

ТАК НІХТО НЕ КОХАВ



Після загибелі чоловіка (якийсь час він, правда, був у списку бійців, котрі пропали безвісти), Ірина Хвас вирішила стати військовослужбовцем – підписала контракт на три роки, хоч спочатку почула у військкоматі категоричне: «Ні!».

Після загибелі чоловіка-Героя мама двох дітей стала військовослужбовцем

● **НЕЗАГОЙНА РАНА** «Іноді мені хочеться піти на лінію вогню і вбити хоча б одного «орка», – каже волинянка Ірина ХВАС

Катерина ЗУБЧУК, заслужений журналіст України

Після останнього бою Олександр Хвас («Санич») був у списках тих, хто пропав безвісти, але його дружина Ірина вже знала, що він загинув – і дива не станеться. – Так обставини склалися, що на початку

лютого 2024 року, коли Саша не повернувся з позиції, я була якраз у нього, на Запоріжжі, – каже жінка. – Інакше, як і багато дружин, матерів, жила б із надією, що, може, він живий або – в полоні...

І ця надія довго жевріла б. У травні 2025-го

тіло Олександра Хваса, в числі інших загиблих, ворог повернув в Україну. А 5 вересня, коли після ДНК-експертизи його було ідентифіковано, Ірина одержала свідоцтво про смерть чоловіка. На той час вона вже півтора року була... в Збройних Силах України.

Історія до сліз – на с. 2 – 3

Чому українці дітей знаходять у капусті?

● **КОХАЙТЕСЯ, ЧОРНОБРИВИ!**

Виявляється, навіть пристойні фрази про «тримати свічку», «товкти воду в ступі» і «спіймати облизня» мають не дуже пристойне походження



«Капустянички» – так в Україні називають позашлюбних дітей. До речі, у Франції у капусті знаходять тільки хлопчиків, а ось дівчаток – виключно в трояндах.



Пікантна тема – на с. 6, с. 11

Ольга знайшла доньку через 50 років



Фотоколаж: volyn.com.ua / chatgpt.com.



Момент зустрічі мами і доньки в програмі «Стосується кожного» на телеканалі «Говорить Україна».

● **ПЕРЕХРЕСТЯ ДОЛІ**

Вона залишила її на сьомий день. І все життя жила з цією датою...

І через пів століття вона пам'ятала, як тоді пахло у палаті – ліками і чимось ще, тривожним. Як за вікном ще не впевнено приходила весна. Як у тиші раптом прорізався дитячий плач – її плач. Вона тримала доньку на руках. Маленьку. Теплу. Свою. Встигла дати їй ім'я. Олена. Сім днів. Сім днів вона була мамою. А на восьмий – перестала

Зворушлива розповідь – на с. 16 і 6

РЕКЛАМА

МАТУШКА ЄФРОСИНІЯ



Обдарована людина, яка допомагає людям протягом всього життя

- ◆ Позбавить проблем будь-якої складності.
- ◆ Допоможе позбутися самотності, зустріти своє кохання і бути щасливими у шлюбі.
- ◆ Вирішить сімейні проблеми. ◆ Налагодить подружні стосунки. ◆ Допоможе знайти свій шлях у житті та позбутися депресії.

ДОПОМАГАЄ ДИСТАНЦІЙНО

Тел. 050-282-35-15 viber, whatsapp

Рішення про видачу ліцензії: наказ МОЗ від 13.06.2025 №968.

«ЖІНКА, ЩО ПОХОВАЛА ТІЛЬКИ РУКУ...»

● З ВИСОТИ ДУШІ

У нинішній нашій поетичній колонці вірші Галини Крук – однієї з найяскравіших представниць сучасної української поезії, творчість якої пройшла шлях від вишуканої інтимної лірики до глибокої воєнної метафорики. Її твори відомі своєю емоційною точністю, інтелектуалізмом та здатністю знаходити слова для найскладніших людських переживань. 19 лютого 2019 року під час виступу у Верховній Раді президент Європейської Ради Дональд Туск зачитав вірш Галини Крук, написаний у лютому 2014 року під час розстрілів на Майдані: «Усі ми, Європо, так глибоко стурбовані, що деякі навіть убиті...» Польський політик виголосив поезію українською мовою, підкреслюючи солідарність Європейського Союзу з українським народом



Галина КРУК

Жінка, що поховала тільки руку...

Жінка, що поховала тільки руку з усіх своїх сил тримається за цю руку тримається за неї, коли їде містом і бачить інші щасливі пари хапається за неї на мокрому і слизькому, коли виходить з маршрутки, коли відчуває втому коли засинає, думає про руку коли прокидається, відчуває на собі гарячу важку руку коли бере дитину на руки, коли не доходять руки, коли опускаються руки і все випадає з рук, коли більше не може тримати себе в руках згадає, як він дзвонив за кілька днів до того, як перестав дзвонити, посеред ночі просив розбудити доню, щоб попрощатись а доня – нічого не пам'ятає із тої ночі зовсім не пам'ятає. зовсім маленька за сою їй ще триматися, як не за цю руку щоб не забути всього решта щоб не забути нічого щоб не забути

(2022)

*** Марсове поле

Прилітає, лягає поруч. Снаряд
Спи, мій сину, спи, колише-колишеться
мати.
Останній ряд.
Серед цих прапорів вітер чується
святотат
цем, татем –
гасить свічок язика,
– а за ким, а за ким, –
тріпотять вони, – ти прийшла
помирати?
Переповнена, ненаситна земля, жива
важко сіяти в неї найніжніші слова,
важко крізь неї говорити, важко нею йти,
бо ростуть, і ростуть, і ростуть
хрести.
прилітає, лягає поруч, снаряд.
Спи, мій сину, спи. Інша мати. Ще один ряд.
(2024)

Після загибелі чоловіка-Героя мама двох дітей стала військовослужбовцем



Таїнство вінчання.

● НЕЗАГОЙНА РАНА

Катерина ЗУБЧУК,
заслужений журналіст України

«Я НАРОДИЛАСЯ Й ВИРОСЛА НА ДОНЕЧЧИНІ, ХОЧ КОРИННЯ У МЕНЕ – Й ВОЛИНСЬКЕ»

Нам пощастило зустрітися з Іриною – на час мого відрядження на Любомльщину вона якраз приїхала додому...

З автомобіля вийшла молода жінка у військовій формі, й можна було не сумніватися, що це і є та сама Ірина Хвас із Гуцї, про яку вже чула від керівництва Рівненської громади. Хоч, як з'ясується, життя героїні нашої публікації починалося не на Волині.

– Я народилася й виросла в Донецькій області, хоч коріння у мене – й волинське, – каже вона. – Мої обидві бабусі – по татовій і маминій лінії – із Гуцї. Татова мама свого часу виїхала на роботу на Донеччину. Як розповідала не раз, втікала від важкої колгоспної праці – від того льону, який треба було полоти, рвати, тіпати. Там, на Донеччині, в селі Розсипне Шахтарського району, познайомилася з місцевим хлопцем, заміж вийшла. Народився син. І от коли вона із сім'єю приїжджала до своїх батьків на Любомльщину, то мій тато зустрів тут свою половинку. Вони одружилися й зразу поїхали жити на Донбас. У Розсипному я з'явилася на світ, моя сестра. Але, як це буває, сімейне життя в батьків не склалося, й мама повернулася додому. Моя сестра жила то тут, то там, а я виключно – з бабусяю й дідусем на Донбасі – Вірою Миколаївною та Миколою Петровичем Склярівими. Дідуся не стало, коли я мала дванадцять, – далі мене піднімала, як мовиться, на ноги сама бабуся. Із мамою бачилася лише час від часу. Коли ж я закінчила школу, то вона покликала мене до себе: «Я тебе не ростила, то хоч тут вчитися будеш, професію здобуватимеш».

От таким чином Ірина приїхала в Гуцу, що на Любомльщині. А далі «все було якось так швидко»: знайомство із Олександром, який вернувся якраз із строкової служби, зустрічі закоханих, освідчення – скоро, за словами жінки, вони почали жити удвох, а в 2004 році й весілля відгуляли.

Склярова Ірина (таке її дівоче прізвище) стала – Хвас. У подружжя народилися донька й син. Молода сім'я жила спочатку в старенькій хатині Сашиної бабусі, яку згодом розвалили й побудували врем'янку.

«У МЕНЕ ДВОЄ ДІТЕЙ – КОМУ, ЯК НЕ МЕНІ, ЇХ ЗАХИЩАТИ?»

У подружжя було своє усталене життя – Ірина доглядала дітей, хазяйнувала, а Олександр на терміналі працював. Час від часу в Польщу їздив на заробітки, бо ж планували дім побудувати. Ці плани життя підкоректувало. У 2014-му Олександра мобілізували – рік служив в АТО, був в артилерії.

– А коли 24 лютого 2022-го почалася повномасштабна війна, – пригадує Ірина, – то Саша був водієм на «швидкій» у Рівненській громаді, та зразу ж вирішив йти у військо. Довго їздив у військкомат, але його не хотіли брати. Знаю, що начальник чоловіка з Луцька навіть телефонував у ТЦК і говорив, що в нього є броня: мовляв, я його нікуди не відпущу. Але за третім чи четвертим разом у військкоматі зрозуміли, що Саша не буде сидіти вдома, і взяли його на службу. Хоч він при бажанні міг отримати групу інвалідності, бо свого часу мав дві складні операції на нозі у зв'язку з пошкодженням мениска. Тобто можливість і без броні на «швидкій» оформити відстрочку від призову. Але він сказав: «У мене двоє дітей – кому, як не мені, їх захищати?» і вже у квітні пішов на війну.

Було навчання на полігоні в Старичах на Львівщині, де сформувалася 65-а окрема бригада, й Олександр Хвас став сапером. До того ж – сапе-



Подружжя Хвасів невдовзі після весілля побувало з колективом Ягодинської митниці, де Олександр працював на той час різноробочим, у Києво-Печерській лаврі.

ром-розвідником. Тобто він мав пройти першим й очистити, забезпечити той шлях, яким після нього підуть побратими, зокрема піхота. У кінці червня 2022-го він поїхав уже на Запоріжжя – служив на Оріхівському напрямку, де, на жаль, і загинув 4 лютого 2024-го.

– Саша сам по собі – людина з великої літери, – говорить Ірина, вертаючись до тих днів, коли він був живий. – Це не просто мої слова. Так скаже кожен, із ким він працював, був на війні. Чесний, справедливий, розумний, мудрий, добрий... Найкращі якості, які можуть бути в людини, – були в нього. Я йому сама казала, зокрема і в останній рік його життя, коли до нього приїжджала на Запоріжжя: «Саша, ти – святий! Навіть нема до чого причепитися!». Він – найкращий і тато, й чоловік, дбайливий господар, чудовий сім'янин – не було такого, щоб пішов кудись із друзями, наприклад, на пиво, а ми з дить-



Олександр Хвас був сапером-розвідником – розмінював й забезпечував шлях для своїх побратимів, які йшли після нього.

ми вдома сиділи. Саша весь час був із сім'єю, родиною. Хоч і працював на «швидкій», але раз на рік, під час відпустки, їздив у Польщу, щоб на малині заробити – плани ж були побудуватися. Під час війни він купив щербинь, блоки. Але його задум уже діти реалізують. Донька, Ангеліна, торік вийшла заміж, тож маю зятя. Син, Ярослав, навчається в Шацькому лісовому коледжі.

Про останні дні життя чоловіка в Ірини ось такий болючий спогад:

– У кінці грудня 2023-го Саша був вдома. Ми разом зустрічали Новий рік. А в кінці січня 2024 – го я до нього поїхала. І знаєте впродовж тих днів, які ми були разом, я ловила себе на думці, що чоловік якийсь «не такий». Погляд у нього був незвичний. Ми прожили з Сашею майже двадцять років – я його добре знала, й ця переміна не могла залишитися непоміченою. До дрібничок пам'ятаю останні години, коли ми були разом.

Десь о другій годині ночі чоловік відправився на виїзд. Ще, пригадую, повертався, бо щось забувся. Вийшов і поїхав. А о восьмій ранку не телефонує. Розумію, що зайняті хлопці, – свою роботу вони виконували, поки відносно темно, бо коли розвидняється, то дрони ворога літають. Набрала його номер – хотілося дізнатися чи вертаються. Не відповідає... Сиджу в кімнаті, в якій ми з ним жили. Перед очима – якийсь білий туман. І така пронизлива тиша, що не передає словами, – це треба відчувати. Розумію, що щось сталося. Починаю знову телефонувати – номер «поза зоною». Вранці приходить його ротний, взводний – обидва знали, що я тут. Вони стоять у дверях, я дивлюсь на них і кажу: «Саші вже нема...». «Нема», – чую у відповідь.

«Я ПОПРОСИЛАСЯ НА СЛУЖБУ. ВІЙСЬКОВИЙ КОМІСАР СКАЗАВ КАТЕГОРИЧНЕ: «НІ!»

Як згодом дізнається Ірина від побратимів чоловіка, перш упав дрон. Потім був танковий бій – троє загинуло, четвертий вижив, бо він на той момент відійшов в інше місце щось взяти. Вона

бачила навіть відео з того бою, зроблене російськими (є такі ворожі канали, які показують, як вони українських бійців знищують).

– Саша був у списку тих, хто пропав безвісти, – каже Ірина. – Я ж завдяки тому, що якраз там була, знала, що він загинув. Інакше, одержавши з військкомату сповіщення, як і багато дружин, матерів, жила б із надією, що, може, він живий або – в полоні... І, згідно з процедурою, передбаченою в цьому випадку, зверталася б у різні інстанції, стукала б у всі двері. А так у мене не було безнадійної надії. Я відразу зателефонувала дочці, а також сестрі, й вона з чоловіком приїхала за мною. Вже вдома, разом із дітьми, звернулася в поліцію, і ми всі здали ДНК. У військкоматі понаписувала відповідні заяви. І тут же зайшла до військового комісара й попросилася на службу. Він сказав категоричне: «Ні!». Далі – розтлумачив: у тебе, мовляв, – стрес, ти погаражувала, приймаючи таке рішення. Через декілька днів я знов приїшла до нього з тим же проханням. Його рішення – незмінне: «Я тебе не візьму на службу, бо в тебе чоловік загинув, – мені моя совість не дозволить це зробити». Ще чотири дні я побула на Волині, а потім взяла квиток і повернулася на Запоріжжя. Найперше пішла до ротного Саші – прямого його командира. Попросила, щоб узяв для мене відношення в бригаді. Він уже далі звертався...

Не вдаючись в подробиці, скажемо, що так Ірина Хвас стала військовослужбовцем – підписала контракт на три роки. Спочатку була трохи більше місяця на навчанні в Британії. Освоювала стрільбу – це те, що мають пройти і кухарі, й медики чи психологи, потрапивши у військо. Після Британії стільки ж часу на Львівщині проходила фах військового кухаря. Зараз вона – на посаді маскувальниці.

– Наш підрозділ плете маскувальні антидронові сітки на трасі до міста-Героя Оріхове – своєрідний антидроновий тунель, – розповідає Ірина. – Слава Богу, я – там, де був мій чоловік, із Сашиними



Дружина воїна-Героя поклала на домовину чоловіка прапор України, за яку він віддав життя.

хлопцями, – на жаль, багатьох із них на сьогодні вже нема. Я знала, де загинув Саша. Читала матеріали розслідування й розуміла, що забрати тіла було неможливо. Відразу сказала, що не хочу, аби в ситуації, яка склалася, побратими пішли туди й загинули. Але, по правді, підписуючи контракт, реально думала, що, як військовослужбовцю, мені дозволять піти забирати тіла.

