



LILIA YERMAK

IF YOU CAN

POETRY FOR THE SOUL



Copyright © 2025 Lilia Yermak
All rights reserved.
ISBN: 9798287077112



"If You Can" is a heartfelt bilingual poetry collection by Ukrainian author Lilia Yermak. With deep emotional honesty and lyrical simplicity, these poems explore themes of love, loss, hope, memory, motherhood, home, and the quiet strength of the human spirit.

From the ache of grief to the joy of small moments, from sleepless nights to the search for peace – this book invites you to pause, to feel, and to remember what truly matters.

Whether you're healing, hoping, or just holding on, "If You Can" is a companion for your inner journey.

If you can forgive – forgive.

If you can speak – speak.

If you can love – love.

Perfect for readers of Rupi Kaur, Mary Oliver, and anyone who believes in the quiet power of words.



ЗМІСТ

Якщо можеш.....	6	Весняний сніг.....	56
Закохайся.....	8	Вже скоро.....	58
Згадай.....	10	Зимове сонцестояння.....	60
Позитивні думки.....	12	Вона іде.....	62
Життя.....	14	Плаче небо.....	64
Сон.....	16	Улюблені дні погоди.....	66
Мов зірка.....	18	Хочеться літа.....	68
Сумна зоря.....	20	Поволі я іду до літа.....	70
Блукання світом.....	22	Одкровення.....	72
Найкраща дорога.....	24	Навчись читати.....	74
Дороги додому.....	26	Не відкладай життя.....	76
Роки летять.....	28	Не мовчи.....	78
Віщий сон.....	30	Носом чую.....	80
Дитячі очі.....	32	Очима дітей.....	82
Своя людина.....	34	Щасливі очі.....	84
Кращий друг.....	36	Поки ще тут.....	86
Хто вміє любити.....	38	Таємна сила.....	88
Не добрий ранок.....	40	Улюблена пора.....	90
Нічні мандри.....	42	Зимою пахне.....	92
Паралелі.....	44	Білосніжна зима.....	94
На добраніч.....	46	Доброта.....	96
Схуднути до літа.....	48	Найкращі ліки.....	98
Лінь.....	50	Трохи часу.....	100
Спокій.....	52	Дивні гості.....	102
Земля прокинулась.....	54	Шлях до вершини.....	104



CONTENTS

If You Can.....	7	Spring Snow.....	57
Fall in Love.....	9	Very Soon.....	59
Remember.....	11	Winter Solstice.....	61
Positive Thoughts.....	13	She Is Coming	63
Life.....	15	The Sky Is Crying.....	65
Dream.....	17	Weather's Favorite Days...	67
Like a Star.....	19	Longing for Summer.....	69
The Sad Star.....	21	Toward Summer.....	71
Wandering the World.....	23	Revelation.....	73
The Best Road.....	25	Learn to Read.....	75
The Roads Home.....	27	Don't Postpone Life.....	77
The Years Fly By.....	29	Don't Stay Silent.....	79
Prophetic Dream.....	31	I Smell It in the Air.....	81
Children's Eyes.....	33	Through Children's Eyes...	83
Your Person.....	35	Joyful Eyes.....	85
Best Friend.....	37	While You're Still Here.....	87
Those Who Know How.....	39	The Hidden Strength.....	89
Not a Good Morning.....	41	Favorite Season.....	91
Night Wanderings.....	43	Smells Like Winter.....	93
Parallels.....	45	Snow-White Winter.....	95
Good Night.....	47	Kindness.....	97
Slim by Summer.....	49	The Best Medicine.....	99
Laziness.....	51	A Little Time.....	101
Peace.....	53	Strange Visitors	103
The Earth Has Awakened..	55	The Climb.....	105



ЯКЩО МОЖЕШ

Якщо можеш зігріти когось, то зігрій.
Якщо в змозі простити, прости.
Ти не знаєш, що втратиш, о котрій порі,
І чи знов відбудуєш мости.
Якщо хочеш додому, візьми повернись.
Якщо є, що сказати, скажи.
Ти не знаєш, коли прийде час твій. Молись,
Своїх рідних люби, бережи.
Якщо прагнеш дістатись вершини, іди.
Якщо можеш, осяй іншим шлях.
Якщо хочеш вести за собою, веді.
Якщо можеш, неси на руках.
Вірним будь, не зрікайся себе, завжди мрій!
Хай радіють життю дух і плоть.
Якщо можеш зігріти когось, то зігрій.
Хай тобі допоможе Господь.

17.01.25



IF YOU CAN

If you can bring someone warmth – then do.
If forgiveness is in you – forgive.
You don't know what time will take from you,
Or what bridges you'll need to rebuild.
If you long to go home – then return.
If there's something to say – let it out.
You don't know when your candle will burn
To its end. So love fully. Don't doubt.
If you dream of the peak – start to climb.
If your light can guide others – then shine.
If you're called to lead – lead through time.
If you can, carry hearts – make them mine.
Stay true. Never silence your soul's bright voice.
Let both spirit and body rejoice.
If you can bring someone warmth – then do.
And may God walk each moment with you.

January 17, 2025



ЗАКОХАЙСЯ

Закохайся. Не треба в людину.
Закохайся в мистецтво, в пісні.
У яскраво-червону жоржину,
В динамічні пригоди вві сні.
Закохайся у темряву ночі
І осяяну фарами путь.
Закохайся у потуги творчі,
В їх небесно-божественну суть.
Закохайся в дрібниці життєві,
Через них відчуваєш буття.
Закохайся в інсайти миттєві,
Закохайся в моменти життя.

02.11.24



FALL IN LOVE

Fall in love – but not with a person.
Fall in love with music, with art.
With a bold scarlet dahlia's version,
With wild dream-adventures that start.
Fall in love with the night and its shadow,
With the road lit by headlights ahead.
With the pull of creation's meadow,
With the soul of the words never said.
Fall in love with life's smallest traces –
They're the ones that awaken your core.
Fall in love with insight's brief graces.
Fall in love with the moments – and more.

November 2, 2024



ЗГАДАЙ

Коли здається далеким рай,
Коли сумуєш, то ти згадай:
Найголовніші оці слова:
Поки душа твоя ще жива,
Поки ти дихаєш і живеш,
Поки літає душа без меж,
Поки відкриті шляхи усі,
Поки радієш земній красі,
Поки шукаєш то те, то се,
Та зустрічаєш, що день несе,
Запам'ятай, збережи в собі
У будь-якій, що прийде, добі
Безмежне щастя, що в серці є,
І кожний день, що життя дає.

