

Ліки зцілюють тіло, а книга - душу



Біблія

Спецвипуск
№ 2(6)
2019
(листопад)

ТЕРАПЕВТ

Видається з 1 жовтня 2014 року

Бюлетень Наукової бібліотеки

Харківського національного медичного університету

СПІЛЬНО ЗІ СТУДЕНТСЬКИМ САМОВРЯДУВАННЯМ



Как символ медицины



Зміст

Осінь музична

Музичні мотиви осені

Є. Скиданенко.....С. 3

Медичні будні

Байки студента зі швидкої

Г. Мороз

Я. Мовчан.....С. 4-6

Афіша

Куди б піти: цікаві локації у Харкові

І. Маланчук.....С. 5

Осінній кінопоказ

Фільми для дозвілля

В. Шимко.....С. 6-8

Поговоримо про осінь...

Рецепти здоров'я по-осінньому

Н. Квітанова.....С. 9

Натхнення

Как символ медицины

А. Плотнікова.....С. 10

Любимое дело сквозь года

Д. Гуріна.....С. 11

«Научиться любить себя»

«Рано утром поднимусь...»

А. Лук'янова.....С. 12

«Осенний город, полон новых встреч»

«Ты»

А. Карамішева.....С. 13

«Божевільні від себе й важливої власності»

«Манить в далекі хащі»

Г. Світлична.....С.14

«Я не хочу, чтоб время молча уходило»

«Я отпускаю все, что было»

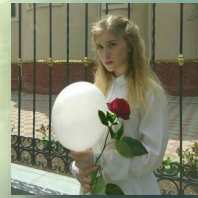
«Как хорошо, что все проходит»

І. Гармаш.....С.15

«Забери мене звідси»

Д. Тимошенко.....С. 16

Єлизавета Скиданенко
1 мед., 1 курс



Музичні мотиви осені

Осінь — це відмінна можливість насолодитися прекрасними моментами пори під атмосферний музичний супровід.

У моменти осінньої хандри кожному хочеться заспокоїти свою душу неймовірними музичними творами класиків, проникнути в образ ніжно-меланхолійної природи, віддатися тихим і радісним почуттям.



Антоніо Вівальді
1678-1741

Наприклад, не можна не згадати одного з найвідоміших італійських композиторів 18 ст., скрипаля-віртуоза - Антоніо Вівальді з його неймовірним твором, неперевершеним шедевром — "Пори року", який і на сьогоднішній день вважається класикою декількох поколінь.

Кожному концерту властива одна пора року, де автор створив безліч варіацій на одну тему. Подивимось на пору пекучих хуртовин та неосяжних морозів, яка чарує і заворожує в геніальному концерті прекрасного маестро. В першій частині ми можемо почути дзвінку віолончель, яка передає пориви пристрасного вітру і деякі яскраві акорди легкої мелодії.

*"А в небі Сироко з Борі зійшлися,
Йде не на жарт між ними спалах.
Хоч холоднеча і хуртовина поки
не здалися,
Дарує нам зима і свої насолоди"*

В останню частину вступає грізний органний звук, який слідує вічному і всім відомому стилю "бароко". І звичайно ж, не можу не згадати третій цикл "Осінь", який великий музикант описав по кожній нотці. Сонет описує кріпаків-жителів, які вистежували