...Торік, у травні, тіла загиблих, серед яких, як встановить ДНК-експертиза, були останки й Олександра, повернули в Воронежа.

– Мені зателефонували з Кропивницького, – пригадує ту мить жінка. – «Ірина Володимирівна», – чую таке офіційне звернення й кажу: «Не підбирайте слів – говоріть, як є. Я все знаю». – «Так, приїжджайте...». Я поїхала в поліцію, там мені віддали іменний жетон Саші, хрестик із ланцюжком, який я йому дарувала. Потім була в морзі. Підписала необхідні документи, й тіло чоловіка

66

Багато односельчан прийшло попрощатися – тільки не багато хто і потиснув руку Саші, коли він був живий, і подякував за захист України й кожного з них. Адже він захищав не лише свою сім'ю – усіх нас!

направили на Волинь. Декілька днів воно було ще в морзі Ковеля, поки приїхала додому. Так якось склалося, що п'ятого вересня у нас із Сашею було таїнство вінчання – того ж числа, на двадцять першу річницю, я отримала лікарське свідоцтво про смерть чоловіка.

«У ПЕРШУ ЧЕРГУ ТРЕБА ШАНУВАТИ ЖИВИХ ВІЙСЬКОВИХ»

Олександра Хваса похоронили в рідному селі. Його тіло, за словами дружини, вдалося швидше ідентифікувати ще й завдяки тому, що при ньому був іменний жетон. Ірина розповідає:

– Я бачила тіло Саші (хоч після того, як воно стільки пролежало на

полі бою, його важко назвати тілом). Навіть упізнала Сашину фліску синього кольору. Сумнівів не було, що хороню його. Людей на похоронах було багато. Підходили, співчували. І зрозуміло, як то вже в селі, – кожен хоче подивитися – де хто став, як плаче... Ясно, що за мною стежили – як поводжуся. Я все те бачила, відчувала. І хоч це далось мені непросто, але я сказала на похоронах промову, навіть не очікуючи від себе такого. Дослівно вже

не передам, але йшлося про те, що багато односельчан прийшло попрощатися – тільки не багато хто і потиснув руку Саші, коли він був живий, і подякував за захист України й кожного з них. Адже він захищав не лише свою сім'ю – усіх нас! Зате знаходилися ті, хто рахував його гроші, забуваючи, які вони страшні (якщо в когось є така заздрість, то це ж так просто – піти на передову, де багато платять!). У мене більше такої можливості не було – якраз на похороні всі зібралися в кучку, і я вирішила звернутися до присутніх зі словами, що, в першу чергу, треба шанувати живих військових. А щодо того, як плакала я, діти, батьки Саші, то родина плакала півтора року, а не один день прощання з ним.

...У лютому пішов третій рік, як Ірина Хвас служить у Збройних Силах України. Зізнається, раніше думала, що військовий – це людина зі зброєю в руках, яка йде й стріляє.

– Зараз знаю, – говорить жінка, – що кожна посада у війську – важлива, особливо в тому регіоні, де я перебуваю. Хоч на передовій я й не була (якби й просилася туди, то мене не пошлють – всі адекватні люди розуміють, що в мене вдома – двоє дітей), знаю, що на передовій зараз досить важко. За мною закріплена зброя, і якщо треба буде, то я візьму її (я ж, у першу чергу, – стрілець). По правді, інколи мені хочеться піти на лінію вогню і вбити хоча б одного «орка».



Нагорода сапера-розвідника Олександра Хваса.



Ми зустрілися з Іриною під час її короткотермінової відпустки.

Справжня мужність: Єва Нансен чекала чоловіка з полярної експедиції три роки і два місяці

● **КОХАННЯ ЗНАМЕНИТИХ**
«Я завжди дякуватиму долі, що вона подарувала мені тебе», – писала вона своєму коханому Фрітьйофу Нансену, якого уже вважали загиблим

Наталія ПАВЛЕНКО, gazeta.ua

– Ти чула? Він хоче собі «Фрам», – у маєтку норвезького дослідника Арктики і вченого Фрітьйофа Нансена поблизу Осло на початку жовтня 1907 року розігрався скандал. Перед своєю дружиною Євою господар висловлює обурення щодо полярника Роальда Амудсена. Той просив дати йому «Фрам» – судно для полярних досліджень.

Ця шхуна була унікальна й витримувала великий тиск криги. На ній Фрітьйоф здійснив експедицію на Північ. Амудсен просить судно, щоб дійти ще далі – до Північного полюса. Нансен обіцяє подумати.

– Як він може? Амудсен знає, що я хочу на «Фрамі» відкрити Південний полюс! – бідкається чоловік, який тоді був послем Норвегії в Англії. – Скільки часу минає дарма. Коли я закінчу все в Лондоні, можна було б взятися за підготовку.

– Але це не менш як два роки, й Амудсен може б і встиг. Для статусу Норвегії важливо, щоб хтось із її синів здійснив це відкриття, – натискає на патріотичну жилку жінка. – Крім того, судно – не твоя власність.

«Фрам» із норвезької перекладається «вперед». Судно належить державі, але побудоване за проектом Фрітьйофа і назване Євою. Перед походом чоловіка вона розбила об судно пляшку шампанського зі словами: ««Фрам» буде твоє ім'я!»

Це було після їхнього весілля. Власне б і шлюб ніякого не було, якби Єва заздалегідь не погодилася на експедицію. Така була умова Нансена.

Якось Фрітьйоф повертається з лижної прогулянки й раптом помічає пару лиж і обліплений снігом людський зад, що видніється із замету. Він зупиняється. Із снігу виглядає голова, й на нього дивляться великі чорні очі. Це – Єва.

За рік пара одружується. Вона розділяє з чоловіком його аскетичні звички. Їсть прості страви й перший рік подружнього життя живе з ним у холодній хатині, де за ніч вода в глечку промерзає до дна. Єва хоче разом у експедицію, але за чотирирічний період підготовки до плавання народжує доньку Лів.

«За мене не бійся. Мине час, і печаль трохи вщухне, і душа заспокоїться, – пише чоловіку, коли він вирушає в подорож. – Я знаю, ти – обранець долі, й одного дня ти повернешся з перемогою».

Чекає три роки і два місяці. За цей час їй доводиться читати образливі статті, некрологи й листи про знайдену пляшку з прощанням Фрітьйофа.

«Невимовно щаслива!» – відповідає на першу його телеграму після сходження на землю і їде зустрічати. Враженнями від нього ділиться з подругою: «Уяви собі, мій чоловік виглядає чудово – товстий, відгодований на ведмежому м'ясі. А я думала, що побачу справжній скелет. Сподіваюся, з Лів все добре. Ти вже привези її в урочистий день здоровою і красивою. Передай привіт і скажи, щоб не забула назвати Фрітьйофа татом».

НАША ДОВІДКА:

Фрітьйоф НАНСЕН (1861–1930) – норвезький мандрівник, океанограф, біолог, метеоролог та громадський діяч, ректор Університету Осло. Лауреат Нобелівської премії миру 1922 року – «за багаторічні зусилля з надання допомоги беззахисним». 2000 року співвітчизники проголосили його «норвежцем

тисячоліття», національним героєм Норвегії. На карті Арктики й Антарктики ім'я Фрітьйофа Нансена зустрічається 25 разів.

Нансен свою книжку «Фрам» у Полярному морі присвячує дружині: «Їй, яка дала ім'я кораблю і мала мужність чекати». Але бачаться вони рідко. Місяцями Нансен гастролює світом із лекціями про подорож. Після коротких відпусток у них народжуються ще четверо дітей. Малеча хворіє. Тому вони не їдуть жити всі разом із батьком до Лондона, коли він стає послом.

Нансен починає зраджувати. Єва здогадується і запитує прямо. Чоловік запевняє, що там усе скінчено та вимолює прощення. І в цей непростий період з'являється Амудсен і просить «Фрам».

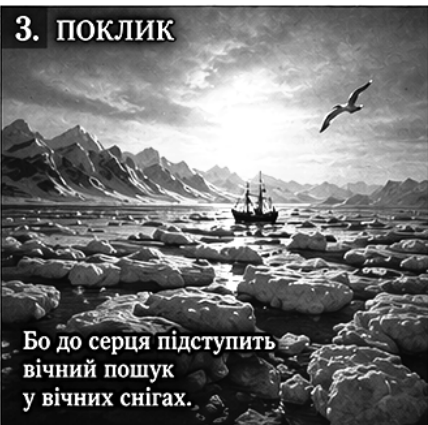
– Я знаю, чим це скінчиться, – єдине, що каже Єва, коли Фрітьйоф заходить до її кімнати. Має на увазі, що він поїде, а їй доведеться знову роками чекати.

Не кажучи ні слова, Нансен спускається до Амудсена у вітальню.

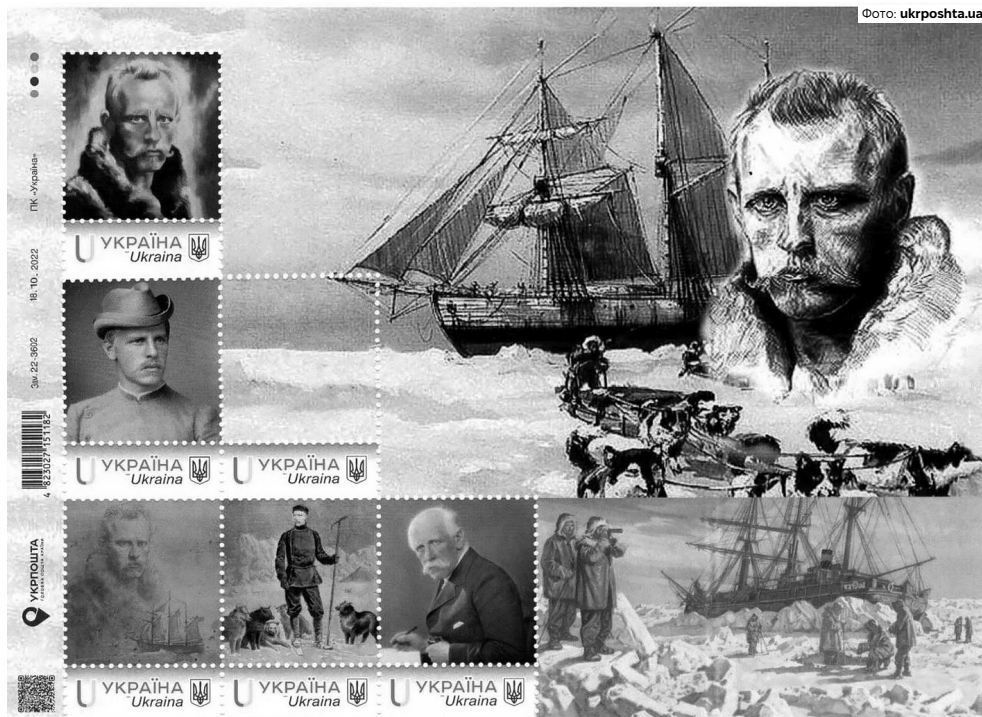
– Ви отримаєте «Фрам».

Гість їде готуватися до експедиції, а Фрітьйоф пливе в Англію.

«Забути не могу твоєї доброти, коли я вирішив порадитися з тобою у справі Амудсена», – пише з пароплава до Єви. На це вона відповідає: «Будь-яка жінка, яка щиро любить свого чоловіка, щаслива, коли його здібності корисні й коли він виконує все, що зобов'язаний здійснити. Я завжди дякуватиму долі, що вона подарувала мені тебе. Життя з тобою, навіть якщо воно принесе тривоги і турботи, вдястери краще, ніж із будь-яким іншим пересічним чоловіком».



На честь своєї дружини – камерної співачки Єви Сарс – Фрітьйоф Нансен назвав острів Єва-Лів в Арктиці.



«Великий арктичний мандрівник Фрітьйоф Нансен» – так назвала свою серію марок у 2022 році «Укрпошта».

“**Наприкінці січня 1923 року Нансен приїздив до Харкова, щоб погодити з урядом УРСР план боротьби з наслідками Голодомору і надати допомогу республіці у важкий час.**

За два місяці Фрітьйофу телеграфують із новиною, що у Єви тяжке запалена легеня. Він одразу вирушає в дорогу.

– Бідний мій, він запізниться, – такими були її останні слова (Єва Нансен померла 1907 року).

Нансен переживе дружину на 23 роки. Матиме ще кілька романів і одружиться у 1909 році із Сігрун Мунтен.

Амудсен першим дійде до Південного полюса.

ЦІКАВІ ФАКТИ З БІОГРАФІЇ ЄВИ НАНСЕН

1858, 7 грудня – в Христианії – столиці Норвегії (тепер – Осло), в родині зоолога-священника народилася Єва Сарс. Професійно навчалася музиці й живопису.

1881 – співачкою починає виступати на провідних сценах Європи. Її концерти відвідують родини монархів.

1888 – знайомиться із на три роки молодшим дослідником Фрітьйофом Нансеном. 1889-го одружуються.

1890 – втратила дитину, а за рік народжує хлопчика, який прожив кілька годин. 1893-го з'являється на світ донька Лів. З інтервалом два-три роки – син Коре, донька Ірмелін, сини Одд і Осмунд.

1899 – припиняє виступати. Родина переїжджає в новий будинок, побудований Нансеном неподалік Осло. Влітку відпочивають поблизу річки на хуторі Сьоркьє, де тримають коней.

1907, 9 грудня – Єва Нансен померла. Заразилася від сина Коре хворобою легеня, що дала ускладнення

на серце. Заповіла спалити тіло. Кажуть, чоловік висипав прах удома під куц троянд.

НАНСЕН І УКРАЇНА

Наприкінці січня 1923 року Нансен приїздив до Харкова, щоб погодити з урядом УРСР план боротьби з наслідками Голодомору і надати допомогу республіці у важкий час. Про свої наміри він заявив так: «По-перше, необхідно надати допомогу потерпілим від голоду, а також допомогти селянам відбудувати своє господарство, щоб вони спокійно зустріли майбутнє. Друге завдання – сприяти підвищенню культурного рівня країни, якій належить велике майбутнє. Необхідно допомогти студентам продовжувати навчання, вчителям займатись педагогічною роботою. Пам'ятатимемо, що для цієї мети нам необхідна не тільки їжа, але й книга. На нас лежить великий обов'язок навчити європейські країни взаємної довіри».

Завдяки Фонду Нансена, який мав 250 000 золотих карбованців, до України постачалася велика кількість сільгосптехніки, дієтичних харчових продуктів. Місія Нансена заснувала багато дитячих будинків, зокрема і в Харкові. Усі вони називалися однаково: «Дитячий будинок імені Нансена». Також на гроші Фонду Нансена в Україні засновані два дослідні господарства. На знак пошани до пам'яті Фрітьйоф Нансена скульптор Олександр Табатчиков створив погруддя великого норвежця (1962), а поетеса Ліна Костенко написала вірш «Любов Нансена».

P.S. Фрітьйоф Нансен почав кататися на лижах у віці двох років. Протягом життя він 12 разів виграв чемпіонат Норвегії з лижних перегонів. У 18 років він встановив світовий рекорд із ковзанярського бігу на одну милю. Його фізична підготовка стала ключем до виживання в Арктиці.

У 1888 році він став першою людиною, яка перетнула крижаний щит Гренландії на лижах.

