

18+

Инджи Ильяс

Десертный возраст

Гимн человеку второго
переходного возраста 50+

Инджи Ильяс
Десертный возраст.
Гимн человеку второго
переходного возраста 50+

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=55560217

ISBN 9785449890788

Аннотация

Мы с вами прожили, проехали, пробежали по младенчеству и подростковому периоду, далее стали молодыми. Назовём это первым блюдом. Тогда наш средний возраст – главное блюдо. Теперь наступило время сладких блюд – десерта. Если жизнь наша была с привкусом горечи, если в рационе у нас были и обжигающие или блюда с горчинкой, наш десертный возраст должен быть только сладким или с кислинкой. Возможно присутствие и небольшой перчинки, например, для пикантности, но послевкусие должно быть сладким.

Содержание

ОГЛАВЛЕНИЯ	5
ДЕСЕРТНЫЙ ВОЗРАСТ	6
Глава 1. Ужин – романтический возраст	7
Глава 3. Божья психология	18
БОЖЬЯ ПСИХОЛОГИЯ!	23
Конец ознакомительного фрагмента.	32

**Десертный возраст
Гимн человеку второго
переходного возраста 50+**

Инджи Ильяс

© Инджи Ильяс, 2020

ISBN 978-5-4498-9078-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ОГЛАВЛЕНИЯ

- Глава 1 – Ужин – романтический возраст.
- Глава 2 – Земля вертится, но это нас не касается.
- Глава 3 – Божье наказание.
- Глава 4 – Не лезьте, соблюдайте очередь!
- Глава 5 – Фитнес души.
- Глава 6 – Я творю себя или Я и Вселенная.
- Глава 7 – Весь мир —театр, а мы – актёры!
- Глава 8 – Наша физическая активность.
- Глава 9 – Питание – игра в «очко».
- Глава 10 – Мужчина и женщина.
- Глава 11 – Наше поколение ещё О-го-го!
- Глава 12 – Моё поколение – я Вас люблю!

ДЕСЕРТНЫЙ ВОЗРАСТ

Гимн в прозе для человека во втором переходном возрасте – «50 плюс».

Одно утешение со мной повсюду.

Я хуже, чем была, но лучше чем буду.

Л. Рубальская

Глава 1. Ужин – романтический возраст

Вот и пожилы, и дожили до полтинника. Прекрасное время! Не правда ли?

Вот и подошли мы ко второму переходному возрасту. Кто скажет – к старости, кто скажет – к пожилому этапу нашей жизни. А я бы назвала этот этап— вторым переходным возрастом или десертом. Одним словом – **Десертным возрастом!**

Что же такое десерт?! Заглянем в википедию. Это завершающее блюдо стола, предназначенное для получения приятных вкусовых ощущений в конце обеда или ужина, обычно – сладкие деликатесы. Привилегия наслаждаться десертами была доступна только богатым людям. На простых столах сладости появлялись только по праздникам – отсюда стремление как можно изящнее украсить десерт. Эта традиция сохранилась до нашего времени, хотя сладости на нашем столе – постоянное явление.

Запомним три ключевых слова – «блюдо, предназначенное для получения приятных вкусовых ощущений в конце обеда или ужина», «сладкое», «стремление как можно изящнее украсить десерт».

Запомним эти слова! Напишем на стене, или на стике-

ре и приклеим на стену, чтобы торчало перед глазами, или на заборе! На заборе даже лучше. Хм! Надоели банальные слова из трёх букв. Одним словом, не имеет значения как, как говорят на востоке, сделайте эти слова серьгой на своём ухе.

Итак, мы с вами прожили, проехали, может, пробежали по младенчеству и подростковому периоду, далее стали девушками, парнями. Назовём это первым блюдом. Далее наш средний возраст – главное блюдо. А вот теперь для нас наступило время сладких блюд – Десерта. Если жизнь наша была с привкусом горечи, и если в рационе у нас были только горячие, обжигающие или блюда с горчинкой, наш десертный возраст должен быть только сладким или хотя бы сладким с кислинкой. Возможно присутствие в этом возрасте и небольшой перчинки, ну, если только для пикантности, но послевкусие обязательно должно быть сладкое.

