Автор: admin
13.08.2012 17:31 -

Как снять ...? Часть 3

Пункт 8. Снимаем стружку!

Эту самую стружку можно снимать как в метафорическом, так и в буквальном смысле! Как устроить головоломку кому-нибудь, мы советовать не будем, надеемся на изощренность вашей собственной фантазии! Как говорится, была бы шея, а топор найдется! А вот рубаночком помахать – не каждый силен, хотя на уроках труда мы все присутствовали, табуретки выпиливали…

Так как классического деревянного рубанка днем с огнем не сыскать, а электрорубанков и всяких циклевочных (циклевать – выравнивать поверхность) машин завались, мы решили, не отходя от традиции и не отставая от технического прогресса, посоветовать вам для качественного снятия стружки рубанок с металлическим каркасом. Легко разбирается и собирается и может одним движением руки сгладить все шероховатости вашей доски.

Итак, взяли в руки рубанок, перевернули, посмотрели, ровно ли выставлено лезвие, перевернули, поставили на поверхность, которую необходимо выровнять и… Держа рубанок ровно за упорную ручку впереди и основную ручку сзади, легким и плавным движением руки от себя проводя вдоль волокон древесины и желательно по центру, снимаем стружку, золотистую завитушку, пахнущую живым деревом, и наслаждаемся не только физическим трудом, но и собственным мастерством истинного плотника!

Пункт 9. Снять квартиру – свобода мужчине!

Квартирный вопрос испортил многих и попортил многим! Жизнь, разумеется, попортил! В нынешней рыночной ситуации легче снять в аренду жилье, нежели дожидаться своей квартиры по долевому участию или выплачивать баснословные проценты по ипотеке всю оставшуюся жизнь. Итак, снимаем квартиру. Хорошо если друзья сдают, многих хлопот можно избежать, и деньги, и время сэкономить! А если нет таких сердобольных друзей, придется немало потрудиться и побегать, осматривая квартиры, обзванивая неизвестных по объявлениям, тусуясь на квартирных «пятачках».

Легкий и бесспорно самый приемлемый вариант – маклер. Все вам улыбаются, договора подписывают, но придется переплатить этому представителю недвижимого бизнеса. Один важный совет: выясните сразу, не берет ли маклер денег у хозяина квартиры. Если да – то в этом случае вы можете не платить! (То же самое, если вы хозяин квартиры: выясните, если маклер берет деньги у квартиросъемщика, вы можете не оплачивать его услуги.) А не то маклер получит двойную прибыль – с вас 10-15% от стоимости аренды и с хозяина столько же. Конечно, нехорошо считать чужие деньги, но и своих как-то жалко!

Пункт 10. Я пред вами снимаю шляпу!

Еще один фразеологизм, но его мы будем разбирать именно в метафорическом смысле. Хотя и стоило бы обсудить реальную технику съема шляпы, да жаль, нынче редким стал тот экземпляр, что с шиком носит шляпу! Итак, чуть поскучав о прошлом, вернемся к теме.

Высказать свое восхищение и уважение человеку, да так, чтобы это было искренне и душевно, не каждый сможет. Ораторский талант, умение без заискивания смотреть в глаза и просто честность – вот те качества, которые вам понадобятся. А еще много мужества, ведь порой именно его не хватает, чтобы сказать искренние слова благодарности человеку, достойному этих похвал. Мелкие страхи, что вас примут за подхалима, или просто мелочная гордость зачастую не дают нам высказать человеку свои чувства восторга и уважения.

Мой совет: никогда не откладывайте благородные порывы. Если вы решили признать чужие достоинства и достижения, делайте это немедленно, в момент успеха, а не потом. Признание победы другого – это и ваша победа, поскольку вы становитесь с ним наравне. Снимайте шляпу перед достойными людьми, ибо недостойные сами снимут шляпы перед вами!

