурак»!

Всё, что материально – эфемерно,
Мы в мир иной уходим налегке.
Придётся всё на берегу оставить,
Чтоб плыть с Хароном в утлом челноке.

Если тяжело тебе и отчаяться впору,
Значит, ты не спеша поднимаешься в гору.
А когда исполняют твой каждый каприз —
Пик уже покорён и ты катишься вниз!

Какие б ни были знакомства,
В какую тогу не рядись,
За неприглядные поступки
Всегда наказывает жизнь!

Быть может это миф, но интересный.
Сказал Сократ давно (а разве он не мог?)
Что все профессии придумывают люди,
А три (судья, учитель, врач) придумал Бог!

У глупости – ни возраста, ни чина.
Она пробьётся, как её не прячь

И дураки всё те же и дороги
Тут всё у нас по-прежнему, хоть плачь.

Общаться бывает смешно и опасно
С оппонентом, порой занимательным,
В ком соседствуют рядом сухие опилки
С темпераментом зажигательным».

Кто-то с нетерпением ждёт
Зарплату, пароход, сорагницу
А я, как бедный Робинзон,
Жду с нетерпением пятницу.

Школа жизни

Школа жизни это сила!
И, прожив немало лет,
Знай, что ты уже окончил
Лучший университет.
Жизнь, она терпению учит
И примеры подаёт.
А диплом, какой заслужишь,
Школа жизни выдаёт!

Недаром говорил поэт: —
«Умом Россию не понять...»
Свои – быть может и поймут,
Чужим – не стоит объяснять!
«Умом Россию не понять»...
Согласны с Тютчевым и мы.
Слова «мигрень» и «геморрой»
У нас уже синонимы.

Не верь словам – они обманут.
А слёзы... тоже часто врут.
Поверь друзьям, что в горе рядом,
Они тебя не подведут.

Поговорку запомни «в чужой монастырь

Со своим уставом не ходят». И знай:
Что если приехал в чужую страну
Непреложно законы её соблюдай!

У всех свои понятия о Чести...
Она, поверь, не каждому даётся.
А Совесть, как дешёвая путана —
И покупается, и продаётся.

С экрана грязь и кровь рекой,
Огрехи, ляпы и дефекты...
Когда отсутствует талант,
То выручают спецэффекты!

Совет хочу полезный дать:
(Хотя бы сделаю попытку)
Не обижайся на «козлов»,
А крепче закрывай калитку.

«Ошибки» всё чаще случаются там,
Где слабое законотворчество.
«У каждой ошибки есть автор всегда
С фамилией, именем, отчеством».

Нет, нас врагу никак не победить,
По жизни наш народ непредсказуем.
Там, где обычно действуют умом,
Мы свою глупость дурью маскируем.

Жизнь даётся от рожденья всем,
Старость же, обычно, только избранным
Поздравляют с праздниками всех
Ордена вручают только признанным.

От ботокса, нам говорят врачи,
Лицо всегда становится моложе.
А то, что ботокс отравляет мозг
Молчат и совесть их не гложет.

Мне столько счастья привалило —
Никак отбиться не могу,
Но только цену запросило...
Не пожелаешь и врагу!

Юная девушка рядышком с дедушкой,
Взгляд её гордый победоносен!
Но разве приходит на землю весна,
Когда за окном уже поздняя осень?

Всем злопыхателям надо понять,
Что ненависть жалкое чувство.
Нужно учиться держать удар,
А это большое искусство!

Поговорки в народе живут не случайно.
Только жаль, что не каждый слова эти слышит:
«Образование может быть средним,
Но воспитание всё-таки – высшим»!

Образование – не на высоте,
Культура – выжимает лишь слезу.
В Доме Культуры шубы продают,
А в Доме Книги – тюль и органзу.

Всё чаще, я слышу, заводится речь:
«Хороших людей надо нынче беречь».
Отсутствие их вызывает лишь жалость...
Похоже, нас мало в природе осталось.

Поэт, быть может и не врач,
Но душу лечит он прекрасно.
Кто музыку стиха познал
Живёт на свете не напрасно.

У нас в России главные герои
Иван-дурак, Емеля и Левша.
У них есть и смекалка и сноровка,
Но зачастую денег ни шиша!

Первый блин бывает комом,
И дрова не вдруг горят...
«Опыт – дело наживное» —
Так в народе говорят.

