

# Самая лучшая диета-защитить рот

Недавно я встретила подругу юности. Мы с ней не виделись десять лет. Она жила в другом городе и приехала в наш город за дешёвыми продуктами. Мы встретились с ней в магазине и не сразу узнали друг друга. Она расплылась и была, чуть ли не квадратная. Я узнала, что её богатый муж умер четыре года назад и теперь ей приходится работать.

-Разве ты не на пенсии? — удивилась я. — На пенсии уже пять лет, но мне не хватает, сказала она.

- А мне хватает, - сказала я, и я не работаю уже пять лет. Когда она узнала, какая у меня пенсия, долго удивлялась, как это мне может хватать, такая мизерная пенсия. Мы сели в метро, чтобы поехать в центральный гастроном, где неподалёку жила и я. По дороге она рассказывала о себе и о многочисленных диетах, которые она знает. Она ещё вздохнула и сказала: - Как бы мне похудеть. Посмотрела на меня и спросила: - Ты не знаешь какую-нибудь, особенную диету, чтобы уж сразу, через несколько дней был виден результат.

- Я знаю самую лучшую диету, - со смехом сказала я. - Надо защитить рот!

Я пригласила подругу к себе в гости и удивлялась её чревоугодию, конечно в мыслях. Но по лицу моему, вряд ли она увидела это. Я удивлялась, что она ела всё, что я подавала. «Боже мой», - думала я, - мне этой пищи хватило бы на неделю». После того, как она поела, захотела спать. Зевая, приговаривала: - «После вкусного обеда по закону Архимеда, полагается поспать».

Я видела, что это её каждодневная привычка. Сказать это ей - значит нажать врага. Я наперёд знала, что она скажет в ответ: «Тебе жалко, так и скажи!» И я не стала ей говорить «под руку».

Но когда она проснулась через два часа, я не выдержала и сказала: «Ты себе укорачиваешь жизнь — это же грех чревоугодия, а грех есть страдание и болезни. Ты очень потолстела и кушаешь очень много, а сама говоришь часто, что ты толстая, и спрашиваешь, как избавиться от лишнего веса. Ты ещё завидуешь, что я худенькая и говоришь, как бы, и тебе похудеть. Я должна тебе сказать, что ты много кушаешь, лично мне бы этого хватило на неделю. Помни, когда ешь, что ты сама добровольно призываешь болезни и раннюю смерть. От mnogой жирной пищи, развиваются все болезни. Тебе с только же лет, как и мне и ты постоянно рассказываешь только о своих многочисленных болезнях, а сама ничего не делаешь, чтобы их ликвидировать, только бегаешь по врачам. Но у них есть свои проблемы, и ты только напрасно истощаешь свои деньги.

Смотри, я уже не работаю пять лет, с тех пор, как ушла на пенсию, а ты всё работаешь и получаешь пенсию, но тебе не хватает. А ты зашей рот...

И так я очень спокойно и мягко прочитала ей целую проповедь.

-Я всё сама знаю. Сама верующая и член церкви, - ответила, обидевшись, она.

«И верующие бывают разные, - думала про себя я, - не тот верующий, кто говорит про то часто, и стучит в грудь, что он верующий». «По плодам их, узнаете их» - пришло изречение с Евангелия в мысль, это как раз про таких, как моя бывшая подруга, которую я не видела лет десять».

Раньше она считала себя красавицей и вышла замуж удачно за богатого. А когда умер её муж, она вынуждена сама зарабатывать «на пропитание». И в церковь она пошла только затем, что там можно было получить гуманитарную помощь и «харчи». Это она так выразилась.

«Да, - думала я глядя на неё,- в церкви не только божьи люди. Даже сам сатана может принять образ Ангела. Зачем подруга обманывает себя? Ведь Бог поругаем не бывает, что посеешь, то пожнёшь. Зачем она себя сводит в могилу? Она работает на унитаз, и ещё ворует с церкви, что принадлежит нуждающимся.

Она съела всё, что у меня было в холодильнике, и ещё обиделась, что у меня нет мяса или сосисок. Я ей говорила, что лет двадцать не ем ничего мясного. Это же трупы убитых животных. А клетки убитых животных, убивают клетки нашего организма. Корова □ говядина, когда то мычала, баран блеял, а курица или петух хлопали крыльями и так далее \* И я показала, как петух хлопает крыльями и кричит «ку-ка-ре-ку!» Это её рассмешило».

А потом она снова говорила, какие хорошие диеты она прочитала. Мне было неинтересно, но я дала ей выговориться. Сама же снова думала про себя: «Какие мы всё же разные, а раньше назывались подругами. Потом она вышла замуж за богатого и «задирала нос». А теперь, когда узнала, что я верующая и хожу в церковь, она всякий раз подчёркивала, что она ходит в церковь (в другом городе, откуда ко мне приехала, и даже то, что она член церковного прихода, как будто это высокое привилегия и как будто это значило, что она выше других). Я слушала её минут двадцать, а потом прервала, сказав: «Давай прочитаем Евангелие от Иоанна!» Она посмотрела на часы и сказала, что ей пора уезжать, что скоро поезд. Хотя до отправления поезда оставалось ещё два часа...