21.04.25



REMEMBER

When paradise feels far away,
When sadness clouds another day –
Remember this, and hold it true:
As long as breath still flows in you,
As long as your soul dares to fly,
As long as paths stretch open, high,
As long as beauty stirs your gaze,
As long as you still seek new ways,
As long as you meet what days will bring,
Both little loss and simple thing –
Then don't forget, let it remain:
In every joy, in every pain,
There's boundless happiness inside –
And every day of life – a guide.

April 21, 2025



ПОЗИТИВНІ ДУМКИ

Позитивні думки -
Як повітряні кулі,
Як прозорі струмки,
Як переспів зозулі.
Як схід сонця, ясні,
Як ковток благодаті.
Як сердечні пісні,
На які ми багаті.
Як щасливі роки,
Як обійми коханих.
Позитивні думки
Виліковують рани.

28.03.25



POSITIVE THOUGHTS

Positive thoughts –
Like balloons in the sky,
Like clear-running streams,
Like a cuckoo's soft cry.
Like sunrise aglow,
Like a blessing you sip,
Like songs of the heart
That never will slip.
Like years full of joy,
Like a loved one's embrace –
Positive thoughts
Can heal every place.

March 28, 2025



ЖИТТЯ

Чи можна дочекатись миті,
Вершини, де всього досяг,
Де всі медалі вже відлиті,
Де майоріє гордо стяг?
Чи успіх подадуть на блюді
Й фінальну сцену як в кіно?
Чи зможуть виправдати судді
Гріхи, що тягнуть нас на дно?
Життя - неначе буря в морі,
Нудьга, агонія, екстаз,
Біль і блаженство, радість в горі.
І, часом, це усе за раз.

07.04.25



LIFE

Can we ever reach the moment –
That peak where all is done?
Where every medal's cast in stone,
And the proud flag's already won?
Will success be served upon a plate,
With a final scene, like in a play?
Will judges justify the weight
Of sins that pull our souls away?
Life – a storm across the sea,
Monotony, rapture, despair and delight.
Pain and peace in symmetry,
And sometimes... all at once, in flight.

April 7, 2025



СОН

Мені сьогодні ти наснилася,
Така весела і жива,
Немов на мить якусь відкрилася
Небесна брама вікова.
Ти говорила, посміхалася,
А я боялася, що ти
Отак зі мною знов прощалася,
Перш ніж у всесвіті піти.
Сестричко мила, серце крається,
Час лікувати не спішить,
Але біжить і не спиняється.
Без тебе далі мушу жити.

16.04.25



DREAM

Last night, I saw you in a dream –
So joyful, bright, so full of grace.
As if, just briefly, I had seen
Heaven's gate unlock its place.
You spoke to me and softly smiled,
But deep inside I felt such fear –
As though, once more, you'd said goodbye
Before you vanished from the sphere.
Sweet sister... how it breaks my heart.
Time heals, they say – but still, it flies.
And I must learn to play my part –
To live, though you are not nearby.

April 16, 2025



МОВ ЗІРКА

Гей, сестричко мала,
Ти не довго жила,
Пролетіла мов зірка повз нас.
Залишила любов,
Дві доньки, рідну кров,
Та розбиті серця водночас.
Кожний наче помер...
Де літаєш тепер?
На яких паралелях живеш?
Пам'ятаєш цей світ?
Чи зустріла свій Рід?
Та чи нової зустрічі ждеш?

08.05.25



LIKE A STAR

Hey, little sister,
You lived but a while –
Flashed past us like a star in the sky.
You left us your love,
Two daughters, your blood –
And hearts that still don't know how to cry.
It felt like we all
Died a little that day...
Where do you drift now – and how far?
On which quiet lines
Of the heavens you shine?
Do you wait for a meeting –
wherever you are?

May 8, 2025



СУМНА ЗОРЯ

Задивилася зоря у темні води,
Зажурилася, заплакала вогнем.
Стало так зорі тієї шкода,
Бо своєї долі не збагне...
Що у серці зоряному? Дикий відчай?
Чи туга за рідним домом - де він є?
Спалахи як сльози про що свідчать?
Що зорі печалі додає?
Я дивлюсь у темне небо і гадаю:
Може, та зоря - чиясь сумна душа?
Як її розрадити, не знаю.
Що зорю заплакану втіша?

20.03.25



THE SAD STAR

A star gazed deep into the darkened tide,
Grew sorrowful – and burst
in flames of tears.
I felt such pity swell inside –
She doesn't know her fate, or why it nears.
What lies within a starry heart? Wild ache?
Or longing for a home that once had been?
Her flares – like tears –
for whose sweet sake?
What grief makes all her sorrow gleam?
I watch the sky, so shadowed, far and high,
And wonder: is that star a mourning soul?
I do not know what soothes her cry,
Nor what might make
the weeping star feel whole.

March 20, 2025



БЛУКАННЯ СВІТОМ

Душа залишилася вдома,
А тіло десь блукає світом.
Його заповонила втома
Й додому тягне мов магнітом.

Дороги незнайомі, різні
Сплітаються в орнамент дивний.
Терзають дух жалі запізні,
В туман ведучи депресивний...

16.03.25



WANDERING THE WORLD

The soul stayed home – but the body roams,
Wandering through this world alone.
Weariness holds it in a grip,
And home pulls back – a silent stone.

Unknown roads twist and intertwine,
Into a strange and shifting lace.
Regret arrives too late, in line,
And drags the spirit through a haze...

March 16, 2025



НАЙКРАЩА ДОРОГА

У світі, повному зневіри,
Хаосу, сумнівів, тривоги,
Радіє серденько без міри,
Коли додому є дорога.
Коли веде вона до хати,
Де серед рідного простору
Тебе чекають батько й мати
У будь-яку годину й пору.
Де кожне дерево знайоме,
Й вода з криниці найсмачніша.
Де тіло покидає втома
І на душі стає світліше.

08.03.24



THE BEST ROAD

In a world of doubt and fear,
Of chaos, sorrow, worn-out grace –
The heart rejoices loud and clear
When there's a road that leads to place.
A road that takes you to the door,
Where in the space you once called "mine"
Your mother, father wait once more –
At any hour, any time.
Where every tree is known by name,
Where wellspring water tastes so sweet,
Where weariness dissolves like flame,
And lightness rises on your feet.

March 8, 2024



ДОРОГИ ДОДОМУ

День за днем на чужині минає.
Раптом чую, кличуть журавлі:
"Повертайся, дім тебе чекає!
Відчуваєш, як життя спливає,
Поки ти блукаєш по Землі?
Є шляхи, які ведуть додому.
Є стежки до хати, до землі.
Не зважай на біль і дику втому,
Крок за кроком йди до свого дому,
Навіть якщо кроки ті малі."
Ой, не крайте серце, любі птахи,
Хоч дороги є, та не для всіх.
Те життя - неначе гра у шахи:
То король, то хоч іди в монахи,
Упер. між плач і дикий сміх.
І хоча я знаю ті дороги,
Бо вони у серці назавжди,
Та кричу у розпачі до Бога,
Повна ностальгії та тривоги,
Що мої дороги не туди...

