
О любви к ближним.

Сказано, полюби ближнего своего как самого себя. Вроде все просто и понятно.

Если спросить кого-нибудь – как вы относитесь в целом к миру, к людям, большинство ответит – хорошо!

- Вы им желаете любви, мира, счастья? – Конечно! А почему нет? Что мне жалко, что ли?

Когда такой же вопрос задаешь в отношении супруга, начальника, или подруги, удачно вышедшей замуж за успешного бизнесмена – в ответах уже появляются варианты.

- Я то им уже 10 лет всего желаю, а что они мне?!

- А почему, собственно, я должна желать первая?... Вы пойдите сначала с ними поговорите.

- Вы вообще понимаете, о ком идет речь?! Вы этих людей видели?!

Получается, народ соглашается любить мир в целом, но не в частностях.

Эти частности, они все портят.

Муж с его частностями достает, когда чавкает за столом во время обеда. Вот Бретт Питт в фильмах не чавкает. А это животное...

Свекровь достает, когда не знаешь какой ей подарок купить, а спросить гордость не позволяет.

А как быть с частностями, которые молятся не по-нашему?

А ведь есть еще политики, чиновники, миллионеры, негры, евреи.

А сколько китайцев сидят и ждут спокойно своего часа.

Им что тоже просто так желать любви?

Мы их не трогаем, и они нас пускай не трогают.

И тем не менее, девиз – полюби мир вокруг, и он полюбит тебя, звучит все чаще.

Не сомневаюсь, мало кто против, чтобы полюбили его. Потому что собственно, а почему бы и нет?

Мы все для себя такие милые и пушистые.

Вопросы возникают только в первой части, где надо полюбить мир вокруг.

Опять же вопросы не в целом, а по частностям.

По зарплате, по жилищной площади, по специфическому лексикону работников общепита, по деловой хватке работников ГИБДД.

По не вовремя каркающим воронам накопилось много вопросов за всю жизнь.

Это, конечно, все - частности, но у многих именно из этих частностей и состоит вся их картина мира.

В общем, вопросов хватает.

А раз есть много людей, задающих вопросы, найдутся люди, которые с радостью начнут давать им ответы. На взаимовыгодной для себя основе.

Количество людей, объявляющих себя Гуру по распространению счастья растет как на дрожжах, после прочтения очередной зоотерической книги.

При этом, если на такого Гуру, случайно наступает прохожий, из него с любовью вылетает знакомый с детства фольклор. В лучшем случае из трех букв, в худшем случае из трех слов.

Итак, надо что-то делать.

Либо менять мир вокруг, либо менять себя.

Для многих все еще непонятно, какая из этих двух опций проще для выполнения.

А для тех, кому понятно, и кто не боится в этой работе столкнуться лицом к лицу со своим самолюбием, эгоизмом и кучей других «...измов», я пожелаю удачи.

Благодаря вам у нас есть шанс, что измениться мир.

Однажды поздно вечером люди молились...

- Господи, здравствуй! Ты меня слышишь? Что-то в последнее время по состоянию своего кошелька не чувствую твоей милости. Ты был в командировке? А почему меня никто не предупредил?

Господи, подскажи, куда исчезла прибыль за второй квартал? Мы же чисто конкретно договаривались совсем о других цифрах во время пасхи. До четверга жду твоих разъяснительных знаков, можно по SMS.

Колян.

- Господи! Большое спасибо тебе за то, что дал возможность утаить прибыль от моего партнера по бизнесу Коляна. Клянусь, что пожертвую часть этих денег – куплю жене сапоги. Не пойми меня неправильно господи, но чтоб ей никто не завидовал, куплю подержанные сапоги.

Извини, что сегодня с молитвой закругляюсь пораньше, там по телику начинается мой любимый сериал «Накажи вора!». Удачи тебе во всех делах. Тьфу, тьфу, чтоб тебя никто не сглазил.

Сергей.

- Господи! Спаси и сохрани твою любимую блондинку! Спасибо, что навел меня на тайник моего мужа Сергея. Оказалось, что эта скотина – подпольный миллионер. Завтра куплю билет и сбегу с этими деньгами на Канарские острова. Там говорят такие мужчины обалденные.....

Господи! Извини, что замечталась на полчаса. На чем я остановилась? ...Господи, пожалуйста, напомни, о чем мы только что говорили с тобой... Вот так всегда, блин... только о красивых мужиках подумаешь...

Леля.

- Господи, вновь и вновь благодарю тебя, за то, что ты присылаешь к нам на Канарские острова жен русских олигархов.