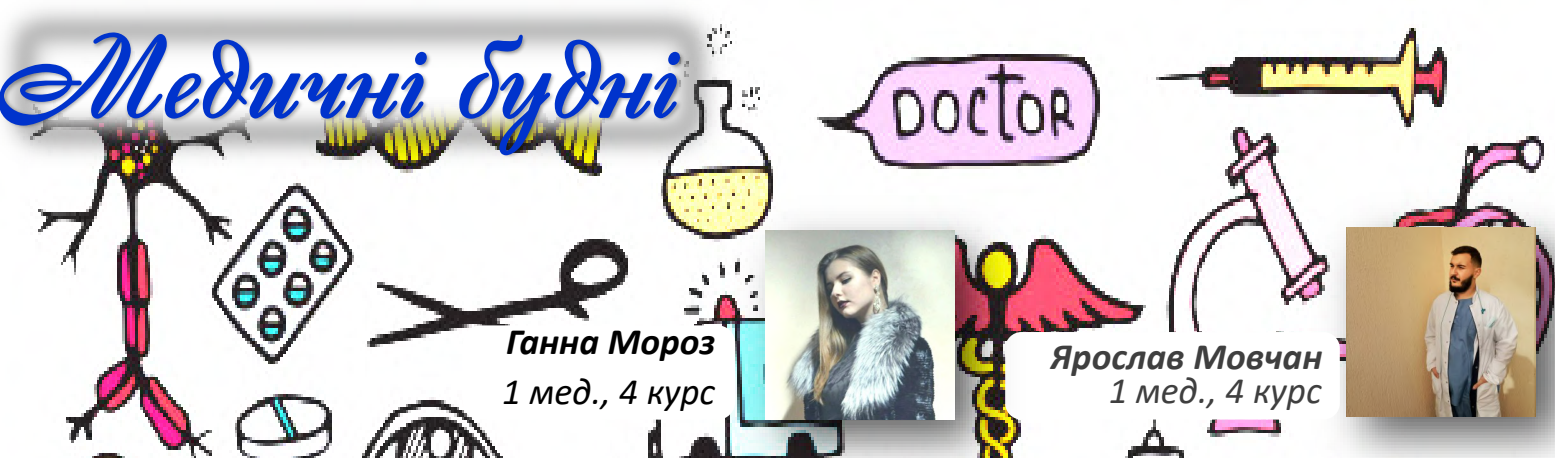
в бору звіра. На тлі цієї картини ми можемо побачити неймовірний світанок, який розкривається завдяки звуковим елементам контрабаса і скрипки.

*"А вранці на світанку скачуть до бору
Мисливці, а з ними єгері.
І, слід знайшовши,
спускають гончих зграю,
Азартно звіра женуть, в ріг сурмить"*

Почувши про осінь, в голові постає образ Сергія Прокоф'єва, який написав балет "Попелюшка" спеціально для коханої — Галини Уланової. Осіння варіація дивує чудовими моментами бурхливого листопада, і хоча вже не теплих, але сонячних днів, а також яскравими фарбами великої пори.

Я вважаю, що така пора, як осінь, не обійдеться без "музичних шедеврів." Слухайте і насолоджуйтесь чудовою миттю цієї прекрасної пори року.





Ганна Мороз
1 мед., 4 курс

Ярослав Мовчан
1 мед., 4 курс

Байки студента зі швидкої

— Ярославе, вже другий рік поспіль ти працюєш у бригаді швидкої медичної допомоги. Розкажи, будь ласка, ким та у чому полягає твоя задача?

— На даний момент, я — молодша медична сестра виїзної бригади екстреної медичної допомоги, але незабаром стану фельдшером з медицини невідкладних станів. А щодо обов'язків... Офіційно я маю носити сумку з медичною укладкою, допомагати у транспортуванні хворих, мити автомобіль та сортувати медичні відходи в кінці чергування. Фактично ж мої обов'язки — максимально допомагати членам бригади, залежно від того, чи це фельдшерська бригада, чи це лікарська. А тут вже все залежить від твого бажання та навичок, бо люди зацікавлені в обізнаних та досвідчених співробітниках. І це справедливо: кожній людині стане лячно, якщо вона розуміє, що фактично 12 годин вона може сподіватися лише на власні сили. З огляду на те, що я прийшов саме за досвідом, то на даний момент я опанував більшість необхідних маніпуляцій і навіть деякі з тих, що не входять до переліку необхідних на догоспітальному етапі, але можуть значно покращити стан пацієнта, наприклад центральний венозний доступ. Чим більше ти вмієш та тобі довіряють, тим більший на тебе попит. Інколи

люди навіть беруть та ставлять чергування разом.

— Чому саме швидка допомога?

— Основною причиною був досвід. Таких кейсів у стаціонарі ти не побачиш ніколи! Працюючи у відділенні лікарні, ти ризикуєш робити одне й те саме роками. В мене ж кожного чергування різноманітні виклики з усіх профілів, що згодом допоможе тобі в якості лікаря знайти супутні патології та відправити пацієнта до колег з інших спеціальностей. І головна причина полягає в тому, що на догоспітальному етапі у середнього медичного персоналу є більше ініціативи. Працюючи у якості старшого фельдшерської бригади екстреної медичної допомоги, ти вже маєш досвід медика, що може проводити діагностику, ставити діагноз та надавати лікування пацієнтам.



