

# Університетська Думка

ОСВІТА  
ДЛЯ СВІТЛА  
І СВІТУ!



Виходить з 28 жовтня 1994 року

№1 (446),

30 січня 2016 р.

## РІЗДВО

### ПРОФЕСОРА МИКОЛИ ЛАЗАРОВИЧА



*Різдво збирає родину за Святвечірнім столом і радує Новою Радістю – звісткою про народження Ісуса Христа – Спасителя Світу, і веселить колядками, і зігріває усіх теплом Вифлеємської свічки...*

*У кожній українській хаті християни молилися за мир і спокій у державі і за бійців – учасників АТО, серед яких – доктор політичних наук, професор кафедри документознавства, інформаційної діяльності та українознавства Тернопільського національного економічного університету Микола Васильович Лазарович, який став лауреатом конкурсу «Людина року – 2015».*

*- Христос Рожедається, Миколо Васильовичу, вітаю Вас із званням - Людина 2015 року, але вважаю, що Ви - Людина нашої Епохи! Будь ласка, напишіть, чи смакували Ви з побратимами в окопах на Святвечір головною стравою - кутею?*

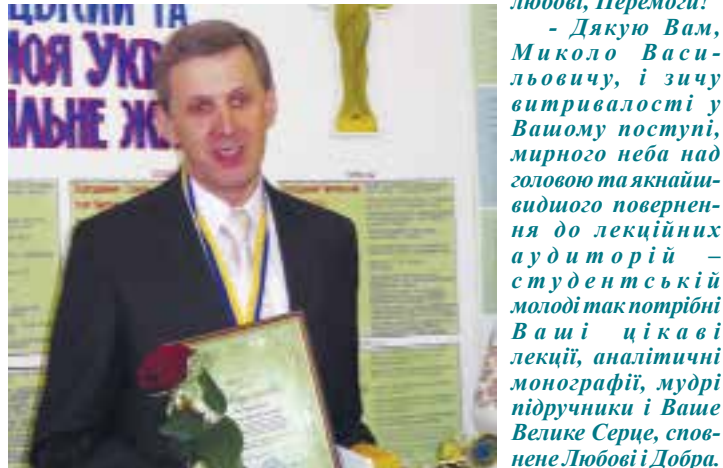
*- Славимо Христа! Дякую за вітання. На Святвечір дружина прислала інгредієнти для куті; зварили і кутю, і деякі інші святкові страви, повечеряли і, оскільки всі були потомлені, заснули. Відпочивали лише у перший день Різдва.*

*- Колядували?*

*- Трохи колядували – пісню славили народження Ісуса Дитятка...*

*- Миколо Васильовичу, напередодні Старого Нового року, будь ласка, підвишуйте університетську родину.*

*- Всіх колег вітаю з Різдвяними святами! Здоров'я, добра, любові, Перемоги!*



*- Дякую Вам, Миколо Васильовичу, і зичу витривалості у Вашому поступі, мирного неба над головою та якнайшвидшого повернення до лекційних аудиторій – студентській молоді так потрібні Ваші цікаві лекції, аналітичні монографії, мудрі підручники і Ваше Велике Серце, сповнене Любові і Добра.*

*Повертайтеся живим і здоровим. Хай Вас береже Господь!*

Марія  
Баліцька



## СОБОРНІСТЬ – СВЯЩЕННЕ НАДБАННЯ УКРАЇНСЬКОГО НАРОДУ

*Ми відзначаємо 97-му річницю об'єднання України в єдину державу – проголошення Акта Злуки. Учасник визвольних змагань, перший міністр закордонних справ України Олександр Шульгін писав: «Ідея, проголошена 22 січня 1919 року, живе й житиме: нас поділяти кордони, але цей акт назавжди встановив: існує єдина українська нація». Значення цієї події, безумовно, виходить за межі політичних, часових і навіть географічних обставин 1919 року. Вона стала для України вічною цінністю. Цей день – Знак! Цей день – Символ! Символ соборності, єдності, здатності українців до консолідації, до праці і боротьби за власну державу. З нагоди відзначення у Тернопільському національному економічному університеті Дня Соборності України першокурсники юридичного факультету та Навчально-наукового інституту міжнародних економічних відносин ім. Б.Д. Гаврилишина взяли участь у засіданні круглого столу, де мали можливість обговорити проблеми української державності, виховання національної гідності та патріотизму, плекання рідної мови, адже мова – найважливіший, найбагатший і найміцніший зв'язок, що єднає минулі, теперішні та майбутні покоління народу в одне велике історичне живе ціле.*

*Виголошуючи свої доповіді, студенти групи ДІД-11 і ДІД-12 наголосили: «Попри чужі імперії, попри загарбання і асиміляцію українська нація перемогла і залишилася єдиною й неподільною. Ця істина прийшла з глибин народу, пробудженого до життя національною революцією 20-их років. «Здійснилися віковічні мрії, якими жили і за які вмирили країні сини України», – викарбовано на скрижальях Акта Злуки на Софійській площі. Акт злуки – це єдність нашого духу, часу і простору. Відновлення нашої незалежності у 1991 році розпочинає свій справжній відлік якраз з цього дня. Ідея єдності перемогла, коли постав живий ланцюг 22 січня 1990 року. Тодішня, вільна і велика у своїй щирості та свободі демонстрація єдності мільйонів українців не залишила сумнівів, що Україна – вічна».*

