

# Українська Родина

6/2024 (146)

[www.rodyna.com.ua](http://www.rodyna.com.ua)

передплатний індекс 91640



**Окриленні коханням –  
Лідія та Андрій Рудь**

**Фото: Тома Савеля**



**В асортимент нашої продукції входять:**

- вишиванки класичні;
- сучасний одяг з вишивкою;
- театральні та національні костюми;
- корпоративний одяг;
- рушники обрядові;
- домашній текстиль;
- трикотажні та інші вироби.



Журнал «Українська Родина» –  
допомагає створювати гармонію у сім'ї.  
Мова, історія, традиції і звичаї - все це наша  
рідна національна культура.

ISSN 1819-955X

## № 6/2024 (145)

Виходить з 15.06.1999 р.

Свідоцтво про державну реєстрацію  
друкованого засобу масової інформації  
Міністерства інформації України  
КВ № 21651-1551 ПР від 02.11.2015р.  
Рішення Національної ради № 784  
від 14/03/2024 р. Ідентиф. R30-02939.

Засновник: Біленький С. Я.

Головний редактор: Біленька С. В.  
Дизайн та верстка: ТОВ «СМПГ «ШАНС».

Адреса редакції: 02140, м. Київ  
вул. Ревуцького, 44 оф.4;

Телефон редакції: (044) 565-75-91

E-mail: mail@rodyna.com.ua

www.rodyna.com.ua

### Наша редакція:

Кагадій В.В.	Саннікова Л.П.
Косачевич П.І.	Сіренко Г.О.
Мицик В.Ф.	Купчин В.К.
Павлик О.В.	Терещук А.І.
Присяник І.Г.	Толкач Ю.Г.

### На обкладинці:

Людмила Бутко – село Мачухи, Полтавська обл.

Усі права належать ФОП Біленька С.В. та Видавництво ТОВ «СМПГ «ШАНС». Передрук і будь-яке використання матеріалів можливі тільки з посиланням на Журнал «Українська Родина». Редакція має право публікувати будь-які надіслані на її адресу твори, звернення читачів, листи, ілюстровані матеріали і залишає за собою право редагувати матеріали.

Факт пересилання матеріалу до редакції означає згоду автора на передачу редакції всіх виключних прав на використання твору в будь-якій формі і будь-яким способом.

Надання авторами та читачами їхніх персональних даних означає добровільну згоду на їх зберігання та обробку.

Стиль оформлення видання та його зміст є об'єктами авторського права та охороняються згідно з чинним законодавством.

Редакція не завжди може подіяти погляди авторів публікацій, має право відмовити в розміщенні матеріалів на сторінках видання, якщо в них мають місце порушення законодавства, наших технічних чи художніх вимог, не мають практичного застосування для покращення родинного добробуту, несуть шкоду для людей, або відсутня оплата.

За достовірність порад, наведений досвід, рецепти для профілактики та лікування відповідає автор. Наведені у публікаціях поради, методи і рецепти можуть бути застосовані читачами на власний ризик і тільки після консультації з лікарем чи фахівцем з відповідної галузі.

За достовірність фактів, цифр, точність імен, прізвищ відповідають автори, а за зміст рекламних матеріалів – рекламодавці.

Рекламодавець також самостійно несе відповідальність за збереження авторських прав і прав третіх осіб, наявність необхідних ліцензій і відомостей про сертифікацію продукції та послуг згідно з чинним законодавством. У своїх діях видавництво керується тим, що рекламодавець має право і заздалегідь отримав усі необхідні для своєї діяльності, у тому числі і для здійснення публікацій, дозволи. Передачею матеріалів рекламодавець підтверджує факт надання видавництву права на виготовлення, тиражування та розповсюдження його реклами.

Претензії стосовно якості друку і термінів виходу реклами приймаються протягом 30 днів від виходу видання з публікацією.

Надруковано ТОВ «Друкарня «Лігера»,  
м. Київ, вул. Сім'ї Хохлових, 8,

Замовлення №145 від 25.11.2024 р.

Друк офсетний. Папір крейдований.

Формат 60 x 84 1/8. Обсяг: 5 ум. друк. арк.

Підписано до друку 25.11.2024 р.

Наклад 23740 примірників.

Ціна договірна.

Передплатний індекс 91640

© ФОП Біленька С. В.

© Видавництво ТОВ «СМПГ «ШАНС»

© Журнал «Українська Родина»

м. Київ – 2024 р.