— Чи є хтось у бригаді, або де-хто із колег, хто тебе надихає?

— Мене надихають більшість колег, які доводять своїм прикладом, що завжди треба вчитись і нічого не цуратись. У складі лікарів бригад інтенсивної терапії немає таких, хто не надав би мені за чергування нових знань та навичок. Наприклад, Олександр Іванович Лиска є лікарем-кардіологом, академіком, співавтором міжнародних протоколів з кардіології. Він завжди може за допомогою аркушів паперу та олівця дати тобі за 15 хвилин міні-лекцію, яку запам'ятаєш на все життя. Олександр Іванович першим провів тромболізис на догоспітальному етапі. Або Андрій Борисович Булгаков, завдяки якому я навчився добре читати кардіограму та проводити більшість маніпуляцій. Я до кінця життя буду вдячний йому за стрес-тест у вигляді ночі з виключно БІТовськими викликами (БІТ — бригади інтенсивної терапії — від редакції). Андрія Борисовича викликають тільки на екстрені виклики. Або Леонід Петрович Дремлюга, досі перший за кількістю успішних реанімацій і першим лікарем, з яким у разі травми контактують футболісти клубів та збірних, що грають на стадіоні "Металіст". Я дуже щасливий, що обрав саме четверте відділення, бо в нас найпотужніший персонал.



— Чи була якась кумедна ситуація або приголомшлива, яка б тобі запам'яталася на все життя?

— Це будь-яке чергування з Денисом Зайцем! (сміється) Обоюмо з ним працювати, бо тоді ти віддаєшся праці на всі 200 відсотків, а у перерві між викликами є що обговорити. Кожного чергування з ним я працюю в очікуванні справжньої роботи. Типовий випадок роботи з Денисом Анатолійовичем: ми забрали іноземку з гострим апендицитом у хірургію. Коли вже виїжджали до лікарні, по нашому борту почали стучати з криками: "Сюди! Тут жінку переїхав трамвай!" Я був вдячний долі, що був саме з Зайцем, бо міркує він як лікар. За що люблю свою працю, так за унікальних людей і їх досвід. Денисе, якщо ти читаєш це, відновлюйся в університеті. Наша медицина тримається на таких, як ти.

— Це складно поєднувати навчання та працю? Які б дав поради тим, хто хоче поповнити ряди санітарів та медсестер?

— А кому зараз легко? Насправді, робота забирає час та сон в обмін на безцінний досвід, який ніде більше не отримати. Тим паче, що я знав, куди йду і на що очікувати, особливо на третьому курсі. Я передаю пораду мого колеги Слави Білоконя, який за сумісництвом працює анестезіологом: щодня ти маєш прочитати щось з медицини.

Протокол, інструкцію до препарату, нове дослідження, клінічні кейси, що завгодно — ти маєш щодня нарощувати інтелектуальну масу. А від себе хочу порадити з першого дня на будь-якій посаді мислити клінічно: кар'єрний ріст тут є.

— Чи є в тебе улюблені випадки?

— Якщо говорити про категорії викликів, то мені чим важчий випадок, тим краще. Мене правильно зрозуміють тільки ті люди, хто вже працює в медицині і хто не перегорів професійно. Я дуже люблю виклики з кардіологічними патологіями, політравми та випадки з термінальними станами. Дуже люблю працювати у святкові дні. Новорічне чергування щоразу згадую з теплою ностальгією та чекаю на 31 грудня, аби повторити цей експірієнс.

— Що відкрила для тебе ця праця та в чому допомогла?

— По-перше: люди дуже живучі. Я оцінив не тільки рівень витривалості пацієнтів, а й себе та колег. Бо робота роботою, а життя ніхто не відмінив. Робота допомогла зрозуміти, який низький рівень медичних знань



та відповідальності за своє здоров'я у людей. Пропрацювавши навіть два тижні, ти починаєш розуміти і про стан медицини в країні, і про менталітет українських пацієнтів, і про те, чого на нас іноді довго чекають.

— Чи хотів би ти стати лікарем швидкої допомоги, або в тебе інші плани?

— Я розглядаю медицину надзвичайних станів та медицину катастроф як одну з можливих спеціальностей. Мене тягне до ургентних спеціальностей, а тут ще й найменше клопоту з паперами.