*«Сьогодні ми переживаємо нелегкі часи. Як ніколи раніше, сьогодні потрібна наша єдність, розсудливість, мудрий вибір. Однією з причин, чому Українська держава зазнала тимчасової поразки на початку ХХ ст., було те, що широкі верстви людей повірили в солодку брехню більшовиків. Це обернулося смертю мільйонів українців, які мріяли про Українську державу і незалежність. Безумовно, за минуле треба нести відповідальність. І якщо хочемо гідного життя, кожен висновок, у тому числі і того часу, треба викарбувати та запам'ятати», – підкреслила молоді групи ПР-11 та ПР-12.*

*Отже пам'ятаймо, що тіло нашої нації єдине, дух наш спільний, наша доля неподільна. Наша національна єдність, безумовно, жива й активна. Лише рідна держава, її єдність, усвідомлення того, що національний суверенітет і соборність – понад усе, – є запорукою повнокровного, безпечного існування нашого народу. Соборність – це наше священне надбання. Ця ідея повинна жити вічно і вічно передаватися наступним поколінням українців.*

*Ми – одна нація. Одна Батьківщина. Одна Україна. Слава Україні!*

Підготувала Ірина Недошитко



## ВІДПОЧИНОК ВІД ВІДПОЧИНКУ, АБО ПОСТСВЯТКОВИЙ СТРЕС

*Приходить Різдво. Духовне піднесення, елегія душі, відчуття свята. Ми спостерігаємо велику кількість людей, що купують ялинки, прикраси до них, роблять закупки на базарі та супермаркетах. Жінки обговорюють нові рецепти різдвяних смаколиків, чоловіки запасуються терпінням, дітлахи мріють про веселі зимові ігри, санчата та ковзани..... Життя вирує. Свята закінчуються. У більшій частині людей розпочинається так званий постсвятковий синдром. Чим він характеризується; що робити, щоби не розчаруватися після свят; що потрібно робити, щоби організм оговтався після свят перед виходом на роботу, - на ці та інші запитання відповідає гість редакції газети ТНЕУ «Університетська думка» - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психологічних та педагогічних дисциплін ТНЕУ, психолог Елеонора Яценко:*

### Є таке словосполучення - постсвятковий синдром

Постсвятковий синдром має свої характеристики: меланхолія, неспокій, швидка втомлюваність, безсоння, головні та м'язеві болі, гнів. І це тільки маленький список того, про що сигналізує організм, який не зміг впоратися з собою після свят. Це симптоми постсвяткового стресу.

Багато хто запитує про те, як з цим боротися. Звісно, від цієї «недуги» вам зможуть порекомендувати не лише лікарі-гастроентерологи, наркологи, а й звісно, психологи.

### Проблему легше попередити, ніж потім її виправляти

В першу чергу, необхідно пам'ятати, що кожен новий рік – це підбиття підсумків, тому ймовірно загострення уваги не на власних досягненнях, а на проблемах і недоліках (коли душа тяжіє за втраченим чи нездійсненим). Це призводить до стану пригнічення психіки. І паралельно обліште, якщо така є, звичку жаліти себе, тоді ви справді в депресію не потрапите.

### Очікування приносять розчарування

Щоб не розчаруватися після свят, треба зменшити очікування від них. Дорослі, як і діти, десь глибоко підсвідомо вірять у дива. Реклама, новорічна музика штучно насаджує людям відчуття свята. Населення, що переживає події в країні, війною на Сході, не може швидко переформатувати свою свідомість і починає почуватися неповноцінно - «всі радіють, співають, а я не відчуваю свята». У деяких розвивається навіть комплекс вини з цього приводу.

### Щедрість українців також повинна мати міру

Ніхто не заставляє господинь так рвучко діяти в сфері приготування страв. Сили і здоров'я, які кладе жінка на «вітар» свята, обертається зрештою проти самої людини у вигляді переїдання, зайвих кілограмів, а відтак - депресії з приводу саме цієї проблеми. Шлунок, який часто переїдає, потребує «продовження бенкету» і якщо ви не доведете, хто в організмі господар, то він буде керувати вами аж до ожиріння.

### Настрій, прибутки і видатки...

В економічно непростий для всіх час треба вміти віртуозно балансувати між видатками і доходами своєї сім'ї, оскільки депресивні настрої розпочинаються тоді, коли витрачені грандіозні кошти та продукти харчування, подарунки для рідних, а місячний дохід уже витрачено.

Підготовка до свят часто проходить у знервованій атмосфері. Забули щось придбати до столу, вчасно не купили подарунки, невміло розподілили обов'язки між членами сім'ї, і, як результат, залишилися неприбраними частини квартири тощо. Наш організм також реагує на такі неспокійні емоції.