Умный хвалится отцом-матерью,
Дурак хвалится молодой женой».
Поговорка эта из уст в уста

Передаётся людской молвой.
Время катится, не остановится,
А дураков меньше не становится.

Слегка фривольная тема алкогольная

Народный натюрморт

Что, скажите, может быть вкуснее
Квашеной капусты и грибов,
Отварной картошечки в «мундире»?
И... обед практически готов!
А когда ещё селедка с луком,
Квашенный ядрёный огурец,
Да сальцо из морозилки прямо...
Автор натюрморта молодец!
Патиссоны с помидором вместе
Нам украсят этот натюрморт.
Не хватает маленькой детали,
Без неё он плохо лезет в рот.
Может быть, поспорить кто-то хочет?
Или я, быть может, не права?
Но к такой бы роскоши добавить
И бокал хорошего вина!?

«Я с алкоголем не дружу»,
Сказал сосед по этажу,

«Но... (объясняя популярно) —
Опохмеляюсь регулярно».

Есть поговорок великое множество
И остроумных немало притом:
«Нет настроения – съешь шоколадку!
Не помогает – запей коньяком!».

Что говорить? Всё это уже было.
Есть «Самогонщиков» пересмотреть резон
Когда начнёт расти цена на водку
Все станут гнать как прежде самогон.

Когда тоска сжимает грудь
И по ночам не спится,
Когда бутылка лучший друг —
Тут главное не спиться.

Кто ты, коньяк, друг или враг?

«Главный академик Иоффе
Доказал – коньяк и кофе
Вам заменят спорт и профилактика».
О гимнастике в квартире
Пел Высоцкий в своём стиле,
Лёгкий юмор в песнях – его практика.

Но когда у вас с утра
Разболелась голова,
А таблетками снять боль не получается,
Это не беда, пока,
Выпьешь рюмку коньяка
И здоровье сразу улучшается!

Чтобы память укрепить,
Кашель чтоб остановить,
От простуды надоедливой избавиться,
Хоть рецептов и не счесть,
Среди них такие есть,
Где коньяк хороший применяется.

Разболелся зуб в ночи,
Тут хоть плачь, а хоть кричи...
Боль порой бывает нестерпимая.
В коньячок добавишь соль

И уйдёт зубная боль...

Эффективность тут пока необъяснимая.

Сколько пользы – столько бед.

Нам врачи дают совет:

Пить коньяк не рюмками, а ложками.

Понемногу, по чуть-чуть,

Бодрость чтоб себе вернуть

И не знаться с докторами, с «неотложками».

Классный марочный коньяк

Он и друг тебе и враг, —

Всё зависит от пристрастья, больше, личного

И от качества, конечно...

Пить фальсификат – беспечно!

Доза – признак разума практичного.

То, что «водка это враг народа» —

В поговорке часто говорится.

Видно тот, кто говорит, не знает,

Что врагов народ наш не боится.

Время пробежало незаметно,

Зубы... – или нет, или больны...

Семечки щелкать уже непросто,

А для водки зубы не нужны.

Если ноги промочил – горло воспаляется,

Если горло промочил – ноги заплетаются.

Наилучшим аперитивом дня

Для тех, кто поднялся рано

Утром первого января,

Будет вода из-под крана.

Лечение разное бывает...

Когда усердно душу «лечишь»,

После него, как антибонус,

Сильней всего страдает печень.

Водка удивительный напиток.

Виды у неё разнообразные.

И хоть вкус почти один и тот же,

Приключенья постоянно разные.

Десять раз и по сто грамм

Во всём мире – килограмм,

А в России это литр!

Водка, виски, бренди, сидр...

Про то, что «истина – в вине...» сказал давно —

Ещё в начале новой эры Плиний Старший.

Хорошее вино – плохому рознь,

А ценится, обычно, то, что старше.

Врачи нам говорят про водку,

Почти как про запретный плод —

Что эта огненная жидкость
Уж до добра не доведёт...
Но факт один неоспоримый
Сомненьем в воздухе повис —
Она спасает на охоте
Животных больше, чем «Гринпис»!

СТОЛОВЫЙ ЭТИКЕТ

Есть столовый этикет,
(Кто-то знает – кто-то нет).
Если ешь на ужин мясо,
То вино должно быть красным,
Ну, а рыбу можно смело
Запивать, конечно, белым...
Если ж в доме кроме водки
Нет ни мяса, ни селёдки...
Их заменит без морок
«Дружба» – плавленый сырок.