Якщо медична реформа дасть змогу лікарям цієї спеціальності отримувати гідну зарплатню за їх титанічну працю, то шанси залишитись тут зростають просто в рази.

— Як тобі вдається завжди мати гарний настрій та протидіяти стресам?

— Все дуже просто: очікуй найгірше, і все буде не так прикро. Найприємніше, що є в роботі — діти. Хоч на кожен дитячий виклик їдеш з пересторогою і хочеш, аби малих пацієнтів було якомога менше... Все одно від спілкування є теплий слід на душі до кінця зміни. І хатні улюбленці, куди без них. На наші сумки люблять всадовитись коти. І досить приємно, поки старший дописує виїзну картку, почухати за вушком мурчика. А стрес... Я не відчуваю його під час виклику: часу немає нервувати. Страх відключається, і розумієш, що ти зробив та наскільки важкий був випадок, тільки коли передаєш пацієнта до лікарні. Тоді все в голові повторюється, і ти сам іноді дивуєшся тому, як чітко все було відпрацьовано. Стрес тут



іншого характеру, і настає він точно не під час виклику. Поговорив з колегами, поділились між собою за кавою, посміялись — і стресу немає. Іноді збираємось разом на природу або в гості один до одного, без цього ніяк. Горизонтальні зв'язки просто життєво необхідні, бо часто зрозуміти нас можуть тільки колеги: не батькам же розповідати, зайвий раз їх турбувати та сіяти сумнів у роботі

дитини. Тому на деяких підстанціях є майже сімейна атмосфера.

— Що ж, дякую, що приділив нам увагу та поділився своїм досвідом! Натхнення тобі та успіхів, як у навчанні, так і у твоїй роботі!

— Дякую, бажаю того ж самого й вашим читачам!

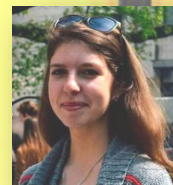
Інтерв'ю брала Ганна Мороз





Ірина Маланчук

2 мед., 5 курс



Куди б піти: цікаві локації у Харкові

На дворі вже стукнули перші морози та гуляти вулицями хочеться все менше. Але це аж ніяк не привід для того, щоб закриватись в помешканні й ховатись від світу під ковдрою. Харків – місто, де події вирують цілий рік! І я підготувала вам кілька цікавих заходів, куди варто відвідати за будь-якої погоди.



Євген Світличний, художник

В перших числах грудня ви ще встигаєте забігти в ЄрміловЦентр на виставку Євгена Світличного «Бабаї: малярні міфологеми». Весь виставковий зал — це не сукупність окремо взятих робіт, а суцільний малярний артефакт. Різноманітність форм, які так вдало доповнюють і продовжують одна одну. Запевняю, воно варте вашого часу!

Для поціновувачів чогось загадкового – виставка «Космос Ваш!». Точно не залишить байдужим нікого. **Де?** Торгово-розважальний центр «Магеллан». **Коли?** З 22 листопада по 19 січня 2020 року, щодня з 10:00-21:00.

Понад сорок космічних зон: космічні тренажери, точно такі, як в справжніх космонавтів; симулятори космічних кораблів; зони віртуальної і змішаної реальності і ще дуже багато всього, що варто побачити на власні очі.



Ну а для любителів сучасних технологій – «Парад роботів». **Де?** Арт-завод «МЕХАНІКА», Иная Земля. **Коли?** 4.11 – 15.12 щодня з 10:00-20:00. Що на вас чекає? Більше ніж 50 роботів з різних ку-

точків світу, 4 зони віртуальної реальності, цікаві майстер-класи, фотозони, атракціони. Кожен зможе знайти щось для себе.

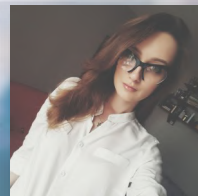
Для любителів чогось активнішого – хапайте ковзани. Вже зовсім скоро розпочне свою роботу ковзанка на площі. А поки – льодові площадки торгових центрів завжди вам раді!

