

Стариком меня впервые назвали в семь лет. Я тогда страшно захотел научиться плавать и узнал, что для этого можно записаться в бассейн. Помню, стояли мы у бортика, дрожали от холода с непривычки, и нас, по одному, отбирали. Надо было попытаться сделать скольжение. Не знаю, что у меня не получилось, но только тренер, молодая женщина вынесла вердикт моим родителям: данных нет, да он уже и старый для плавания. Дома я долго не мог успокоиться. Это был жестокий удар: впервые в жизни оказаться бесперспективным, да к тому же и переростком.



Потом были другие секции, везде я уже опаздывал с возрастом. Так и пошел по жизни. В институт также поступил позже своих сверстников.

С годами все чаще стал задумываться о своем возрасте. Однажды нашел очень интересное описание, как человек ощущает свой возраст. Это была книга Даниила

Гранина «Листопад». Вот что мне там открылось: **«Внутри себя он не видел ни морщин, ни седых волос, ничего из своего возраста. То есть, он знал про это, знал, когда смотрелся в зеркало, но внутри у него ничего этого не было, так что он никак не был связан с тем зеркальным человеком, да к тому же тот и исчезал, стоило отойти от зеркала».**

Постепенно начинаю представлять, что меня ждет в старости. По словам Генриха Манна: «Старость – это самая безнадежная из всех болезней». Остается лишь вопрос, как отодвинуть эту болезнь. Пока удается за счет занятий настольным теннисом в фитнесклубе. Там же обязательно прохожусь по десяти снарядам, укрепляя мышцы тела. Ну, а потом в бассейн и в различные сауны. Ну, и не забываю об ежедневной утренней зарядке. Ее делаю с того дня, как пошел на срочную службу во флот. То, есть свыше сорока лет ежедневно, иногда и с отвращением, но делаю эту зарядку.

В довершении хочу привести Ларисин рассказ о двух старых преподавателях-инвалидах, которых она обогнала по дороге в институт.

- Ты куда бежишь, запыхался аж весь, - спросил тот, что шел, еле передвигая ноги и, опираясь на палку в правой руке.

- Да, вот тороплюсь на занятия, - ответил другой, подтаскивая ноги вслед костылям, на которые он ложился всем телом.

*Юрий Лебедев (В76)
январь 2017 года*