## СЬОГОДЕННЯ



**3. РідЗвана зустріч з Оленою Щербань в Лялиній Світлиці 7 грудня 2024 року**



**4. Одна мрія на двох у тихій Любові Ліди та Андрія Рудь**



**8. КоровайФест 2024 «Мої милії Коровайниці, убираймо короваї у віновії квіти, аби любилися діти»**



**20. Вишиванка - традиції і сучасність - folkmoda.net**



**23. Суспільство – ветеранам. Як держава може покращити реабілітацію військових**

**ВІДПОЧИНОК ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ**



**26. Курорт «Миргород»**

**ЯК ТО БУЛО**



**31. Літописна земля древлян**



**38. Народження дитини по-Суличівськи: обряди та традиції**



**39. Українські замовляння**

**ВИСТАВКИ**



**42. «Золотий спадок України» як відзнака якості національного українського продукту**



**43. Синівська любов**

**ІСТОРІЇ З ЖИТТЯ**



**46. Викрадена з раю**



**51. Сувій життєвих історій**



**54. Оздоровче харчування**



**56. СМАЧНО і КОРИСНО**

**ДРУК**  
**посібників для підготовки**  
**військових фахівців**

Артилерія  
 Автомобілі і бронетехніка.  
 Експлуатація та ремонт.  
 Безпілотні авіаційні комплекси.  
 Вогнева підготовка (курси стрільб).  
 Гранати, гранатомети, вогнемети.  
 Загальні військові стандарти.  
 Організація підготовки військ.  
 Зв'язок.  
 Інженерне забезпечення та маскування.  
 Історія.  
 Медична підготовка.  
 Протиповітряна оборона.  
 Психологічна підготовка.  
 Радіаційний, хімічний та біологічний захист (РХБЗ).  
 Розвідка.  
 Стрілецька зброя.  
 Тактика та застосування військ.  
 Територіальна оборона.  
 Топогеодезичне забезпечення.  
 Інші.

т. 067 238-11-67

*Більше щастя в кожен дім!*

# Українська Родина

**91640**  
 передплата  
 в Укрпошті

**Шануймося, єднаймося!**  
**Ніхто нас не здолає!**  
**Знання мови, історії, культури -**  
**зміцнюють наші родини та**  
**єднають українську націю.**  
**Передплатіть часопис!**

6 номерів на рік

- народна медицина • травознаї • здоровий спосіб життя • профілактика захворювань •
- краса і мода • українська пісня • повага до батьків • виховання дітей • родинні звичаї •
- народні традиції • українська кухня • садівництво-городництво • досвід покоління •

тел. (044) 565-75-91, 067 238-11-67, [www.rodyna.com.ua](http://www.rodyna.com.ua), [mail@rodyna.com.ua](mailto:mail@rodyna.com.ua)

# РідЗвана зустріч з Оленою Щербань в Лялиній Світлиці 7 грудня 2024 року

ЕтноПросвітницький осередок-три музеї «Лялина Світлиця» д.і.н. Олена Щербань, що в Опішні, Полтавщина, з 19 грудня 2010 року, часу його заснування і перших вечорниць, якимось враз став місцем зустрічей і тісної комунікації, майданчиком проявлення численних талантів, творчого розкриття Своїх Людей, що поспішають на Свято теплої, радісного побачення один із одним у форматі фестивалів, майстер-класів, «з легкої руки» Господині. Тривкими і сталими, вже традиційно Народними стали щосерпневий грандіозний Етно-ГастроФестиваль-квест **«Борщик у глиняно-мугорщику»** та щожовтневий визначний і помітний **КоровайФест**, що вже таки де факто набули статусу загальнонаціональних. За десять «фестивальних» років викристалізувалася команда ентузіастів, що й нагромадила сформуваала повносіле ядро елітного Клубу Борщотворців та Тістотворців. І тепер, після відпрацювання цьогорічного фестивального «плану», забажалося-зволилося й одразу здійснилося спершу безголове, але таке жадане бажання активу згаданого Клубу зустрітися якнайскоріше знову. Що ж, вважатиму ініціаторами **першої РідЗвана зустріч у Лялиній Світлиці, що цьогоріч очікується 7 грудня 2024 року** насамперед **Лідію Рудь, Андрія Рудь, Людмилу Бутко, Оксанку Савченко, Катрусю Юр'єву, Людмилу Моргіну, Євгена та Альони Проботюк, Володимира Правденка.** Дякую, дорогі Друзі!



Що ж ми запланували для себе і для Вас під час зустрічі Своєї зі Своїм до Свого про Своє, біля теплої печі, в якій традиційно і незмінно кипітиме борщик (зимовий з грушками, а також з грибами і квасолею та щасливою долею)?

**Майстерки-дегустації із створення і випікання бабусиних коржиків** (солодке тістечко, замішане на пахучому смальці), традиційного медового печива у формі панянки і коників, яке випікали в полтавському регіоні під «святки» – для частування вечорників та на Різдво, пряників облитих «печатних» полтавських. Майстерка із випікання в печі Живого Хлібчика на заквасці.

**Майстерка із приготування пряжених в олії мандриків** та вергунців-молодців в цукровій пудрі.



**Майстерка із розпису миколаївським розписом** новорічних іграшок, сит для просювання борошна, пряничків-сувенірчиків.

Смачне чаювання з кількома варіантами трав'яних чаїв, зварених на живому вогні.

Зустріч із Чарівником-Миколаєм, що в передноворічну пору тямить здійснити бажання.

Гуртом наліпимо і спечемо пирогів з вишнями, з капустою, з маком, із запашним яблучним повидлом, з гарбузом, з калиною, зі шкварками, з квасолею....

Ми чекаємо Вас з Колядою.

Ми чекаємо Вас із Вертепним дійством, з різдвяним лицедійством.

А ще ми гуртом зваримо в печі дватри різновиди куті та й відтворимо об-



ряди, пов'язані з її приготуванням, подачею до столу, частування Рідні-Роду.

Ми гуртом сплетемо Дідуха й занесемо його до хати так, як годиться.