Ну і зрештою для тих, кому потрібно просто трохи затишку – завжди можна засісти з друзями у кав'ярні за філіжанкою гарячого какао чи якомусь антикафе за настільними іграми. Кінотеатри/театри теж готують для вас насичені афіші. Тому ні в якому разі не смійте сумувати через негоду і морози! Тим паче не відмовляйтесь від можливостей відпочити від рутинних буднів.



Осінній кінопоказ

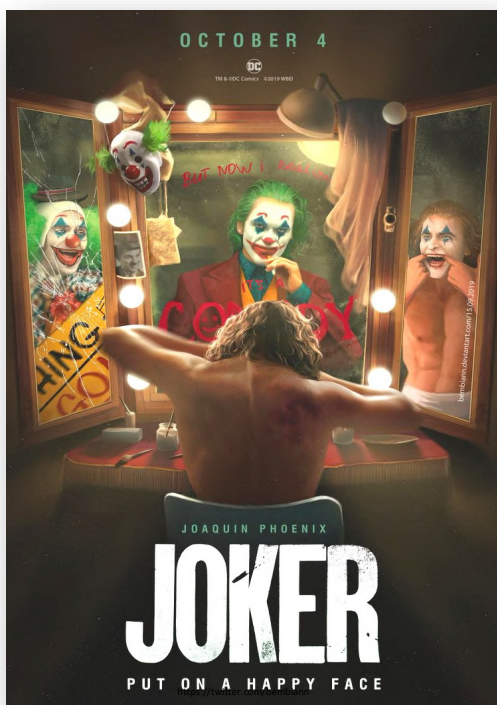
Валерія Шимко
2 мед., 4 курс



Фільми для дозвілля

На вулицях вже осінь диктує свої правила, почалася прохолода та дощі. Мабуть, саме час для того, аби залишитися вдома, запитися смаколиками та почати перегляд нових фільмів або тих старих, що давно вже хотілося переглянути.

Однією з останніх нашумілих новинок у кіно є фільм «Джокер». Це американський психологічний трилер про життя психічно хворого чоловіка, з якого глузують усе життя. Відчуваючи самотність, головний герой знаходиться у пошуках моральної підтримки. Проте він має дві маски. Перша - для повсякденної роботи клоуном. Від іншої ж просто не може позбутися.



«Джокер»



«Вісім подруг Оушена»

«Вісім подруг Оушена» - авантюрна екшн-комедія про команду безстрашних і спритних шахрайок, які збираються вкрати дороге намисто на Met Gala і покарати всіх, хто на це заслуговує. З в'язниці виходить Деббі Оушен - блискуча шахрайка. Одразу ж вона майстерно обкрадає магазин косметики, обманним шляхом заселяється в готель і мчить до своєї спільниці Лу Міллер, щоб запропонувати їй повернути наймасштабнішу аферу. Деббі задумала вкрати діамантове кільце Туссен прямо з престижного балу Met Gala, на якому неможливо сховатися від яскравих спалахів камер. Деббі і Лу збирають команду найобдарованіших і чарівних шахрайок: ювелірна майстриня, карманниця, хакерша і модельєрша.

Ще одна відома стрічка - «Шахрайки». Історія про двох

жінок, що заробляють собі на життя тим, що обводять навколо пальця багатих чоловіків. Але ж тільки вони зовсім різні - одна багата й вишукана леді, а інша простачка, що дуже хоче навчитися усім секретам шахрайства. Та чи вийде у них тепер не заважати одна одній?



«Еті»

А для тих, хто хоче подивитися мультфільм - «Еті», про те, як абсолютно змінилося життя дівчинки, коли вона зустріла на даху свого будинку сніжну людину! Вона разом з друзями вирішила допомогти Еті дістатися дому. Вони тримають шлях на Еверест, звідки він родом. Проте доля сніжної істоти цікавить не тільки трьох друзів. Зоолог доктор Зара та підступний Берніш теж мають хитрі наміри на сніжну людину і не хочуть відмовлятися від експериментів.

Бажаю всім гарного перегляду!

Наталія Квітанова,
1 мед., 3 курс



Рецепти здоров'я по-осінньому

Осінь — це не тільки золотаво-багряні крони дерев, шелест листя та бабине літо. Осінь — це ще дощі й холод. В осінню пору ми вразливі до застуд через ослаблений імунітет. Щоб уникнути неприємних симптомів, почніть зміцнювати своє здоров'я. Мед, лимон, часник, цибуля — найвідоміші «борці» з вірусами й справжнє джерело вітамінів. Але уразливий запах часнику, сльози від цибулі, оскома від лимону не найприємніші відчуття. Смак і користь багатьох продуктів можливо поєднати завдяки спеціальним рецептам, якими я хочу поділитися з Вами.