Пункт 11. Смеяться, право, не грешно…

Объявление «Снимаю. Порчу». Краткое, но емкое заявление от гадалки и космобиоэнерготерапевта с неправильной пунктуацией вызывает смех. А ведь чудеса

случаются, бывает, и порчу наводят, и отворот с приворотом снимают! Мистицизм, как и в начале прошлого века, набирает обороты. Быть суеверным и ходить к гадалкам или занять чисто реалистическую и рационалистическую позицию, решать вам. Но раз вы поклонник ежедневных гороскопов, защитных амулетов и кукол вуду, скорей всего, мои советы вам не помогут, вы их и без меня знаете. А для тех, кто ведет рациональный образ жизни, но при этом не забывает сплюнуть три раза или постучать по дереву, нехитрые советы. Снимают порчу, или негативное воздействие со стороны на вашу ауру, многими методами, среди них есть и колдовской (используются кровь, слюна, моча, две веточки ивы… короче, бред полный!), которым мы пользоваться не будем. Будем использовать более интеллигентные способы. Здесь помогут методы обрядовой магии (заговоры, молитвы, ритуальные действия), все-таки это намного лучше, чем вынимать печень или сердце бедной курицы. Наличие порчи проверяется во многих случаях яйцом (опять эта курица!), им же снимается. Но если вам надоела вся эта бредятина, плюньте и читайте следующий пункт, вам точно необходимо снять стресс!

Пункт 12. Ты сними, сними с меня, … психоаналитик!

Вы хотите об этом поговорить? Коронная фраза психологов и психоаналитиков из голливудских фильмов. Наши предпочитают говорить: «Давайте это обсудим!» Но так как большинство мужского населения предпочитает 50 граммов и сигаретку (иногда и 100 и более в зависимости от размера катастрофы), да дружеское общение походу к психоаналитику, стрессы остаются там же, где и были. Стрессы в основном наживаются на работе и в семье и никакие массажные манипуляции и тем более занятие любимым делом этих проблем не снимут. И что же делать?

Прежде чем отвечать на этот вопрос, опишем, что делать не нужно:

Пытаться снять стресс обжорством. Сознательно или бессознательно это делают многие. Знайте, облегчая свои страдания от стресса едой, вы зарабатываете еще кучу дополнительных страданий (лишний вес тому пример).

Бороться со стрессом с помощью зеленого змия. Здесь надо знать безопасную дозу: для мужчин: 160 граммов чистого спирта в неделю, 26 граммов чистого спирта в день, что приблизительно соответствует следующим дозам спиртных напитков (в граммах):
Пиво (5%): 520 в день, 3200 в неделю.
Вино (11%): 235 в день, 1450 в неделю.
Крепленое вино (20%): 130 в день, 800 в неделю.
Водка (40%): 65 в день, 400 в неделю. (По данным журнала «Pharmedicum»).
Но, как видите, этих доз не хватит «напиться и забыться», а если все же «напиться и забыться», то это тоже не поможет, просто к стрессу добавиться похмельный синдром, а то (не дай Бог!) и запой! Налить сто грамм? Или еще подумаете? Или сразу под стол?

Курить для снятия стресса тоже не советуют. Здесь даже «безопасных доз» не

существует.
Увлекаться таблетками! Антидепрессанты, транквилизаторы, успокаивающие сиропы – принимать только в чрезвычайных ситуациях! Частый и регулярный прием антидепрессантов кроме побочных эффектов (сонливость, заторможенность, рассеянность, ухудшение внимания, снижение работоспособности, половая слабость и т.д.) вызывают привыкание и зависимость, что может быть намного хуже, чем стресс.

Но все же, а что делать-то? Как пел Высоцкий: «Лягте на пол, три-четыре»… ну, вы меня поняли – гимнастика и активный образ жизни! Но это еще не все – вам надо научиться правильно дышать (этому действительно надо учиться, неправильно будете делать дыхательную гимнастику – еще пару проблем заработаете). Еще пару слов насчет дыхания – если вы наблюдали внимательно за плачущим ребенком, то вы наверняка заметили, что в период успокоения и прекращения плача ребенок очень судорожно глубоко дышит со всхлипыванием. Вот в этот момент и происходит снятие стресса и глубокое успокоение. Здесь медицинских объяснений очень много, но углубляться в дебри не будем!
Итак, спорт и стресс несовместимы, спорт и мы непобедимы!

Часть 1
Часть 2

Автор - **Баха Салихов**
Источник