В народе примета: разбитый стакан
Может быть к счастью (я спорить не стану),
Но, если неожиданно разрушилось счастье —
Это нередко дорога к стакану.

Если жизнь не клеится...

Если жизнь не клеится, выбрось этот «клей»,
Да возьми бутылочку или две «гвоздей».
Позови к себе домой парочку друзей,
Всем гостям по рюмочке, по одной налей.
Поделись с друзьями горестью своей,
Вместе с ними всю печаль горькую залей.
Чувствуешь, что жизнь уже стала веселей?
А второй – на все проблемы просто «гвоздь» забей.

Так пить или не пить, всплывает вновь вопрос.
И на него ответил Парацельс, почивший в Бозе.
«Всё есть лекарство», он сказал, и «всё есть яд»,
Выходит он был прав и «дело только в дозе».

Юмор и сатира

Слепой, хромой, горбатый и убогий
Шутить нельзя над ними никогда,
Но если с чувством юмора проблемы...
Вот это настоящая беда!

Нежданчик (случай из жизни)

Шёл кабанчик по дороге,
Никого, заметь, не трогал,
А в засаде мужичок
Жмёт на спусковой крючок.
Грохот выстрела из дула —
Мужичка, как ветром сдуло.
На курок легко нажать,
Только трудно убежать.
Может, дрогнула рука
Или цель была близка...
В общем – будет «друг» зверей
Много дней лечить филей!

Шах и мат

Гололёд, как шахматная партия,
Только игроки в ней не молчат.
Если тротуары не расчищены —
Сделал только шаг и сразу... мат!

Отхожее место

Его называют «отхожее место».
Это отхожее место? Ха-ха!
Вмиг возникает буря протеста —
Так говорить, не бояться греха!
Многие люди на нашей планете
Порою часами сидят в интернете,
А книги, газеты, журналы, проспекты,
Обычно читаются где? В туалете!

Посол

Посол удачный получился,
Он все другие превзошёл
И оценил соленье даже
Репрезентабельный посол.

У всех любителей езды «породистые кони»,
А у меня несчастного один облезлый «пони»!
Но если с чувством юмора у тебя порядок —
Неважно сколько под капотом у тебя «лошадок».

Муха в чашке шоколада!
Что ещё для счастья надо?
О какой мечтать награде?
Вся с ногами в шоколаде!

Наш город, «миллионник», наконец!
Он многим составляет конкуренцию.
Но если вдруг хороший дождь пройдёт,
Ему нужны гондолы, как в Венеции.

Вот говорят, после Ильи
Не жалят больше комары,
А я считаю, это враки —
«Грызут», как злобные собаки!

Всё чаще удивляет «школота».
И вот они последние «реляции»:
Кто на ЕГЭ по двойке получил
Комиссию пугает ЭПИЛЯЦИЕЙ!

Кроме смерти, беда – не беда,
Может быть, всё ещё образуется.
Не волнуйтесь из-за» ерунды,
Ведь она из-за вас не волнуется.

Женщина – создание везучее,
Если только в жизни повезёт,
А не повезёт – (бывают случаи),
То она тогда... сама везёт.

Порою встречаются в жизни
Удивительные субъекты —
И внутри торричеллиева пустота,
И лицо, не затронутое интеллектом.

Появилась мода на веснушки?
Чтоб косметике не доверяться всякой,
Загорая летом на природе,
Накрывайся кухонным дуршлагом.

«Две разницы» в природе не бывает!
Об этом всем давно пора бы знать.
А «господам», особенно публичным,

Полезно «русский» вновь перелистать.

Ветер дует, развевает флаги,
Их расцветка радуге сродни.
Когда мысль пришла о смене пола,
Первым делом крышу почини.

Выдержка полезна в разных случаях.
От неё бывает крепче брак,
А в дубовой качественной бочке
От неё крепчает и коньяк.

Труд облагородил человека,
Превратив его из обезьяны,
А из человека сделал... лошадь —
Такие эволюции изьяны!

У стола обычного угла всего четыре.
Стоит такой практически везде, в любой квартире.
Но если уголок один взять и отпилить,
Их по счёту станет пять – можно повторить.

