

**БОРИС МЛАДЕНОВ-YOUNG**  
**СТО ГРАМА**  
**ДНЕС И УТРЕ**  
**ПАК СТО ГРАМА...**

[chitanka.info](http://chitanka.info)

*Сто грама — днес и утре — пак сто грама.  
Наддаваш всеки следващ ден с по сто.  
След десет дни достигаш килограма,  
към двадесет е второто кило.*

*След месец — трето, ако продължаваш.  
И ако някой ден не кажеш „Не!“  
и „Стоп!“, тъй неусетно напълняваш,  
че в близко време стигаши до стоте.*

*Теглото се нуждае от проверки.  
Накрая ставаш болестно дебел  
и за отслабване загубваш шанс.*

*Налага се да вземеш крути мерки  
далеч преди критичния предел  
и минеш в отрицателен баланс.  
Сидни, Австралия — 2015 г.*

# ЗАСЛУГИ

Имате удоволствието да четете тази книга благодарение на *Моята библиотека* и нейните всеотдайни помощници.

**МОЯТА БИБЛИОТЕКА**



<http://chitanka.info>

Вие също можете да помогнете за обогатяването на *Моята библиотека*. Посетете **работното ателие**, за да научите повече.