Вітамінна паста Амосова відома медиками джерелом вітамінів, антиоксидантів і мікроелементів, яких потребує серце і організм в цілому. Микола Амосов, кардіохірург, академік, був відомий не тільки майстерно виконаними операціями і новими методами хірургічних операцій на серці. Він створив рецепт унікальної пасти, яка живить серцевий м'яз, зміцнюючи його і судини, підвищує імунітет.

Нам знадобиться: 500 г родзинок, 500 г кураги, 500 г інжиру, 500 г чорносливу без кісточок, 500 г меду, 2 склянки волоських горіхів, 1 лимон зі шкіркою.

Спосіб приготування: Подрібнити всі інгредієнти в кухонному комбайні або через м'ясорубку і додати 500 г меду. Змішати до однорідної маси.

Апельсиновий салат з морквою

Нам знадобиться: 2 моркви, 2 яблука, 1 апельсин, 1 ст. ложка рідкого меду, 1 ч. ложка рафінованої олії, кілька крапель лимонного соку



<https://kanaeva.info/energeticheskiy-fitness-salat-na-zavtrak/>

Спосіб приготування: Очищуємо моркву та яблука. Натраємо на крупній тертці, скроплюємо лимонним соком і ретельно перемішуємо. Робимо заправку! Спочатку миємо апельсин і знімаємо половину його цедри. З самого апельсина вичавлюємо сік. З'єднуємо сік, цедру, мед і масло. Все ретельно збиваємо виделкою до однорідності і заправляємо салат. Готовому салату рекомендується постояти хвилин 10, щоб інгредієнти просочилися один одним.

Варення з гарбуза без варіння.

Нам знадобиться: Невеликий гарбуз, 50-100 г імбиру, 2 лимона, 150 г меду.

Спосіб приготування: Подрібніть всі попередньо очищені інгредієнти за допомогою блендера або м'ясорубки. Додайте рідкий мед, все змішайте до однорідної консистенції.

Вітамінний напій з шипшини.

Нам знадобиться: 8 ст. ложок сухих плодів шипшини, вода.

Спосіб приготування: залити плоди шипшини 4 склянками окропу, додати 4 ст. ложки цукру і кип'ятити 10 хвилин. Настоявати протягом 4 годин, потім процідити.

Відвар з трав'яного збору.

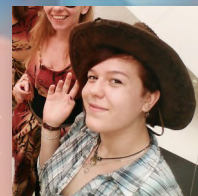
Нам знадобиться: Меліса, корінь валеріани, шишки хмелю, квіти липи, трава материнки, пустирник і насіння коріандру.



Спосіб приготування: Складові беруться приблизно в рівних частинах. Збір заварюється з розрахунку 1 ст. ложка збору на 0,5 л крутого окропу. Збір поставити настоюватися на ніч, до ранку він готовий.

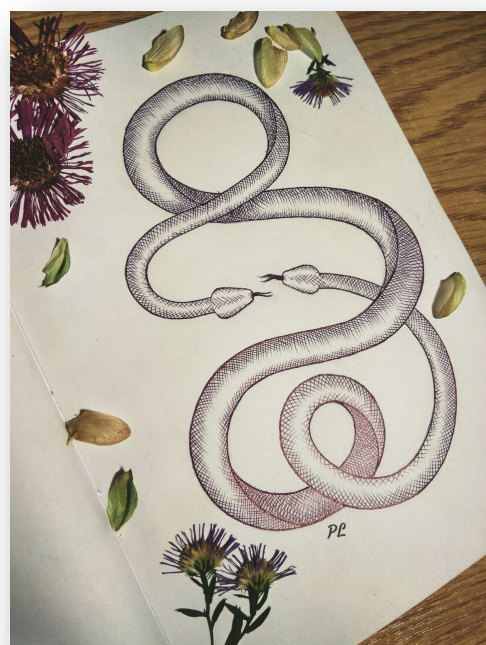
Окрім харчування є ще безліч факторів, які не варто залишати без уваги. Більше фізичної активності, більше прогулянок на свіжому повітрі, більше сну та більше посмішок. Бажаємо здоров'я.