21.02.25



THE ROADS HOME

Day by day in foreign lands I stay,
Then – I hear the cranes begin to cry:
"Come back home, don't drift away!
Can you feel your life slip by,
As you wander earth and sky?
There are paths that lead you homeward.
There are trails – to house, to land.
Do not fear the pain, the tired bone work,
Step by step, with trembling hand –
Even steps that barely stand."
Oh, dear birds – don't break my heart.
There are roads, yes – but not for all.
Life's a game of chess, a part
Played between a rise and fall –
King today, tomorrow: none at all.
And though I know each way and bend,
They're carved within me, tried and true –
Still I cry to God again,
Full of fear and longing, too:
What if my roads lead me away from You?

February 21, 2025



РОКИ ЛЕТЯТЬ

Роки минають, мерехтять як світло
Тих ліхтарів на швидкіснім шосе.
Лише проснулись, вже й обід,
вже й ніч розквітла.
Не розуміємо, куди всіх нас несе.
Роки летять. Хіба спинити в змозі?
Стриножити як коней хоч на день?
Так хочеться спочити трохи при дорозі.
Полежати в траві, послухати пісень.
Відчути вітерця ледь прохолодний дотик,
Згадати дім, дитинство, юність - все.
На мить, хоча б на мить забути всі турботи
На тім життєвім надто швидкіснім шосе...

26.02.25



THE YEARS FLY BY

The years pass by – like flickering light
From highway lamps in speeding lines.
You blink – it's noon. Then comes the night.
We never ask what road defines
This rush that pulls us out of sight.
The years fly by. Can they be reined?
As wild as horses, loose and fast –
How sweet it feels to just refrain,
Lie in the grass, let songs drift past.
To feel the wind's soft cooling trace,
Recall your home, your youth, your face...
To pause – just once – and drop the weight
Along life's highway, rushing straight.

February 26, 2025



ВІЩИЙ СОН

Вночі наснився сон.
Мені здається, віщий.
У ньому бомби вмиль
Змінилися на гниль.
А крізь уламки - льон.
Проріс крізь сотні тріщин.
Розкинулась блакить
На сотні тисяч миль.
І хтось співав. Співав
Про долю, про кохання,
Про мир і про дітей,
І ще про щось святе...
Про що він віщував?
Чиє співав послання?
Ніхто не знав, проте
Воно було просте...

25.02.25



PROPHETIC DREAM

Last night I had a dream.
I think it meant something.
In it – bombs turned
To rot, in just one breath.
And through the cracks and seams,
Blue flax began its climbing,
While sky unrolled
For miles in quiet depth.
And someone sang. They sang
Of fate, of love, of longing,
Of children, peace,
And something pure and high...
What did that message bring?
Whose voice was softly calling?
No one could say –
But still, it made me cry.

February 25, 2025



ДИТЯЧІ ОЧІ

Три речі залишилися від раю
На цій землі, де владарює гріх:
Зірки вночі і квіти вдень, та маю
Ще рідні очі діточок моїх.
Я в них знаходжу спокій і відраду,
Коли душа блукає у пільмі.
Вони мені співають серенаду,
Коли стають мої вуста німі.
Коли стають мої стежки незрячі,
Ведуть мене до берегів своїх.
Закохуюся в очі я дитячі,
Щоразу, коли знову бачу їх.

21.02.25



CHILDREN'S EYES

Three things remain from paradise
In this world ruled by sin and cries:
The stars at night, the blooms by day –
And my own children's eyes that stay.
In them I find both peace and grace
When darkness wraps my soul in haze.
They sing to me a soft refrain
When I have lost the words again.
When all my paths grow blind and dim,
Their gaze becomes a guiding hymn.
I fall in love with them anew
Each time they meet my searching view.

February 21, 2025



СВОЯ ЛЮДИНА

Є люди – наче тиша після бурі,
Як відповідь, що сходить із небес.
Вони приходять тихо, у зажурі,
Коли у серці – втрати і регрес.
Коли вже сил немає на молитви,
І світло гасне в темряві очей –
З'являються вони, в розпалі битви, –
Ті, з ким не треба масок, і речей.
Ти з ними не ховаєшся від себе,
Не брешеш, не втікаєш в самоту.
Ти просто з ними дихаєш, як треба,
І в простоті знаходиш висоту.

30.05.25

somewhere in the skies.

you drop them, all of you.

May 30, 2025



КРАЩИЙ ДРУГ

Знаю я, усе можливо,
Коли поряд кращий друг.
Допоможе він сміливо
Посеред життєвих смуг.

Коли щастя, порадіє,
Допоможе у труді,
Сумніви завжди розвіє
І підтримає в біді.

23.12.24



BEST FRIEND

I know that all is possible
When my best friend stands near.
Through every stripe of life, they'll pull
With courage, strength, and cheer.

They share my joy without a doubt,
They help me through the day.
They chase my darkest worries out
And never walk away.

December 23, 2024



ХТО ВМІЄ ЛЮБИТИ

Хто вміє любити, любить усе:
Вітер холодний, що зиму несе,
Небо у хмарах у дні дощові,
Листя осіннє на мокрій траві.
Хто вміє любити, любить життя:
Минуле, сьогодні і майбуття,
Людей, яких доля дає щодня,
І тих особливо, що є рідня.
Хто вміє любити, цінує мить.
Навіть тоді, коли дуже болять.
Любить усе і усіх, себе теж,
Бо справжнє кохання не має меж.

14.02.25



THOSE WHO KNOW HOW

Those who know how to love – love it all:
The cold wind that carries the snow's quiet call,
The sky draped in clouds on a rain-heavy day,
The leaves on wet grass, where autumn might stay.
Those who love – love each thread of life's thread:
The past, and the present, and what lies ahead.
They love all the people fate brings on their way,
And cherish the ones who feel closest each day.
They treasure each moment, no matter the pain,
They love through the loss, the silence, the strain.
They love every soul – and their own self, too.
For true love has no borders to pass through.

February 14, 2025



НЕ ДОБРИЙ РАНОК

Хто сказав, що добрий ранок?
Де він добрий, покажіть!
Не давайте обіцянок,
Слів таких не говоріть!
Бо прокинувшись уранці,
Зрозуміть не можу я,
Де я і які це танці
Мала голова моя.
Наче я не спала зночі,
А кружляла між світів.
Тож тепер не добрі очі,
Ранок мій і поготів.