«Любов Нансена»

● З ВИСОТИ ДУШІ

Я кохаю Вас, Єво. Не виходьте за мене заміж. Не жалійте мене, хоч і тяжко буде мені. – Я Вас прошу, ні слова. Усе передумайте за ніч. Добре зважте на все, і вранці скажете: ні

Світла мрія про Вас співає мені, як сирена. Прив'яжуся до щогли і вуха воском заллю. Розумію, це щастя. Але щастя – воно не для мене. Я боюся Вас, Єво. Я вперше в житті люблю.

Моя Пісне Пісень! Золоте пташеня мого саду. Корабель попливе, я не вдержу його в берегах. «Фрам» – це значить «Вперед». Ви залишитесь, Єво, позаду. Бо до серця підступить вічний пошук у вічних снігах.

Тиждень буде все добре. Цілуватиму Ваше обличчя. Може, навіть не тиждень, а цілі роки минуть. Будем дуже щасливі. Але раптом Воно покличе. Ви зумієте, Єво, простити це і збагнуть? Ви не будете плакати? Не поставите душу на якір? Не зіткнуться в мені два начала – Ви і Воно? Я без Вас нещасливий. А без нього буду ніякий. Я без Вас збожеволю. А без нього піду на дно.

Ваші теплі долоні і мої відморожені руки... Як уста відірву від такої сумної руки? Чи зумієте жити від розлуки і знов до розлуки? А якщо доведеться чекати мене роки?

«Фрам» застрягне в льодах... А якщо не вернуся я звідти?... Я ж собі не прощу! А якщо у нас буде дитя?! Ви, така молода!.. Ви, що любите сонце і квіти! – Я люблю Тебе, Нансен! І чекатиму все життя.

Все, що є найсвятіше в мені, називається – Нансен. Хай співає сирена, вона перед нами в боргах. Я сама розбію об «Фрамові» груди шампанське, як покличе тебе вічний пошук у вічних снігах.

Моя Пісне Пісень! Вічний саде мій без листопаду! Їй відкриєш свій полюс. Тебе не знесе течія. Подолаєш сніги. Все залишиться, милий, позаду. «Фрам» – це значить «Вперед». А на обрії буду я.

Ліна Костенко

ТОП-цитати Фрітьйофа НАНСЕНА:

«Різниця між тим, що важко, і тим, що неможливо, полягає в тому, що на неможливе йде більше часу».

«Ніколи не зупиняйтеся через страх – ви ніколи не ризикуєте помилитися так сильно».

«Я сплячу за собою всі мости – тоді не залишається іншого вибору, окрім як йти вперед».

«Щастя – це боротьба за вершину, а коли вона досягнута, щастя – це побачити нові вершини на іншому боці».

«Зоряне небо – найши-

рший друг у житті... воно завжди там, воно дарує спокій, завжди нагадуючи, що твій неспокій, твої сумніви, твій біль – це швидкоплинні дрібниці».

«Краще кататися на лижах і думати про Бога, ніж сидіти в церкві й думати про спорт».

«Море грає в житті ескімосів таку ж важливу роль, як повітря, яким вони дихають».

«Найголовніше – не боятися робити добро, навіть якщо здається, що це неможливо».

«Любов до пригод – це, мабуть, частина нашої природи, і це не дарма. Якби не ця пристрасть, людство не досягло б того, що має зараз» (Фрітьйоф НАНСЕН).

«ТАК НІХТО НЕ КОХАВ» volyn.com.ua

«Той, хто кохає по-справжньому хоч одну людину, кохає весь світ» (Еріх ФРОММ (1900–1980), німецький соціальний психолог, психоаналітик і філософ, видатний мислитель XX століття).

Вона залишила її на сьомий день. І все життя жила з цією датою...



Фотокілаж: volyn.com.ua / chatgpt.com.

Пів століття – між цим поглядом і цим дотиком.

● НЕВИГАДАНА ІСТОРІЯ

Закінчення.
Початок – на с. 16

Василина ПИСАНКА

Перший рік вона ще вмовляла себе: так буде краще. Другий – намагалася не думати. Третій – зрозуміла: це не мине. І почалося життя «поруч із болем». Вона працювала. Жила,

як усі. Говорила про звичайні речі. Але щодня носила в собі одне запитання: «А де вона?»

І щонаочі – одне слово, яке не могла вимовити: «Доню...»

... Кожного року, 23 березня, вона мовчала. Бо це був день, коли вона залишила свою дитину. І день, коли втратила спокій назавжди.

... Минуло п'ятдесят років. Пів століття. За цей час можна прожити ціле життя.

Побудувати дім. Вирости-

“**Ольга стояла, не знаючи, чи має право підійти. Бо іноді зробити крок – страшніше, ніж прожити життя.**”

ти дітей. Навчитися забувати. Але вона не навчилася.

Бо є речі, які не стираються. Вони просто стають частиною тебе.

... На схилі літ прийшов інший страх. Не той, що був у молодості. Страх не встигнути. Не побачити. Не сказати. Не попросити пробачення.

І тоді вона зробила те, на що не наважувалася десятиліттями. Звернулася до журналістів програми «Стосується кожного» на каналі «Говорить Україна».

Не за славою. Не за виправданням. За шансом. Хоч одним.

... Пошук почався з архівів. Старі журнали пологового будинку у Дніпрі. Записи за 23 березня 1970 року.

Її ім'я там було. І запис про відмову. Кілька рядків. Суха інформація. А за нею – зламане життя.

... Далі – дитячий будинок. Короткий слід. І – нова родина. І нове прізвище.

Але залишилося ім'я. Олена. Це й стало ниткою, яка не обірвалася.

... Її знайшли. Вона жила звичайним життям. Таким, про яке мріє кожна дитина. Люблячі батьки. Тепло. Підтримка.

Вона не знала, що її колись залишили.

І водночас... Іноді відчувала, що ніби трохи «не така». Ніби щось у ній не до кінця пояснене.

Але це не заважало їй любити тих, хто був поруч. Бо вони були її справжньою родиною.

... Коли їй сказали правду – вона мовчала. Довго. Світ не розвалився. Він просто став іншим.

... Зустріч відбулася у студії. Світло. Камери. Люди. А між

ними – п'ятдесят років. Ольга стояла, не знаючи, чи має право підійти. Бо іноді зробити крок – страшніше, ніж прожити життя.

... Олена дивилася на неї. І в її очах не було ненависті. Було багато всього іншого.

І тоді сталося те, що не можна було зіграти.

Перший крок зробила донька. Та, яку залишили. Вона підійшла.

І сказала:
– Я не маю права вас судити...

... Ці слова не були легкими. Але вони були справжніми. Бо її життя було з любов'ю. І саме це дало їй силу нести в собі не образу – а прийняття.

... Ольга плакала. Тихо. Так плачуть люди, які тримали в собі пів століття. І нарешті можуть сказати одне слово:
– Пробач...

... Кажуть, що деякі помилки не виправляються. Це правда. Не можна повернути сім днів. Не можна повернути дитинство. Не можна переписати життя.

Але іноді можна зробити найважливіше. Зустрітися. Подивитися в очі. І не втекти.

... Ця історія не про ідеальний фінал. Вона про щось інше. Про те, що навіть через п'ятдесят років людина може знайти в собі сили шукати.

А інша – сили не відштовхнути.

... Бо не всі знаходять. І не всі пробачають. Але коли це стається – у світі стає трохи менше болю.

І трохи більше того, що ми називаємо людяністю.

«Життя – квітка, кохання – мед з неї» (Віктор ГЮГО (1802–1885), один із найзнаменитіших письменників французької мови і світової літератури, автор «Знедолених» та «Собору Паризької Богоматері»).



Фотокілаж: uk.wikipedia.org.

«Цілуй, цілуй, цілуй її, – знов молодість не буде!» Картина «Поцілунок» (1910) українського художника, вбитого сталінським режимом Миколи ІВАСЮКА (1865–1937).

Чому українці дітей знаходять у капусті?

● КОХАЙТЕСЯ, ЧОРНОБРИВІ!

Виявляється, навіть пристойні фрази про «тримати свічку», «товкти воду в ступі» і «спіймати облизня» мають не дуже пристойне походження

Тамара ТРИХЛІБ,
ukrainky.com.ua

Секс українки мали, мають і будуть мати, допоки буде життя на землі. Нові люди народжуються через секс, іншого способу людство поки що не винайшло. І наші пращури не виключення – вони жили справжнім, не етнографічно-музейним життям, кохалися, «грішили», пізнавали спокуси й не оминали «розпусту», і це теж наша

історія. Її завжди намагались викреслити, приховати від широкого загалу, ніби неіснуючу. Але це не вдавалося завдяки розмаїттю українського сороміцького фольклору, який дійшов до наших днів і яким ми теж користуємося, навіть не вникаючи в його походження. Наприклад, чому дітей знаходять у капусті? Звідки походять неоднозначні вислови «Що то за кума, що під кумом не була»? А «скочити в гречку», «піти наліво», «тримати свічку», «товкти воду в ступі», «спіймати облизня»? Виявляється, все має пояснення. І дуже цікаве!

ЧОМУ ДІВЧАТАМ У «ГРЕЧКУ» – ЗАСЬ?

Виявляється, що фразеологізм «скочити в гречку» – зрадити, мати позашлюбний любовний зв'язок – походить ще із козацьких часів.

Козаки зі своїми дружинами й дітьми жили навколо Січі. Аби прогудувати сім'ю, засівали лани гречкою. Неодружені зневажливо називали осілих «гречкосіями». На Запорізьку Січ допускали парубків та одружених, але під страхом смерті забороняли водити жінок. Проте саме в гречку хлопці вносили на побачення вільних від шлюбу дівчат.

Ранок. Липень.

Білопінна гречка.

Дівчина і хлопечко

йдуть краєчком.

Столочила гречку на обніжку,

Заросила босі свої ніжки.

Взеленились серце і спідничка.

Дівка йшла – а вийшла молодичка.

...Вечір. Дід.

І баба мов кульбаба.

В сивому волоссі давня зваба.

Липень вечоровий

мружить очі.

Всяк живий стрибнути

в гречку хоче.

(Анатолій КРИЛОВЕЦЬ).

Продовження історії – на с. 11

Бути не незайманою до шлюбу в наш час – це... гріх?

● СВЯТЕ І ГРІШНЕ

Як церква ставиться до шлюбів «на віру»?

Тема цнотливості й чистоти сьогодні викликає багато суперечок. Світ змінився, і те, що раніше було нормою, нині часто здається дивним. Отже, запитання звучить провокативно: чи є гріхом бути не незайманою до шлюбу? Як церква дивиться на співжиття без таїнства вінчання?

Протоієрей Ігор Андрес ВЕРЕТКА КАЗМІРЧУК, настоятель храму Волинської ікони Божої Матері села Богушівка Луцького району Іоанно-Богословського деканату храму Святого Апостола Андрія Першозванного села Верхівка Луцького району Успенського деканату



Святий Іоанн Золотоустий підкреслює: «Не для блуду дане нам тіло, але для Господа».

стим і відповідальним. Статеві стосунки у християнстві не відкидаються, але вони мають своє місце – у благословенному шлюбі.

Розуміння шлюбу як священного договору дещо ускладнює просте розмежування між «гріхом» і «неправильним» рішенням. Коли людина вступає в шлюб із тиском, сумнівом, особливо якщо один із партнерів не цілком відданий принципам цнотливості, це створює ризики для майбутнього щастя обох. Церква не карає, проте заохочує до відповідальності, духовного зростання і реальної готовності до життя разом.

Святий Іоанн Золотоустий підкреслює: «Не для блуду дане нам тіло, але для Господа». Цими словами він нагадує, що тілесна любов має бути не інструментом задоволення, а вираженням жертвовної, вірної і освяченої любові між чоловіком і жінкою. Саме тому церква завжди закликала до чистоти до шлюбу і вірності у шлюбі.

Сучасний світ часто переконує, що «спробувати» пе-

ред шлюбом – це нормально, навіть необхідно. Але такий підхід розглядає людину як об'єкт досвіду, а не як особу, яку потрібно любити і поважати. Тут любов підмінюється експериментом, а відповідальність – тимчасовим задоволенням.

“Цнотливість – це не відмова від любові, а її найглибша підготовка. Це здатність сказати: «Я чекаю не просто когось, а того, з ким зможу стати одним у Бозі».

Святий Василій Великий говорить прямо: «Той, хто оскверняє себе поза шлюбом, чинить гріх не тільки тілом, але й душею». У цих словах немає осуду заради осуду – є застереження. Бо кожен гріх проти чистоти ранило не тільки тіло, а й душу людини, її здатність любити глибоко і по-справжньому.

Що ж тоді означає так званий «шлюб на віру»? У сучасному розумінні це співжиття чоловіка і жінки без реєстрації шлюбу і без Таїнства шлюбу. Часто люди виправдовують це словами: «Ми ж

любимо одне одного», «Ми як чоловік і жінка, тільки без формальностей». Але православна церква дивиться на це інакше. Любов без відповідальності і благословення не є повнотою любові.

Шлюб у церкві – це не просто обряд чи традиція,

це – Таїнство, в якому Бог Сам благословляє союз двох людей, дає їм благодать для спільного життя, для подолання труднощів, для народження і виховання дітей. Святий Іоанн Золотоустий писав: «Шлюб є Таїнством любові, де двоє стають одним не тільки тілом, але й душею у Бозі». У цьому і є головна різниця: у «шлюбі на віру» люди покладаються тільки на свої почуття, які можуть змінюватися, тоді як у церковному шлюбі вони покладаються на Бога, який є незмінний.

мані не були в пошані. Дівчина вважалася зазидною нареченою, лише якщо мала досвід із багатьма партнерами до шлюбу.

● **Право першої ночі: історики досі сперечаються, чи було це юридичним правом феодала.** Більшість схиляється до того, що це – літературний вимисел або податок, який наречений платив пану за дозвіл на шлюб.

● **Пояси вірності: це – популярний міф XIX століття.** Більшість залізних «трусів» у музеях – підробки, зробле-

ні пізніше для задоволення цікавості публіки до «темного Середньовіччя». Носити такий пристрій тривалий час фізично неможливо через гігієну та ризик зараження крові.

● **Раніше за всіх зі цнотою прощались в Ісландії** (середній вік – 15 років), Данії та Норвегії (близько 16 років).

● **Найпізніший досвід: найдовше цноту зберігають у Малайзії** (середній вік – 23 роки), а також у Китаї, Сінгапурі та Індії, де цей показник становить близько 22 років.

● НА ПРОДОВЖЕННЯ ТЕМИ

● **У Стародавніх Греції та Римі цнота доньки вважалася власністю батька.** У Греції закон міг вимагати продажу «зпсованої» дівчини в рабство, а в Римі батько мав право стратити доньку та її коханця.

● **Жриці богині Вести давали обітницю цнотливості на 30 років.** Вони мали величезний вплив: право милувати злочинців і звільняти рабів. Проте порушення обітниці каралося похованням живцем, оскільки вважалося, що це

накличе гнів богів на весь Рим.

● **Хоча у деяких провінціях Античності вважалося ганьбою бути незайманою до весілля.** Дівчата мали «віддати цноту» богині (Афродіті, Іштар або Астарті), вступивши в контакт із незнайомцем у храмі.

● **На Сході існувала спеціальна професія людей, чийм обов'язком було позбавлення дівчат невинності перед шлюбом,** оскільки перший секс вважався «небезпечним» для нареченого.