А ще – спечемо калиту – сонцем, медом налиту, та й інсценізуватимемо вечорничний обряд «кусання калити».

Для дівчат – окрема програма-сюрприз.

**Ця РідЗвана зустріч, що триватиме з 10.00 до 18.00** – про нагадування, що добрі побажання здійснюються, що Дивовижні Дива трапляються, що правдиве Свято – це свято близьких по Духу Людей, що передноворіччя – саме той час рукотворних і не тільки чудес.

Взяти участь у нашій РідЗваній зустрічі можуть усі бажаючі: і дорослі і діти. Безкоштовною участю у такому дійстві бути не може. Для уточнення деталей, телефонуйте, будьласка, відповідим особисто на всі питання: **068 42 808 35 або 066 18 45061.**

**Олена Щербань, етнолог, д.і.н., фундаторка ЕтноПросвітницького осередку-три музеї «Лялина Світлиця», Української Гастрономічної Академії в Опішні, Полтавщина, Президент Клубу Борщотворців та Тістотворців 066 18 45 061**

## Одна мрія на двох у тихій Любові Ліди та Андрія Рудь

*Жінка й Чоловік, Чоловік і Жінка, що раптом знаходять один одного і створюють пару-подружжя, кому пощастить дужче, тобто хто зусиль своїх не шкодуючи, припасує їх більше — красиву й довготривалу симфонію міцної сім'ї та стосунків... таких, що в книгах романтичних описані, та в піснях оспівані. Геніально задуманий й втілений колісь й досі ніким не перевершений замисел добровільного симбіозу нібито полярних зовні (Тілами), хоча, споріднених по суті, Душ. Але всі ми знаємо, що Людське Життя прожити — то не поле перейти — все в ньому, як на довгій ниві: і радощі-веселощі і перепон буває чимало.*

26 вересня 2023 року в мій ЕтноПромісвітницький осередок ТриМузеї «Лялина Світлиця», що в Опішні, в серці Полтавщини, на майстерку із виготовлення качаної каші, з нагоди свого дня народження, завітала красива й натхненна Жінка із веселими серпанковими очима — Лідія Рудь із власноруч спеченою Хлібиною-Паляницею, як Сонце! Та не сама, а з чоловіком Андрієм, що привіз її — козак-характерник, подумалось мені опісля. Обое усміхнені, привітні, ошатно вдягнені у власноруч вишиті Лідією Рудь вишукані вишиваночки. Навчилися ми тоді качати кашу, і гомоніли-гомоніли, зваривши гуртом ще й галушечок полтавських, бо ж гості з Харківщини, тож «дивували» локальною стравою на всі випадки життя, про все, як наче давні Друзі. Зрозуміли тоді, що об'єднує-гуртує нас любов до рідної Землі, Людей, Праці...

І відтоді — почалося! І як же добре почалося і продовжується!!

Спочатку родина Рудь завітала до нас на КоровайФест 2023 року, що традиційно відбувся в жовтні на території моєї садиби. Привезли із собою Паляни-



цю-Сонце, шишечки весільні шишасті та брижасті із слобожанського краю, неймовірної краси, пахощів і смаку, квітчаній Коровай весільний, та такий ловкий!!!! А ще Ліда Рудь напекла пиріжечків із цукровими бурячками — улюбленими, Андрієвими! Смакували-дивувалися усі гості фестивалні.

Про те що, родина Рудь є бажаними, довгоочікуваними вже тепер повноправними Учасниками, надійними й вірними Друзями серпневого ЕтноГастроФестивалу «Борщик у глиняному горщику 2024» вже й мови не було! І знову Ліда й Андрій крокують моїм дворіщем з Короваями, що квітнуть-пахнуть особливими Лідиними квітоньками--колосочками-листочками, бо вони ж ще й солодкі та добрі в неї!!! З повні-

сіньким кошиком пиріжечків, Лідиних, особливих. Тих, що з бурячками, з Паляницею-Сонцем, шишечками рум'яними та духм'яними! Дивувала--закохувала в себе з першого погляду пані Лідія гостей фестивалних у Весільній хаті вправністю рук роботящих, щедрістю і теплом Душі своєї, жіночністю безкрайною, Добротою безмежною, розумом всевидючим.

Тим часом пан Андрій Рудь, піч топив, за нею слідкував, неквапливо пахуючи козацькою люлькою, встигаючи при тому ще й слово мудре й розважливе сказати численним гостям фестивалним, що прийшли дивуватися-милуватися короваями весільними Катрусі Юр'євої та Людмили Моргіної в Хату-Музей Живого Хліба. І про

Космос пан Андрій розповідав, і по мікрокосмос Душі Людської і про тютюн і про життя... Слухали й ми, заслухуючись, іноді, аж роти роззявляючи. Уміє своє ємне та містке Слово сказати пан Андрій Рудь! Та влучно, та дотепно-оригінально! Зрозуміло, що Лідії нема як занудьгувати поряд із таким Мудролюбом-Філософом вже понад сорок роцків! І де ж вони взялися?... Пролетів той фестивально-борщовий день, як мить. Прийшов вечір, об'єднавши всіх Друзів за спільною вечерею, незлічними приємними враженнями-згадками за день, приємними жартами один із одним – «а я закохався у Твої серпанкові очі», ніби лише для них, для Рудів – Лідії та андрія, співав Іво Бобул з магнітофону... А воно так і було!