18.02.25



NOT A GOOD MORNING

Who said this morning is “good,” I ask?
Show me where – and drop the mask!
Don’t make promises you can’t keep,
Don’t say those words – just let me sleep!
For waking up, I must confess,
Feels more like tangled, dancing stress.
My head’s confused, my thoughts a blur –
What kind of dream-world did I stir?
As if I never slept last night,
But swirled through realms with no respite.
My eyes aren’t kind – they’re full of sting...
So no – this morning’s not a thing.

February 18, 2025



НІЧНІ МАНДРИ

Не прокидаюсь вранці я,
А повстаю із мертвих.
Блукає де душа моя,
В яких світах безсмертних?
Щоночі сниться інший світ
І незнайомі люди.
Мільйони тих чужих орбіт
Немов шляхи облуди...
Примарне все, що ніч несе.
Не варто й перейматись.
Прокинься та й забудь усе.
На те і ніч, щоб гратись.

02.03.25



NIGHT WANDERINGS

I don't just wake – I rise from death,
Each morning feels like borrowed breath.
Where roams my soul? What distant shore?
What world beyond this slumbered door?
Each night I dream a stranger place,
With unknown people, unknown face.
A million orbits not my own –
Illusions where my mind has flown.
All night is but a shadow play,
No need to fear what drifts your way.
Just wake – forget the nightly spin.
That's what the night is for: pretend.

March 2, 2025



ПАРАЛЕЛІ

Здається, щезли, зникли всі слова,
Забулися усі важливі фрази.
Гуде порожньо зранку голова,
Болять чомусь нестерпно шийні м'язи.
Можливо, уві сні йшла боротьба
І я кричала у запалі бою.
Спинитись не могла моя доба
І, мабуть, не могла я скласти зброю.
Чому немає спокою вві сні?
Невже ми живемо на паралелях?
Чи маємо кордони захисні,
Коли спимо вночі в своїх оселях?
Які причини провокують рух,
Коли душа і розум мають спати?
Ніхто не знає, де блукає дух.
А так хотілось, так хотілось знати...

10.02.25



PARALLELS

It feels like all the words are gone,
The phrases lost, the meaning drawn.
My morning mind is hollow, bare,
My neck in pain – from what, from where?
Perhaps in dreams I fought a war,
I screamed, I battled, needed more.
My night would not lay down its arms,
Nor grant me peace, nor still alarms.
Why can't we rest in sleep's domain?
Do we live on in threads arcane –
In parallel, where souls don't hide,
Where borders blur on every side?
What stirs the mind when night should keep
Both thought and spirit drowned in sleep?
Where does the wandering soul go roam?
I wish I knew. I wish I'd known.

February 10, 2025



НА ДОБРАНІЧ

Вже місяць у небі вітає ніч.
І втомленим людям лягати час.
Скажу "На добраніч" (важлива річ).
Хай добрі новини розбудять вас.
Хай сняться приємні і ніжні сни,
Дорога додому і рідний край.
І Янголи. Хай бережуть вони
Сади і поля, хати, небокрай ...
Хай зірка шепоче легкі слова.
І мамина пісня звучить вві сні.
Побачити хочу і я дива,
Скажіть "На добраніч" і ви мені.

27.05.25



GOOD NIGHT

The moon has risen – night is near,
It's time for weary ones to rest.
So I'll say "Good night," sincere –
A little wish I think is best.
May gentle dreams come float your way,
Of home, of paths that lead you back.
May angels guard you as you lay –
The fields, the stars, the skies so black.
May starlight whisper soft and low,
May mother's lullaby be near.
And I, too, hope some light will show –
So tell me "Good night," loud and clear.

May 27, 2025



СХУДНУТИ ДО ЛІТА

Нарешті рішення ухвалено!
До літа схудну, хай там як!
Пріоритети всі розставлено.
У раціоні - кріп, буряк.
Щодня води достатньо питиму.
І тренажер - найкращий друг.
На довгі відстані ходитиму.
Нікому не зламать мій дух.
Ось так собі та киця мріяла,
Складала плани ті щодня.
До літа схуднути затіяла...
Та тільки з завтрашнього дня!

07.02.25



SLIM BY SUMMER

At last, a choice – it's crystal clear!
'll lose some weight by summer, dear!
Priorities are set just right:
Beets and dill on every bite.
I'll drink enough fresh water, too,
The gym will be my best friend, true.
I'll walk for miles, strong and free –
No one will break the will in me!
That's how one kitten made her plan,
Dreamed of it daily, like she can.
She swore she'd start – and not delay...
But only starting the next day.

February 7, 2025



ЛІНЬ

Пролітає день, наче моя тінь.
Наче жив, а начебто і ні.
Планів океан, та насправді - лінь
Не дає на повну жить мені.
Відбирає час, розум, силу, дух,
Вмить пірнаєш в летаргічний сон.
Як отруйний плющ, сповиває рух,
Коли попадеш в її полон.
З силами зберусь і піду на герць.
Треба підлу лінь перемогти.
З нею не живеш, а неначе мрець,
Й не важливо, грішний чи святий.

23.01.25



LAZINESS

The day slips by just like my shadow –
I seemed to live, yet somehow... no.
An ocean full of plans in tow,
But laziness won't let them grow.
It steals my time, my heart, my spark,
And pulls me into sleep so dark.
Like poison ivy's quiet creep,
It wraps around and numbs the leap.
But I will gather strength and fight –
This sneaky sloth, this shadowed blight.
With her, you merely drift and rot –
Saint or sinner – it matters not.

January 23, 2025



СПОКІЙ

Що таке спокій, себе питаю.
Якого спокою я шукаю?
Це світ, що не є полем бою,
А місцем, де буду собою.
Тиша, яка не давить ніколи.
Творчі ідеї гудуть як бджоли.
Мов ковдрою, тиша вкриває,
Від галасу оберігає.
Спокій - не пошуки слів доречних.
Або почуттів, вчинків безпечних.
Бо рідні без слів розуміють,
Без слів відчувати уміють.
Спокій - це ранком слова подяки,
Бачити світ без злої атаки,
Без заздрості, гніву чи страху.
Не корчити з себе невдачу.
Спокій - це щастя моменти вічні.
Спокій - з сім'єю свята щорічні.
Спокій - це жити життя своє.
Ось чим для мене той спокій є.