Интересно, какие в России мужчины, если этим дурочкам надо так мало радостей, и они готовы за них так много платить. Я даже не использую и половины из 315 приемов любви, которые передали мне по наследству канарские праотцы.

Господи, я полагаю, ты догадываешься, что я не святой, но я помогаю своему отцу – инвалиду. Помоги и ты нам. Как говорится, во имя отца и сына.

Твой Мачо Альфонсо.

- Господи! Спасибо тебе за то, что дал мне в этой жизни пациента Альфонсо. Если бы не он, не знаю, как бы я оплатил учебу своих дочерей в колледже. Спасибо, что наделил меня талантом изобретать для этого мужчины все новые и новые комплексы.

Твой раб, заслуженный психиатр центрального района города Сан-Кристоваль, доктор Эдвард Бенкс (тебе больше известный как одессит Эдик Вассерман)

- Господи! Как обычно, буду краток. Никак не могу разобраться, за какие грехи ты мне еженедельно посылаешь исповедоваться психиатра Бэнкса. Этот человек с лицом мало похожим на католика снится мне по ночам.

Моя жена говорит, что под утро я как лунатик бегаю к соседям и прошу у них займы топор. Что делать, господи? Соседи уже устали вставать в 4 утра.

Твой пастор Томпсон

- Господи!

Помоги мне написать более-менее смешной рассказ о том, как не надо молиться. Ты же понимаешь, я это прошу не ради себя. Я же самый скромный из самых скромных.

Кстати вчера по расписанию ждал Музу с 14:00 до 15:00. Опять эта коза не пришла. Ты не догадываешься, почему она меня игнорирует?

С уважением,

Автор

Клятва участника фестиваля альтернативных психологов

Уважаемые организаторы, учителя, друзья, товарищи по партии!

Разрешите зачитать проект клятвы участника 1 го Фестиваля Альтернативных Психологов в Израиле.

Я, Анатолий Тубин, вступая в ряды Всемирной Организации Альтернативных Психологов и их Пациентов, перед лицом своих учителей и товарищей по борьбе за светлое будущее торжественно клянусь:

- 1) горячо и безусловно любить своих близких (даже тещу), а также коллег по работе, включая начальника, хотя он сам знает, кто он такой.
- 2) Даю слово уважать своих учителей и принимать с радостью жизнь, со всеми ее выкрутасами, в надежде на то, что следующая жизнь все же будет лучше..., дольше, здоровее, богаче, ...с тремя Мерседесами и охраной на всякий случай.
- 3) Обязуюсь жить здесь и сейчас, а не завтра и за чужой счет, как привык с удовольствием делать раньше.
- 4) Принимаю на себя обязательства засунуть свой эгоизм и гордыню в..., и начать плодотворно работать по улучшению кармы. К следующей пятилетке постараюсь стать счастливее на 55%, особенно в личной жизни и в легкой промышленности.
- 5) Обещаю не привязываться к имуществу и деньгам, особенно к чужим, и особенно у соседей.
- 6) Каждое хмурое выражение лица в зеркале буду считать мордой клином, и берусь бороться с этим явлением путем чтения анекдотов вслух, пока не станет смешно даже глухой теще.

7) Клянусь жить, учиться и бороться за счастье, как завещали великие мудрецы Востока и Запада, как учит партия Альтернативных психологов, и лично товарищи Блект, Лазарев, Свияш, и другие, чтоб никого не обидеть.

Друзья, да здравствует великая и могучая Партия Альтернативных Психологов и их Пациентов! Ура, товарищи!

Поздравление к 8 марта

Дорогие женщины!

Поздравляю вас с самым теплым (вне зависимости от погоды в этот день) праздником в году – днем 8 марта!

Желаю вам всем любви, счастья, радости, крепкого здоровья, удачи и исполнения желаний!

Каждый год задумываюсь о том, а что можно сказать и пожелать в этот день женщинам. Так чтобы не шаблонно и банально вышло, а искренне.

Во-первых, спасибо за то, что рождаете нас всех, а потом выкармливаете, воспитываете. Да еще и с любовью.

Вот откуда у вас столько любви, теплоты, терпения, а у нас почему-то одна логика?!

Причем, ладно бы наша логика имела б хоть какую-то силу, но ведь она всегда легко перешибается вашей интуицией – как хворостинка ломом.

Вы, например, следите, чтобы мы в детстве в школу штаны одевали чистые, в зрелости, чтобы мы на работу штаны одевали чистые, а в старости, чтобы мы вообще штаны не забывали надевать.