### Відпочивати можна навчитися

Дуже негативно відображається на організмі людини зміна біоритмів. Свята, прихід гостей чи похід у гості часто змінює режим дня і ночі. Людина лягає далеко за північ, встає ближче до обіду. Це теж в майбутньому викликає не лише депресивні настрої, але й небажання йти на роботу, відчуття втоми і виснаження.

Найгірше у ситуації свят відчувають себе трудоголіки. Вимушена відпустка є для них великим стресом, оскільки вони загалом не вміють відпочивати і розслаблятися.

### Щоб організм оговтався після свят перед виходом на роботу, потрібно:

• Підготуйтеся заздалегідь. Якщо ви у родичів чи на відпочинку, приїздіть додому на 1-2 дні раніше. Коли ви потрапляєте на роботу з потягу чи автобуса - стрес організму забезпечений.

• Перед виходом на роботу перевірте свою електронну скриньку, необхідні папери чи документи, зберіть сумку, приготуйте одяг.

• Приберіть своє робоче місце, викиньте все зайве, поставте на стіл улюблений предмет, змініть календар.

• Розпочинайте свій робочий день з того, які плани ви побудуєте на наступні вихідні або нову відпустку. Випийте кави, полийте свій улюблений вазон.

• Не намічайте серйозних зустрічей чи відряджень у перший день перебування на роботі після відпустки чи свят.

• Оскільки після свят бажання працювати нерідко пропадає, акцентуйте свою увагу на позитивних аспектах вашої роботи, пригадайте приємні моменти, знайдіть мотивацію до продуктивної праці.

• Поспілкуйтесь з колегами, обміняйтесь враженнями від проведених свят, відео, фото, поділіться анекдотами та жартами.

• Влаштуйте розвантажувальні дні – вони полягають не у тому, щоби нічого взагалі не їсти (що є великим стресом для організму людини), а у тому, щоби замінити будь-які страви на овочі та фрукти, зелений тонізуючий чай.

• Прогулюйтесь на свіжому повітрі кожного вечора 1 годину перед сном.

У період Різдвяних свят, коли кожен з нас планує майбутнє, доцільно пам'ятати, що кардинально змінювати життя не потрібно, просто будь-які події треба вміти пережити! І нехай нам усім цьому щастить!

Розпитувала Марія Баліцька,





## ХРИСТОС РОДИВСЯ В ЯСЛАХ НА СІНІ І НИНІ МІЖ НАМИ ВІН ПРОБУВАЄ...

Різдво у моєму житті завжди тепле, затишне, родинне, святкове... На Різдвяні свята я їздив додому, до мами з татом на Івано-Франківщину, де збереглися цікаво-неповторні звичаї і традиції, яких трепетно дотримуються гуцули... В часі свят мені вдалося погостювати у сім'ї моєї сестри, весело провести час з племінницею Тетянюю. Для мене Різдво – це сніг, колядки і багато-багато смачних страв, та найсмачнішою на Свят-вечір, звичайно ж, була Кутя. Такою смачною вона буває тільки на свята. Мак, родзинки, мед, вишні, горіхи. Смакота. Колядував тільки вдома. Під час свят ми з сім'єю співаємо усі колядки і щедрівки, які знаємо, а які не знаємо – вчимо.

Вітаю усіх з Різдвом Христовим, з Новим роком, хай Вам щастить за кожним кроком, хай Матір Божка Вас охороняє, а Господь Бог здоров'я посилає. Покиньте смуток – радість нині: Христос родився в яслах на сні. І нині між нами Він пробуває. З святом великим, Христос ся рождає!

Андрій Луцик, студент 5 курсу факультету економіки та управління, старший лаборант сектору організаційно-масової роботи відділу гуманітарної освіти та виховання



## УКРАЇНСЬКИЙ НАРОД ВЕСЕЛО СВЯТКУЄ РІЗДВО ХРИСТОВЕ!

Зоряна Стасишин, магістр ФЕУ:

Різдво Христове – це чудове свято, в якому з'єдналися християнські традиції з обрядовістю язичництва. Саме така єдність зробила це свято справді народним, веселим, таким, що запам'ятовується надовго. У мою свідомість воно ввійшло зі святковою вечерею, до якої бабуся готувала обов'язково 12 страв; після вечері ходила від хати до хати колядувати, під місячним сяйвом, коли під ногами скрипів мороз, а сніжинки кружляли навколо, наче в казці.

Святий вечір проходить у сімейному колі та має урочистий характер. Під образами ставили «дідуха» — сніп з жита, пшениці або вівса. Дідух уявлявся місцем перебування духів праділів. Усе, що стояло на столі, створювало образ багатства, щастя, миру і спокою у домі. Зі святковими стравами дітей посилали до родичів, а ті передавали подарунки зі свого столу. Це сприймалося як побажання щастя, здоров'я, багатства. Головну страву Свят-вечора — багату кутю — похресники несли до своїх хресних матерів.