02.02.25



PEACE

What is peace? I ask again.
What kind of calm do I hope to attain?
Not a battlefield, not a test –
But simply a place where I can rest.
A silence that never suffocates,
Where buzzing thoughts turn into creates.
A quiet like a gentle cloak,
That shields me from the world's loud yoke.
Peace is not the perfect phrase,
Or actions trimmed in cautious ways.
It's being near the ones you love –
Who sense you without words thereof.
It's morning whispers full of thanks,
A world without attack or ranks.
No envy, fear, or faking grace –
No need to run or mask your face.
Peace is joy in simple days,
Family moments, holiday rays.
Peace is living your truest way –
That's what peace is for me, today.

February 2, 2025



ЗЕМЛЯ ПРОКИНУЛАСЬ

Ураз прокинулась земля,
А разом з нею й люди.
І повернулися здаля
Шпаки, малі прибуди.
І на деревах зацвіли
Бруньки між свіжим листям.
І гнізда ластівки звели
В будинках Середмістя.
Проміння сонячне усіх
Вітає на світанку.
І у дворі дитячий сміх
Лунає спозаранку.
Тремтить в очах блакить рясна
Від вітру в передгроззі.
Прокинулась земля! Весна
Нарешті на порозі.

04.03.25



THE EARTH HAS AWAKENED

The earth has woken – all at once,
And with her, people rise.
The starlings, distant little guests,
Return beneath spring skies.
On trees, the buds begin to bloom
Among fresh leaves so light.
And swallows build their woven nests
In cities, full of flight.
The sunlight greets each waking face
At morning's golden gate.
And children's laughter fills the space –
They play from early late.
The sky grows blue and rich with breeze
Before the storm's advance.
The earth has stirred from winter's freeze –
And spring begins to dance.

March 4, 2025



ВЕСНЯНИЙ СНІГ

Весна неначе забарилася,
Земля знов снігом білим вкрилася
І дме холодний вітер з ночі.
Весна мені сьогодні снилася.
Я в небо синє задивилася,
Аж заболіли мої очі.
У білу далечінь вдивлялася,
Весну розгледіти старалася:
Де пролягли її стежки?
Знайти весну я намагалася,
А діти на подвір'ї гралися
У гру веселу - у сніжки.

15.03.25



SPRING SNOW

It seems that spring is running late –
The earth is dressed in white again,
Cold winds arrive through nighttime's gate,
And snow still whispers through the plain.
Last night, I saw spring in a dream –
I stared into the sky so blue,
My eyes grew sore with that soft gleam,
As I searched hard for every clue.
I scanned the whiteness, line by line,
To trace the path spring left behind.
I tried to find her in the snow –
While children played in flurries' glow,
Laughing, tossing snowballs bright,
In games of joy and winter light.

March 15, 2025



ВЖЕ СКОРО

Весна у розпалі цвітіння,
У гніздах сторожі-лелеки.
Вже й літо зовсім недалеко,
Лиш майте трішечки терпіння.

Заколоситься скоро нива
І віддзвенить останній дзвоник.
Та змиє враз травнева злива
Поміж сезонами кордони.

19.04.25



VERY SOON

Spring is in full blooming flight,
The storks stand guard in nests so high.
And summer's coming into sight –
Just wait a little, don't ask why.

The fields will ripple, rich and wide,
The final school bell soon will ring.
And May's bright rain will wash aside
The borders drawn by any spring.

April 19, 2025



ЗИМОВЕ СОНЦЕСТОЯННЯ

Найдовша ніч уже позаду,
Вже більше сонця - подивись!
Вже баба мріє про розсаду,
Стрижучи поглядом увись.
Дід перевірити планує
Потрібний в полі інвентар.
Матуся цибульки готує,
Перевіряє календар.
На вулиці зимова тиша...
Ще трохи й стане довшим день
І буде з кожним днем світліше!
Співати будемо пісень.
Про нивку, що чекає жита,
Про журавлів, поля, сади.
Радіти сонцю і молити:
Прокинься, земле, і роди!

21.12.24



WINTER SOLSTICE

The longest night has passed, take heart –
The sun is coming, light will start!
Grandma dreams of seeds and green,
Her hopeful gaze is sharp and keen.
Grandpa's planning, checking gear,
For fields that soon will call him near.
Mom prepares the onion sets,
And checks the dates – no room for bets.
Outside, the winter silence stays,
But longer grow the daylight rays.
Soon we will sing, as days expand,
Of fields and cranes and promised land.
We'll sing of rye that waits to grow,
Of orchards waking under snow.
And with the sun, we'll gently pray:
Wake, Earth – and bring us life, we say!

December 21, 2024



ВОНА ІДЕ

Не хвилюйтеся, скоро весна.
Кілька тижнів - і ось, на порозі.
Геть втомилася, мабуть, в дорозі.
Десь присіла спочити вона.
Почекайте ще трохи. Зима
Від безсилля морозами душить,
І вітрами холодними сушить,
І снігами серця обійма.
Перейматися досить. Ніяк
Не прискорити часу потоки.
Але чутно весни тихі кроки,
Десь іде. Скоро буде відтак.

10.01.25



SHE IS COMING

Don't worry – spring is on her way.
Just a few more weeks, not long.
She must be tired from the fray,
She stopped to rest – the road was strong.
Be patient still. Let winter try
To freeze us with her final breath.
She hugs the heart with snow and sigh,
And sends cold winds to flirt with death.
No need for fear, no need for rush –
We cannot speed time's gentle streams.
But listen close – you'll hear the hush
Of springtime footsteps through your dreams.

January 10, 2025



ПЛАЧЕ НЕБО

Плаче небо, плаче хмара,
Пастуха гука отара.
Потемнів у непогоду
Всесвіт весь, уся природа.
Перед бурею притихли
Трави всі, зозуля стихла.
Лиш верба полоще віти
В річці, та сміються діти.
Я дивлюся в небо темне
Й почуваюся непевне,
Бо моя душа не знає,
Що в грозу її чекає...

07.05.25



THE SKY IS CRYING

The sky is crying, clouds weep low,
The shepherd calls his flock below.
The world turns dark, all nature stills –
The storm moves in across the hills.
The grass falls silent, cuckoo's gone,
All hush before the rain comes on.
Just willow branches rinse and swing
While children laugh and run and sing.
I gaze into the heavy sky
And feel unsure – I don't know why.
My soul grows restless, full of dread –
What storm awaits just up ahead?

May 7, 2025



УЛЮБЛЕНІ ДНІ ПОГОДИ

У погоди теж улюблені є дні.
Дощ приходить зазвичай у вихідні.
Сніг весною, сонце, коли хворий,
Щоб не міг поїхати на море.

У природи власні графіки завжди.
Гарної погоди не чекай, не жди.
Будь щодня щасливим, не байдужим
В будь-яку погоду, любий друже!

28.05.25



WEATHER'S FAVORITE DAYS

The weather has its favorite days –
Rain shows up on weekends, always.
Snow in spring, and sun when you
Are sick and miss the ocean view.