● **А ось на Тибеті, навпаки, – незай-**

Співжиття без шлюбу церква розглядає як гріх – це співжиття поза благословенням, тобто блуд. Це слово сьогодні звучить різко, але воно має духовний зміст: це життя поза повнотою Божого задуму про людину. Церква не відкидає людей, які живуть у такому стані, але закликає їх до переосмислення, покаяння і освячення своїх стосунків через шлюб.

Бути незайманою до шлюбу в наш час – це подвиг. Це свідчення внутрішньої сили, віри і гідності. Це вибір не йти за течією, а берегти себе для справжньої любові. У світі, де все продається і споживається, чистота стає мовчазним протестом і знаком іншої, вищої реальності.

Цнотливість – це не відмова від любові, а її найглибша підготовка. Це здатність сказати: «Я чекаю не просто когось, а того, з ким зможу стати одним у Бозі». І така любов не руйнується при першій кризі, бо вона будується не тільки на почуттях, а й на жертві, вірності і благодаті.

Тому відповідь церкви звучить ясно і водночас із надією: чистота – це благословення, а не гріх. А справжній шлюб – це не просто спільне життя, а шлях до спасіння разом. І кожна людина, незалежно від свого минулого, покликана до цієї повноти любові, яка починається з правди і веде до Бога.

Узагальнюючи, можемо сказати так: православне розуміння цнотливості до шлюбу – це не питання «гріха» або «негріха» саме по собі, а питання відповідальності й свідомого обрання способу життя, який відкриває людині можливість зростати у благодаті та справжній любові. Шлюб, укладений «на віру», якщо він ґрунтується на благословенні церкви, на взаємній любові, повазі та готовності служити Богові, – може стати благодатним шляхом, який не лише з'єднає двох людей, але й веде їх до більш глибокої єдності з Богом. Разом із цим, у кожному випадку потрібна увага до внутрішнього стану душі, до щирості намірів і до прагнення зростати у святості.

«Цнотливість – це не просто фізичний стан, це контроль над думками» (Махатма ГАНДІ (1869–1948), індійський державний і політичний діяч, національний герой, сформулював філософію ненасильства).

Плакала, але наказувала сама собі: «Наташо, треба йти. Наташо, уперед!»

● **ЛЮБОВ СИЛЬНІША ЗА ВІЙНУ!**

69-річна жінка вивезла з-під обстрілів коханого на колісному кріслі, подолавши відстань у 13 кілометрів під ворожими дронами над головою

Наталія МАЗІНА, hromadske.ua

Рідна для Наталії і Федора Мартиненків Новоселівка біля Костянтинівки на Донеччині – зона бойових дій, і волонтери та евакуаційні групи вже не заїжджали в місто й околиці.

Після подоланого важкого і смертельно небезпечного шляху пару зустрів капелан-волонтер Вадим Гейко та забрав до лікарні в Краматорську. Того самого дня Федора прооперували: йому ампутували ногу. Якби Мартиненки зволікали кілька діб, усе б закінчилося для пенсіонера кепсько.

«ЗВІКАЄМО ДО ТИШІ. НІ ВИБУХІВ, НІ «ШАХЕДІВ»

Нині Мартиненки облаштовуються на Київщині – у «Чудо-містечку Хансена» (на фото). Тут зазвичай немає місць, наразі будується третя черга для переселенців. З 10 000 заяв організатори мусять обрати 300. Але виконача директорка Олександра Кондрашева побачила відео з Наталею та Федором і загорілася: «Ми маємо їх прилаштувати». І ось вони тут. «Звикаємо до тиші, – каже Наталя. На вулиці дощить, і ми розмовляємо в будиночку: їх тут цілі ряди, акуратні й новенькі, зі свіжою побутовою технікою і меблями. – Ні вибухів, ні «шахедів». Тривоги навіть не чути, і це так дивно, навіть тривожно».

Наталя родом з-під Костянтинівки, там із діда-прадіда жила вся її рідня. Федір мешкав на сусідній вулиці. Як повернувся з армії, побралися, їй було 18, йому – 21. Наразі їхньому шлюбу 51 рік.

Доньки не стало півтора року тому: обірвався тромб. Онуки й правнуки в росії, далеко, біля Японського моря. Наталя з Федором працювали на «склозаводі» в Костянтинівці. Вийшли на пенсію, газдували у своїй будованій-перевбудованій хатці.

У 2014-му над міською

радою на кілька місяців за-маторів прапор самопроголошеної «ДНР», поки ганчірку не викинули українські військові. Наступні роки місто жило відносно спокійно: повалили пам'ятник Леніну і встановили Шевченку, на виборах президента жителі віддали голоси за проросійського Юрія Бойка. А в другому турі – за Володимира Зеленського. У Костянтинівці дислокувався 90-ий батальйон, який бився за Донецький аеропорт і захищав Піски, Зайцево, Опитне.

«ЯК ЦЕ – ВІН У ХАТІ САМ СИДІТИМЕ, А Я – В БЕЗПЕЦІ?»

З 2022-го на місто й села довкола посилалися бомби, ракети, міни. Будинки руйнували десятками за раз, росіяни трощили школи, ліцей, котельні, «Пункти незламності».

Гинули мешканці. Коли кладовище закрили, їх ховали у дворах. Жодних поховань, прощань, зібрань людей: нашивдуруч сусіди викопували яму, загортали тіло в плівку й бігом розкопалися, щоб не засік дрон.

У куточок села, де жили Мартиненки, не прилітало довго. Вони все сподівалися, що ось війна припиниться чи росіяни не дійдуть. Навіть планів не будували на випадок «а раптом що».

Торік у серпні в Костянтинівці зникли вода, світло, газ, а з наближенням зими стало ясно, що опалення не чекає. Зачинилися магазини й базари, банки й лікарні. Люди масово тікали. Хто куди. До рідні чи в безпечніші місця, де можна винайняти житло. Родини з дітьми евакуювали

примусово. На вулиці Мартиненків із понад сотні мешканців лишилося десяток. Наталя і Федір zostалися. Він без ноги: ампутували вісім років тому через діабет. Ходив на протезі та з паличкою. Пенсії – менш як 10 тисяч гривень на двох. Міркували: якщо вийдемо, не протягнемо довго на такі кошти.

Насунулася зима з її лютими морозами. Чоловік зібрав автоматичний котел і подружжя топило вугіллям і дровами, яких заготовили раніше. Світили свічками, каганцями, ліхтариками. Телефон (такий-сякий зв'язок пробивався) і павербанк заряджали в сусідів через генератор. За його допомогою й воду качали.

І жа яка? «Консервашка», картопля, яку заготовили на зиму, і багато-багато круп та консервів: усе, що роками роздавали волонтери й що називалося «гуманітаркою», тепер згодилося.

«Неподалік пролетів дрон. Яким дивом він нічого не скинув на голову, пенсіонерка не знає. Міркує: може, оператор пожалів їх.»

«Спершу й коту не хотіли такою бачити, а ми мріяли про молочку, сальце, м'ясо, але пізніше і вони, і ми кинули «барські замашки», – розповідає сумно Федір.

Хтось лишив їм газовий балон, хтось – крихітну пічку й маленькі туристичні балони. Коли дозволяла погода – готували на вогнищі у дворі. Хоча військові попереджали: не варто, дим видно. А від дронів у неба аж кишіло. Подружжя жартує: рота не

відкривай, бо залетить. «Але ми топили й готували. Бог милував», – згадує Наталя.

У погріб чоловік не хотів спускатися: без ноги, на протезі, незручно. А їй самій страшно. За нього.

«Як це – він у хаті сам сидітиме, а я в безпеці. Не кидала його. І спали в одному ліжку, і коту з нами: Васька й Рижик».

Отак і жили: як стемніє, сядуть одне навпроти одного й бесідують. Про все на світі.

ПОРАНЕННЯ Й РІШЕННЯ ВИЇЗДЖАТИ

На вулицю, поза двір, майже не виходили. А як визирнуть: однієї хати немає, іншої. Якось біля їхнього паркану дрон поцілів у хлопця. Той і не смикнувся.

Наталя без упину плакала від того, що рідні місця знищують. У січні цього року Федора поранило. Він вийшов подзвонити до сусі-

але десь всередині залишився уламок. Через місяць на нозі стали чорніти пальці. Федір зрозумів, що почався процес, як і з попередньою ногою. Її треба ампутувати, інакше гангрена. Уже піднялася температура, чоловіка лихоманило. Наталя топила що дві години хату, щоб його зігріти.

«Саме через ногу ми вирішили виїжджати», – коментує рішення вона. Писала свасі в Києві повідомлення, щоб та допомогла їм. Вона знайшла волонтера Вадима Гейка, який мав забрати подружжя і відвезти Федора на операцію.

«ЗАЧИНИЛИ ХАТУ Й НЕ ОЗИРНУЛИСЯ, ЩОБ НЕ РВАТИ СЕРЦЕ»

Але лишалося найважче – виїти з обстрілюваної території: волонтери туди вже не заїжджали. А це дуже небезпечно й страшно. У неба – дрони, на землі – побиті військові машини, мертві люди. Волонтери просили: треба виходити в дощ чи коли хмарно – менше дронів. А погода, як на зло, у березні – щодня хороша, сонячна. Довелося вибиратися в таку.

Рано-вранці зачинили хату й не озирнулися, не прощалися, щоб не рвати серце. Взяти лише торбу з документами та ліками й вирушили.

«Дуже шкода Рижика. Це – маленький котик, до нас

да, і за метрів вісім від нього упав дрон. Вибух, стовп чорного диму, у здоровій нозі у трьох місяцях «закипіло». Дим розвіявся.

«Що це було, Серього?» – спитав Федір у сусіда й озирнувся довкола: ворота побиті, стіни гаража покочані.

«Не зрозумів, що ледь із життям не попрощався?» – хрипко сказав той.

Дружина лікувала поранення,

приблизь. Васька старший, йому чотири роки, не пропадає. Хоча обоє вміють мишею ловити. Рижик такий розумний, от кажу: «Пора спати». Поки на млинях добирався до ліжка, а він уже там. Не могли ми котів узяти, нікуди, ми це й не знали, де житимемо», – Федір зітхає.

За тваринами попросили доглядати сусіда.

Знайомі переправили їх через річку: міст зруйнований, але через брід хтось накидав гілок, двері поклав. Наталю перевели за руку, Федора перенесли, обом допомогли подолати поле, а далі пара вже рухалася асфальтованою дорогою сама.

Літній жінці важко давалася відстань у 13 кілометрів. Вона все втовмачувала собі крізь слюзи: «Наташо, треба йти. Наташо, уперед». Позаду гули безпілотники, вона молилася.

Зустріли кілька груп наших військових: йшли на завдання, на передову. Допитувалися: «Що ж ви, старенькі, досиділися?»

Увесь час жінка була на зв'язку з волонтерами, ті під'їхали й дуже швидко занатажили пару в авто, неподалік пролетів дрон. Яким дивом він нічого не скинув на голову, пенсіонерка не знає. Міркує: може, оператор пожалів їх.

О 10-й ранку вони вже були в лікарні Краматорська, після обіду медики вивезли Федора з операційної: «Якби ще кілька діб, можна було б не приїжджати».

Зараз зв'язку з Новоселівкою і Костянтинівкою немає. Подружжя знає, що через кілька днів після їхньої евакуації прилетіло в будинок навпроти, у їхній хаті злетів шифер, вибиті вікна й двері. Що з котами – невідомо.

«Нас привезли сюди, у Київську область, у це «Чудо-містечко». Тут чекав повний стіл продуктів, раз на день отримуємо готовий обід, є огляди лікарів, є де погуляти з колісним кріслом. Нам ще два подарували, одне – електричне. Усі навколо дуже привітні. Мали відеорозмову через інтернет із засновником містечка Хансеном, він знайомиться особисто з усіма жальцями. Ми і йому, і Вадиму будемо вдячні, поки очі навик заплещемо, – вимовляє з боєм Наталя і додає: – Про наш дім віддусь мені забороняє згадувати... А мені він сниться сьогодні. І люди, з якими ми жили».

Федір закурює і відвертається до вікна.



Ромашка залишилася... Та, що він устиг залишити їй.

Марічка кричала Іванку: «Не вмирай!»

● **З ВИСОТИ ДУШІ**

Закінчення. Початок – на с. 16

Зореслав СТОЖАР

А через три дні вона кричатиме ті самі слова – вже не у сні.

– Ні, Іванку, не вмирай!..

І тягнутиме на собі важко пораненого бійця, не відчувачи ні рук, ні спини, ні землі під ногами. Молодший лейтенант Іван Палійчук.

Той самий. У перший день її служби він лише усміхнувся, глянувши на неї:

– Красуне, чого ти сюди приперлася? Я ж тебе не завжди зможу захистити...

Вона тоді лише знизала плечима.

Що це вона триматиме його життя на своїх руках. Що чорна хмара – це не сон. Це – росія.

І що дмухнути, щоб урятувати, не вийде. ...

Вона ще довго пам'ятиме ту ромашку. Бо так і не зрозумів – він її подарував тоді, у сні...

Чи вже прощався.

... Вона кричала, поки вистачало голосу. Поки вистачало повітря. Поки не залишився лише шепіт:

– Іванку... тримайся... Кров проступала крізь встигала їх накладати. Руки тремтіли.

Світ звузився до одного – не дати йому піти. – Дивись на мене! –

наказувала вона. – Чуєш? Дивись!

Він відкрив очі. Намить. І... усміхнувся. Так само, як там – на хмаринці.

– Ти... все-таки... прийшла... – ледве чути.

– Я тут. Я з тобою. Я нікуди не піду, чуєш? – вона вже не говорила – вона тримала його голосом.

Десь поруч рвалися снаряди. Земля здригалася. Та вона не відпускала.

– Пам'ятаєш... ромашку?... – прошепотів він.

Вона заверхла.

– Пам'ятаю... Іванку... пам'ятаю...

– Значить... не сон...

«Його пальці на секунду стиснули її руку. І... розслабилися.»

Його пальці на секунду стиснули її руку. І... розслабилися.

Світ не зупинився. Небо не впало.

Лише щось усередині неї – обірвалося так тихо, що навіть болю спершу не було.

– Ні... – сказала вона вже без голосу.

І ще раз: – Ні...

Але він уже не чув.

... Вона сиділа поруч довго. Доки не змусили піднятися. Доки не дали іншого – живого.

Бо війна не дає права зупинятися.

... Увечері, коли руки вже не слухалися, а очі не могли більше плакати, вона вийшла з бліндажа. Небо було дивно світле.

І раптом – між димом і кіптявою – вона побачила.

Маленьку білу квітку. Просто в грязюці. Просто посеред війни. Ромашку.

Вона опустилася на коліна, обережно зірвала її і довго тримала в долонях.

– Це не прощання... – прошепотіла.

Бо раптом зрозуміла: він не встиг її врятувати – але встиг зробити інше. Навчити її не відступати.

... Наступного ранку вона знову вдягла форму. І знову бігла – до тих, кого ще можна витягнути з-під тієї чорної хмари.

Тепер уже без страху. Бо знала: коли вона дмухав – хтось таки встигає перестрибнути.

... І тільки інколи, вночі, коли на хвилину стихає війна, їй знову сниться біла хмаринка.

І хлопця, що усміхався.

– Ти встигла, Марічко... – каже він.

І цього разу вона не кричить «Ні!». Вона просто простягає йому руку – і тримає.

Навіть прокинувшись.

Дональд Трамп привселюдно поклав руку на сідниці Меланії

● **ПІКАНТНА СИТУАЦІЯ**

Інтимний жест президента США щодо дружини спричинив резонанс і багато критиків звинуватили його в недоречній поведінці

Сося ПОЦІЛУЙЧИК

Президент США Дональд Трамп знову спантеличав своєю поведінкою, адже під час публічного заходу, присвяченого державному візиту короля Чарльза III і королеви Камілли до США, недоречно обійняв свою дружину.