Уранці усією родиною йшли до церкви, щоб подякувати Богові за те, що послав на землю Божже Немовля — Спасителя роду людського. Вечері молоді та діти обходили кожну хату – колядували та сповідали радісну новину: «Пречиста Діва-Мати породила Сина!» В піснях славили господарів, бажали їм здоров'я, щастя, щедрого врожаю. До кожної хати стукав у двері Вертеп, ставили сценку. Переважно у вертепному дійстві брали участь хлопці, прославляли Дитя Божже, жартували до господарів дому, дарували колядки. Зараз відроджуються старі традиції, особливо у селах – і саме це найбільше мені пам'ятається. Після Різдва невдовзі наступав щедрий вечір – перед Богоявленням, Хрещення Ісуса Христа у річці Йордан – Водохреща, коли люди купуються у річках, оздоровляли свою душу і тіло свяченою водою.

Вішую вам нині усі добрі люди. Нехай поміч Божка завжди з вами буде.

Хай кожної днини, кожної години Бог благословить, біда хай загине!

Нехай смутку й горя не буде між вами, Здоров'я і щастя прибуває з роками,  
Нехай добре родить жито і пшениця, Усякеє збіжжя, усяка папиця. Хай пісня не згине у рідному краю,  
Калина хай квітне в зеленому гаю. Хай ріднеє слово серця зігриває, А наша Україна нехай процвітає Христос ся Рождає!

## СВЯТА ВЕЧЕРЯ, В'ЯЗКИ СІНА І ДІДУХ – РІЗДВА СВЯТОГО ДИВОВИЖНИЙ ДУХ!

Найбільше очікую приходу Різдва, адже це свято щороку приносить тепло і радість. Скільки себе пам'ятаю, я завжди зустрічала Різдво Христове у колі своєї родини. Напередодні цього свята уся наша родина збирається в домі моїх дідуся і бабусі. У їхньому будинку вже багато років святкуємо Різдво.

На Святу Вечерю 6 січня накриваємо стіл із 12 страв. У будинку горять свічки і цього вечора усі стежать за небом, очікуючи появи першої зірки. Бабуся завжди під скатертинкою по краях ставить чашник, щоби все погане відігнати.

Посеред столу, у спеціально зідля свята напередодні спеченій паляниці, горить свічка. І коли вже все готово, вносять до хати «Святки». Для цього найстарший господар бере з собою наймолодшу дитину, яка є в хаті, і йдуть до хліва.

Там вже стоять приготовлений Дідух та 12 в'язок запашиного сіна. Все це беруть і приносять до хати, де сім'я буде вечеряти. Дідуха вносять до хати і ставлять на покутті. Доки він там стоїть, суворо забороняється виконувати будь-яку роботу. Головні різдвяні страви – це кутя та узвар. Найстарший господар бере ложку кутю й промовляє молитву.

Традиційно на цю вечерю готуємо пісний борщ, капуняк, вареники з капустою, гриби та ін. Після вечері кутю та ще декілька страв не прибираємо, а залишаємо для духів померлих предків, які, згідно до вірувань українців, також «приходили» на вечерю.

Опівночі ідемо усією сім'єю до церкви. І вже на саме Різдво після приходу з церкви сідаємо за багатий обід – святкуємо і чекаємо колядників. А коли вони приходять, – то і ми усією родиною радо колядуємо з ними.

Ще пам'ятаю від самого малечку, як бабуся казала, що саме у Різдвяний вечір у нашій родині пробачають всі набуті за рік образи. Вважається, що це свято не можна проводити на самоті або в дорозі.

Наша сім'я у ці дні не забуває про тих, хто не може посидіти за родинним столом. Вважалося, що сам Христос в образі самотника сходить в цей день на Землю і стукає у двері будинків. Звіди і традиція – здійснювати в цей день безкорисливі справи, допомагати тим, хто волею випадку позбавлений святкового частування, тепла, сімейного вогнища.

Вже довгий праміжок часу прекрасні сімейні традиції зберігають єдність нашої родини.

Саме зі своєї родини іде у світ людина і несе в нього своє серце, наповнене добром і любов'ю, відчуттям краси і справедливості. Тому не забуваймо своє коріння і традиції своїх родин, щоби наші діти могли з гідністю передати їх своїм нащадкам.

З нагоди Різдвяних свят вітаю усю університетську родину – зичу міцного здоров'я, добробуту, сімейного затишку та щасливої долі Вам і Вашим родинам!

Ірина Сокіл, студентка ТНЕУ 2009-2014рр., економіст-аналітик у «GE»





Студенти святкують...

## НАЙЦІННІШІ МИТИ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ – ПРОВЕДЕНІ У КОЛІ НАЙДОРОЖЧИХ ЛЮДЕЙ



Різдво це найулюбленіше християнське свято моєї родини. За новим календарем це свято святкується 7 січня – адже в цей день, понад два тисячоліття тому, народився маленький Ісусик. Вважаю що, Різдво Христове – це родинне свято, тому що я звикла святкувати його з батьками, родичами, бабусяю.