Nature keeps her secret plans.
Don't wait for perfect skies or lands.
Be happy now – in any weather,
Dear friend – today, not just "whenever."

May 28, 2025



ХОЧЕТЬСЯ ЛІТА

Як хочеться літа привітно яскравого!
Вже сниться ночами воно.
Приходить у сні величавою павою
І сон обертає в кіно.

Навіює спогади давні з минулого,
Запалює знов почуття.
І мрію про щось я, зненацька розчулена,
І наче живу я життя.

01.02.25



LONGING FOR SUMMER

How I long for summer – warm and bright!
It visits my dreams in the hush of night,
Arriving like a peacock proud and slow,
Turning sleep into a silent show.

It stirs old memories from afar,
Ignites lost feelings where they are.
And suddenly, I dream, undone –
As if my life has just begun.

February 1, 2025



ПОВОЛІ Я ІДУ ДО ЛІТА

Поволі я іду до літа,
Вся ароматами обвита:
Бузок, конвалії, піони
Вже влаштували перегони.

А скоро зацвітуть черешні,
Ірисів кольорових клешні,
За ними – чорнобривці браві,
Троянди – пишні і біляві.

Ромашки ніжні і дзвіночки,
Лаванди дикі колосочки...
А мальви, мальви біля тину!
Як зачаровують людину!

У них – мій дім, мої світанки,
Сади, стежки і теплі ранки.
І кожна квітка – наче диво,
Я йду у літо, я щаслива.

04.06.25



TOWARD SUMMER

Slowly, I walk toward summer's grace,
Wrapped in scents that softly trace:
Lilac, peonies, lily of the vale –
All racing in a fragrant trail.

Soon, the cherry trees will bloom,
Irises unfold their plume.
Then marigolds in golden rows,
And roses – blushing in repose.

Daisies whisper, bells will ring,
Wild lavender begins to sing...
And hollyhocks along the wall –
How their beauty captures all!

In them – my home, my dawns, my light,
My garden paths, my mornings bright.
Each flower – truly heaven-sent.
I walk toward summer, and I'm content.

June 4, 2025



ОДКРОВЕННЯ

Що значить музика для тебе?
Якісь сузір'я дивних нот?
Чи навесні пташиний щебет?
Живуть без страху і турбот
Створіння Божі, все співають,
Немов пізнали сенс життя,
Неначе щось важливе знають
Про невідоме майбуття.
Бринить мелодія сердечна
У шелесті старих дібров,
Де дуб схиляє віти гречно
Й шепоче ніжно про любов.
Біля струмка почуй етюди,
Вода співати вміє теж.
Послухай, музика є всюди.
Для неї не існує меж.
Звучить як одкровення з неба,
Нотує мудрість на листах.
Проторить шлях з небес до тебе
Крізь час і простір, наче птах.

23.04.25



REVELATION

What is music, truly, to you?
A constellation made of sound?
Or springtime birdsong breaking through,
Where fearless creatures sing unbound?
They seem to grasp life's truest thread,
As if they know what lies ahead –
A truth unknown to human ear,
Yet sung with joy and crystal-clear.
A melody of heartfelt kind
Rings through the ancient woods, refined,
Where oaks bend down with noble grace
And whisper love in soft embrace.
By streams, you'll hear a gentle score –
Yes, water knows how to implore.
Just listen – music's everywhere,
With no borders, walls, or care.
It sounds like heaven's quiet voice,
Scoring wisdom with no noise.
A path from stars to heart it weaves,
Through time and space – like wings of leaves.

April 23, 2025



НАВЧИСЬ ЧИТАТИ

Дивлюсь на книжки і думку гадаю:
Вони стоять, а життя минає.
Читати щодня часу немає,
А кожна сторінка мене чекає.
Життя помічати - корисний звичай.
Шепоче море, природа кличе.
В легендах знайдеш щось таємниче.
В піснях оспівані цілі сторіччя.
"Мені нудно жити" не смій казати.
Життя - відкриття, ідей палата.
Тож досить скиглити, нудьгувати,
Життя наче книга, навчись читати.

25.05.25



LEARN TO READ

I look at the books and quietly think:
They stand still... while life's gone in a blink.
No time to read – the days just fly,
Yet every page still waits nearby.
To notice life is a worthy skill –
The sea, the trees, they whisper still.
In legends, secrets hide from view,
And songs hold centuries old and true.
Don't ever say, "Life makes me bored."
It's full of ideas to be explored!
Enough of whining, doubt, and dread –
Life is a book – learn to read it instead.

May 25, 2025



НЕ ВІДКЛАДАЙ ЖИТТЯ

Не відкладай життя на потім,
І радість теж не відкладай.
Чи ти у скруті, чи на зльоті,
Про свою душу завжди дбай.
Пізніше обмаль буде часу,
Не знайдеш приводу і сил.
І отгвірок знайдеш масу,
Аби не розправляти крил.
Життя для того, щоб радіти,
Щодня робити відкриття.
Все відчувати, все любити,
Доки не підеш в небуття...

01.02.25



DON'T POSTPONE LIFE

Don't put off living for someday,
Don't put off joy – not one more day.
Whether you rise or face a fall,
Take care – your soul must have it all.
Later, time may slip away,
You'll lose the strength, the words to say.
Excuses come in endless streams
To cage your wings and stall your dreams.
Life is for wonder, joy, and flight,
For daily sparks, for chasing light.
Feel all you can, and love with grace –
Before you vanish, leave this place.

February 1, 2025



НЕ МОВЧИ

Все, що хочеш сказати, скажи.
Якщо хочеш кричати, кричи.
Почуття у слова зав'яжи,
І рядками римуй, не мовчи.

Якщо сльози до горла, ридай.
Завжди смійся у радісну мить.
Пісню серця свого заспівай,
Всесвіт цей через тебе звучить!

20.05.25



DON'T STAY SILENT

Say what you need – don't hold it inside.
If you must scream, then let it ride.
Tie your feelings to words that rhyme,
Speak them aloud – it's always time.

If tears are rising, let them fall.
Laugh out loud when joy stands tall.
Sing the song your heart wants to sing –
The universe echoes through everything.

May 20, 2025



НОСОМ ЧУЮ

Носом чую: щастя десь поряд.
Зачарують серпневі зорі,
Заколишуть солоні хвилі
І залишать позаду милі –
Довгі милі біди і скрути.
Їм по силі усе змахнути,
Стерти, змити, залікувати,
Відродити і врятувати.
Я це знаю – й біжу до моря,
Довіряюсь хвилям і зорям.
Відчуваю, як тане горе,
І чекаю: щастя десь поряд.