Давайте, постараемся, поднатужимся сделать его таким!

Для начала пусть каждый вспомнит себя десять лет тому назад. Вспомните, что думали мы о своём возрасте в те времена. Ну, вспомните!

Десять тому назад лет...

Каждый из нас тогда думал: «Ой, прошла молодость, я уже не так молода, или молод, старею, вон какие девчонки, парни, а я уже тётка или дяденька и т. д. и т.п.» Правильно —но!

А теперь подумаем в настоящем времени, заново о своём возрасте минус десять лет.

Да, вы правы! Я в этом уверена, мы все думаем одинаково: «Ах! Десять лет тому назад я была как девочка или был как мальчик. Я была бодра, бодр, выглядела, выглядел очень хорошо! Да-а-а! Мне бы заново эти годы, я такое сделала, сделал бы!»

А теперь подумаем о своем возрасте, об ощущении себя ещё через десять лет. Правильно, мы будем думать снова так же: «Ах! Десять лет тому назад я была, как девочка или был, как мальчик. Я была бодра, бодр, выглядела, выглядел очень хорошо! Да-а-а! Мне бы заново эти годы, я бы такое сделала, сделал бы!»

Опять те же чувства, те же слова, то же отношение к нашим прошлым годам. Так, в чём же дело?! Почему же мы думаем позитивно, хорошо о себе, о своём внешнем виде, о своей энергии, о своих доблестях в прошедшем времени. В чём причина?! Почему мы упускаем наш сегодняшний день?! Только для того, что вспомнить об этом через десять лет, что тогда мы были ещё ой-ой-ой! Мы, что любители профукания своих шансов! Нет, мы не любители, кажется, мы стали профессионалами! Вспомним, сколько шансов в своей жизни мы профукали, да ещё и кичимся этим при каждом удобном случае! Обида нас гложет! Мы, что маньяки всю жизнь заниматься этим! Всё хвааааатит!!!

Мы и сейчас – молоды, симпатичны, желанны, глав-

ное энергичны!

Запоминаем!!!

Изменился мир, изменилось время. Разве нет? Всё течёт, всё меняется (это сказала не я)! Вспомним фильмы шестидесятых, можно и семидесятых. Вспомним, как изображали родителей старшеклассников, студентов или просто молодёжи. В фильмах прошлых лет люди нашего возраста, почти стары, немощны, глядя на них можно подумать, что первого ребёнка они родили в 50 лет, а сейчас, бабушки по возрасту, не очень сильно отличаются по внешности от своих взрослых чад. Восьмидесятилетний возраст это вообще не рубеж, люди могут жить и дольше, сохраняя при этом работоспособность. С каждым годом увеличивается роль интеллектуальных профессий, где важны накопленные знания и опыт. В перспективе ценность долгой человеческой жизни будет все выше. Говорят, в Азии уже есть корпорации, которые нанимают сотрудников с пожизненным контрактом и занимаются их содержанием.

А ещё, наш возраст можно сравнить с ужином. Детство – завтрак, отрочество – второй завтрак, молодость – обед, зрелый возраст – полдник. Наш переходный возраст «пятьдесят плюс» – ужин. А какое из этих времён принятия пищи можно сделать романтическим. Конечно же – ужин! Ну, какая романтика за завтраком, когда спешишь на работу или, например, скорее хочешь удалиться от того места, где случай-

но заночевал... Подробности – каждый знает сам! Так сделаем наш переходный возраст романтическим ужином и будем благодарными судьбе. Усталость, печаль, тревогу просто примем, как неизбежность и как состояние человеческой природы. Отвлечёмся от грустных мыслей с помощью любимых дел и любимых людей, не будем заикливаться не на чём плохом и пойдём дальше. Устроим себе продолжительный, романтический ужин, где будет подаваться только сладкий десерт. Вспомним слова красивой песни, которую поёт А. Малинин:

За далью даль, за далью даль,
Впереди у нас и радость и печаль.
Слава Богу, мы в дороге,
Между «здравствуй» и «прощай».