Фотограф заскочив президента Америки, коли він у компанії королівської пари та Меланії

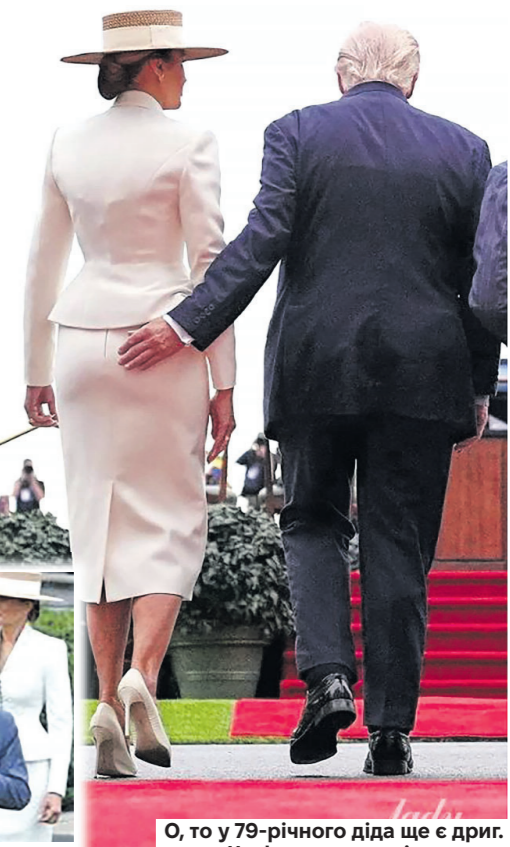
ти свої руки і тримав їх саме на талії дружини.

Зазнімкували президентську пару одразу після того, як Трамп недоречно вклинився перед королевою Каміллою, коли вона тисла руки посадовцям, які зібралися у Білому домі, щоб привітати її та короля. 78-літня Камілла була спантеличена такою поведінкою, а

77-річний Чарльз III прореагував здивовано усмішкою. До речі, Меланія Трамп – третя дружина Дональда Трампа. Вона – колишня словенська модель, яка вийшла заміж за нинішнього главу Білого дому у 2005 році. Мають спільного сина Барона Вільяма Трампа, який народився 2006-го.



Трамп вклинився перед королевою, коли вона тисла руки.



О, то у 79-річного діда ще є дриг. Це фото стало «вірусним».

«Якщо ти знайдеш когось, кого любиш у своєму житті, тримайся за це кохання». (Діана Френсіс СПЕНСЕР (1961–1997), відома як принцеса Діана, в шлюбі – принцеса Уельська).

«Бути глибоко коханим кимось дає вам силу, а кохати когось глибоко – сміливість» (ЛАО-ЦЗИ (або Лі ЕР, 604 р. до н. е. – 531 до н. е.), китайський філософ, що вважається засновником даосизму, автор трактату «Дао де цзін»).

КОЛИ В ЛЮДИНІ ЗГАСАЄ ЛЮБОВ...

● ШПАРГАЛКА ДЛЯ ВСІХ

Вона не зникає – вона кричить по-іншому

Наталія ЛІСОВА, психологиня, експерт із типології особистості та поведінкового аналізу, блогерка



Через різкість, сарказм, дратівливість. Озлобленість – це не «поганий характер», це біль, який довго залишався без уваги. Це біль, що зачерствів.

Іноді ми не впізнаємо близьких: вони стали грубими, колючими, нестерпними. Але під цією жорсткістю часто приховується глибока втома, образа, відчай.

Людина захищається, бо не бачить іншого способу вижити.

Але що робити нам – тим, хто поруч? Відсторонитися? Доводити, що ми хороші? Захищатися? Увімкнути злість у відповідь?

Психологічна зрілість – це не про наївність і не про самопожертву.

Це про вибір не загострювати, а тримати внутрішній спокій.

Давати не дзеркало агресії, а простір для дихання. Бути поруч – без тиску, без моралізаторства, без очікувань, пам'ятаючи, що за кожною колючкою є рана.

5 КРОКІВ, ЯКІ ДОПОМОЖУТЬ ЗАЛИШАТИСЯ ПОРУЧ І РЕАГУВАТИ ЕКОЛОГІЧНО НА ЗЛІСТЬ ІНШИХ:

1. Зупинись і вдихни.

Перед тим як відповісти, просто зроби паузу.

Глибокий вдих допомагає повернутись до себе – замість миттєвої реакції.

2. Пам'ятай про біль за злістю.

Злість – це лише верхівка айсберга. Під нею – образа, страх, безсилля.

Спробуй побачити та відчути, що криється за емоціями глибше.

3. Не виправдовуйся.

Твоя мета – не довести свою правоту, а зберегти контакт.

Скажи: «Я чую тебе. Мені шкода, що тобі боляче».

І цього буде достатньо.

4. Візуалізуй спокій.

Уяви, що ти – острів спокою. Навіть якщо навколо буря – в тобі може залишатись тиша.

Цей стан передається.

5. Не намагайся змінити людину.

Це найважче. Але найглибше. Твоя задача – бути поруч.

А зміни приходять не від тиску, а від відчуття безпеки.

Навіть одна людина, яка обирає спокій, може змінити атмосферу в кімнаті.

Іноді саме її тиша стає тим простором, де знову народжується довіра, розуміння... і любов.

«Як ти не крути, але ми – не пара»

● СЕ ЛЯ ВІ

Співачка Настя Каменських та репер і продюсер Потап оголосили про розлучення – подружжя попрощалося рядками зі своєї відомої пісні «Не пара»

Валерія ГАЖАЛА, tsn.ua

«ХІМІЯ» ЗАГРАЛА В ДУЕТІ «ПОТАП І НАСТЯ»

Історія пари почалася з популярного дуету «Потап і Настя», який подарував українцям низку хітів. Їхня перша спільна композиція «Без любови» стала стартом співпраці. Попри напружені стосунки, артисти досягли піку популярності та жартували: «що більше сварилися, то популярнішими ставали».

2013 року на хвилі популярності з'явилися перші чутки про «хімію» між ними. Втім, зірки це не коментували. А 2017-го дует оголосив паузу: Каменських зосередилася на сольній кар'єрі, а Потап – на продюсуванні.

Проте інтерес до особистого життя артистів лише зростає. На той момент Потап від 1999 року перебував у шлюбі з Іриною Горовою та виховував спільного сина. Та це не заважало допитливим продовжувати вірити у спільне майбутнє Потапа й Насті.

Чутки підігрів інцидент 2013 року, коли артистів помітили разом на Кубі. І хоча Каменських заперечувала спільну подорож, однак у мережі невпинно з'являлися фото з однакових локацій.

Ще більше розмов спричинило остаточне розлучення Потапа з продюсеркою Горовою 2014 року. Пізніше вона пояснила: останні роки вони намагалися «полагодити» стосунки, але безуспішно. Тож залишилися просто

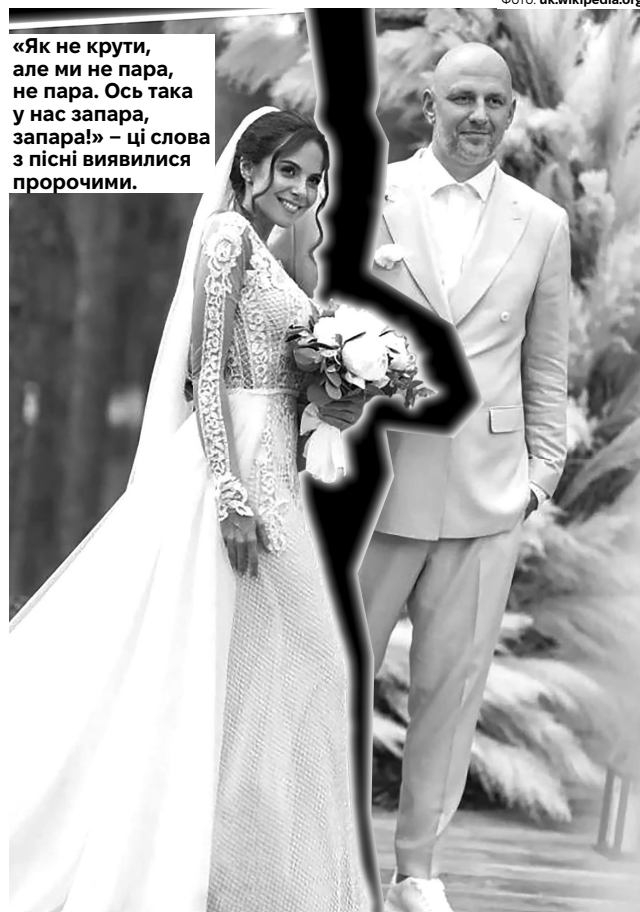


Фото: uk.wikipedia.org.

«Як не крути, але ми не пара, не пара. Ось така у нас запара, запара!» – ці слова з пісні виявилися пророчими.

Торік пара почала розпродувати спільне майно. Зокрема, позбувалися елітного будинку під Києвом за 2,2 мільйона доларів.

батьками сина Андрія, який дотепер підтримує чудові стосунки з татом.

Цікаво, лише 2025 року Потап офіційно підтвердив інформацію про зради з Каменських у шлюбі з Горовою. За словами репера, через чотири роки після появи дуету «Потап і Настя» 2010-го у нього зі співачкою й закрутився роман. А розлучення з Горовою сталося лише 2014-го.

ПІДТВЕРДЖЕННЯ РОМАНУ – І АЖ ДЕКІЛЬКА ГУЧНИХ ВЕСІЛЬ

І, звісно, розлучення Потапа з ще більшою силою породило чимало пліток про його стосунки з Каменських. До того ж виконавиця інтригувала обручкою на пальці та все частіше показувалася у компанії репера.

Врешті, лише 2019 року Потап офіційно підтвердив, що одружується з артисткою, випустивши кліп «Константа». Тож такі підозри фанів виявилися правдивими – зірки, які знайомі протягом 13 років і разом були у гурті «Потап та Настя», певний час таємно зустрічалися й навіть встигли одружитися.

Як із часом з'ясувалося, своє перше весілля Потап і Настя зіграли на таємній церемонії у Лас-Вегасі. А ось вже офіційно узаконили стосунки 2018 року. І відтоді через рік після розпису 2019-му пара зіграла пишне весілля в Україні. Тоді на вечірку в елітному замиському комплексі під Києвом зібрався чи не весь шоубіз. Ба більше, на торжество навіть приїхала ексдружина Потапа – Ірина Горова з тогочасним новим коханим.

ПЛАНИ НА ДІТЕЙ, НАТЯКИ НА ЗРАДИ І... РОЗЛУЧЕННЯ

Після початку повномасштабної війни з'явилися чутки про нібито проблеми у стосунках, особливо після того, як військовозобов'язаний Потап (Олексій Потепенко) виїхав (читай – утік) із України і нібито мав романи на стороні.

Та подружжя не стомлювалося все спростовувати як у себе в соцмережах, так і публічно – на сценах та в інтерв'ю, запевняючи, що в них усе гаразд і вони «дивляться в один бік». Ба більше, репер свого часу навіть говорив про планування дітей, буцімто вони «працювали над цим».

Щоправда, торік пара почала розпродувати спільне майно. Зокрема, позбувалися елітного будинку під Києвом за 2,2 мільйона доларів.

А ще раніше на одному із своїх виступів Настя зі сцени заговорила про «кохання, яке виявилось помилкою». Та тоді вмить перервала монолог. Ще через декілька місяців після того пліткар Богдан Беспалов зі слів інсайдера розповідав, що закохані часто сваряться. Стверджувалося, що Настя нібито хотіла розірвати шлюб ще 2023 року, але, мовляв, Потап тоді її стримав маніпуляціями і контролем над фінансами та нерухомістю.

Врешті, тривала відсутність подружжя на публіці й тривожні здогадки фанів були неспроста. Цього року на початку травня Потап і Настя офіційно розлучилися. Вони більше не приховують, що їхня історія довжиною у понад десятиріччя завершилася. Щоправда, вдаватися у подробиці зірки поки що навідріз відмовляються, про що вказали у спільній заяві в Instagram.

До слова, 4 травня Насті Каменських виповниться 39 років. Співачка вже зізнавалася, що поринає у новий етап життя без алкоголю і з усвідомленим підходом після низки ретритів. Своєю чергою 44-річний Потап, вочевидь, після розлучення присвятить себе закордонним бізнесам, виступам і продовжуватиме виховувати сина Андрія від Ірини Горової.

Основні кризи у стосунках

Закоханість (ейфорія) триває від 6 місяців до 2 років. Це – період «хімічного коктейлю» (дофамін, адреналін), коли партнер здається ідеальним, а недоліки ігноруються. А потім після періоду «метеликів у животі» часто настають проблеми у стосунках

Криза першого року («притирка»): побут руйнує романтичні ілюзії. Тут важливо навчитися домовлятися про

правила життя разом.

Криза 3 років (кінець «хімії»): рівень гормонів падає. Здається, що почуття зникли. Популярна теорія (зокрема Фредеріка Бегбедера) стверджує, що кохання

живе три роки. Насправді – це час почати «будувати» стосунки свідомо.

Криза 7 років («рутина»): стосунки стають занадто передбачуваними. Виникає ризик пошуку нових емоцій на стороні. Вихід – спільні

хобі або зміна звичного ритму життя.

Криза «спорожнілого гнізда»: коли діти виростають, пара знову залишається сам на сам і часто не знає, про що говорити. Це – час знову знайти одне з одним.

Чому українці дітей знаходять у капусті?

● **КОХАЙТЕСЯ,
ЧОРНОБРИВІ!**

Закінчення.
Початок – на с. 1, с. 6

«КУМА ПІД КУМОМ» АБО ЧОМУ «ПІТИ НАЛІВО»?

Хрещені батьки завжди мали тісні зв'язки з батьками своїх похресників, фактично ставали одне одному родичами, штучно спорідненими. Це призводило до певних обов'язків і наслідків: взаємна допомога, тісне спілкування, гостювання та частування одне в одного. Все це створювало підґрунтя для більш частого й щільного контакту кума з кумою, під час яких й виникала взаємна симпатія. Народна мораль і церква суворо засуджували такі зв'язки й жахали карою, якщо не на «цьому» світі, то на «тому»: «Як кума з рідним кумом замілась, себто курвила, то до страшного суду на тім світі буде одна борона зверху, а друга зі споду, та після того в смолі кипітиме та в огні буде горіть».

Можна припустити, що взаємна симпатія інколи виникала, а інколи й призводила до гріховної любові, що стало основою для прислів'я та численних пісень, проте «піти наліво» вилитись у щось серйозне та дозволене не могло...

Найбільш вживаний вислів – «піти наліво» – теж має давню, цікаву історію. Під час богослужіння чоловіки стояли у правій частині храму, а жінки – у лівій. Й чоловіки намагались перейти в ліву частину храму, до жінок, маючи особистий інтерес...

ЕРОТИЧНА СИМВОЛІКА: СВІЧКА ТА «ФІТЯ-МИТЯ»

Наші предки мали багату уяву, вміли дотепно та гостро жартувати. Вигадливість та фантазія квітли буйним цвітом і в інтимній площині життя. В українських піснях чоловічі та жіночі статеві органи називали іншими словами, тобто використовували евфемізми. Більш того, існувало десятки евфемізмів, що означають фалос.