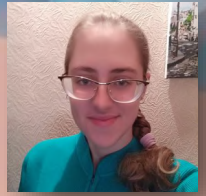




Как символ медицины

Увлекаясь рисованием, пришла идея сделать креативные рисунки художественного флешмоба Inktober: каждый день даётся определённое слово, которое является темой для изображения. В этом году я решила поучаствовать в этом флешмобе, и в голову пришла идея объединить все рисунки дополнительной темой змей. Может, именно из-за медицины, так как змеи довольно часто встречаются в медицинской символике! И вот, что из этого получилось!





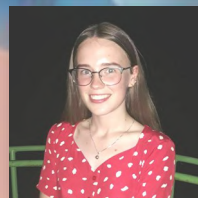
Любимое дело сквозь года

Начала делать игрушки ещё в школе. Так понравилось это занятие, что решила не останавливаться. Люблю работать с мягкими и нежными материалами, из которых получаются интересные персонажи. И вот результат!

Знакомьтесь!

Собачка Жужа, зайцы Георг и Марта.

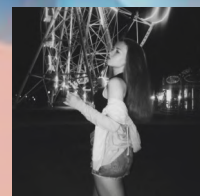




Научиться любить себя,
научиться ценить свою кровь,
и когда не болит голова,
отдать должное нужно, друзья —
нашему мозгу судья голова!
Погрузиться в себя до костей,
или глубже.. до мозга остей,
приловчиться держать себя ровно,
ценя спину, и зная о том,
что лет в 100 она скажет: спасибо!
И не нужно уже звать на помощь,
чтоб пройтись от угла до угла,
ведь тело здорово и цело,
а всему - судья голова!
Что таит в себе целостный орган
и тайну сию не отдаст никогда!
Ведь он создан не просто, а строго,
по правилам Бога Творца,
что б загадку этой,
довести тебя до ума:
жизнь не вечна!
И пора уж понять: тело одно —
и дух, и душа,
и пока ты здоров,
кровь несет к голове кислород,

думай о том, что жизнь коротка
и вмиг пропадет все туда,
откуда вернуть не удастся ничто,
даже то, что копил ты годами,
и уверен был: это не зря...!
Вот окажемся мы перед Богом,
что сказать? — не знаю пока,
но хочу, что б жила я не зря,
пока носит меня моё тело
и держится еще голова,
что таит в себе целостный орган,
под название Cerebrum, друзья!

Рано утром поднимусь,
Я в халат свой наряжусь,
Стетоскоп на шею: ОП!
Бутерброд за щёку: ХЛОП!
И в машину быстро: ПРЫГ!
До больницы: ВЖИХ, ВЖИХ!
Я в больницу залетаю,
Сквозь людишек проползаю!
В кабинет свой, словно пуля,
Без оглядки забегаю,
В кресло прыгаю с разгона
И людей по одному
готов слушать как могу ! :D



Осенний город, полон новых встреч.
Стараюсь думать о других — ты снишься.
Любовь живет три года, говорят.
Теперь я знаю, автор не ошибся.

Твои касания обжигали тело.
На шее шрамы от твоих горячих губ.
Все те моменты улетали постепенно,
Как журавли перед зимой на Юг.

Я делал всё, чтоб снова не влюбиться.
Я забывал любимые глаза.
Опять же снишься мне, ты снова снишься,
Но к счастью, время не вернуть назад.

Нельзя прожить и дня без мысли о тебе,
Не нанося себе убытка.
И все те клятвы — вовсе не любовь,
Моя заслуженная пытка.

«Ты»

Нет смысла говорить,
Ведь ты и так всё знаешь.
Под твоим взглядом таю я.
Так медленно и нежно убиваешь.

Ты самый лучший шоколад.
Твой запах слаще всех парфюмов.
Ты для меня и Рай, и Ад.
Ты как пожар, как шторм,
Забрал весь мой рассудок.

Мне будет слишком трудно ждать,
Но без тебя еще труднее жить.
Я снова не смогу тебя понять,
Но как всегда смогу простить.

Ты лучший, лучше не найти.
Я буду по тебе скучать.
Мы так летали, наш с тобой дуэт
Все будут еще долго вспоминать.