Недаром говорил поэт,
(На этот счёт сомнений нет)
Хоть к должности большой приставлен,
Но «чином от ума избавлен».

Время летит безвозвратно,
Как искры ночного костра.

Сегодня – «вчера» было «завтра»,
А завтра будет «вчера».

Мало лишних слов и много смысла
(Поговорка или эпиграмма)

Говорит о качестве продукта:

«Меньше слов – дешевле телеграмма».

Теперь я обращаться к Богу с просьбами боюсь,
Ведь его действий результат предугадать нельзя.
Я попросила Господа избавить от врагов,
Но вдруг исчезли в одночасье бывшие друзья.

О диете

Мозг проводит за диету снова агитацию,
А душа всецело против. Нету мотивации!

Пора худеть?

Все говорят: «пора худеть,
Толстушка – это некрасиво...»
Кто видел тощую Венеру?
Спрошу с улыбкою учливой.
Нас, «некрасивых» на земле
Гораздо больше, чем «моделей» —
Их красота вне спора, но...
Весь мир любит Венерой!

Сила воли

Тут болит и там болит,
Изменился внешний вид,
Зеркало большое в ванной
Мне об этом говорит!
Уж давно стоит без дела
Тренажёр – велосипед
И дорожка беговая
Мне с укором смотрит вслед.
А в прихожей рядом с креслом
(Куплены не для красоты)
Целый год уже пылятся
Электронные весы...
Соберу остаток СИЛЫ,
ВОЛЮ я возьму в кулак...
Только СИЛА вместе с ВОЛЕЙ
Не помирятся никак.

Говорят, лишь надо захотеть
И желаемое будет достижимо.
Сколько раз садилась на диету
И всё время получалось... мимо!

Как похудеть?

Чтоб реально похудеть
Нужно только захотеть.
Первым делом постараться
Лень свою преодолеть.
Нужен крепкий тренажёр,
Постоянный недожор
И тогда успех оценит
Своенравный ухажёр.

Скучно было б жить на свете
Если б не было еды.
Но когда не знаешь меры
Далеко ли до беды?
Помогает только вера,
Что «беду» поправит мера!

Когда боитесь потолстеть без меры,
То за обедом выпейте вина.
Вино освободит от чувства страха,
Но всем мечтам о стройности... хана!

Врач сказал меня грузя:
«На ночь глядя есть нельзя,
Всё фигуры ради...»
И теперь решила я,

А со мной и вся семья:

Будем есть... не глядя!

Афоризмы, афонаризмы

Всё в жизни брэнной подвергается сомнению —
Осёл сиреневым в природе быть не может,
Бывает белым он и в чём тогда загвоздка?
Сирень, ведь белой иногда бывает тоже.

Слёзы это жидкость, как бесцветный газ
Выжигают душу, а текут из глаз.

Сову считают мудрой птицей.
Ей это, видно, не претит.
Кто видел, чтобы эта птица
Брала когда-нибудь кредит?

Часто страдаю бессонницей,
Тщетно уснуть пытаюсь...
И как мокрая соль в солонке
Никогда не высыпаюсь.

Ты держишь деньги в банке? —
Скажи, в конце концов.
Ответ обескуражил:
«Да, из-под огурцов».

Не предназначен край стола

Для открывания бутылок —
«У нас заборы из досок,
А мебель, братцы, из опилок»!

Звёздная болезнь весьма опасна,
Её с плеча, как перхоть не стряхнёшь.
Нет, вылечить её конечно можно,
Но, только если лекаря найдёшь.

Нас с детства уже приучали к добру,
Хоть каждого по-иному.
Преступников тоже тянет к «добру»,
Но, к сожаленью, чужому.

Сказал поэт-сатирик как-то раз,
(А он «калач» уже, конечно, тёртый),
Что «в доме было краденое всё
И даже воздух был какой-то спёртый».

«Зарядку надо делать», сказал мне как-то врач,
«Иначе будет хуже, потом уже не плачь».
Я поняла и утром (мне спорить недосуг)
Стояли на зарядке смартфон и ноутбук.

Под ёлку, зимой, в новогоднюю ночь,
Просила в подарок она ожерелье,
Но, Дед Мороз видно плохо расслышал
И подарил, как презент... ожиренье.

А у нас говорят, что «смеётся лишь тот,
Кто обычно последним смеётся»,

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.