Наприклад, «ножик», про який співається в одній із весільних пісень: «Ой, мамцю, вже й ножик виймає!». А ще – ковбаса, когут, козак («козак із штанів»), запридух, заганяч, забаба, дундлик, доєць, дишель, горобець, герой, васа (звідси – «голий васа»), вабик, бомко, палець, палиця, пан, дзюндзель.

«Не менш образно в сороміцькому фольклорі називається й жіночий статевий орган: криниченька, ополонка, онка (від «оник» – нуль), сковорода, ремесло («Жіноче ремесло кру-



Картина «Не жартуй» (1895) видатного українського художника Миколи Пимоненка (1862–1912).

гом обросло»), мохнатка, живиця («Дам тобі живиці, з-під дорогої спідниці») тощо. На Львівщині, у селі Межиріччя, кажуть ще «ринка»: «Ой спустився у долинку, вибив яйця в свою ринку», – пише етнограф Михайло Красиков.

Пісні та приспівки, перенасичені еротичною символікою та сміливими метафорами, були обов'язковою частиною українського весілля. Кожен день святкування мав певні ритуали, а ідеї парування та плідності в них були основними. Тому коровайниці, яких родина запрошувала для випікання весільного хліба, мали бути щасливими у шлюбі та багатодітними. Коли з діжі вибирали все тісто, у неї встромляли ніж і співали: «Коло діжі чотири ножи, а п'ятий на послугі, коло діжі свічі палають. А на столі коровай бгають». Діжа тут символізувала піхву.

Деякі висловлювання передаються із покоління в покоління. Вони вже закарбувались міцно у мозку, й ми вживаємо їх автоматично при слушній нагоді. Але часто, знаючи їх тлумачення та сенси, навіть не замислюємо про їх походження. Проте – даремно! Адже свічка, ще й запалена, – стійкий фалічний образ. Дослівно вислів «я їм свічку не тримав» означає «я не був свідком їхніх інтимних стосунків». Більш того, первісне і брутално-фізіологічне значення цього вислову – «я не тримав його члена».

Надзвичайно поширений у багатьох культурах світу евфемізм вагіни – капуста. Ось чому дітей знаходять у капусті! Українці колись співали: «Чогось хлопці потрухли, бо їм носи попухли. Дайте, дівки, капусти, най їм трохи попустить».

А от у фольклорі частіше трапляються евфемізми: «Ой, якби ти, дівчинонько, та моторна була, то ти б нам фітю-митю й на соломці дала!» Тут «фітя-митя» позначає жіночий статевий орган.

«ТОВКТИ ВОДУ В СТУПІ» – ЦЕ І ПРО СТАТЕВИЙ АКТ

Весільна тема проявлена в українському фольклорі дуже широко: існує багато українських пісень та обрядів. До прикладу, коли молода з приданим їхала до молодого, свашки дорогою співали: «Тупу, коники, тупу, ми веземо на двір ступу, ступу з товкачами, а Ганнусю з паничами». Аналогія з постільною сценою тут прозора.

Є ще один приклад весільної звичаєвості: на другий день після першої шлюбної ночі гості реально змушували молоду товкти воду в ступі, аж поки всю не вихлюпає. І це була жартилива, але й магічна імітація статевого акту (хоч за фразеологічним словником вираз «товкти воду в ступі» означає займатися марною, безрезультатною справою. – Ред.).

До речі, одним із доволі поширених способів відмови сватам був не тільки гарбуз, а й макогін, тобто товкач. Коли дівчина простягала його з поклоном гостям, за хвилину їх у хаті вже не було. А про хлопця, який так невдало посватався, говорили, що він «облизав макогін» або «піймав облизня» – ще один вислів, який у всіх, як то кажуть, на слуху.

Одним із кульмінаційних моментів весільного обряду, який відбувався в домі нареченого, була так звана «комора» – перевірка нареченої на цноту. До комори молодих відправляли після частування, перед

тим ретельно перевірили наречену: чи не сховала вона в одязі, у волоссі або деінде гострі предмети, щоб зімітувати дефлорацію. Подекуди перевірку піддавався й наречений.

Молодих залишали в коморі на самоті, а всі присутні (тільки досліди одружені люди) очікували в хаті на результат: «чесна» наречена чи ні.

“ **Дослівно вислів «я їм свічку не тримав» означає «я не був свідком їхніх інтимних стосунків».**

Під час обряду «комора» обов'язковим було виконання свашками весільних сороміцьких пісень. Варто наголосити, що під час цього обряду молода проходили випробування: дівчина мала продемонструвати присутнім (власне, усій сільській громаді) доказ своєї цноти, а наречений – сексуальну потенцію. Існують свідчення, що допускали заміну нареченого (у разі його статевої неспроможності) на друга, що засвідчує, по-перше, виняткове значення факту успішної ритуальної дефлорації, а, по-друге, другорядність способу, у який вона була здійснена.

Ритуальна дефлорація була обов'язковою для нареченої, адже це «правильно» переведило дівчину у вікову групу жінок. Окрім того, дівчому цноту пов'язували з добробутом і багатством, яке «чесна» наречена нібито забезпечувала родині молодого.

Порушення «правильного» переходу, за народними уявленнями, могло принести негаразди та біди не лише дівчині і родині, а й усій громаді.

ЯК ХЛОПЦІ З ДІВЧАТАМИ «ТЕЛЕСОВАЛИСЬ»?

Проте весілля – це такий собі апогей початку подружнього життя молодят. А до цього вони мали познайомитись, закохатись, обрати собі того чи ту, хто буде по-справжньому любий. Сьогодні ми маємо нічні клуби, соціальні мережі, а у наших пращурів були вечорниці. Тут уява малює картинку з накритими стравами столом, червоними дівочими щічками та заливистими піснями? Все так, але були там ще й так звані притули – справжнє свято тілесності. Бо саме під час вечорниць молоді практикувала спільну ночівлю: «Спати лягають вже тоді, як добре насміються та нателесуються хлопці з дівчатами. Лягають звичайне на соломі, а соломі приносять дівчата на досвітці по черзі і більше всього кулі з житньої соломі.

Як тільки прийде пора спати, то хлопці звичайно кажуть: «Пора вже, дівчата, спати». А хлопець, котрий ще з вечора запитав собі дівку, як з нею увесь вечір жартував, чи за гребнем, як вона пряла, а чи де в другому місці: «Чи не можна там з тобою переночувати?» А вона, як на те, возьми та й згодилася на запит того хлопця. Тоді парубок, побачивши, де вона лягла, і як саме вже лягну потушати, то й собі бебевх якраз туди до неї під рядно. То вже вони там телесуються і шушукуються у парочці, присунувшись близьенько одно до одного під тим рядном».

Особливо за велику образу вважалася відмова дівчини на спільну ночівлю хлопцеві, з яким вона зустрічалася. Саме тому спільна ночівля молоді досить часто була навіть негласно обов'язковою, і дівчата, які не залишалися ночувати, зазнавали осуду, а іноді й «помсти» парубків: «Коли знайдуться такі дівчата, що не хочуть виходити на вулицю, тоді парубки мажуть їм дьогтем ворота, хату або інші будинки. Звичайно, малюють парубка з великим фальсом, а коло нього дівчину. Виймають також ворота та заносять кудись на вигін, а деколи навіть побивають таких дівчат».

Ось така спільна ночівля підвищувала шанси дівчини вийти заміж, але, з іншого боку, була підґрунтям для втрати до шлюбу цноти та позашлюбної вагітності, що в традиційному суспільстві було рівноцінно зламаною назавжди життю.

Проте, заборонений плід – завжди солодкий. Про це наші прабабусі й прадідуся знали не тільки з чуток.

«Якщо дитину знайшли в капусті, то не дивуйтеся, що вона потім все життя «капусту» (гроші) і шукає» (Файна РАНЕВСЬКА (1896–1984), радянська акторка театру та кіно свейського походження).

Чому багаті її повернутися – це найгірша ідея у вашому житті?

● ПСИХОЛОГІЯ ВЗАЄМИН

Коли гордість закінчується десь між третьою чаркою і повідомленням о другій ночі

Валерій ЛЕСЬКО, головний редактор UkrMedia

Чоловіча міфологія роками тримається на кількох хистких стовпах: вмінні мовчки міняти колесо, не скаржитися на ціни в супермаркеті і вдавати, що будь-який життєвий крах – це просто прикрий протяг. Але потім настає вечір п'ятниці.

Десь на кухні під акорди старого доброго Pink Floyd сидить колишній титан духу. Сидить у самих трусах, п'є щось гірке і нагадує субстанцію, яку щойно не надто акуратно розмазали по лінолеуму. Сльози, соплі, відчай.

Причина банальна, пішла дівчина. Або дружина збрала речі. Декорації змінюються, але суть залишається: спільні плани полетіли в сміттепровід. І ось цей дорослий хлопець раптом усвідомлює, що попереду лише порожнеча, і ніс його висить так низько, що об нього спотикаються коти.

НІЧНИЙ ВІДЧАЙ

Чоловіки генетично погано переносять біль. Зламав ногу – везіть у реанімацію, температура 37.2 – викликайте нотаріуса. Емоційний дискомфорт узагалі сприймається як щось неле-



Ще одна чарка – і в хід піде найпростіша зброя знищення власної гідності – смартфон...

“**Жіноча повага і жіноча жалість існують у паралельних всесвітах. Вони ніколи не перетинаються.**

гальне. Звідси виникає дике, інстинктивне бажання зупинити це просто зараз. Негайно. Будь-якою ціною.

У хід іде найпростіша зброя знищення власної гідності – смартфон. Починаються ці епічні повідомлення о другій ночі. «Повернися», «Я все зрозумів», «Без тебе я ніщо». Паніка диктує свої правила: здається, якщо видати в ефір достатньо благань, вона зглянеться, і життя відмотається назад.

Але фокус у тому, що жіноча повага і жіноча жалість існують у паралель-

них всесвітах. Вони ніколи не перетинаються. Неможливо поважати того, хто добровільно лягає під ноги замість килимка для взуття. Любов і повага в жіночій голові йдуть в одному пакеті. Розірвав упаковку – втратив гарантію.

СПИСОК ВИМОГ ДЛЯ СУПЕРМЕНА

Не бажаючи миритися з реальністю, чоловік починає торги. Він пропонує те, чого ніколи не зможе виконати, і просить вибачення за те, в чому об'єктивно не був винний.

Жіноча природа чудово вміє виставляти рахунки за повернення. І коли хтось, одержимий бажанням вгамувати свій біль, підписує порожній чек, йому викочують райдер (список вимог), який не потягнув би навіть супергерой. Чоловік киває на все: «Я змі-

нюся до невпізнання», «зверну гори», «дістану зірки з неба».

Зрозуміло ж, що нічого він не зверне і не дістане. Максимум – пересуне шафу в коридорі, і то якщо довго просити. Це – дурна угода, де відсотки за кредитом знищать позичальника швидше, ніж він встигне насолодитися результатом.

ДРУГЕ КОЛО

Минає зовсім небагато часу, і жінка цілком логічно запитує: де ж ті гори і зірки? Де той оновлений супергерой із нічних повідомлень? А супергерой сидить на тому ж дивані і скаржиться на втому після роботи.

Далі сценарій відомий. Звинувачення, спроби виправдатися, метушлива брехня. І чергова порція цілком заслуженого презирства з її боку: «Ти не виправився, ти жалюгідний». Усе обертається тим, що людину знову опускають на дно. Тепер чоловіку боляче вдруде, але цього разу він ще й винен у власній поразці.

І в цьому немає її провини. Вона дійсно могла повірити, що цей фокус зі склеюванням розбитої чашки спрацює. Просто те, що зламалося на рівні поваги, не ремонтується нічними обіцянками.

Що залишається робити? Сидіти на своїй кухні. Слухати Pink Floyd. Вити на місяць, пити свій сумнівний алкоголь, бити кулаком у стіл або розносити меблі на тріски. Підспівувати «Don't leave me now» («Не залишай мене зараз»).

Тільки тримати телефон подалі. Не дзвонити. Не писати. Не укладаєти угод на емоційному дні. Біль має одну неприємну, але корисну властивість: він вичерпується. День, два, пів року. Треба просто пересидіти цю бурю у своєму кутку.

А потім встати, вмитися і піти далі – людиною, яка, можливо, втратила стосунки, але точно не здала в ломбард залишки самоповаги.

Туди, де люблять без жодних умов

● ТЕПЛА ІСТОРІЯ

Ніколи б не подумала, що в тридцять вісім знову житиму у своїй дитячій кімнаті. Я завжди пишалася своєю незалежністю. Тим, що «сама собі господиня» і ні від кого не залежу. А ось вона я: дві валізи, дитина за руку і зруйнований шлюб за плечима

Марія МРІЯ, zytia.org

Розлучення не було скандальним, але виявилось нестерпно болючим. Ми з чоловіком просто розійшлися, як у морі кораблі. Багато працювали, мало розмовляли. В якийсь момент усвідомили, що ми більше сусіди по квартирі, ніж сім'я. Рішення визріло в тиші, але його наслідки пролунали на весь мій світ.

Квартира була його. Заощаджень я не мала, бо роками всі гроші йшли на кредити



«Ма, такий смачний борщ!»

та побут. Коли я виходила з під'їзду з дитиною, здавалося, що земля тікає з-під ніг. І справа була не так у розлученні, як у пекучому відчутті власної поразки.

Мама відчинила двері без жодного запитання. У моїй кімнаті все було майже так само – те саме старе ліжко, та сама шафа, яку батько збирав сто років тому. Я почувалася школяркою, яку життя сило-

міць повернуло в минуле.

Перші тижні були нестерпними. Я – розлучена, з дитиною, без власного кута. Вона – пенсіонерка, якій знову довелося ділити свій спокій з іншими. Я чула, як сусідки шепотяться на лавці біля під'їзду. У маленькому містечку новини летять швидше за вітер.

Найбільше страждала моя гордість. Я ж завжди казала, що ніколи не буду тягарем для

батьків. Що впораюся сама. А тепер залежала від неї в усюму: від даху над головою до тарілки теплового борщу, коли поверталася знесилена додому.

Між нами іскрило. Різні звички, різні погляди на виховання дитини. Сварилися через дрібниці: чи можна малому дивитися мультики, коли лягати спати... Я гостро реагувала на будь-яке зауваження, бо в кожному слові ввижалася критика, а вона почувалася недооціненою.

Але одного вечора я випадково почула її розмову по телефону з подругою. Мама казала: «Я така щаслива, що в хаті знову чути сміх. Нарешті я не сама».

Ці слова перевернули все всередині. Я дивилася на своє повернення як на крах і ганьбу. А вона бачила в цьому подарунок долі.

Я влаштувалася в місцеву бухгалтерську контору. Зарплата – не розгуляєшся, але це був фундамент. Потроху почала відкладати копійку до копійки. Вдома ми нарешті навчилися розмовляти, а не ковтати образи. Я запитувала її

поради – не тому, що не знала, як чинити, а тому, що почала поважати її життєву мудрість.

Син став спокійнішим, частіше усміхався – адже тепер поруч щодня була бабуся. Наші вечори перестали бути порожніми й тихими, вони наповнилися гомоном і затишком.

Сьогодні я все ще живу з нею, але більше не ховаю очі від сорому. Я збираю на своє житло і знаю, що прийде час знову випурхнути з гнізда. Різниця лише в тому, що я більше не вважаю допомогу слабкістю.

