Стоял тихий сентябрьский вечер – настоящее «бабье лето». Иван Степанович, сидя на крылечке, жевал соломинку и смотрел на проходивший по дороге деревенский народ. Рядом копошился в песке четырёхлетний внучок Ванюша, названный так в честь деда. Ванюшку из города привезли на лето родители, чтобы отдохнул, сил набрался, воздухом свежим подышал да парного молочка попил в гостях у бабушки с дедушкой. Ну а дед с бабушкой и рады, ведь нечасто к ним внучок приезжает – далеко живут, на Севере.

Вдруг тишину сентябрьского вечера прорезал диковатый шум. Это по улице в клуб шла компания местной молодёжи, по деревне их называли «шебутными». Шли они, ни на кого не обращая внимания: у кого в руках разноцветная банка с каким-то «пойлом», у кого сигаретка во рту дымилась, да и словцо крепкое не сдерживали, не стесняясь детишек, катавшихся на велосипедах. Особенно выделялся среди компании один - Петька с соседней улицы - потому как штаны на нём были яркие, цветные.

Ванюшка посмотрел на Петьку, помолчал, да и говорит деду: «Деда, а что это у вас тут волк из мультика делает?» Иван Степанович не понял сначала, но глянул на Петьку и засмеялся даже. А внучок верно подметил: с сигареткой в зубах и в ярких штанах Петька действительно был похож на Волка из известного всем «Ну, погоди!»

«Да разве будет толк из этого Петьки? – задал себе вопрос Степаныч. – Работяга из него никакой: силёнки-то нету, потому как курить и пить начал чуть ли не с детства. Вот и будет до седых висков по деревне слоняться да клянчить деньги у прохожих».

И стал Степаныч вспоминать, как лет пятьдесят тому назад, когда вернулся он с войны живым и невредимым, некогда было ходить по деревне да сигаретки покуривать. Страну нужно было из руин поднимать, семью кормить (а женился он спустя три года после Победы). Да и не курил Иван Степанович никогда, всегда помнил слова своей бабушки Агафьи: «Запомни, сынок, **вино пить да табак курить – здоровье своё губить».**

**Именно бабушка научила его рано вставать, как только солнышко проснётся, и босиком по траве заставляла с утра пробежаться. Бывало, трава росяная, ноги щиплет, а чувство такое, будто ноги горят. А потом так хорошо становится! После – обязательный стакан парного молочка с краюхой свежеиспечённого хлеба, да и за работу: хлева почистить, курей да гусей накормить, воды принести. И в мыслях не было, что можно без дела просто так слоняться. После обеда с мальчишками бегом на речку, что в пяти километрах от деревни, купаться. Самая большая радость была, когда дед брал с собой в ночное. Костёр ночью, печёная картошка, фырканье коней, истории, рассказанные мужиками, – всё это Ивану Степановичу снится до сих пор.**

**А слова бабушки про вино и табак запомнил с детства крепко-накрепко, как первый урок в школе. Наверное, поэтому мужики иногда называли его некомпанейским: с получки не с ними сидел, а домой спешил с гостинцами к жене и детям. И дома всё хорошо и ладно, сына и дочку с женой вырастили, образование хорошее им дали. Детей своих Иван Степанович воспитывал по бабушкиным заветам, смеялся всё, что бабушка Агафья волшебную формулу вывела – формулу здоровья и счастливой жизни.**

**Посмотрел, призадумавшись, Степаныч на своего Ванюшку маленького, да и стал рассказывать ему про свою бабушку, про её секрет здоровья и долголетия. А Ванюшка рассказал деду про бассейн, куда он ходит плавать, и про заветную детскую мечту стать чемпионом в плавании. Хорошо запомнил Ванюшка слова своего тренера, что если он хочет стать олимпийским чемпионом, то нужно постоянно заниматься спортом и вести здоровый образ жизни. Мальчишка ещё не очень хорошо уяснил, что значит вести здоровый образ жизни, но чётко сказал деду, что из Петьки в ярких штанах спортсмена не получится, потому что он курит и не закаляется. Улыбнулся Степаныч про себя, погладил Ванюшку по голове и понял, что ещё в одном поколении их семьи действует бабушкина волшебная формула здоровья, а значит и залог счастливой жизни обеспечен.**