Нет точного ответа, когда начинается старение. Существуют только биологические варианты старения. Когда человек достигает двадцати пяти – двадцати семи лет, рост останавливается и начинается процесс старения, происходит отмирание клеток и старение всех органов. К шестнадцати годам организм полностью сформирован, Это твёрдо установлено наукой. Не будем мы спорить с ней. В конце концов, многие из нас не светилы науки. Но мы можем спорить на счёт того, когда стареет душа. Вот здесь, наука не сможет заткнуть нам рот, потому что и она толком не знает, как и когда это происходит. Да и вообще это дело – индивиду-

альное! По статистике на земле семь миллиардов с половиной людей. Представляете, учёным надо сделать такое же количество открытий, на счёт времени старения наших душ – для каждого из нас в отдельности.

Раз нет установленного критерия старения души, значит всё в наших руках и каждый для себя сам установит этот критерий. Каждый из нас сам профессор, академик всех академий мира и доктор все докторских душевных наук!

Я не скажу ничего нового, если скажу, что **душа является дирижёром** в оркестре, называемым – организм человека, то есть, она задаёт ритм организму, управляет им и в конечном итоге нашей душе решать, когда нам стареть!

Ты скажешь, это жизнь – одно мгновенье.

Её цени, в ней черпай вдохновенье.

Как проведёшь её, так и пройдёт.

Не забывай: оно твоё творение. О. Хайям.

Зачем же мы укорачиваем свою жизнь, разделяя её, на несколько возрастных этапов – детство, отрочество, молодость, средний, пожилой возраст и старость. Всё же это в совокупности – наша жизнь, отпущенные нам годы – на сколько бы периодов она не делилась. Нет разницы – в каком возрасте мы находимся, мы же живые. Мы одинаково живые и в три года и в тридцать лет и в девяносто! Мы не хотим стареть, хотим быть молоды и счастливы. Почему же мы долж-

ны помогать старости, ускорять её приход. Старость коварна, она может придти неожиданно и стремительно быстро. Так, в чём же дело? Мы должны **поддерживать своё живое, качественное состояние в любом возрасте** .

«Никогда не бойтесь возраста, будете так же чувствовать, только помедленней» – сказал, не помню кто-то.

«Внутри себя все мы одного возраста». (Гертруда Стайн)

Глава 2. Земля вертится, но это нас не касается.

«Ах! Десять лет тому назад я была, как девочка или был, как мальчик! Я была бодра, бодр, выглядела, выглядел очень хорошо! Да-а-а! Мне бы заново эти годы, я такое сделала бы, сделал бы!»

Итак. Расскажу Вам немного о своём втором переходном возрасте. Судьбы людей в основе своей схожи, но разнятся в эпизодах. Бывает и наоборот. Каждая судьба это неписаная книга, книга очень интересная, в зависимости от того, как напишем. Я не собираюсь излагать вам книгу своей жизни в полной мере, тем самым, засоряя ваши мозги лишней, не нужной вам информацией.

Помните, любимый нами фильм про Шерлока Холмса?! Когда Шерлоку Холмсу, сказали, что земля вертится вокруг

своей оси и одновременно вертится вокруг солнца, он очень удивился. Удивился, возможно, разочаровался и доктор Ватсон тому, что, будучи гениальным сыщиком, Холмс не знал таких простых вещей. Ватсон подумал, что он, скорее шутит. А что же ответил Холмс?! Он не возмущившись, и вполне спокойно ответил, что ему в его работе эта информация не нужная, а грузить свою голову лишней информацией и засорять её, он не желает. Ну, приблизительно такой ответ прозвучал.

Так вот, начну с того периода, о котором идёт речь, о моём втором подростковом периоде. В пятьдесят пять лет, осталась я без работы по своей же вине и поселилась дома на веки вечные, как я тогда думала, навсегда. Кажется, это было началом пожилого возраста или старости, как бы сказали все. Но это состояние было и началом разлада в физическом и духовном состоянии, и как вытекающая из всего этого, большая депрессия. Думаю, что, напомнив вам о депрессии, как о самом худшем состоянии души, я не открываю Америку.