Дух Різдва у нас вдома починає витати ще зранку 6 січня, коли ми з мамою починаємо приготувати різноманітні, смачні пісні страви, а кутю – з горіхами та родзинками на солодкому узварі – завжди варить для нас бабуся. Коли смеркає, я беру трохи куті і йду в гості до своєї Хресної мами, пригощаю її кутею та висловлюю її свою повагу, як другій – духовній – матері. У відповідь, вона пригощає мене різними ласощами, цукерками та дарує подарунок.

Коли на небі з'являється Зоря-провісниця, вся наша велика родина збирається за Свят-вечірнім столом. Ми молимося, їмо кутю та інші страви, згадуємо померлих родичів, а потім мама залишає їм кутю на столі і запалює свічку. Після вечері ми даруємо один одному різні подарунки, поздоровляємо всіх з Різдвам – це моя сама улюблена частина святкування. Але потім ми ще довго колядуємо та прославляємо народження Христа. Мені здається, що такі моменти в житті є найціннішими, тому що вони проведені в колі найдорожчих людей. Я бажаю усім побільше таких хвилин щастя, сповнених любові та взаєморозуміння.

Дорогі ровесники, друзі, нехай це величне свято Різдва Христового принесе у Ваші домівки мир і тепло, щастя і радість, Божє благословення і світлі сподівання. Хай завжди з вами буде Божє ласка, а Вифлємовська ясна Зоря хай осяває ваш життєвий шлях! Христос Рождається! Славимо Його!  
Юлія Ковальчук, студентка ФЕУ

### НА РІЗДВЯНІ СВЯТА ТРАПЛЯЮТЬСЯ ДИВА...

Чудеса та присмії миттєвості, що запам'ятовуються надовго – трапляються, на мою думку, саме на Різдвяні свята, бо, хоч і дорослі, але завжди стаємо дітьми в цей час – коли всі буденні справи та думки відходять на задній план, коли просто насолоджуємося яскравими моментами та емоціями з найріднішими, коли велика та дружня родина збирається разом – і ми колядуємо, прославляючи Христа...

Так і є для мене!!! А ще – це свято сім'ї, мрії та традицій; Богом благословенний час для того, щоби забути старі образи, перепросити тих, кого ми могли образити, подякувати тим, хто зробив нам добро чи просто був поруч з нами протягом цього року.

Дорогі ровесники, вінішую Вас у цей свято-казковий час і зичу кожному: життя хай казкою здається, усе задумане здійсниться, негоди хай обходять стороною, рідні завжди будуть з тобою, кохання та радості, здоров'я і мрії, Миру та щастя, Віри і Надії, Тепла і Достатку, нехай усе й завжди буде в порядку!!!!

Олександра Струмчинська, МОА-41 ФЕУ



### РІЗДВЯНІ СВЯТА ДЛЯ МЕНЕ ДУЖЕ ОСОБЛИВІ...

Христос Рождається! Славимо Його! В моїй родині серед зимових свят дуже шанується не тільки Новий Рік, але й Різдво Христове. Для нас це родинне свято. На Святвечір ми з мамою готуємо 12 пісних страв, а тато кутю. Після того, як на небі зійде перша зірка, починаємо святкувати. Різдвяні свята в нас супроводжуються колядками, які в моїй родині знають всі. Ми самі колядуємо, приймаємо колядників, відзначаємо це свято в краєвих традиціях, які прищепили мені з дитинства мої батьки та дідусь з бабусяю. Використовуємо всі атрибути Різдва, які ще зберелися. А вже на перший та другий день Різдвяних свят ходимо в гості до друзів, кумів, а вони – приходять до нас.

Взагалі, Різдвяні дні для мене дуже особливі, і тому хочеться їх провести в колі друзів та близьких мені людей. А цьогоріч ще й погода сприяє створенню відповідного настрою. Бережімо свої сімейні традиції та один одного.

Олеся Соболік, студентка групи ЕПП-51 ФЕУ

### Різдво – найулюбленіше християнське свято моєї родини!

У моїй сім'ї є традиція всім збиратися в бабусиній дамівці напередодні святої вечері – разом пекти пампушки і ліпити вареники. Під час приготування, начебто, такої дрібнички, тебе наповнює різдвяний сімейний дух, який задає настрою на всі свята. Під час вечері всі смакують традиційні 12 страв, з яких для мене найсмачнішими є пампушки.

Святий вечір... На столі горить різдвяна свічка, всі разом колядують, маленькі колядники тішають дорослих своїми щирими вінішуваннями, від яких множиться радість у родині.

Вітаю Всіх з Новим роком та Різдвам Христовим! Бажаю, щоби Новий рік вніс у наше життя поліпшення, нові здобутки і звершення! Христос рождається! Славимо Христа!