Не минуло й двох тижнів – завітали знов у гості бажані Друзі наші – Родина Лідії та Андрія Рудь та ще й з донею-красунею та онукою розумничкою. Приємною зустріч видалася, тепла, важлива для всіх її учасників.

А потім Андрій Рудь для своєї лебдики-красуні-трудівниці – Лідочки Рудь, за її примхою-забаганкою (та й забажала б Мальдіви! Так ні ж!) за лі-

чені дні збудував-вимурував, що ж ви думаєте? Піч пікну й варисту забажала пані Лідія! Піч! І дарма, що довелося для того розібрати пів-сусідського цегляного паркану! Та й таке! Задоволена Ліда одразу ж напекла довгих і дивовижних весільних дивнів на очеретині! Пахоші й видива – на всеньке їхнє село. І знов Руді у всіх «на язиці». Та не звикати їм до того!

Від 13 серпня 2024 року мною було засновано Клуб Борщотворців та ТістоТворців, зрозуміло, що одними з перших почесних його членів стали Родина Лідії та Андрія Рудь. А ще в Українській Гастрономічній Академії д.і.н. Олени Щербань віднайдеться два місця для двох її Професорів родом із Харківщини!

12 жовтня 2024 року в Перещепино, що в Дніпропетровщині, відома пані-Коровайниця Харківщини, а точніше – барвистого на таланти Зачепилівського краю, Лідія Рудь, логічно, що з головним натхненником, помічником і найвірнішим своїм Другом – паном Андрієм Рудь, стали учасниками смачної і красивої виставки Короваїв, вразивши гостей заходу різноманіттям власноруч випеченого весільного обрядового пе-





чива: Короваями, шишками, бубликами-свистунами, дивнями, пірижечками, кашею качаною в торбинках! Ця виставка стала своєрідним тренувальним майданчиком-трампліном перед Першою персональною виставкою коровайного мистецтва Лідії Рудь під час грандіозного П'ятого КоровайФесту 2024 року в Опішні. Що вже подивувала нас усіх, так подивувала! Напекла її Пич-Чарівниця, навиробляли її рученьки працюваті всього-всього усім нам на радість, гордість і подив! І лише вона і її Андрій знають, скільки всього довелося переробити-зробити напередодні, ніченьки не доспавши, виконавши також

весільне замовлення, що саме співпало з датою виставки. Кому, як не їм знати!

**Перша персональна виставка коровайного мистецтва відомої коровайниці Харківщини Лідії Рудь** відбулася 26 жовтня 2024 року в Опішні успішно, видовишно, так, що назавжди запам'яталася не лише її Творчині-Героїні, її Чоловікові-помічнику Андрію Рудю, присутнім на цьому унікальному народному дійстві колежанкам-коровайницям із Києва та Київщини, Одещини, Полтавщини, зокрема Опішні, Глобинщини, Кремен-

чука зокрема (придивлялися та захоплювалися хто тихо, а хто й уголос), численним гостям Фестивалю, та особливо односельчанам-землякам, які приїхали навмисно для того, аби підтримати і привітати пісню, добрим словом, славу землячку із такою визначною подією не лише в її Житті, а й в Житті всієї Зачепилівської громади, та де там, Харківщини! Пильно й уважно придивилася до унікальних варіацій асортиментного ряду, авторської техніки виконання, консистенції спеченого тіста, його конструкту, вигляду, аромату, смаку, конфігурації форм, їх блиску, ваги та інших характеристик поважна *Директорка Книги Рекордів Клубу Борщотворців і Тістотворців Людмила Бутко*. Яка в той фестивалний день, під час відкриття чотирьох виставок одночасно (Виставка Лідії Рудь, Виставка-дует коровайного мистецтва Тетяни Вінцовської і Ганни Халімон, Виставка-дует коровайного мистецтва Катрусі Юр'євої та Людмили Моргіної, Виставка миколаївського розпису Лідії Клименко та Ганни Бириси), оголосила про незаперечний рекорд із приготування 100 борщів за один день 10 серпня 2024 року під час Десятого ЕтноГастроФестивалю «Борщик у глиняному горщику 2024», випікання за один день 40 Коровайів 26 жовтня 2024 року під час П'ятого КоровайФесту, а потім виявилось, що коровай-





ниці навиробляли і напекли ще! І таким чином за один день напекли 66 Коровавів! Видала сертифікати про персональні і досі ніким не перевершені рекорди Те-

тяні Вінчковській, Ганні Халімон, Катерині Порскало та Оксанці Савченко. Основну частину (а іншою щедро пригощалися всі бажаючі) своєї великої й величній коровайної виставки Лідія Рудь передала в той же день туди, куди треба! А допоміг їй у цьому Друг пан Родіон, з яким вони товаришують вже понад пів-століття....