Мы же ни за чем следить не можем. Мы только работать можем. И то не все мы, а лишь лучшие наши представители. Остальные делают вид, что работают и приносят домой жалкие трофеи, называемые зарплатой.

А вы все равно нас прощаете, принимаете такими, какими мы есть. Стоп! Вы еще нас КОРМИТЕ! ВКУСНО! И это на те «трофеи», что мы приносим!

Поняв, что с нашими зарплатами не то что до Мальдив не доедешь, но и новый трехстворчатый шкаф для обуви не купишь, вы сами на работу стали ходить. И там вы так расходились, так разошлись, что многих из нас заткнули за пояс ну так профессионально, ну так профессионально...

Короче, мы - мужчины уже давно перестали выступать на тему кто слабый пол, а кто сильный.

Это только феминистки продолжают выступать за чем-то на митингах, что-то доказывать, теперь, наверное, только самим себе. Нам доказывать больше ничего не надо.

Женщины, вы так многого добились за последнее время, так изменились, что хочется пожелать вам чуть снизить обороты, а то мы за вами не поспеваем.

Будьте по-прежнему загадочными – чтоб нам – мужчинам было что разгадывать (хотя все равно не отгадаем, и многие из нас с этим уже смирились).

Говорите! Сколько надо, столько и говорите! У вас все равно голос приятнее, а нам полезно учиться слушать и слышать не только занудных политиков и тупых футбольных комментаторов.

Женщины, простите нас за наши недостатки. Да, да, мы помним, что их очень много и они постоянно плодятся. И на что и на кого ушли ваши лучшие годы, мы тоже помним.

Кстати, интересно. У большинства нашего брата жизнь уходит на погоню за какими-то материальными целями, а ваша на близких вам людей. Как говорится, почувствуйте разницу.

Женщины, мы вас ценим, любим. Хотя, честно сказать, по-настоящему делаем это опять не все мы, а только лучшие наши представители.
Но не можем жить без вас все мы, а не только наши лучшие представители.
Иногда мы – мужчины хорохоримся, что можем без вас. А на самом деле... Лучше даже и не задумываться. Весь энтузиазм нашей возможной независимости заканчивается с вкусом подгоревшей картошки и видом брюк, которые до стирки были свежее.
Ну, и напоследок.
Ваша мама всегда была, есть и будет права! Ведь она тоже Женщина!
Будьте счастливы! Спасибо вам за всё!
Всех благ и удачи!

О зависти

Господи! Помогите! Не знаю, что делать с завистью.
Жаба душит в три смены. 24 часа в сутки.
Утром рано встаю, и завидую тем, кто встает поздно.
На работу иду и завидую тем, кто туда едет.
На работе сначала завидую тем, кто не работает, ...а потом начинаю завидовать тем, кто работает лучше меня.
С работы иду и завидую той, которая осталась на работе..., с любовником.
Дома ложусь спать, смотрю с кем я ложусь спать..., вспоминаю того любовника..., и жаба давит еще сильнее.
Что же делать, господи?!
Во время ужина я даже завидую самой себе!
Казалось бы, пустяк, но в обед я была моложе.
А муж не стареет, гад!
Это он специально делает, чтобы я на его фоне выглядела старухой.
Понять бы только как он это делает...
Все время улыбается, не спорит, чинит что-то.
Я не успеваю ломать, как он уже чинит. А ведь я ломать умею!
Вот интересно, вино пьет, а не лысеет!
Вежливый, понимаешь.
Особо и наорать на него не за что. Жаль... Ведь я орать умею!
Дочку научила шить, на свою голову.
Она теперь шьет лучше меня! Без зазрения совести!
Что я только не делала: и иголки гнула, и нитки путала, и к гадалке ходила. Ничего не помогает.
Зависть не уходит.
Господи, ты не представляешь, сколько времени и сил тратится на всех этих людей, живущих лучше меня, бесстыдно, прямо на моих глазах.
Просто не знаю, как быть.
Казалось бы, у соседей по лестничной клетке всего меньше чем у меня, однако жабу ничем не остановишь.
Жаба все равно говорит – у них всего меньше, значит и проблем меньше.
Я понимаю, что завидовать - не хорошо.
Основной вопрос: а что еще делать голове в свободное время?
Вот вчера, я честно десять минут пыталась думать.
Конечно, это было непросто, прошло уже столько лет с последнего раза...
Особенно в тот момент меня волновала судьба голодных детей в Африке.