Вероніка Рогожкіна, студентка групи ОКР-41 ФОА

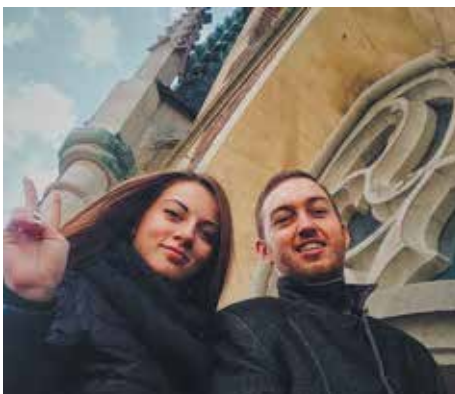
### ЗБЕРЕЖЕМО і ПРИМНОЖИМО ТРАДИЦІЇ НАШОГО РОДУ і НАРОДУ!

З кожним роком святкування Різдва стає менш грандіознішим. Особливо, коли ти живеш у місті. Можливо, коли ми були меншими, то нам було цікавіше, адже ми брали участь у вертепах та колядували – збирали кошти на якісь солодощі або давно омріяні речі...

Мені цьогоріч пощастило, адже перед самим Різдвам ми вечеряли в моєї бабусі – усі з дванацяти страв були смачними. Також особливістю є те, що кожна господиня готує кутю за своїм рецептом, і часто з року в рік вона має інший смак. Цьогорічна кутя була дуже-дуже смачною... За Свят-вечірнім столом зібралась вся родина. Ми колядували вдома, потім дарували колядки сусідам. А зранку після ранкового богослужіння до нас прийшов Вертеп.

Всім студентам бажаю дотримуватись традицій своїх предків. Христос Рождається. Славимо Його!

Олег Сивик, студент групи ФБС-41, студентський декан ФББ





ДАЙ БОЖЕ НА ЖИТО – ЩОБИ В МИРІ, У ЩАСТІ І В РАДОСТІ ЖИТИ!



усе, про що мрієте!

Мар'яна Соловенок, студентка групи ФМО-33

**НЕХАЙ КВІТНЕ СТУДЕНТСЬКЕ ЩАСТЯ  
ВІНКОМ КАЛИНОВИМ...**

Новорічно-Різдвяні свята пройшли добре, у захищеному родинному колі. Новий рік ми зустріли скромно (у моїй сім'ї більше шанують Старий Новий рік, так як у сім'ї є два Василі та й у час передріздвяного посту гучно святкувати не годиться).

На Різдво ми зустрічали гостей і самі ходили у гості.

Як на мене, то всі великі рокові свята мають відтінок сімейного зашишки, це, у першу чергу, привід для родинних зустрічей. Саме тому я дуже люблю такі події і з нетерпінням на них чекаю!

Найсмачніша страва на Святвечір це, безумовно, кутя. Хоча цього року, мені дуже смакував борщ з капусти та сушених грибів.

Колядувати я не ходила, але ми співали колядки за святковим столом.

Нам страшенно подобаються колядки у виконанні хору, зокрема, улюблена колядка - «Три славні царі». А ще ми слухасмо записи колядок різних народів світу.



Дорогі студенти, вітаю Вас із Різдвом Христовим!

Щоб Вам шастя квітло  
Вінком калиновим,  
Щоб над Вашим домом Слава панувала,  
А під мирним дахом – Любов розквітала!!!

Тетяна Редько, студентка групи МЕВ-41 ННІМЕВ ім. Богдана Гаврилишина

Славне Різдво Христове ми святкували по-українськи - у тісному родинному колі - із синочком Володимиром. Цікавим було відчуття першого повноцінного свята, утрюх – тато, мама і син. Улюблена страва на Святий вечір – кутя. Дзвінка коляда лунала із каналів телебачення, а ми підслівували колядникам. Ми з чоловіком Віталієм любимо слухати маловідомі колядки, цього разу у виконанні Тіни Кароль - «Дай Боже на жито». Наш син Володя ще притримується молочної діти, але побачити щедрий Свят-вечірній стіл і понюхати страви йому таки вдалося...



Усією нашою родинною здоровим студентів, вішчуємо, читачі, «Університетської думки», і Вас! У новому році буде добрий час! Гаразди і добрі гості завітають на поріг, і буде мир, і буде радість, і буде щастя й буде сміх!

Оксана Кічак, методист відділу гуманітарної освіти та виховання, солістка гурту «Називний відмінок»

**ВЕЛИКЕ ЩАСТЯ ПОЧУВАТИСЯ  
МАЛЕНЬКОЮ БІЛЯ НАЙРІДНІШИХ  
СЕРЦЮ ЛЮДЕЙ!**

Щороку чекаю Різдвяних свят – як особливого Дива у житті. Мій Свят-вечір – це щастя тримати однією рукою руку мами, а другою – руку тата і почуватися маленькою дівчинкою, яка дочекалася першої Зірки і нового Різдва з його маленькими і великими, видимими і невидимими дивами...

Дорогі студенти Тернопільського національного економічного університету, хай у вашому житті завжди поруч будуть люди, яких хочеться тримати за руки, чути їхні голоси, відчувати їхнє тепло. Бережіть свої родини і Україну!

Христос народився! Славимо Його!