Итак, сижу я дома. Люблю почитать, смотреть телевизор, иногда сижу у компьютера, виню, корю себя во всём происходящем, но несмотря ни на что, очень хочу жить долго и счастливо и обязательно быть здоровой. Проходит месяц – два, вдруг сползая с дивана и ступая на пол, чувствую, что при надавливании на пятку, становится мне невыносимо больно. Как потом узнала, оказалось, что у меня развилась пяточная шпора. Но даже не это напугало меня, я обратила

внимания на то, что у меня изменилась походка, стала ходить как старуха, раскачиваясь по обе стороны, и абсолютно не могла нагнуться в коленях, как будто вся зацементировалась. Эта неприятность явилось для меня ещё большей депрессией, ударом, чем потеря работы и многого другого, что для меня было ценно, важно и которое не имеет никакого отношения к той теме о котором, хочу вам поведать и поделиться с вами. Скажу только то, что несмотря ни на что, хотела жить заново, не стареть, полюбить и быть любимой, оставаться нужной людям, своим близким, и в то же время, не мешать им жить, как они хотят, исправлять допущенные ошибки, делать новые и исправлять их. В общем, всё как всегда! Как сказал **Дж. Свифт: « Все люди хотят жить долго, но никто не хочет быть старым».**

Жизнь обязана была продолжаться. Я как будто вдруг очнулась. Полезла в Интернет искать себе бесплатное утешение, то бишь, как следить за собой, как заниматься спортом и как веселее жить. Как вы уже поняли, я осталась без работы и денег, и первым моим другом и помощником стал Интернет. Кстати, тогда я и научилась путём тыканий путешествовать по бескрайним его просторам. Интересовалась полезной едой, как правильно питаться, как заниматься спортом и вообще, повышать уровень физической культуры своего тела.

Всё изучила, всё узнала, мне многое понравилось и вообще, думаю, что стала намного умнее. И что вы думаете,

что же я сделала дальше? Правильно! Почти ни – че – го из того, что узнала, я не претворила в жизнь. Но! Я продолжала упорно желать жить долго, счастливо, здорово и, главное, не быть обузой никому из близких, потому что я их очень люблю и жалею.

«В шестьдесят начинаешь понимать, что твой дедушка, доживший до 80-ти лет, умер не таким уж старым». (В. Аллен)

В процессе познания новых житейских и бытовых истин, выработала свой стиль питания и спорта, не то чтобы, я ломала голову над открытием новых законов бытия. Нет, всё пришло само собой. Послушайте свой голос оттуда, точно не знаю место его расположения, наверное, у каждого он в разных местах их физиологии, но голос идёт откуда-то изнутри и правильно подсказывает нам – что делать. Главное научиться слушать его! Это умение гораздо большее, чем любое другое знание, которое надо осваивать, собирать кирпичиками, и которое только после исследования, то есть в результате выбора, оценки и размышления над ним можно использовать по назначению.

Когда я находилась в первом переходном возрасте, научилась играть в карточную игру «21», или как её ещё называют «очко», но понадобилась она мне во втором переходном возрасте. Только, ради бога, не подумайте, что я стала кар-

тёжницей, занялась азартными играми и этим стала зарабатывать себе на жизнь. Хотя...

Так вот, игра «21» это мой образ питания, но основная моя цель – донести до моих друзей по возрасту не это, поэтому об этом повествую вам в конце моих душеизлияний.

Далее, я купила себе обруч или, как его иногда называют – хула-хуп. Этот самый хула-хуп стал моим бесплатным фитнес-клубом на дому. Об этом тоже – далее.

Глава 3. Божья психология

«Ах! Десять лет тому назад я была, как девочка или был, как мальчик! Я была бодра, бодр, выглядела, выглядел очень хорошо! Да-а-а! Мне бы заново эти годы, я такое сделала бы, сделал бы!»