31.05.25



I SMELL IT IN THE AIR

I smell it in the air – joy's near.
August stars will charm me clear,
Salted waves will hush my pain,
And leave the miles of hurt behind again.
Those long, hard miles of grief and fear –
The sea can wash them, disappear.
It wipes, it soothes, it mends, it heals,
Restores the soul, unchains the wheels.
I know it – so I run to sea,
I trust the waves, the stars, the breeze.
My sorrow melts beneath the skies –
Happiness is close. I feel it rise.

May 31, 2025



ОЧИМА ДІТЕЙ

Дорослі біжать – за мріями, статками,
Та зносять підошви, і серце, і спокій.
Вірять, що щастя – маленькими цятками,
Десь там, у майбутньому, – може, високім.

Діти ж сидять на землі, поміж травами,
Забувши про все на дорослій планеті.

Радіють дощу над степом, отавами,
Босоніж – по полю, щасливі в моменті.

Дорослі біжать – вперед, за кар'єрою,
Чекають медалей, постів та визнання.

А діти – з щасливою атмосферою
Наповнюють Всесвіт добром і коханням.

Щастя – можливо, не формула успіху,
Не зірка далека, не списки ідей.

А вміння просте – ділитися усміхом
І бачити світ цей очима дітей.

03.06.25



THROUGH CHILDREN'S EYES

Adults keep running – chasing dreams,
Chasing status, goals, extremes.
They wear out soles, their peace, their hearts,
Believing joy comes in small parts –
Somewhere ahead, perhaps up high,
Just out of reach, beyond the sky.
But children sit with grass and breeze,
They've left behind adult decrees.
They laugh in rain, run through the wheat,
Barefoot, present, whole, complete.
Adults race on – toward careers,
Medals, titles, loud fanfares.
But children, in their quiet way,
Fill up the world with love each day.
Perhaps joy's not success or fame,
Not distant stars or praised acclaim –
But simply this: a smile to share,
And seeing the world with a child's stare.

June 3, 2025



ЩАСЛИВІ ОЧІ

Подивись у ці щасливі очі.
Як закохані вони в життя!
Не лякають їх погрози вовчі,
Не страшать дефекти майбуття.

В кожній хвилі вони бачать диво,
Приголомшено сприймають світ.
Кожна мить життя для них важлива,
Наче нота, що будує хіт.

21.12.24



JOYFUL EYES

Just look into these joyful eyes –
So deeply in love with life, so wise.
No threats of wolves can dim their glow,
No flaws ahead disturb their flow.

In every wave, they sense a spark,
They greet the world with open heart.
Each moment shines – alive, complete,
Like one bright note that builds a beat.

December 21, 2024



ПОКИ ЩЕ ТУТ

Ти не можеш купити життя.
Помирають й здорові, і хворі.
Молоді, на вершині звитяг,
І старі, розглядаючи зорі.
Помирають могутні й прості,
Скромні й звиклі собою пишатись.
Бідні люди й багаті оті,
Час прийде і ніяк не сховатись.
Забирає розумних стара,
Неосвічених теж, їй байдуже.
Добрих, злих - як приходить пора,
Смерть хапає усякого, друже.
Забирає усіх, зрозумій -
Тих, хто любить, і тих, хто не вміє.
Тож поки ти ще тут, то радій,
Будь щасливим, поки не стемніє...

18.12.24



WHILE YOU'RE STILL HERE

You cannot purchase life, my friend.
The sick and healthy meet the end.
The young, mid-victory and fight,
The old who stare at stars at night.
The strong, the simple – all must go,
The proud, the humble – high or low.
The rich and poor, alike in fate,
Can't run when death is at the gate.
It comes for minds both sharp and bare,
It doesn't ask, it doesn't care.
The kind, the cruel – both disappear
When time runs out and death draws near.
So while you're here, before night falls,
Rejoice. Be glad. Embrace it all.
Be happy now, without delay –
While light still dances in your day.

December 18, 2024



ТАЄМНА СИЛА

Живе в тобі одна таємна сила.
Ніхто її не бачить, навіть ти.
Всередині душі гніздечко звила
Й не заважає по життю іти.
Ховається десь глибоко, чекає,
Коли настане найтемніший час,
Коли її твій розум погукає,
Допоки від страждань ущент не згас.
Коли розбите серце вже настільки,
Що не зібрати ті шматки у кут,
Вона прийде - її чекай лиш тільки.
- Привіт, - промовить тихо, - я вже тут.

20.11.24



THE HIDDEN STRENGTH

There lives in you a strength unknown,
So deep, it's silent, still, alone.
You cannot see it, nor can they –
It rests inside and stays that way.
It nests within your quiet soul,
And lets you walk, still partly whole.
It waits beneath your deepest pain,
To rise when only scars remain.
When reason calls, and light is gone,
When all you are feels torn, withdrawn –
When broken hearts can't find their glue,
It comes – and softly speaks to you:
"Hello," it whispers, calm and true.
"I'm here now. I've been waiting too."

November 20, 2024



УЛЮБЛЕНА ПОРА

Прийшла пора осіння.
У теплих кольорах
Від гілля до коріння.
І лише небо сине.
Улюблена пора.

Вже літо попрощалось.
У вирій відлетів
Останній птах. Так сталося,
Що літо в осінь вбралось,
Від низу до верхів.

23.08.24



FAVORITE SEASON

The autumn time has come to stay,
In warm-toned robes from root to crown.
The trees all burn in gold and gray –
Yet still the sky won't let go of blue,
And that's what makes it mine.

The summer waved its soft goodbye.
The last bird left for southern skies.
And somehow, gently – by and by –
The summer dressed in autumn's light
From earth to branch, from low to high.

August 23, 2024



ЗИМОЮ ПАХНЕ

Дерева голі під вікном
І сіре небо угорі.
Світ огортає тихим сном,
Зимою пахне у дворі.
В такі моменти не лінись,
Вдягнися тепло - і надвір.
Не плач, не сердься і не злись,
Не варто торсати ефір.
Повітря свіжого вдихни
І видихни неспокій весь.
Нехай розтане біль вини
І зникне сум утрати десь...

19.11.24



SMELLS LIKE WINTER

The trees stand bare outside my pane,
And overhead, the sky turns gray.
The world lies wrapped in quiet strain –
It smells like winter here today.
In times like this, don't be afraid.
Put on something warm – step out the door.
Don't weep, don't rage, don't curse or shade –
No need to shake the air once more.
Just breathe the crisp air, calm and wide,
And let unrest drift from your chest.
Let guilt and sorrow slip outside,
And melt away with all the rest.