Олена Задорожна, випускниця ФОА



МЕДАЛЬНИЙ ПОЧИН АНАСТАСІЇ МЕРКУШИНОЇ



**Спорт**

27 січня в румунському місті Чайле-Градїштей стартував юніорський чемпіонат світу з біатлону. Вже в другий змагальний день скарбничка української команди поповнилася першою нагородою. Вдвічі приємніше, що вона на рахунку студентки ТНЕУ Анастасії Меркушиної, яка посіла друге місце в індивідуальній гонці на 12,5 кілометрів, допустивши на чотирьох воєгневих рубежах лише 1 промах і показавши відмінну швидкість на дистанції.

Вітаємо нашу спортсменку з високим результатом і бажаємо перемог в наступних стартах!

Відділ інформації та зв'язків з громадськістю

Фото з сайту <http://www.biathlon.com.ua>



*Тиха ніч, Свята ніч! Ой, зітри сльози з віч, Бо Син Божий йде до нас,  
Цілий світ Любов'ю спас, Вітай нам, Святе Дитя!*

## РАДІСНЕ РІЗДВО СВІТЛАНИ СОРОЧИНСЬКОЇ



РІЗДВО є одним з найулюбленіших свят християн світу. Кожна країна має свої традиції святкування... Але Різдво в Українській родині має особливий шарм, особливий колорит, особливу шанобливість, особливу таїну...

- Що є для Вас Різдво і яким було свято 2016 року- запитую в заслуженого працівника культури України, начальника відділу гуманітарної освіти та виховання ТНЕУ Світлани Сорочинської.

- Для мене Різдво – це, насамперед, добре, ніжне, щире, родинне

єднання за Свят-вечірнім столом, яке розпочинається спільною молитвою, а закінчується веселою колядкою.

- Світлано Миколаївно, зізнавайтесь щиро: яка ваша улюблена Свят-вечірня страва?

- Звісно, кутя! Дуже люблю кутю і щороку готую її з особливим настроєм, адже за родинним столом збирається чотири покоління – моя мама, мої діти і онуки... Так тепло, так затишно стає на душі від того, що ми усі – разом, що ми згуртуємося, що ми – родина.

- Що звеселило вашу родину у свят-вечірній час?  
- Мого онукові Дем'янові уже п'ять років, і він з усією серйозністю до дорученої йому справи виглядав перцю зіроньку – Вифлємську Зорю. І ота його дитяча дорослість веселила нас. Але онук таки перший помітив зіроньку і повідомив нас, відтак ми засвітили в хаті ялиночку, запалили Вифлємську свічку, помолилися і сіли вечеряти... Ми завжди готуємо дванадцять пісних страв і кожену страву куштуємо, щоби наступний рік був щасливій.

- Що для Вас найголовніше в часі Різдвяних свят?  
- Найголовніше - це побажати один одному щастя, здоров'я та добробуту. Різдво є сімейним святом, і тому не обходиться без подарунків.

- Відчиняєте двері колядникам?  
- Завжди чекаємо колядників і радо запрошуємо їх до хати. Цьогоріч колядники приходили 8 січня – у день Собору Пресвятої Богородиці, коли вітають з іменинами усіх, хто носить ім'я Марія. Моя невісточка має таке благословенне ім'я, і колядники вітали нашу Марічку з іменинами та співали для неї і для усіх нас Многая літа! А потім до нас приходив Вертеп – таке величне Різдвяне дійство відтворене у вашій хаті – приносить радість, втіху, розраду і нагадування жити по Правді, жити в Любові, бо новонароджений Ісус є Любов!  
- Світлано Миколаївно, а яка ваша улюблена колядка?

- Нова радість стала...  
- Давайте, заколядуємо...  
- Заколядуємо... Нова Радість стала, яка не бувала, Над Вертепом Звізда Ясна світлом засіяла. Де Христос родився, з Діви воплотився, Як чоловік пеленами убого оповився. Пастушки з ягнятком перед тим Дитятком На колінях припадають, Царя-Бога вихваляють. – Ой ти, Царю, Царю, небесний Владарю, Даруй літа щасливій цього дому господарю. Даруй господарю, даруй господині,

Марія Баліцька, головний редактор газети ТНЕУ  
«Університетська думка»

Різдвяна Зірка дарує нові Надії!!!

## «НАШЕ РІЗДВО»

Культура українського народу бере свої витoki з давньої релігійної обрядовості. Магічне свято Різдва належить до найулюбленіших, бо зближує рідних людей небувалою подією – народження Спасителя. Світла радісна атмосфера панує в кожній хаті. В кутку ставимо життєвий сніп («діда»), як символ предків роду. В оселі пахне сіном. Ми сідаємо за стіл, де традиційні дванадцять страв нагадують нам про родючість рідної землі. Старі батьки дають відчуття себе дитиною. Особливо, коли батько бере тарілку з просфорою, помащеною медом, всі підходять до нього, діляться нею, бажають собі щастя і здоров'я, миру та благодаті в родині.