Я зрозуміла: життя – це не стріла, що летить лише вгору. Іноді треба повернутися назад, щоб просто перевести подих і набратися сил. Немає нічого принизливого в тому, щоб прийняти руку допомоги від людини, яка дев'ять місяців носила тебе під серцем і вчила робити перші кроки.

Я повернулася до мами у тридцять вісім. Не тому, що я невдаха. А тому, що життя повернуло мене туди, де люблять без жодних умов. І саме звідси я почала свій шлях за ново.

Чому я обходжу будинок матері десятою дорогою

● НА ПОВОРОТАХ ДОЛІ

Вона обрала любов. Я обрала батька. І між нами – сім років тиші

Любов ПЛІТКАРКА

Коли я приїжджаю до рідного села, я не звертаю з центральної дороги праворуч. Там – її будинок.

Я йду прямо. До батька.

Сусіди дивляться. Хтось відвертається, хтось – навпаки, довше затримує погляд.

Я знаю, що вони думають: «Дочка, яка не ходить до матері».

Але вони не знають головного.

... Колись у нас була звичайна сім'я. Така, про яку кажуть: «живуть душа в душу».

Мені так здавалося.

Тато мовчки робив усе – працював, ремонтував, тягнув дім.



Між двома домами іноді пролягає відстань у ціле життя.

Мама – усміхалася, варила борщ, накривала на стіл.

Я поїхала вчитися до столиці – і саме тоді все розсипалося.

Мама пішла.

Не просто пішла – перейшла в інше життя, яке, як виявилось, давно вже існувало паралельно.

Вона просила мене зрозуміти.

Казала, що закохалася по-справжньому. Що серцю не накажеш.

А я дивилася на батька, який збирав речі, і думала:

«А кому тоді наказувати?»

... Він поїхав до своїх стареньких батьків.

У п'ятдесят років. Без свого дому. Без

дружини. Без поясень, які могли б це витримати.

Я закінчила університет, влаштувалася на роботу, вийшла заміж.

Життя ніби склалося.

Тільки от кожні вихідні я повертаюся не «додому».

Я повертаюся до нього.

Везу продукти. Ліки.

Допомагаю по господарству.

І намагаюся не дивитися йому в очі занадто довго.

Бо там – тиша. І щось таке, що не лікується ні часом, ні словами.

... А в неї – інше життя.

Майже одразу після того, як пішла, вона завагітніла.

У сорок років.

усе, що міг програти.

... Я не заходжу в той двір. Не тому, що не можу.

А тому, що не хочу бачити, як можна так легко відрізати ціле життя і почати нове – ніби нічого не було.

Можливо, вона справді щаслива. Можливо, зробила єдиний чесний вибір у своєму житті.

“ Не хочу бачити, як можна так легко відрізати ціле життя і почати нове – ніби нічого не було.

Я тоді не вірила, що так буває.

Але буває. Вона народила дівчинку.

Соломія. Я ніколи її не бачила.

... Минуло сім років.

Сім років – це багато, щоб забути.

І замало, щоб пробачити.

Я могла б забрати батька до міста.

Я пропонувала.

Він тільки хитає головою:

– Тут моє життя було. Тут і закінчиться.

І я не сперечаюся. Бо знаю – він уже програв

Я не знаю.

Я знаю інше: є люди, які вміють іти.

І є ті, хто потім усе життя залишається стояти на місці, де їх покинули.

... Мій батько – із друзів.

І я – поруч із ним.

... Я не спілкуюся з матір'ю.

І нехай мене не розуміють. І нехай засуджують.

Бо в цій історії я обрала не правду.

Я обрала сторону.

І, можливо, це єдине, що я могла зробити.



Час дарувати своєму коханню історії для душі!



Передплатіть «Так ніхто не кохав» на II півріччя – наш індекс: 60 779.

«І куди це ти так вбралася?»

● ЖИТТЄВІ ДРАМИ

У свій 60-й день народження я вдягла червону сукню, сподіваючись почути компліменти... але холодні слова чоловіка довели мене до сліз

Марія МРІЯ, zyttia.org

Я готувалася до цього дня, як колись у юності готуються до важливого вечора.

Ще за місяць обрала сукню – глибокого червоного кольору, елегантну, трохи нижче колін. Не відверту, але таку, що привертає увагу. Давно я не носила яскравих речей. Але цього разу мені хотілося відчувати себе живою.



«І раптом зрозуміла: я ще можу бути красивою».

Відчувати себе жінкою. Не лише бабусею чи господинею дому.

Я зробила зачіску, запросила візажистку додому.

Дістала свій улюблений парфум – той самий, який він колись дарував мені.

Стіл майже був готовий: салати, торт, онуки

сміялися, тримаючи повітряні кульки, – усе виглядало так, як має бути.

У кімнаті тихо звучав джаз. У вазі стояли червоні троянди.

Він зайшов у передпокій, важко зняв взуття і глянув на мене.

– І куди це ти так вбралася? – сказав холодно. – Ти ж не на сцену йдеш. І взагалі, це вже не твій вік.

Я стояла посеред кімнати з застиглою усмішкою.

– Я просто хотіла... виглядати гарно, – тихо відповіла я.

Він лише зітхнув і пройшов повз. Навіть не поцілував.

Я зачинилася у ванній і заплакала. Туш розтеклася.

Шістдесят років. Я не чекала дорогих подарунків... лише трохи тепла, ніжного слова, гарного погляду.

Чогось, що сказало б: «Ти для мене досі

важлива. Ти моя».

Але в його очах нічого не було. Наче поруч із ним я стала просто частиною інтер'єру.

Сорок років разом. Діти, кредити, хвороби. Я була поруч у всьому.

Він рідко говорив лагідно – я списувала це на втому. Думала, колись стане інакше. Минали роки. І я поступово зникала...

Того дня я зрозуміла: чекати більше нічого.

Я змила макіяж, вдягла сірий светр і джинси. Вийшла до гостей, запалила свічки.

Онуки сміялися, не підозрюючи, що серце їхньої бабусі розбите. Діти робили вигляд, що все добре...

Пізно ввечері, коли всі розійшлися, я прибрала посуд і пішла до спальні. Він лежав на дивані, дивлячись футбол.

– Ти навіть не приві-

тав мене з днем народження, – тихо сказала я.

– Я ж купив тобі блендер. Що тобі ще треба? – відповів він, не відриваючись від екрана.

– Можливо... щось інше, – сумно усміхнулася я.

Наступного ранку прокинулася рано. На кухонному столі лежала записка: «Я у мамі. Буду вдень».

Я встала. Знову вдягла свою червону сукню. Подивилася на себе в дзеркало.

І раптом зрозуміла: я ще можу бути красивою. Я ще можу жити – не для когось, а для себе.

Я налила собі кави. Відкрила ноутбук... і почала шукати подорож до Італії.

А чому б і ні? Я – не стара. Я – вільна.

І я заслуговую на більше, ніж холодні слова й байдужість.

«Так ніхто не кохав»
(Святослав ВАКАРЧУК, 50 років, український музикант і автор пісень, композитор, лідер гурту «Океан Ельзи», громадський діяч).

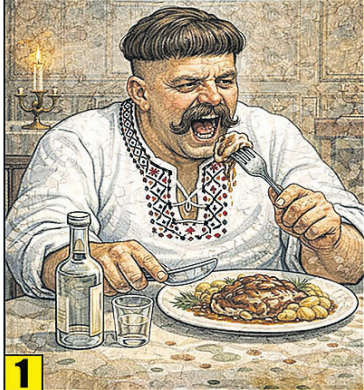
volyn.com.ua

ЯК ВАРЕНИКИ ВАРИЛИ КУМ І Я

Гумореска Павла Глазового

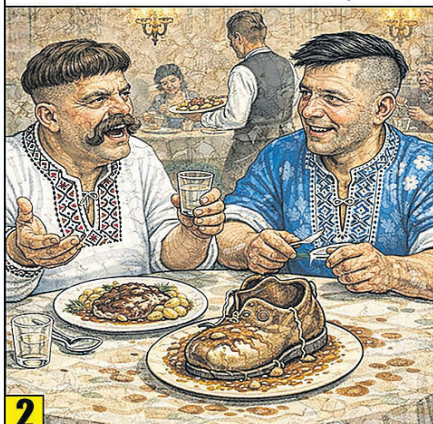


Кум поїсти неабиякий мастак. Йому жінка, що не зварить, все не так.



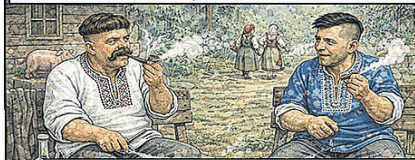
1 Вередує: - Як з'їдаю твій обід, Наче гирю закладаю у живіт.

Он торік я в ресторані, - каже, - був... Ледве миску з девояєм не ковтнув. Там таку дають підливку - смак і шик! З нею з'їсти можна власний черевик. -



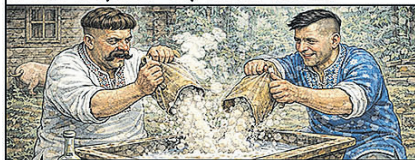
2

Раз в неділю ми осталися без жінок: Подалися вони раненько на товчок.



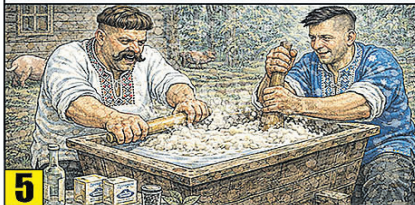
3 Ми із кумом закурили, сидимо. Кум наліво, я направо - плюємо.

- Не залишили нам їсти, то й нехай... А ми зваримо вареники давай!



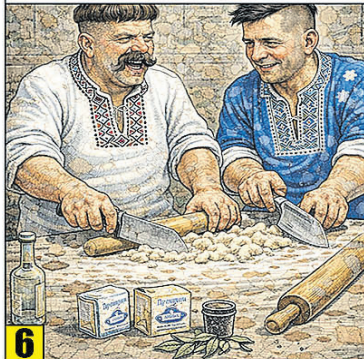
4 Налили ми в ночви свіжої води. Півмішка муки засипали туди.

Я качалку взяв, а кум мій - макогон, Тісто туго замісили, як гудрон.



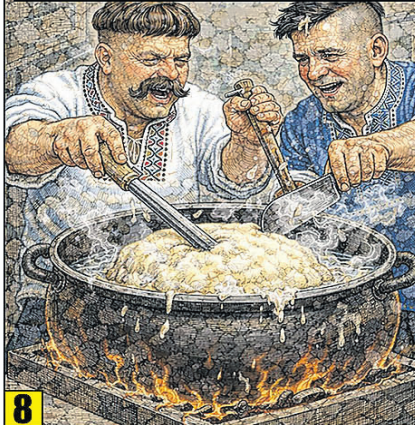
5 Дріжджів кинули дві пачки - красота! Потім перцю і лаврового листа.

Тісто витягли на стіл ми та й січем - Я ножкою, а кум мій сікачем. В казані кипить, аж піниться вода. Я ліплю, а кум вареники вкида.



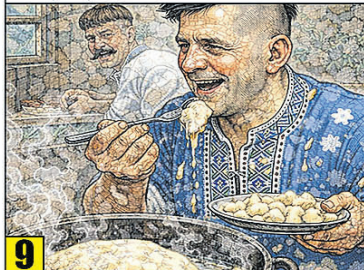
6

В казані вода вирує, булькотить. Сир гарячий нам на голови летить. Покипіло так не більше двох годин, Бачим: збилися всі вареники в один.



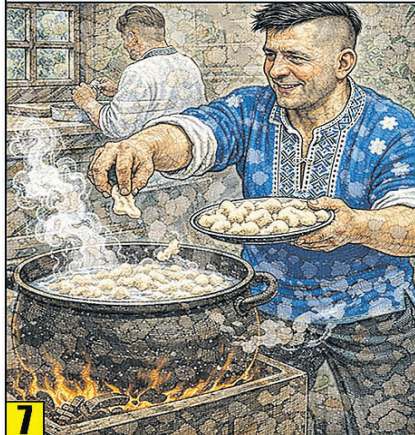
7

Ми вареник той штовхаємо до дна, А він лізе, випирає з казана. Кум говорить: - Ну, нехай вже буде так. Покуштуємо, яке воно на смак.



8

На вусах у мене тісто, в нього сир. Кум по кухні походить, як командир. - Хай живіт, - говорить, - лопне, а жінкам Отакунього вареничка не дам!



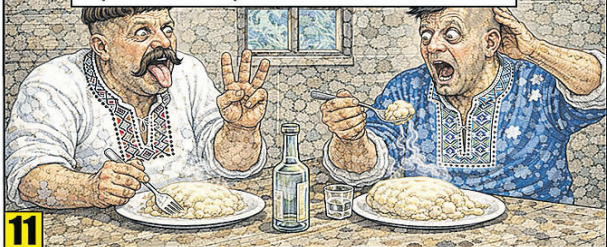
9

Поділили ми вареник, сидимо. Кум виделкою, я ложкою - їмо. Я помалу ремигаю, кум жує. -



10 - Ну, - цікавиться, - як враження твоє? -

Я показую на пальцях і стогну: Зуби злиплися, язика не поверну. В кума очі лізуть з лоба - не ковтне. Просить: - Стукни по потилиці мені! -



11

Я як двину його в шию кулаком! Тут відразу нам полегшало обом.



12 Кум затявся на своєму: - А жінкам й однаково й понюхати не дам! -

Те, що я не з'їв і кум мій не доїв, Потаскали кабанові ми у хлів.



13

Кум штовха його: - Пардон, мусьє кабан!



14 Вибачайте, я не знав, що ви - гурман.

А кабан понюхав тісто, кашлянув, Пперекинувся в баню і заснув.



15

Може, й ви вже захотіли в ресторан? -



16 І надів йому на голову казан...

Коли берешся варити вареники без жінки - готуйся, що замість обіду буде пригода. І добре, якщо не для швидкої, а лише для кабана...

ОСЬ ЩО ЗНАЧИТЬ - ЖІНКА З ДОСВІДОМ!

● СЕ ЛЯ ВІ

Після 50 років шлюбу я якось нахилився до дружини й задумливо сказав:

- Пам'ятаєш, колись ми жили в маленькому скромному будинку, їздили на старенькій машині, спали на розкладному дивані й дивилися маленький чорно-білий телевізор...

Іван МАКОГІН

- Але поруч зі мною щовечора засинала молода, красива 23-річна жінка, - *продовжив я*. - А тепер у нас - великий будинок, хороша машина, просторе ліжко й сучасний телевізор... Але поруч зі мною вже 69-річна жінка. Мені здається, ти трохи «випала» зі своєї частини угоди.

Моя дружина - мудра жінка - навіть не задумуючись відповіла:

- Нема проблем. Знайди собі знову 23-річну... А я подбаю, щоб ти повернувся в маленький будинок, стару машину, на диван і до чорно-білого телевізора.

От такі вони - жінки з досвідом. Вони точно знають, як швидко й ефективно «вирішити питання».

● СМІШНОГО!

Найбільша перевага коханки полягає в тому, що з нею можна поговорити про недоліки дружини. Спробуйте поговорити з дружиною про недоліки коханки!



У парку на лавочці воркують двоє закоханих. Раптом він зауважує, що якийсь чоловік подає його подрузі загадкові знаки.

- Що тобі потрібно? - зривається з місця закоханий. - Не пішов би ти звідси!

- Та я б із радістю. Але ключі - у дружини.



Курортне знайомство. У перший день чоловік погладив жінці руку.

У другий день - лікоть. У третій, коли чоловік наважився зачепити жінку за плече, вона роздратовано сказала:

- Ви що думаєте - я сюди на пів року приїхала?



