

И если вам размяться лень.
И боль скрутила вас -
Его читайте каждый день.
Не менее трех раз!

Вот для ленивых и больных.
Желая им помочь.
Я написала этот стих.
Чтоб боль прогнать их прочь.

А мышцы шеи и спины
Дряхлеют и болт.
Они ведь так напряжены
Который год подряд!

Нет чтобы встать из-за стола,
размяться, так ведь лень!
Вот как нас сильно в плен взяла
Компьютерная хрень!

Мы за компьютером сидим.
Уткнувшись в монитор.
Мы плеченья буквалью им.
Пиша тут всякий вздор.