Короваї, Паляниці, дивні, шишки, бублики, калачі-калоти, пироги й пиріжечки, каша, борщі-вареники у виконанні Лідії Рудь завжди добротні, високоякісні, особливі! До речі, про її вареники. Як зазначила пані Лідія, така Жінка як вона, завжди залишається загадкою, навіть для свого чоловіка Андрія, з яким живе вже понад сорок років. Так ось, збираючись на виставку в Опішню, навироблявши-напікши всього-всього, ще й на замовлення, Лідія наліпила й напарила, бо зварені на пару, особливих – білих, пухких, наповнених вщерть оригінальною начинкою – вареників. Та таких, що їли їх ми, за влучним висловом пана Андрія, губами!!! Та таких вареників, що навіть сам пан Рудь



за сорок років ще не їв! Не буду й я відкривати вже зовсім всі секрети цієї унікальної Жінки-Богині. Принагідно, завітаєте на Другу Персональну виставку коровайного мистецтва Лідії Рудь, що відбудеться 9 серпня 2025 року під час Одинадцятого ЕтноГастроФестивалю «Борщик у глиняному горщику 2025» та й запитаєте!

До керівництва Спільки майстрів народної творчості висловлюю пропозицію внести до переліку номінацій майстрів народної творчості внести позицію «коровайниця» чи майстер-тістотворець, і прийняти до членів спільки Лідію Рудь, Тетяну Вінчковську, Ганну Халімон, Катрусю Юр'єву, Людмилу Моргіну, Людмилу Бутко.

А мрія скромної і трудящої сімейної пари Рудь одна на двох, її озвучила Ліда Рудь так: *«щоб якнайдовше каву робити один одному... Хто перший встає вранці, той другому кавусю заварює... А ще один наш секрет, – продовжує – любимо ми один одного тихо...»*

**8 листопада 2024 року**  
**Олена Щербань, етнолог, д.і.н.,**  
**фундаторка ЕтноПросвітницького**  
**осередку «Лялина Світлиця»**  
**(Опішня, Полтавщина)**



# КоровайФест 2024 «Мої милії Коровайниці, убираймо короваї у віновії квіти, аби любилися діти»

26 жовтня в ЕтноПросвітницькому осередку триМузеї «Лялина Світлиця»

П'ятий КоровайФест 2024 традиційний, що Жовтневий в ЕтноПросвітницькому осередку триМузеї «Лялина Світлиця» вдався очікувано унікальним, особливим для всіх – його Творців-учасників і численних Гостей з усіх-усюд: з Полтавщини і Полтави, з Харківщини і Харкова, із Сумщини і Сум, з Дніпропетровщини і Дніпра, з Київщини і Києва, з Донеччини, з Чернігівщини, з Херсонщини, з Житомирщини, з Вінниччини, з Черкащини, із Запоріжжя... Таким був КоровайФест 2024 вдашнім, смачним, багатим і пишним, що ми всі причетні ще довго будемо згадувати його. Дякую, Добрі Люди!

Унікальність КоровайФесту 2024 насамперед у тому, що всього за один фестивальний день було привезено-спечено-презентовано шістдесят сім весільних Коровайів!

Інших різновидів весільного обрядового печива, яке було презентоване і майже вмиті! розкуплене гостями КоровайФесту, ми навіть не встигли поррахувати. Серед них: особливі дивні, веселі шишечки, макові верчі, пудровані рогалі, ароматні лежні, блискучі калачі, круглобокі пампухи, повнясті пироги, привабливі вертути, здобні баранчики...

Розкішшія і асортимент форм весільного обрядового печива, як і завжди під час нашого КоровайФесту, прием-



но вражали, дивували, але на цей раз – перевершили навіть очікувані сподівання, зашкалили-перевищили всі прогнози. Навіть мої!

Дякую, шановні, любі, милі, Славні Коровайниці! Цілую трудящі Ваші руки.

Паніматка КоровайФесту 2024, як і чотирьох попередніх – відома київська Коровайниця-гуру Тетяна Вінцовська особливо постаралася, аби якомога більше українських Коровайниць мали змогу самопрезентуватися шляхом презентації своїх здебільшого великих і пишних весільних Коровайів. А що в же

«розцяцьковані» вони були! Праці й творчої задумки вкладено чималенько.

Надважливою є робота до і під час Фестивалю нашої шанованої всіма адміністраторки і ведучої, відомої кременчуцької громадської діячки Оксани Савченко. Принагідно, Дякую Тобі, дорога мені подруго! Завжди готова підстрахувати, виручити. Завжди привітна, гостинна, усміхнена. А що вже вбрана! Як тая чічка!





Унікальність КоровайФесту ще й у тому, що було вперше встановлено і зафіксовано Коровайні Рекорди. Уявляєте? Досі ніким і ніколи не було встановлено і зафіксовано унікальні Рекорди з найбільшої ваги, висоти, ширини, довжини, вимішування і вироблення і випікання вражаючої кількості кілограм коровайного тіста — близько ста! упродовж одного дня... Жіночими руками...

Під час КоровайФесту було презентовано створений 13 серпня 2024 року елітний Клуб Борщотворців і Тістотворців та вручено престижні картки членів Клубу. Члена нашого Клубу може стати майже кожен! Передбачено щорічний членський внесок.

Також було оголошено про з'яву Книги Рекордів Клубу Борщотворців і Тістотворців. Відтепер Клуб має свою Книгу Рекордів. Великодостой-

не товариство було оповіщено, що Директором Книги Рекордів Клубу Борщотворців і Тістотворців є відомо-

ма полтавська Коровайниця Людмила Бутко. У її віданні є книга для фіксації Рекордів, записи в неї робить виключно пані Людмила Бутко власноруч професійною авторучкою. А також спеціальні сертифікати, підписані Президентом Клубу Оленою Щербань та Директором Книги Рекордів Клубу Людмилою Бутко про суть Рекорду, ім'я його виконавця, місце, час та інше.

