

Стресс (из поэмы Вильяма Голдсмита)

Вот определение стресса, друзья!

Это на беспорядок твоя реакция.

Стресс от боли до удовольствия.

К основным элементам изменения относится.

Приспособься или умри - запомни факт,

С телом твоим сохраняй свой контакт.

Сердце ускоряется, кишечник замедляется,

А мышцы лицевые в гневе хмурятся.

Дело в том, что стресс для каждого свой,

Это вовсе не значит, что ты слабый или тупой.

Стресс для всех обычен, и для зверей - не миф.

Наличие его доказывает, что ты всё ещё жив.

*Перевод выполнила ученица 11б класса МБОУ гимназия №1
им. Н. Островского г. Туапсе Рындина Карина, 2020-2021
учебный год.*