Но Африка далеко, а Сергей Ильич Северов, купивший машину «Вольво» на деньги, выигранные в лотерею, живет в соседнем подъезде.
Мыслям же не прикажешь полететь в Кению, когда Сереженька спокойно ездит по городу на «Вольво». Как будто он большой успешный начальник, а не мой бывший одноклассник – непутевый инженеришка.
Приглашал недавно вместе семьями поехать за город.
А то я не поняла, что он этим еще больше хотел нас унижить.
Господи, я очень устала.
Уже сломала 5 калькуляторов, пытаюсь точно вычислить доходы начальницы.
В год на газеты и журналы со сплетнями о жизни «звезд» уходит столько же денег, сколько хватило бы на недельную поездку в санаторий.
А ведь еще приходится сидеть допоздна в Интернете.
Все боюсь пропустить информацию о новом платье жены Тома Круза.
Я просто не представляю, как живут люди, которые никому не завидуют.
Может у них есть какой-то секретный чип в сердце?
Тогда где и за сколько его можно достать?
Подскажи через работника религии адрес магазина, господи.
А есть ли чипы со скидкой?
Нет, я просто так спрашиваю. Мало ли... Я же не знаю, как у вас там принято.
Спасибо тебе за все.
Уже бегу в церковь.
Извини, чуть не забыла спросить.
А где церковь?

О здоровом образе жизни

Какой тост чаще всего звучит на застольях?
Правильно, за здоровье.
При этом некоторые пьют за него ежедневно из граненых стаканов с таким спортивным азартом, будто чем больше они выпьют, тем здоровее будут.
Если бы эти люди пили свежесжатый морковный сок, тогда их порыв был бы еще хоть как-то понятен, но, насколько я знаю, запах от таких спортсменов постоянно идет, может и выжатый, но совсем не свежий, и явно не морковный.
А так, конечно, все хотят быть здоровыми.
Чтобы не терять время.
Время, которого и так не хватает на всё.
А хочется всё.
И чтоб как следует заработать, и чтоб не хуже как у других потратить.
И чтоб с женой побыть, и чтоб с другой отдохнуть.
А есть еще дети, друзья, родственники, а также родственники жены и другие чужие люди.
А некоторые еще и хобби необычным занимаются, так чтобы потом названием этого хобби лучших подруг убить при встрече.
- Чем ты занимаешься в свободное время? Телевизор смотришь? Огурчики маринуешь?
- А у меня аутотренинг, кулинаринг, дет.садинг, и бесединг с мужем по системе бодибилдинга.
Видите, как много всего надо успеть сделать в этой жизни.
Тут без здоровья никак.
Итак, что же делать, чтобы быть здоровым?
Тысячи научных диссертаций на данную тему клепаются ежегодно.

При этом одна диссертация с блеском опровергает другую. Но зато растет количество кандидатов и докторов по здоровью.

И не важно, что многие из них сами язвенники, склеротики, невротики, и другие ...отики. Главное, что наука повернулась лицом к человеку и хотя бы делает вид, что хочет ему помочь.

Телевидение тоже не отстает от ученых в желании осведомить.

Передач про настои и отвары хоть отбавляй.

Народ только путается, что принимать вовнутрь, а что мазать сверху.

Потому что передач много, рецептов еще больше, а чудодейственных лекарств и супер-мульти-турбо-витаминов вообще скоро будет тысячи на каждый мало-мальски платежеспособный кошелек.

Но при всем этом народ как болел, так и болеет.

Может дело не в лекарствах?

- Правильно!- говорят более умные граждане.
- Зачем лечить следствие? - Лечите причину! Питайтесь хорошо.
- Не хватает денег на хорошо? Тогда просто питайтесь.

Со всех сторон звучат рекламы методик для снижения или повышения веса, сужения или расширения сосудов; и для особо одаренных – методика просветления сознания, правда, с возможным побочным эффектом в виде его помутнения.

В итоге, многие люди, не успевая понять одну методику, тут же не успевают понять другую, а страстное желание быть здоровым гонит изучать третью.

И в результате бесконечной погони за полным исцелением они становятся еще больше больными. Если не телом, то на голову.

И потом вот из таких запаренных голов и возникают вопросы насчет режима.

Бегать стоя или плавать сидя?

Медитировать на ковре в позе лотоса или по привычке лежать на диване в позе бегемотаса?

До работы или после обеда?

Многие готовы все это делать вместо работы, и даже с двумя обедами, но при условии продолжения начисления зарплаты.

Вообще, странно, что, не смотря на все усилия, предпринимаемые нашим обществом по отравлению воздуха, воды и других природных ресурсов, иногда в городских ландшафтах встречаются редкоземельные ископаемые - здоровые люди.