26 жовтня 2024 року було публічно підписано-засвідчено пані Директором Книги Рекордів Клубу і вручено кілька сертифікатів про Рекорди. А саме:

- **100 борщів**, зварені за один день під час Десятого Міжнародного ЕтноГастроФестивалю «Борщик у глиняному горщику 2024»;

- **40 Коровайів** (але насправді їх виявилось 67) презентованих за один день — КоровайФест 26 жовтня 2024 року;



- Катерині Порскало, опішнянській Коровайниці, за найважчий – понад 15 кілограмів, власноруч нею замішаний, вироблений і спечений Коровай. Опішнянський коровай у виконанні неперевершеної тьоті Каті Порскало – гастрономічний феномен.

13 листопада 2024 року Катерина Миколаївна Порскало відсвяткувала в колі друзів – місцевого фольк-гурту «Криниченька» свій сорокарічний ювілей з випікання короваїв, хлібів, медяників, пирогів.... Від Клубу Борщотворців і ТістоТворців серед гостей перебували Олена Шербань, Людмила Бутко, Лідія Рудь та Андрій Рудь – це був приємний сюрприз навіть для нас самих. Відома харківська Коровайниця Лідія Рудь спекла для цього симпатичного свята понад чотирих кілограмовий ніжний Коро-



вай, уквітчала-замаєла його маками, листочками-колосочками, а ще здивувала всіх нас пречудовим букетом із шовковистих зефірних квітів. Людмила Бутко зафіксувала другий Коровайний Рекорд Катерини Порскало – після спеціальних замірів, публічно було підписано і вручено Сертифікат про найвищий, найширший і найдовший Коровай, вироблений і спечений з цільного Коровайного тіста одномоментно. Авдиторія була більш, ніж у захваті, як і сама Рекордсменка Катерина Порскало.

Вручено Сертифікат про Рекорд Тетяні Вінцовській за вироблення понад 100 кілограмів тіста за один фестивальний день упродовж десяти фестивалів 2019-2024 рр: П'яти КоровайФестів і П'яти ЕтноГастроФестивалів «Борщик у глиняному горщику».

Вручено Сертифікат про Рекорд Ганні Халімон за вироблення понад 100 кілограмів тіста за один фестивальний день упродовж десяти фестивалів 2019-2024 рр: П'яти КоровайФестів і П'яти ЕтноГастроФестивалів «Борщик у глиняному горщику».

Вручено Сертифікат про Рекорд Оксанці Савченко за адміністрування і організацію десяти фестивалів: П'яти КоровайФестів і П'яти ЕтноГастроФестивалів «Борщик у глиняному горщику» упродовж 2019-2024 рр.

Клуб Борщотворців і ТістоТворців щиро вітає усіх із встановленими і зафіксованими Рекордами! Очікуємо нових Коровайних і Борщових Рекордів 9 серпня 2025 року під час Одинадцятого міжНародного ЕтноГастроФестивалу-квесту «Борщик у глиняному горщику»



2025» та 25 жовтня 2025 року під час Шостого КоровайФесту 2025.

Унікальний КоровайФесту 2024 в тому, що було організовано і успішно реалізовано задум, що став реальністю:

чотири унікально-вняткових виставки коровайного мистецтва. Чотири одночасно! НаЖиво. Для Людей. Коровайниці спекли-настаралися! Одночасно на чотирьох локаціях було виставлено рекордну кількість Коровайів, а також іншого весільного печива. Це було незабутньо і видовишно! Це була така дивовижа! Дивилися гості і всі ми захоплено, роззявивши роти і ротика! Це дійсно красиве, це казково-прегарне їстівне видиво! Покупці розкупили-розхватили вмиг виставкові експонати.

Вітаємо з Першою персональною виставкою коровайного мистецтва відому харківську Коровайницю Лідію Рудь! Вдячні її помічникам і порадинику Андрію Рудю! Пані Лідія спекла-уквітчала кілька різновидів весільних Коровайів, а також дивнів, вони в неї – особливі. А шишечки вдалися шишастими! А ще Паляниця-Хлібина пишно-помпезна і гарна, як і сама Господиня! Виставковий стіл ледь не вломився від коровайного багатства-щедрості.

Вітаємо з Першою виставкою-дуєтом коровайного мистецтва відомих київських Коровайниць Тетяну Вінцьковську і Ганну Халімон. Коровайниці вкотре перевершили самі себе, вразивши нас особливими Короваями без щоту, калачами, верчами, шишками...

Вітаємо з Першою виставкою-дуєтом коровайного мистецтва відомих





Коровайниць-Майстринь Катрусю Юр'єву (Одещина) та Людмилу Морґіну (Броварки). Виготовлені ними Коровай-шедеври, Коровай-мереживо, Коровай-корони.