Чекаси того свята, як повернення в дитинство, коли здійснюється казка про народження першої Зірки, і святкова коляда, якій сотні років, сповнює все навколо неймовірним відчуттям причетності до Дива. Різдвяна Зірка дарує нові надії!!! Хай наступний рік буде без втрат.. Хай добро перемагає зло..

Але кожен рік когось таки, та забирає.. Тому задуєши родичів, що відійшли у вічність... За традицією, залишаємо на вікні різдвяної страви, бо Духи завжди прилітають до рідної оселі на свята.

Слухайте!!! Бог ся рождає... Славимо його!!! Звідусіль лунають побажання «Щасливого Різдва!». Україною витає дух справжнього свята – з вертепом, колядою, частуванням, різноманітними обрядовими дійствами, морозом і снігом.

Не важливо, в якому ви місті, важливо де і з ким, аби дух Різдва був з вами! Сьогодні ми з родиною, чудовим товариством друзів, з любов'ю в серці!!!

Україно! Вітаю Тебе з Різдвом Христовим! Нехай новонароджений Ісусик принесе у цьому році мир і спокій, а Мати Господня дарує всім нам радість, здоров'я, щастя та вневністості у завтрашньому дні! Слава Тобі, багатостраждальна Україно, а також Твоєму вірним захисникам!!! Христос Рождається! Славимо Його!

Надія Білик, кандидат історичних наук, доцент кафедри ДДУ

## НА СТАРИЙ НОВИЙ РІК ІМЕННИ У ВАСИЛЯ І У ВАСИЛИНИ!

Новорічно-Різдвяні свята – одні з найочікуваніших свят для мене та моєї родини. З-поміж багатьох сучасних свят Новий рік є найулюбленішим. Можливо, тому що обіцяє зустріч із чимось таємничим, дає надію, що прийдешній час буде кращим, ніж минулий.

Традиційним святковим символом на Новий рік в нашій оселі є ялинка. Вступаючи до нового року, кожен з нашої сім'ї, загадуючи бажання, прикрашає ялинку кольоровими бантиками з побажаннями, які неодмінно здійснюються.

Свято Різдва Христового тішить своїм затишком та спокоєм всю нашу родину. Розпочинається свято 6 січня із Святої вечері. Цей день в усіх асоціюється із такою смачною стравою як кутя. Вона красується на столі серед ще 11 страв. Кутя – окраса. Це – перша страва, яку їдять. І саме цю страву у залюбки готую з мамою та сестрою. А от перша ложка куті дістається господарю дому, нашому батьку. Тато вітає усіх: «Дай, Боже, добрий вечір. Зі святою колядою. Дай, Боже, дочекаю до Різдва, від Різдва до Марії, від Марії до Степана, від Степана до Василя, від Василя до Богоявлення, від Богоявлення до Івана, від Івана до Великодня. Христос рождається». Передує Святій вечері спільна молитва. Після вечері вє наша сім'я колядує. Улюблена наша колядка «Добрий вечір тобі, пане господарю, радіуйся, ой, радіуйся, Земле, Син Божий народився...»

А той другий празник – Святого Василя. Свято, яке поєднує в собі українські традиції посівання. А для мене особисто, це день моїх іменин. Перший посівальник на Новий Рік, звичайно, є і першим «полазником», який приносить до хати щастя. Зазвичай, це рідні та близькі нам люди.

Ще не встигли прийти свята, як скоро вони відходять. Особливу роль у святі Хрещення відіграє вода. Напередодні Водохреща ми з дівчатами маємо традицію – збирати сніг зі стогів. Вважається, що умивання цим снігом відбілює шкіру, дарує рум'янець на весь рік і взагалі робить дівчину красунею. Крім того, мало хто знає, що сніг, зібраний у водохрещний вечір, вважається цілющим, як і вода.

Дорогі студенти! Вітаю Вас з Різдвом Христовим, з Новим роком, хай Вам щастить за кожним кроком. Зичу Вам міцного здоров'я, успіхів, родинного щастя, достатку і благополуччя! Бажаю гарного настрою і любові, нехай у Вашому житті панують гармонія та удача! Христос Рождається! Славимо Його!

Василина Слебедюк, студентка групи MOA-31 ФЕУ, «СтудМісТНЕУ-2016»



**Університетська  
Думка**  
Засновник і видавець  
Тернопільський Національний  
економічний університет

Ресстраційне свідоцтво  
ТР №424-24пр від 25.12.2006 р.  
Адреса редакції:  
46009 м. Тернопіль, вул. Львівська, 11  
+38(0352)47-50-63; +38-067-26-76-493  
Gazeta@tneu.edu.ua

Головний редактор Марія Баліцька  
Фото - Відділ інформації та зв'язків  
з громадськістю ТНЕУ  
Марія Баліцька - оригінал-макет, верстка, дизайн  
Газета виходить з благоїдінною метою для  
безплатного розповсюдження  
Тираж 1000 зам. №12

За зміст і достовірність фактів відповідає автор публікації. Висловлені авторами думки можуть не збігатися з позицією редакції. Редакція залишає за собою право редагувати схвалені до друку тексти.  
При передруку посилання на «Університетську думку» — обов'язкове!