Недавно я встретила подругу юности. Мы с ней не виделись десять лет. Она жила в другом городе и приехала в наш город за дешёвыми продуктами. Мы встретились с ней в магазине и не сразу узнали друг друга. Она расплылась и была, чуть ли не квадратная. Я узнала, что её богатый муж умер четыре года назад и теперь ей приходится работать.

-Разве ты не на пенсии? □ удивилась я. □ На пенсии уже пять лет, но мне не хватает сказала она.

- А мне хватает, - сказала я, и я не работаю уже пять лет. Когда она узнала, какая у меня пенсия, долго удивлялась, как это мне может хватать, такая мизерная пенсия. Мы сели в метро, чтобы поехать в центральный гастроном, где неподалёку жила и я. По дороге она рассказывала о себе и о многочисленных диетах, которые она знает. Она ещё вздохнула и сказала: - Как бы мне похудеть. Посмотрела на меня и спросила: - Ты не знаешь какую-нибудь, особенную диету, чтобы уж сразу, через несколько дней был виден результат.

- Я знаю самую лучшую диету, - со смехом сказала я. - Надо зашить рот!

Я пригласила подругу к себе в гости и удивлялась её чревоугодию, конечно в мыслях. Но по лицу моему, вряд ли она увидела это. Я удивлялась, что она ела всё, что я

подавала. «Боже мой», - думала я, - мне этой пищи хватило бы на неделю». После того, как она поела, захотела спать. Зевая, приговаривала: - «После вкусного обеда по закону Архимеда, полагается поспать».

Я видела, что это её каждодневная привычка. Сказать это ей - значит нажать врага. Я наперёд знала, что она скажет в ответ: «Тебе жалко, так и скажи!» И я не стала ей говорить «под руку».

Но когда она проснулась через два часа, я не выдержала и сказала: «Ты себе укорачиваешь жизнь □ это же грех чревоугодия, а грех есть страдание и болезни. Ты очень потолстела и кушаешь очень много, а сама говоришь часто, что ты толстая, и спрашиваешь, как избавиться от лишнего веса. Ты ещё завидуешь, что я худенькая и говоришь, как бы, и тебе похудеть. Я должна тебе сказать, что ты много кушаешь, лично мне бы этого хватило на неделю. Помни, когда ешь, что ты сама добровольно призываешь болезни и раннюю смерть. От mnogой жирной пищи, развиваются все болезни. Тебе с только же лет, как и мне и ты постоянно рассказываешь только о своих многочисленных болезнях, а сама ничего не делаешь, чтобы их ликвидировать, только бегаешь по врачам. Но у них есть свои проблемы, и ты только напрасно источаешь свои деньги.

Смотри, я уже не работаю пять лет, с тех пор, как ушла на пенсию, а ты всё работаешь и получаешь пенсию, но тебе не хватает. А ты зашей рот...

И так я очень спокойно и мягко прочитала ей целую проповедь.

-Я всё сама знаю. Сама верующая и член церкви, - ответила, обидевшись, она.

«И верующие бывают разные, - думала про себя я, - не тот верующий, кто говорит про то часто, и стучит в грудь, что он верующий». «По плодам их, узнаете их» - пришло изречение с Евангелия в мысль, это как раз про таких, как моя бывшая подруга, которую я не видела лет десять».

Раньше она считала себя красавицей и вышла замуж удачно за богатого. А когда умер её муж, она вынуждена сама зарабатывать «на пропитание». И в церковь она пошла только затем, что там можно было получить гуманитарную помощь и «харчи». Это она так выразилась.

«Да, - думала я глядя на неё,- в церкви не только божьи люди. Даже сам сатана может принять образ Ангела. Зачем подруга обманывает себя? Ведь Бог поругаем не бывает, что посеешь, то пожнёшь. Зачем она себя сводит в могилу? Она работает на унитаз, и ещё ворует с церкви, что принадлежит нуждающимся.

Она съела всё, что у меня было в холодильнике, и ещё обиделась, что у меня нет мяса или сосисок. Я ей говорила, что лет двадцать не ем ничего мясного. Это же трупы убитых животных. А клетки убитых животных, убивают клетки нашего организма. Корова □ говядина, когда то мычала, баран блеял, а курица или петух хлопали крыльями и так далее ✱ И я показала, как петух хлопает крыльями и кричит «ку-ка-ре-ку!» Это её рассмешило».

А потом она снова говорила, какие хорошие диеты она прочитала. Мне было неинтересно, но я дала ей выговориться. Сама же снова думала про себя: «Какие мы всё же разные, а раньше назывались подругами. Потом она вышла замуж за богатого и «задирала нос». А теперь, когда узнала, что я верующая и хожу в церковь, она всякий раз подчёркивала, что она ходит в церковь (в другом городе, откуда ко мне приехала, и

даже то, что она член церковного прихода, как будто это высокое привилегия и как будто это значило, что она выше других). Я слушала её минут двадцать, а потом прервала, сказав: «Давай прочитаем Евангелие от Иоанна!» Она посмотрела на часы и сказала, что ей пора уезжать, что скоро поезд. Хотя до отправления поезда оставалось ещё два часа...

---

*Любовь Аверьянова*

*September 08, 2012*

---

**Источник:** <http://www.poems4christ.com/ru/article/7497>

© Copyright 2026, Поэзия для Христа - [www.poems4christ.com](http://www.poems4christ.com)