Итак! Родные, дорогие мои коллеги по второму переходному возрасту, давайте попробуем, кто, как может, как считает правильным, попытаемся продолжить этот возраст, как можно, дольше и с предпраздничным настроением. Покрасим свои чувства в яркие тёплые тона, сны удивительными. Если даже мы в чём-то уже разочарованы – не беда. Это – жизнь. А спросите у молодёжи – всегда ли они довольны своей жизнью?! Многие ответят – нет. Значит, мы с ними – на равных!

«Если вы ещё способны разочароваться, значит, вы всё ещё молоды». Сара Черчилль.

Мы замечаем, что просыпаемся рано, например в 5 часов утра. Это же замечательно. Годами мы себя заставляли просыпаться рано – не получалось, а по тому количеству, сколько раз мы давали по башке будильнику, когда каждый раз он бесцеремонно мешал нашему мирному сну, можно попасть

в книгу рекордов Гиннеса. (Хорошо, что будильник, не может дать нам сдачи!) Теперь, мы сами просыпаемся и тем самым удлиняем себе активную жизнь на три – четыре часа каждый день.

Древние верили, что каждый раз, когда мы встречаем рассвет, с восходом солнца прощается один наш грех. Вот так! Здорово да?! Кстати, ещё один повод жить долго, чтобы искупить свои грехи на этом свете и не зажариться на том!

А какая у нас появилась жажда! Нет, не выпить. Хотя, это тоже может быть. У нас появилась жажда жизни и познания всего и предвкушение, что скоро перед нами раскроются самые удивительные тайны нашего существования. Так это же тоже прекрасно.

«Ценнейшее в жизни качество – это вечное юное любопытство, не утолённое с годами и возвращающееся каждое утро» Ромен Ролан.

«В сущности, старость начинается с того момента, когда человек утратил способность учиться». (Артуро Граф)

Не буду приводить примеры того, как люди во втором переходном возрасте открыли себя, открыли мир, стали успешными. Интернет полон и кишит такой информацией.

Но так и хочется напомнить – Гёте написал «Фауста»

в 83 года!!!

Дарвин стал известен миру только в 62 года!!!

Галилей сделал своё главное открытие в 70 лет!!!

Но!!!

Вместе с приходом второго переходного возраста у нас появилась чрезмерная сентиментальность, ворчливость, желание всех поучать и наставлять на путь истинный, повышенное любопытство, но любопытство не к новым знаниям, а ко всему тому, что часто нас вообще не касается и к тому, где присутствие нашего мнения кроме огорчений, в первую очередь – для себя, ничего приятного не сулит. Благодаря нашим излишним стараниям у нас появляются трудности в общении с нашими родными, близкими, ну и вообще, с окружающими.

Что делать?! С подобным названием написано уже два произведения (по крайней мере, у меня на памяти – два) – у В. И. Ленина и у Н.Г.Чернышевского. Третье будет, наверное, моим, потому как, это очень обширная тема и в эту книгу её не вместить. Но пока попробую дать общие рекомендации, но ни в коем случае не подумайте, что советы. Кто-то из великих сказал, что если бы помогали чужие советы, не было бы несчастных людей. А лучше, давайте, каждый из нас сам ответит на этот вопрос и напишет свою собствен-

ную книгу «Что делать?!».

Но, если злостная ворчливость и чрезмерное любопытство у кого-то, где-то проходит, и не портит жизнь себе и окружающим – не грузите себя лишней суетой, живите – как жили, не парьтесь. Но помните о том, что десять лет назад вы были цветущей девочкой или мальчиком, ещё через десять лет у вас будет такое же воспоминание о настоящем дне. Поэтому не упустите шанс – ешьте полезное, двигайтесь больше, радуйтесь приятным мелочам, стройте добрые планы, постарайтесь, даже тужьтесь для этого, но будьте счастливыми.

Итак, как избежать чрезмерной злостной ворчливости и как выражается молодёжь, не доставать никого. А от сентиментальности и чрезмерного любопытства, думаю что, большого вреда не будет.