- Олю, підемо в кіно?
- Ходімо.
- А твій хлопець не буде проти?
- У мене немає хлопця, його чоловік убив.



● МАГІТНІ БУРІ У ТРАВНІ:



фото: ukr.net.

☹ Слабкі: 16, 18, 23, 30.

☹ Середні: 10, 11, 14, 17, 20, 27, 29.

☹ Сильні: 12, 13, 21, 22, 28.

Подбайте заздалегідь про ліки від тиску і головного болю. Відмовтеся від алкоголю, кофеїну, важкої та гострої їжі. Бережіть себе і своїх рідних!

Перший секс: чи буде боляче і як підготуватися

● ВІДВЕРТО ПРО ЦЕ...

Ти думаєш, що знаєш, як це буде, але він майже завжди відрізняється від очікувань

Вероніка МЕЛЬНИК, edyna.media

Про перший секс говорять багато, але рідко чесно: без тиску, без романтизації й без завищених очікувань, які потім розчаровують. Правда в тому, що він не обов'язково буде ні ідеальним, ні страшним. Але майже напевно – не таким, як ти уявляла.

ЯК ЗРОЗУМІТИ, ЩО ТИ ДО ЦЬОГО ГОТОВА

Не існує «правильного» віку, ідеальної тривалості стосунків чи «підходячого» моменту. Готовність до першого сексу – це внутрішній стан, а не зовнішній чекліст.

ОСЬ ТРИ ОЗНАКИ, ЩО ТИ СПРАВДІ ГОТОВА:

1) Ти хочеш цього сама, а не тому, що «вже час» або партнер наполягає.

2) Ти почуваєшся в безпеці з цією людиною – можеш сказати «стоп» і впевнена, що тебе почують.

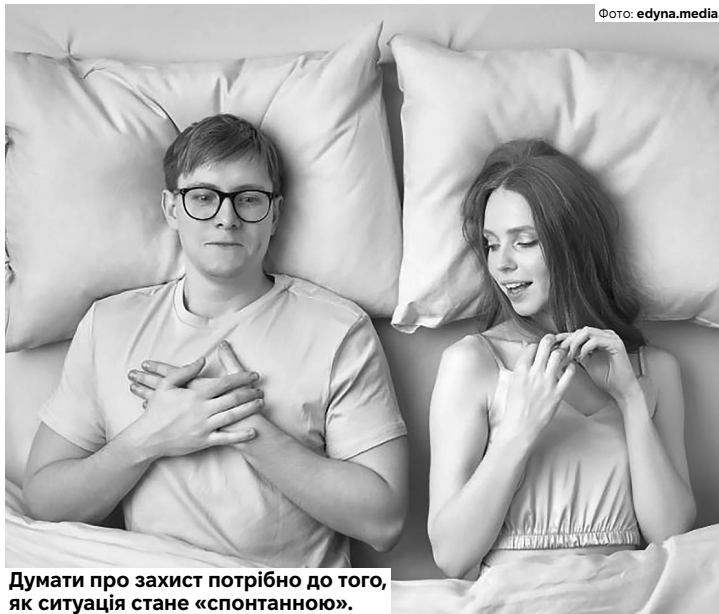
3) Ти можеш відкрито говорити про контрацепцію – без ніяковості, страху чи натяків.

Якщо ти не можеш прямо сказати партнеру: «Я хочу використати презерватив», – це важливий сигнал, що емоційна готовність ще не наздогнала фізичний інтерес.

КОЛИ ВАРТО ПОЧЕКАТИ

Якщо ти відчуваєш сумніви, страх або внутрішній тиск – це точно не той момент, коли варто «просто спробувати». Тиск із боку партнера, соціальне «вже час» або бажання «нарешті закрити це питання» – слабка основа для досвіду, який ти запам'ятаєш.

Право сказати «я ще не готова» – беззастережне. І жодних пояснень для цього не потрібно.



Думати про захист потрібно до того, як ситуація стане «спонтанною».

“ Якщо партнер реагує на відмову тиском, образами або маніпуляціями – це чіткий сигнал, що він не підходить ні для першого досвіду, ні для здорових стосунків загалом.

Ірина Коваленко, психологиня, сексологиня: «Перший сексуальний досвід – це не «milestone», який потрібно пройти за розкладом. Це подія, яка має відбуватися з власного бажання, а не під тиском – зовнішнім чи внутрішнім, як-от бажання відповідати очікуванням».

ЛЮБОЩІ ПО-ДОРΟΣЛОМУ: ЩО ВІДБУВАЄТЬСЯ З ТІЛОМ?

Один із найпоширеніших міфів – що перший секс обов'язково болючий. Насправді все залежить від рівня збудження, розслабленості та темпу. Якщо тіло достатньо збуджене, а партнер уважний, дискомфорт може бути мінімальним або взагалі відсутнім.

Дівоча пліва – ще одне джерело тривоги, часто безпідставної. Більшість жінок не відчуває її розриву як різкого болю: ця тканина зазвичай еластична й може розтягуватися поступово ще до першого сексуального досвіду – під час занять спортом,

використання тампонів або гінекологічних оглядів.

Олена Марченко, гінекологиня: «Біль під час першого сексу найчастіше пов'язаний не з фізіологією, а з напругою і страхом. Розслаблене тіло та уважний партнер – ключові чинники комфорту».

Кров може бути – а може й не бути. Обидва варіанти є нормою, і її відсутність не означає нічого особливого.

ЯКУ КОНТРАЦЕПЦІЮ ОБРАТИ

Це єдина сфера, де не варто імпровізувати. Думати про захист потрібно до того, як ситуація стане «спонтанною».

Презерватив (наприклад, якісний Durex Real Feel) – єдиний метод контрацепції, який одночасно захищає від небажаної вагітності та ІПСШ (інфекцій, що передаються статевим шляхом).

Гормональна контрацепція (таблетки, пластирі, кільця) захищає лише від вагітності й не запобігає ІПСШ.

Лубрикант (інтимна гель-змазка) – деталь, про яку ча-

сто забувають, але він суттєво знижує дискомфорт під час першого сексу. Обирай засоби на водній основі – вони сумісні з латексними презервативами та безпечні для слизової.

Екстрена контрацепція (наприклад, «Постинор», «Есінель-72») – не є методом регулярного захисту. Але важливо знати: вона може бути ефективною, якщо прийнята протягом 72 годин після незахищеного контакту. В Україні ці препарати доступні без рецепту.

Домовляйтеся про метод захисту заздалегідь. Якщо партнер відмовляється використовувати презерватив – це серйозний сигнал про нехтування твоєю безпекою.

ЯК ГОВОРИТИ З ПАРТНЕРОМ ПЕРЕД ІНТИМОМ І ПІД ЧАС НЬОГО

Більшість тривожних спогадів про перший сексуальний досвід пов'язані не з болем, а з браком комунікації. Фрази «мені незручно» залишаються неслуханими, а «я хочу повільніше» – не озвучуються.

Починай із простого: говори, що тобі подобається, і чесно кажи, що некомфортно. Не чекай, поки ситуація стане критичною.

Право сказати «стоп» або «я передумала» існує в будь-який момент – навіть якщо ви вже почали.

Це не жорстокість щодо партнера, а базова повага до себе.

Якщо партнер реагує на відмову тиском, образами або маніпуляціями – це чіткий сигнал, що він не підходить ні для першого досвіду, ні для здорових стосунків загалом.

ПЕРШИЙ СЕКС: 5 ПОМИЛОК, ЯКИХ ВАРТО УНИКАТИ

1. **Порівнювати з фільмами та соцмережами.** Те, що показують, – художня умовність, створена заради видовищності, а не реальності.

2. **Поспішати через «вже треба».** Соціальний тиск – слабка мотивація для будь-чого, а для інтимної близькості – особливо.

3. **Ігнорувати дискомфорт заради партнера.** Якщо

боляче або некомфортно – говори про це. Уважний партнер зупиниться.

4. **Забувати про захист через «особливий момент».** Такий момент може швидко втратити свою цінність, якщо з'явиться тривога через можливі наслідки.

5. **Очікувати ідеалу.** Перший сексуальний досвід часто буває незграбним – і це нормально. Незграбність не означає невдачу.

ЕМОЦІЇ ПІСЛЯ

Після першого разу можливі різні емоційні стани – від ейфорії до раптових сліз або просто нейтральності. Жоден із них не є «неправильним». Гормональні зміни та емоційна напруга можуть спричинити несподівану реакцію – навіть якщо все пройшло добре.

Якщо відчуваєш потребу поговорити – скажи про це партнеру або близькій подрузі. Якщо є відчуття, що твої кордони не були дотримані, це варто обговорити з фахівцем.

Марія Гнатюк, психологиня: «Емоційний стан після першого сексу не означає, що він «пройшов добре» чи «погано». Тіло і психіка просто реагують на новий досвід. Дай собі час і не інтерпретуй кожну емоцію як остаточний висновок».

ЧЕКЛІСТ: ЩО ПЕРЕВІРИТИ ПЕРЕД ПЕРШИМ РАЗОМ

• Я цього хочу – не тому, що «час» або партнер наполягає.

• Я можу сказати «ні» або «стоп» у будь-який момент.

• Є засіб захисту – і ми домовилися про це заздалегідь.

• Є лубрикант – щоб зменшити можливий дискомфорт.

• Я довіряю цій людині й почуваюся в безпеці.

• Мої очікування реалістичні – я не чекаю ідеального сценарію.

Підготовка до першого сексу – це не перелік ритуалів, а стан усвідомленості. Ти розумієш своє тіло, маєш засоби захисту, можеш сказати «ні» або «повільніше» і відчуваєшся в безпеці з людиною поруч.

Усе інше приходить із досвідом. Незграбність, хвилювання чи несподівані емоції – це не провал. Це просто перший раз.

ГАЗЕТА З ВІРУСОМ ЛЮБОВІ — ПРОЧИТАЄШ І ЗАКОХАЄШСЯ!!!

VOLYN.COM.UA



Передплатний індекс місячника

«ТАК НІХТО НЕ КОХАВ»: 60779

Тираж номера: 5319.

Засновник: ТЗОВ «Газета «Волинь»
Головний редактор і відповідальний за випуск
ЗГОРАНЕЦЬ
Олександр Олександрович

Зареєстрована 18 січня 2024 року
Набрана і зверстана в комп'ютерному центрі ТЗОВ «Газета «Волинь»
Місцезнаходження видавця: 43025, м. Луцьк, просп. Волі, 13. Поштова адреса, за якою здійснюється редакційний контроль: вул. Ковельська, буд. 2, м. Луцьк Волинської області, 43016.
E-mail: takvolyn@gmail.com, reklama.volyn@gmail.com

Телефонуйте: 066 82 47 160, 096 77 31 037.

ТЗОВ «Газета «Волинь»
п/р UA833052990002600700803281
АТ КБ Приватбанк, МФО 305299,
ЄДРПОУ 02471695

Друк офсетний.
Обсяг – 16 сторінок
формату В-4

Регстраційний номер
R30-02487 № 142

Віддруковано:
Поліграфічне видавництво
«А-Принт» ТОВ «Дім»,

м. Тернопіль. Тел.: (0352) 52-27-37, (067) 352-18-51, сайт www.a-print.com.ua.
Замовлення №648.

«Любов – це коли він каже, що ти його квіточка, а через дев'ять місяців ви разом йдете на город шукати в капусті поповнення» (Невідомий сучасний автор).

volyn.com.ua

«ТАК НІХТО НЕ КОХАВ»

15

№5(53)

Вона залишила її на сьомий день. І все життя жила з цією датою...

● НЕВИГАДАНА ІСТОРІЯ

23 березня 1970 року

Є дати, які люди святкують. Є ті, що намагаються стерти з пам'яті. А є такі, які не відпускають ніколи

Василина ПИСАНКА

Для Ольги це був не просто день. Це був її вирок – без суду і без права на забуття.

Вона пам'ятала все. Як пахло у палаті – ліками і чимось ще, тривожним. Як за вікном ще не впевнено приходила весна. Як у тиші раптом прорізався дитячий плач – її плач.

Вона тримала доньку

на руках. Маленьку. Теплу. Свою.

Встигла дати їй ім'я. Олена.

Сім днів. Сім днів вона була мамою.

А на восьмий – перестала.

...

Вона збирала речі повільно. Наче тягнула час. Наче чекала, що хтось зайде і скаже: «Не треба». Ніхто не зайшов.

Вона підійшла до дверей. Зупинилася.

Не обернулася.

Бо якби обернулася – залишилася б.

...

Тоді їй було мало років. А страху – багато. Страх осуду. Страх самотності. Страх майбутнього, у якому не було ні підтримки, ні грошей, ні відповіді на просте запитання: «Як жити далі?»

У ті часи про таке не говорили. Жінки мовчки залишали дітей. І мовчки жили далі.

Але мовчання – не означає, що не болить. Бо справжній біль починається потім.

Продовження історії – на с. 6



«Чекала, що хтось зайде і скаже: «Не треба». Ніхто не зайшов.»

23 березня 1970-го. День, який не мине і через п'ятдесят років.

Марічка кричала Іванку: «Не вмирай!»

● З ВИСОТИ ДУШІ

А за кілька днів до їхнього знайомства він уже приходив до неї уві сні. Усміхався і питав:
– Ти, бува, не з повісті «Тіні забутих предків»? Раз Марічка...
А сам відповідав, ніби це було найприродніше у світі:
– Бо я – Іван. Іванко

Зореслав СТОЖАР

Уночі перед тим днем, коли Марічка офіційно стане бойовим медиком, їй наснився дивний, майже дитячий сон.

Вона босоніж бігла по білих хмаринках. Вони були м'які, як свіже молоко, і слухняно тримали її, хоч вона й боялася зробити за-

йвий крок. Сtribала – і сміялася. Бо не падала.

І дострибалася до хмаринки, на якій... сидів він.

Красивий легінь. Темні очі, усмішка – така, ніби він знав її давно.

Марічка одразу зашарілася.

– Іванко я, – сказав він просто.

– А я – Марічка, – відповіла вона і сама здивувалася, чому говорить так, ніби вони знайомі сто років.

«Він провів рукою по хмарі – і та раптом розквітла ромашкою. Білою-білою. Він зірвав її і простягнув Марічці.»

– Марічка, як у «Тінях забутих предків»? – усміхнувся він.

– Та в нас у селі

кожна друга Марічка, – засміялася вона. – Не тільки в книжках.

– А я, уяви собі, Іван Палійчук, – сказав він і ледь нахилив голову. – Як у Коцюбинського.

Він провів рукою по хмарі – і та раптом розквітла ромашкою. Білою-білою. Він зірвав

її і простягнув Марічці.

І в ту мить небо потемніло.

Нізвідки насунулася чорна хмара. Велика, важка, мов чужа зладумка. Вона повільно, але невідворотно сунула просто на них.

– Перестрибуй на іншу хмаринку, Маріч-

ко, – тихо сказав Іванко. – Я дмухну... щоб ти змогла втекти.

– А ти?

– Я піду їй назустріч.

– Ні, Іванку! – крикнула вона.

І... прокинулася.

Що було далі – читайте на с. 9



Марічка стрибала – і сміялася. Бо не падала. І ще не знала, що на одній із хмаринок чекає він.

«Як ти не крути, але ми – не пара»: Потап і Настя розлучилися!

Подорожні розриву – на с. 10



Бути не незайманою до шлюбу в наш час – це... гріх?

Пікантна тема – на с. 7