Их никакие начальники днем и никакие комары ночью не достают.

От них исходит подозрительно стойкий для наших условий оптимизм.

Они ходят и улыбаются, не понимая при этом, что тем самым, нас - нормальных людей, они злят.

Я недавно не выдержал, подошел и сказал одному такому: - Тебе сколько заплатили?! Ты, какой препарат своей улыбкой рекламируешь, гад?! А ну делись телефоном спонсора!

Знаете, что он мне ответил?

Ничего!

Улыбнулся и пошел дальше.

Я в начале рассердился на него. Правда, никакого кайфа от этого не испытал.

Затем рассердился на себя. Тот же эффект.

Тогда я бросил сердиться, улыбнулся, и, почувствовав от этого кайф, понял, что, наверное, улыбка и есть первый шаг на пути к здоровью.

На приеме у американского психиатра:

- Пациент: - Здравствуйте!
- Доктор: - Здравствуйте, сэр!
- Пациент: - Вы психиатр Штейн?
- Доктор: - А как вы думаете?
- Пациент: - Я думаю, что это вы!
- Доктор: - Вот и расскажите об этом поподробнее!
- Пациент: - О чем?
- Доктор: - О вашей уверенности, что психиатр Штейн - это я, а не вы.
- Пациент: - Но я хотел поговорить о своих проблемах с женой.
- Доктор: - Ваша жена – алкоголичка? Она спит на работе с начальником – католиком? Любит есть по ночам тушеных кроликов, и петь музыку народов Зимбабве?
- Пациент: - Нет, что вы! У меня нормальная жена. У нас просто была одна ссора.
- Доктор: - Жаль, по вашему внешнему виду я думал будет интересный случай... У вас есть много материала на тему вашей жены?
- Пациент: - Не понял?!
- Доктор: - Консультация на один час. Вы должны будете о чем-то говорить все это время.
- Пациент: - Я не знаю, я с секундомером не готовился.
- Доктор: - Ладно, на первый раз прощаю. Когда вы закончите рассказывать про жену, начнете говорить о том, почему считаете меня психиатром Штейном.
- Пациент: - Постойте, мне кажется, я попал не в тот кабинет.
- Доктор: - Перед тем как вы вошли сюда, вы заплатили секретарю 200 долларов?
- Пациент: - Да.
- Доктор: - Значит, вы попали туда куда нужно. Начинайте, я только подложу удобнее подушку.

Памятка выпускникам кулинарных курсов "Питание по Аюрведе"

1. Готовить надо в хорошем настроении.
2. Если у вас настроение плохое, а поесть тем ни менее хочется, то не надо отчаиваться. На этот случай у вас должны быть припасены заранее приготовленные свежие анекдоты. После прочтения анекдотов, выполните пятиминутное упражнения перед зеркалом по растягиванию мышц насуспенной морды, до тех пор, пока она не превратится в приятное лицо. Теперь вы можете идти и готовить.
3. Если приготовленное блюдо получилось не таким, как должно быть, не надо огорчаться, проверять, откуда у вас руки растут, или с теплом вспоминать Учителя или того, кто вам дал рецепт. Просто, подавая блюдо на стол, не смотря на его вкус, цвет, запах, скажите, что оно ну очень полезное; что оно помогает усиливать такие качества характера как терпение, принятие ситуаций, развивает любовь к ближнему повару своему.

4. Если каким-то невероятным способом приготовленное вами блюдо получилось лучше, чем у Учителя, тогда:
 - а) не возгордитесь, ибо как сказано в кулинарных писаниях: возгордившегося повара да накажут подменой сахара на соль.
 - б) проверьте, не спите ли вы.
 - в) если вы всё-таки не спите, то с этого дня считайте, что ваша жизнь в любом случае удалась.

5. Если к вам неожиданно пришли гости, а времени или сил на готовку практически нет, первым делом проверьте, не является ли данный день постом. Если календарь не благоволит к вам, тогда идите и делайте чай в таком количестве и столько раз, пока гости не будут сыты.

6. Если вашим гостям очень понравилось, как вы готовите, и они стали под разными предлогами навещать вас все чаще и чаще, а как говорится, времени в сутках и зарплату в рублях не прибавляется, то помните, что пропорцию в специях можно один раз и не соблюсти. Тем самым вы научите других людей уважать вас и не дадите им впасть в грех чревоугодия.

7. Помните: Чувство юмора очень полезно для вашего здоровья! Добавляйте его ежедневно в ваш рацион жизни!