Приведу прекрасную цитату **Омар Хайяма: «Будь проще к людям. Хочешь, будь мудрей. Не делай больно мудростью своей».**

Разве я могу сказать лучше?! Для начала, давайте, пожалеем свои чада, которых мы с таким трудом вырастили. Ну, что говорить, каждый сам знает, каково было растить своё дитё, иногда без другого родителя, иногда имея мизерные средства для существования или вообще, без них. Мне не перечислить всех наших проблем и невзгод. У каждого свой список. Неужели мы их вырастили, чтобы сейчас омрачать им жизнь своими чрезмерными возрастными капризами.

Да, согласна, что родитель, который оказывает необходимое внимание и заботу беспомощному ребёнку, имеет право требовать такого же внимания и заботы, когда мы, в силу своего возраста, лишены определённых возможностей. Но не будем в этом чрезмерно жестоки, несправедливы и рьяны, будем разумны, и не будем превышать свою власть!

Давайте, не будем мучить своих близких под предлогом, что желаем им добра! В конце концов, портя своим любимым настроение, наша жизнь не станет радостнее. Говорят, у человека есть две любимые игрушки – собственная судьба и чужие чувства.

Хотя, бывает и так!

БОЖЬЯ ПСИХОЛОГИЯ!

Бог сотворил нас, людей! Неважно, кто как относится к мирозданию! Бог сотворил нас или из обезьяны эволюционировали, кому, что больше по душе, пусть так и воспринимает свою истину. В общем, мы есть такие, какие есть. Помните слова Паскаля: **«Если мы верим в Бога, и его нет, мы ничего не теряем, а если мы не верим, а он есть, можем потерять многое».**

Так вот, нас сотворили (я тоже так считаю). Бог дал нам сознание, ум (неважно его количество). Для той цели, о которой я собираюсь преподнести вам, его должно хватить с лихвой. Главное, Бог дал нам ДЕТЕЙ, как говорится, дети – цветы нашей жизни. Но дал их не просто так, привил нам любовь к ним, а главное, Он нам доверил их воспитание, тем самым поручил сделать из них достойных членов общества. Ему, Богу это тоже необходимо! И нам выгода – радость в молодости и опора в старости.

Мы не все это понимали и не всегда относились к этой важной миссии со всей серьёзностью. Свои недочёты в воспитании детей сваливали на дурную кровь, на нежелательные гены, хотя, безусловно, это тоже имеет определённое значимое место. Но! Всегда легче свалить свою вину на обстоятельства или на других. Вот и прожили – ля-ля-ля, ля-ля-ля – лето красное пропели, как в знаменитом стихотворе-

нии о стрекозе. Проморгали ребёнка, теперь уже – «дитяти-ну» нашу. Вспомните, скольких из нас, мягко говоря, со свету выжили или выживают собственные наши дети!

Вот и окрасили нашу жизнь в цвета эти цветы жизни – от белого до чёрного. Выбирай любой, как потрудились, тот цвет и получили. Кстати, чёрный цвет единственный, который получается, без особых усилий и синий тоже из той же группы.

Естественно, за всем этим процессом наблюдает Бог или его подчиненные по божественной иерархической лестнице.

Нам вместе с нашими чадами даётся миллион шансов. Но до многих из нас доходит туговато, мы же ничему не верим, мы сами всё знаем, мы – наимудрейшие. Мы – нигилисты и тем гордимся. Вот теперь-то, наступает действие божьей психологии.

После, Бог возлагает это почётное занятие, воспитание наших детей на себя. Но разница в том, что Он воспитывает не только чадо наше, Он воспитывает нас вместе и сурово. Как оказалось, мы тоже недовоспитались в своё время. Он нам задаёт тяжелейшие жизненные ситуации, каких врагу не пожелаешь. Но слава Ему, для нас же и во имя нашего блага старается!

Если дети хорошие, они – отрада для нас, опора наша! Их любовь, забота – бальзам на душу нашу.

Пройдя суровые испытания, если мы перевоспитались – очень хорошо! Если нет, для Него опять – очень хорошо. Для

Него любой материал подойдёт! Он умеет делать отличные вещи даже из некачественного сырья! С другой стороны, таких как мы, у Него миллиарды, у Него не убудет, производство людей поставлено Там хорошо.