November 19, 2024



БІЛОСНІЖНА ЗИМА

Білосніжні шати одягла Зима.
Мов княжна, що вбралася до храму.
Подих захопило, слів таких нема,
Аби описати диво-даму.
Навкруги все біле, жодних чорних плям,
Одягла земля свою піжаму.
І душа радіє білосніжним дням
Посеред Зими святого храму.

25.12.24



SNOW-WHITE WINTER

Winter dressed in robes of snow,
Like a princess bound for prayer.
Took my breath – I watched her glow,
No words could match the beauty there.
All around is white and wide,
No dark specks upon the land.
The earth puts on her pajama pride,
While joy and stillness walk hand in hand.
Within this sacred, wintry dome,
My soul feels light – at peace, at home.

December 25, 2024



ДОБРОТА

Мов дзвін тонкого льоду на ставку,
Мов співи вітру ранком поміж степом,
Немов вогні оті на маяку,
Що зачаровують своїм контемпом.
Неначе дотик вічності й небес
Щоденна милість, прояви турботи,
Які лікують біль, знімають стрес,
Заповнюють собою всі пустоти.
Отак звучить у серці Доброта.
Її ні з чим не сплутаєте, люди!
Приходить разом з нею повнота
Замість пустот, що розривали груди.

18.11.24



KINDNESS

Like crystal ice upon a lake,
Like wind that sings through morning field,
Like lighthouse beams that gently wake
A soul too tired to ever heal.
Like heaven's touch in daily care,
In quiet acts the heart once sought –
They lift the pain, restore the air,
And fill the soul where it was not.
That's how Kindness sounds inside –
A music clear, no voice can hide.
It brings a fullness, strong and true,
To mend the emptiness in you.

November 18, 2024



НАЙКРАЩІ ЛІКИ

Скажу вам, люди, істину одну:
Найкращі ліки від усіх недуг,
Коли з собою сам ти у ладу,
Коли собі ти є найкращий друг.

Не одяганок повний гардероб,
Не вражень, від яких скипає кров,
Найкращі ліки від усіх хвороб -
Тепло душі, увага і любов.

14.11.24



THE BEST MEDICINE

I'll tell you, friends, a truth that's clear:
The finest cure for every pain
Is being at peace with who you are,
And calling yourself your truest friend.

Not closets full of fancy clothes,
Nor thrills that make your heartbeat race –
The best of medicines, heaven knows,
Are love, and warmth, and soul's embrace.

November 14, 2024



ТРОХИ ЧАСУ

Можливо все, а неможливе
Лиш трохи часу потребує.
Майбутнє часом полохливе,
Буває, просто вередує.
Не поспішай його карати,
Та й дорікання не врятує.
Не треба долю підганяти:
Поквапливість її дратує.
Дай трохи часу своїй долі,
І неможливе стане явним.
Ідеї, навіть дуже кволі,
Проявляться тріумфом славним.

07.11.24



A LITTLE TIME

All things are possible – it's true.
The "impossible" just needs more time.
The future can be shy with you,
Or moody, without reason or rhyme.
Don't rush to scold it or demand,
No blame will help it move along.
Fate doesn't like a heavy hand –
Impatience only gets it wrong.
So give your destiny some space,
And even dreams that seem too small
Will find their light, will take their place,
And rise in triumph after all.

November 7, 2024



ДИВНІ ГОСТІ

Одного разу гості дивні
Відвідали по черзі дім.
В загальних рисах, позитивні,
Тож була рада я усім.
Спочатку доброта у гості
Прийшла підтримати мене.
"Живи без ненависті, злості,
Тоді й нещастя омине!"
В обід відвідало терпіння,
Мовчало довго у кутку.
"Не кожному впаде везіння!" -
Дало позицію чітку.
Прийшла сором'язлива тиша,
У неї в косах сивина...
"Минеться шторм, вір мені лише!"
І зникла безвісти вона.
Гей, хто там? Чи то вітер вие?
"Я повертаюся завжди!" -
У вікна стукала надія,
Під хатою її сліди.
Заскочила на хвильку віра,
Схопила серденько моє
В обійми теплі кашеміра.
Сказала коротко: "Я є!"
Надвечір, тихо, безшелесно,
Коли засяяла зоря,
Озвалася любов небесна,
Прошепотіла: "Поряд я!"

17.03.25



STRANGE VISITORS

One day, some guests both odd and kind
Came knocking, one by one, in line.
Their faces calm, their voices light –
And I was glad to host that night.
First came Kindness through the door,
To lift me gently from the floor.
“Live free from anger, hate, and spite –
And sorrow, too, will lose its might.”
By noon, Patience paid a visit,
Sat in silence, calm and exquisite.
“Luck,” it said, “is not for all –
But stand your ground and do not fall.”
Then Quiet came, a shy old guest,
With silver hair and thoughtful rest.
“The storm will pass – just trust in me.”
She whispered low and ceased to be.
Who’s that now? The wind that sighs?
No – Hope had come with tear-wet eyes.
She tapped the glass, then left a trace,
Her footprints still around the place.
Then Faith arrived – she didn’t stay,
But wrapped my heart in softest gray.
She simply said, “I’m always near,”
Then vanished, warm as cashmere.
And just as stars began to gleam,
When night grew still as in a dream,
Love from the heavens softly said,
“I’m by your side.” And bowed her head.

March 17, 2025



ШЛЯХ ДО ВЕРШИНИ

До вершини йти непросто,
Шлях важкий.
Вперше йдеш чи ти апостол,
Ті стежки
Подолати ти не зможеш
Просто так.
До вершини шлях не схожий
На гопак.
Будь готовий і втрачати,
І знайти.
Не зважаючи на втрати,
Далі йти.
А зійшовши на вершину
Головну,
Знов узріти верховину,
Ще одну.

02.11.24



THE CLIMB

The path to the summit is never light,
It's steep with trials, day and night.
First-timer or anointed saint –
This climb will test your soul's restraint.
You can't just walk – it takes your all.
This isn't a dance, it's a rugged call.
Be ready to lose, be ready to gain,
And through the loss, to walk again.
And when you reach that highest peak,
You'll lift your eyes – and what you'll seek
Is yet another mount ahead,
Another dream that must be led.

November 2, 2024



LET'S STAY IN TOUCH



@LILIA_YERMAK

**“Every reader is a quiet miracle.
Thank you for being here.”**



ABOUT THE AUTHOR



Lilia Yermak is a Ukrainian poet, educator, and mother. She writes about what hurts and what heals, what passes and what remains.

Her poetry is marked by sincerity, depth, and a love for life and light.

Each verse gently touches the soul, revealing timeless truths through the power of words. This collection is an invitation to reflect, to feel, and to heal.

**“If you can shine, don’t
hesitate – just shine.”**

Lilia Yermak