Одна з виставок під час КоровайФесту 2024 — миколаївський розпис також з весільними Короваями. Губинська громада самопрезентувалася на славу собі і на радість усім нам! Привезли не лише поважного представника громади — Антона Борисенка, що всіляко сприяв тому, аби ця виставка відбулася! Але навіть Коровай розмалювали миколаївським розписом! Умілиці! Майстрині-Господині! Ініціювали та організували супероригінальну і смачну виставку розмальованих сит і навіть розмальованого Короваю — Лідія Клименко та Ганна Бирса! Дякуємо! Просимо повторити.

А ще виставка коровайного мистецтва самостворилася із самобутніх Коровайів і не тільки, відомої Коровайниці із Землянківки, що нині Глобинська громада — Олі Рясної! Ой же ж ловко виспівували з нею, для неї і для нас Землянківські панянки із гурту «Барви». Запрошуємо Вас ще.

Дякуємо креативному гурту «Забава», веселому і гучному народному колективу із Зачепилівської громади!

Дякуємо полтавському гончарю Руслану Хохлову і його Родині за прекрасні гончарні вироби і фестивальний настрій!

Унікальність КоровайФесту 2024 ще й у тому, що було спечено в особливий, спе-





З'їли ті обидвоє Короваї-велетні гості КоровайФесту ще гарячими... Поки що ці Рекорди лишаються незафіксованим із певних технічних причин.

Унікальність КоровайФесту 2024 у тому, що вперше за десятирічну історію Фестивалю, оскільки ще п'ять разів КоровайФест відбувся у рамках МіжНародного ЕтноГастроФестивалю «Борщик у глиняному горщику» упродовж 2019-2024 рр чоловік, полтавець Андрій Калінін презентував власноруч спечений спеціально для КоровайФесту свій перший – і дуже вдалий! – коровай!!! Весь попередній час короваї готували виключно жінки-коровайниці. Від 26 жовтня до 17 листопада пан Андрій власноруч приготував вже шість короваїв! Чоловік так запалився-змотивувався-надихнувся, що замовив спеціальну металеву форму для випікання, а також різних приправ--

ціально збудованій для КоровайФесту велетенській Печі найбільший Коровай – близько 25 кілограмів у глиняній циліндричній формі, виготовленій на моє спеціальне замовлення в опішнянського гончаря Олександра Шкурпели. Вчинили, вимісили і сформували його під керівництвом відомої полтавської Коровайниці Людмили Бутко Ірина Мартиненко, Тамара Олійник та ще кілька помічниць з числа фестивалних гостей.

Паралельно в печі Музею Живого хліба, відомі Коровайниці – Катруся Юр'єва, Людмила Моргіна і їх помічниці вчинили, вимісили, сформували і спекли понад тридцять кілограмовий Коровай у глиняній прямокутній формі, виготовленій на моє спеціальне замовлення опішнянським гончарем Олександром Шкурпелою. Дотепер більшої глиняної форми для випікання весільного Короваю поки що не існує.





шафранів. Намагається слідкувати у всемережжі за тенденціями рецептури та прикрашання короваїв, що вдало застосовує у своїй практиці. Але адаптує з власного пекарсько-кондитерського досвіду процес приготування, досягаючи, з його слів, досконалості смаку, консистенції, оздоблення. Говорить пан Андрій, що просить його душа вчиняти-місити-виробляти--формувати тісто. До речі, про бажання під час КоровайФесту 2025 спекти свій весільний Коровай висловився Іван Єрофейович Шрамко.

Дякую за участь у нашому КоровайФесті 2024 неймовірних молодичь-свашок з Музею Весілля, що у Великих Будищах на чолі з Оксаною Трипольською. Ви – родзинка нашого свята.



Дякуємо за пісні величальні, весільні примовки і обряди! Запрошуємо ще!

Зуважу: оскільки в мережі інтернет наразі ширяться-розповсюджуються і часто «приживаються», бо просто-запосто копіюються, авторські бачення смислів весільного традиційного українського Коровая та його зовнішнього вигляду. Зокрема конфігурації загалом та елементів з тіста чи мастики різного кольору чи присутність зовсім не істивних деталей. Тож нагадаю, що весільний Коровай – це головний і нічим незамінний, особливо здобний і увитий-уквітчаний Хліб у весільному обряді більшості етнографічних регіонів України. Для жодного іншого обряду чи ритуалу весільного Коровая не випікали. Вистачає в ук-

раїнській народній тістотворчій традиції різноманіття Хлібів і нащодень і на свято – обрядове чи календарне! Бо головна страва українців – це страва з борошна. Найпоширеніша і найуживаніша – хліб! Намагаюся спрямувати зусилля Коровайниці на дослідження-вивчення коровайної традиції саме того локального регіону, де вродилася майстриня. І читати, читати, читати етнографічну літературу (Павло Чубинський, Хведір Вовк, Микола Сумцов, Степан Павлюк, Валентина Борисенко, Лідія Артюх, Олена Щербань...), а також класиків української художньої літератури (Григорій Квітка-Основаєнко, Іван Нечуй-Левицький, Іван Франко, Ольга Кобилянська, Марко Вовчок, Панас Мирний...).







Так, це клопітка робота, але саме вона дасть підґрунтя, а головне – розуміння святості весільного Хліба-Короваю. І тоді само собою стане зрозумілим, якої форми має бути «Ваш», авторський весільний Коровай – чи круглий чи овальний чи овално-круглий чи прямокутний чи квадратний чи з отвором посередині чи без..., і як прикрашений і чим.