А вот каково нам?! У нас – то не миллиарды, у нас один, два, несколько и каждый из них для нас – незаменимое сокровище! А мы сами?! Мы тоже – в единственном числе!

Упаси нас Господь от подлого чада! Некоторые из нас знают – каково это, тогда уж точно – жизнь не мила, жизнь мимо!

Оказывается, это правда, что все мы – кузнецы, как закуём, так и поживём и пожуём в том числе!

Вот и выходит, что божья психология, самая верная, в некоторых случаях необходимая для нас, но не дай Бог нам вместе с нашими детьми быть пациентами этого Доктора — психолога и воспитанниками этого Учителя!

Глава 4. Не лезьте, соблюдайте очередь!

«Ах! Десять лет тому назад я была, как девочка или был, как мальчик! Я была бодра, бодр, выглядела, выглядел очень хорошо! Да-а-а! Мне бы заново эти годы, я бы такое сделала, сделал бы!»

Теперь, обратимся к нашим любимым, родным, вечно нами опекаемым, и ждущим от них того же – нашим детям.

Начнём с таких прекрасных строк – Листва всегда и всюду

на виду. А корни никогда не видят света, Отдав себя нелёгкому труду. Счастью жить во тьме, во имя лета. Они не прихотливы и просты. Хоть заняты работой не простою. И всё, что достигает высоты, Обязан им – этой высотой.

Жизнь и так коротка, так зачем её укорачивать вечными спорами и недопониманиями (Банально, но факт)! Вечный спор между родителями и детьми, который к тому же, является положительным явлением,двигающим мироздание к эволюции. Одним словом, синдром отцов и детей!

Давайте, вспомним наших прародителей – Адама и Еву. Помните историю про их детей – Абея и Каина. Адам и Ева – самые первые родители, насомненно, сильно возмущившиеся поступком Каина.

А далее, вспомните прочитанные вами книги, вспомните своих прабабушек, бабушек и родителей. Мы не раз читали об этом и слышали от старших: «В наше время, молодёжь была другая – более воспитанная, она более почтительно относилась к взрослым» и так далее что-то в этом роде.

И наше поколение не является исключением в этих умо- заключениях. Мы тоже – отцы, а некоторые из нас, слава богу, ещё и дети.

Вы только представьте – в каком веке мы живём и сколько столетий существует человечество! Каждое поколение, так или иначе, немножечко или совсем, хотя бы иногда или всегда, недовольно следующим – молодым поколением.

Так это же можно с ума сойти, если представить, как должны были бы мы морально испорчены, начиная с истоков, от Адама и Евы до сегодняшнего дня! А что же будет после нас?! Представить страшно!

А вывод, каков?! Если каждое поколение хуже другой, тогда самая лучшая молодёжь – молодое поколение первобытнообщинного строя или сыновья Адама и Евы? Напомнить вам про Абея и Каина?! М-да-а-а! Получается интересная ситуация!

Спешу вас успокоить, живите спокойно! Это так задумано! Всё течёт, всё меняется!

Вывод таков, что этот процесс – эволюция, закономерность природы, законы жизни, которые не нам менять, если бы даже очень хотели.

Люди – разные, молодёжь – тоже разная.

Поэтому, как говорится в одном известном, смешном, но не очень приличном анекдоте – расслабимся и будем получать удовольствие.

Пока дети нуждаются в родителях, (не имею в виду материальную сторону), мир не так страшен! На наш век хватит этого тепла! Слава Богу!

Даже, если кто-то на ваш вопрос «почему?» пренебрежительно ответит «потому что» (хотя меня саму такой ответ всегда злит) – не злитесь! Поверьте, многие из тех, кто так вам отвечает, не понтуются, а действительно, не знают, почему совершили то или иное действие и радуйтесь, что вы ещё

знаете причину любого своего движения и можете логично построить свой ответ на любой вопрос!

Французская поговорка гласит «Если есть злоба, ненависть, зависть – стены существуют». Родители, бабушки и дедушки и наши дети, и внуки, поднимемся выше этих стен!