Божевільні від себе й важливості власної,
Закохані в себе, собою вдоволені
Ми стали взірцями людини сучасної.
За зверхністю сховані душі оголені

У холодному погляді за снігами та зливами
Мов вогонь не згасає любов, та між іншим
Через ревності й гордощі,
щоб не стати вразливими
Ми тримаєм цей вогник подалі від інших.

Та чи мало караємо ми себе й одне одного?
І чи довго триватиме битва байдужості?
Та чому не зробити вперед кроку жодного?
Адже нам не любові бракує, а мужності.

Ким же ми станемо? Чемпіонами впертими?
Та хіба нам потрібні медалі й ордени?
Адже бути щасливими значить
бути відвертими.

То нащо ж нам бути взаємно гордими?

Манить в далекі хащі
Голос живого лісу.
Закриє за мною завісу,
А далі — усе найкраще.

Спокуса, мов смертний отрій,
Б'є джерелом у чаші,
Терези поламала і важіль,
І мене не жаліє вкотре.

Ліс шепоче, туманить свідомість,
Надягає людське обличчя,
Та без долі людської. Натомість
Все одно залишається вічним.

Що боліло й чому раділа
Кличе з темряви й пестить душу.
Я знімаю із себе тіло.
Безсумнівно до лісу рушу.



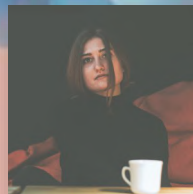


Я не хочу, щоб время молча уходило
И сыпалось сквозь пальцы как песок...
Я не хочу забыть все то, что со мной было,
Закрыв воспоминання на замок.
Я не хочу идти без смысла, жить впустую,
Заплутать в изобилии дорог.
Я так хочу иметь способность непростую -
Из всех ошибок вынести урок.

Всем нам нужно уметь отпускать.
Без страданий, без боли, надрыва,
Снова силы в себе отыскать
Не лететь вниз с крутого обрыва.
Не бояться другого пути,
Не уйти в пустоту с головою.
Как же важно надежду найти,
Чтоб остаться самими собою.

Как хорошо, что все проходит
И наступает нового черед,
Что солнце заново восходит
И кружит ярких дней водоворот.
Что можно жить без сожалений —
Передо мною чистый белый лист,
Так много троп и восхождений!
Хоть путь бывает сложен и тернист,
Возьму с собой в дорогу смелость,
Буду идти и новое встречать.
Отброшу всю оцепенелость,
По старому не стану я скучать.

Я отпускаю все, что было,
Ценю теперь все то, что есть,
Ведь прошлое - прошло, уплыло,
А нового не перечесть!
Иду вперед к тому, что будет,
Улыбкой встретив новый день.
Знай, счастлив тот, кто жизни любит
Любую краску, тон и тень,
Идет всегда по жизни смело,
Умеет верить и мечтать,
Кто цели посвящен всецело,
Чье сердце создано летать.



Забери мене звідси.
Крізь липень і листопад

Не лишай мене тут у долонях небожої милості
Світло в мене в очах відключили за несплату
А крім світла, виходить, нічого і не лишилось.

Забери мене звідси.
Тягни за одне крило

Друге хтось вже продав, коли туго було з грошима
І когось моє власне крило геть від мене кудись несло
А крім пір'я, виходить, нічого і не лишилось.

Забери мене звідси.
Навчи не боятись снів

Відрізняти батіг від цих пряників, мило й шило
В мене стільки зворотів і приказок, наче снігу
А крім снігу, виходить, нічого і не лишилось.

Забери мене звідси
Із цих ні про що розмов

Опівнічних неснів і щоранку печальних очей і вилиць
Якось вийшло — я стала суцільна й терпка любов
А від мене, виходить, нічого і не лишилось.

Контакти:

м. Харків,
пр. Науки, 4
тел. (057)7077209
моб. (097)9937709
e-mail: biblio-t@ukr.net

Редакційна колегія:

Киричок І.В. (гол. ред.)
Русанова О.А. (відп. ред.)
Кустова К.М.
Гаєва Н.Д.
Вороніна Р.В.

Номер підготовлений за сприянням

Корнілова Ілона Русланівна —
представника студентського
самоврядування,
4 курс, 1 мед. факультет, 8 група