Поехали дальше! Теперь, присоединитесь к нам и наши дети! Дорогие наши, представьте себе такую картину! (Займёмся на несколько минут аффирмацией):

Помещение, большие, тяжёлые двери, живая очередь. Впереди стоят два пожилых человека – мужчина и женщина, держатся за руки, на плече у каждого из них приделан небольшой лоскуточек, где написан их номер в очереди – **1**. За ними в очереди, также держась за руки, стоят двое более молодых мужчина с женщиной. У них такой же лоскуточек, но уже с надписью – **2**. За ними в таком же порядке, под номером – **3**. Далее двое детей – мальчик и девочка, у них табличка под номером **4**. В самом конце стоит одна – молодая женщина на сносях. Она держит в своей руке табличку будущего младенца под номером **5**. Очередь двигается. По мере того, как каждый раз, невидимой рукой открываются двери, люди в порядке занятой очереди входят в эту дверь, но прежде чем войти они передают свои номера следующему поколению.

Да, вы верно догадались! Это очередь, в мир иной. Это естественная очередь,двигающаяся по законам мироздания. Конечно, как и во всяком законе, бывают и обходные пути! Каждый может, минуя очередь, войти в ту дверь раньше положенного срока. Так тоже бывает! Это – судьба или рок, иногда наша дурасть, как получится. Но это уже другая история.

Теперь, зададим себе конкретный вопрос: «Нам не терпится заполучить первый номер?!» Конечно же, нет! Так, давайте беречь, впереди стоящих близких – под номером **ОДИН!**

Берегите своих старших, если вы любите жизнь, поймите, что они не только стоят в очереди впереди вас, но даже сами не зная того, оберегают вас. Берегите их, чтобы быть обережённым!

Помните, как царь Давид просит Господа: «Не отвержи мене во время старости, внигда оскудевати крепости моей, не остави мене».

Люди, давайте будем друг другу не строги, внимательны и терпеливы!

Восточный мудрец, поэт Саади сказал, что **нежными словами и добротой можно слона на волоске вести.**

Пожалуйста, поверьте мне на слово, можно жить и радоваться жизни в любом возрасте и наоборот! Просто, будьте добры к себе и к другим, употребляйте нужные продукты,

много двигайтесь. Ничего неделание убивает сильно болезненно! Много радуйтесь и радуйте других, в конце концов, просто много смейтесь, если даже кто-то посчитает вас, мягко говоря, не адекватным!

(Немного науки!) Смех позволяет мозгу вырабатывать эндорфины, которые мгновенно поступают в кровь. Представляете, эндорфины по химическому составу аналогичны морфину и героину. Они оказывают успокаивающее воздействие на наш организм и укрепляют иммунную систему.

Мне немного стыдно, что я говорю такие банальные и прожёванные фразы. Но я это говорю в надежде на то, что если, всё-таки, кто-то не послушался этих советов сто раз, на сто первый, возможно и очень надеюсь на это, смогу уронить это зерно в ваш разум в вашу душу и это принесёт нам всем радость. Да мне и самой такие советы не помешают.

Расскажу вам одну малюсенькую историю из своей жизни. В мои очень молодые годы, когда ещё и дети у меня были маленькими, дружили мы домами или скорее семьями с такой же молодой парой. В один прекрасный вечер, когда мы в очередной раз, были в гостях у наших друзей, между мужем и женой завязалась милая, лёгкая перебранка, но не нарушающая этикет поведения, при гостях. Жена как бы невзначай, без особой злобы обвинила мужа в том, что она сделала себе новую причёску, а муж даже не заметил этого новшества на голове своей любимой жены. На что муж, то же не злобно, с дружелюбной интонацией (очень важна

такая интонация) ответил: «Милая моя, я так привык, что ты дома ходишь не ухоженная и вечно в халате, что я перестал обращать на тебя внимание. Ты одеваешься и прихорашиваешься, только, когда выходишь из дому. Выходит, что ты стараешься не для меня. Так пусть те, для кого ты наряжаешься и причёсываешься, замечают твои новые причёски и подбадривают тебя».

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.