Кожен регіон має свої, але загалом не суттєві відмінності у приготуванні та оздобленні весільного Короваю. Тому вкотре нагадаю спільне: без Короваю весілля теоретично бути не може. Якщо так і було, то весілля вважалося «безкоровайним», тобто бідним, голим. Для приготування весільного Короваю використовували максимально найщедрішу порцію смачних прави-



вих цінних в усі часи продуктів: яйця, масло, молоко-сироватка, мед, цукор, біле пшеничне борошно. Це основа. Зовнішній вигляд весільного Короваю намагалися виконати максимально пишно, урочисто – непересічна ж подія – Весіллячко. Переважно з того тіста, що й підшва та його основа – виробляли орнітоморфну флористичну пластику: пташечки, гніздечка, квіточки, листочки, колосочки, часто «підпе-

різували» коровай обручем (вужем) з тіста. Вже готовий Коровай додатково вбирали калиною і барвінком.

КоровайФест – це Свято пошани Коровайниць, їх виТворів з тіста, їх Праці, їх Творчості.

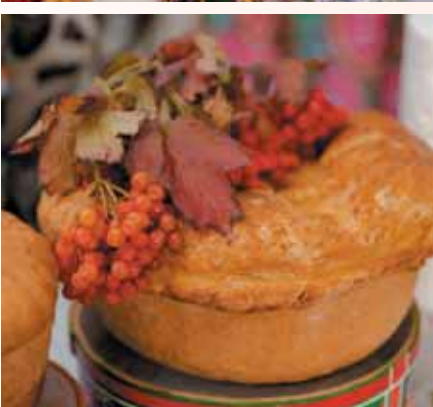
КоровайФест – це поле-нива натхнення на коровайотворення, усвідомлення самоцінності, це аромо- і смакотерапія, це місце зустрічі Своїх зі Своїм про Своє, це творення коровайної традиції і її трансформація, це – пребагато Любові.

КоровайФест як і культовий ЕтноГастроФест «Борщик у глиняному горщику» – це ненав'язлива спонукка до пошуків відповіді на прості-складні питання що таке є «борщ», що таке є «коровай». Запрошую усіх бажаючих 25 жовтня 2025 року на Шостий КоровайФест 2025 в ЕтноПросвітницький осередок триМузеї «Лялина Світлиця». Початок, традиційно і незмінно о 8 ранку.

Принадібно дякую за доладні фотоілюстрації КоровайФесту 2024 відомій полтавській фотографині Томі Савелі! А ще дякую своїй Родині за підтримку моїх усіх Фестивальних і не тільки, ініціатив!

Готуючи до друку цей матеріал, показала його друзям. Людмила Бутко про-









коментувала його ось так: «Літопис сьогодення. Фіксація досягнень. Відродження традицій та їх осучаснення. Поєднання минулого з сучасністю. Вчимося не тільки в Старійшин, а і в Молоді. Спільнота ОДНОДУМЦІВ - ці, і багато інших тем пов'язує КЛУБ Борщотворців і Тістотворців! А об'єднала нас, Надихає і додає Впевненості - Олена Василівна Щербань, докторка історичних наук, етнологиня, засновниця Етносадиби Лялина Світлиця, відома в Україні і далеко за її межами. Вдячна Долі за зустріч з Вами».



**Олена Щербань**, етнолог, д.і.н., фундатор ЕтноПросвітницького осередку триМузеї «Лялина Світлиця», Музей звареного борщу, Музей Живого хліба, Української Гастрономічної Академії, Президент Клубу Борщотворців і Тістотворців, Опішня, Полтавщина  
**066 18 45 061**



## Вишиванка - традиції і сучасність

Фолк мода, як бренд, уже понад 10 років створює не просто одяг, а одяг який несе в собі культурне надбання нашого народу, його історію та традиції. Вишиванка, яка народжується у нашому колективі, має той незримий, тісний зв'язок з нашим корінням яким надихається кожний, і хто створює, і хто вдягає. Практично кожен виріб має своє відображення традицій вишивки тих чи інших місць України.

Важливим та цікавим для нас є розвивати цей вид мистецтва у сьогоденні. Творити сучасну вишиванку – це надавати їй нового життя, враховуючи нові ритми та тенденції сучасної моди, стилю і потреб наших людей.

Місією Фолк моди є - вивчення глибинної культурної спадщини мистецтва вишивки та якнайкраще застосовувати цей вид оздоблення у повсякденному житті. Формування у нашому суспільстві важливих ціннісних та культурних орієнтирів, які духовно об'єднують наш народ.

Ціль Фолк моди – це популяризація виробів у етнічному стилі, як в Україні, так і за її межами. Формування поглядів на вишиванку як на необхідний та важливий елемент сучасного життя.

Наше завдання створювати вироби із застосуванням якомога ширшої гами технік вишивки, оздоблення та пошиву, які відтворювали б давні технології на основі сучасного бачення та за допомогою новітнього обладнання.

**Створюємо найкраще для вас!**

«Фолк мода» – це інтернет магазин національного одягу, який поєднує в собі народні традиції та актуальні тренди. Вишиванка українська давно завоювала любов усього світу та місце на подіумах, червоних доріжках та важливих дипломатичних



**Вишивка на одязі - прекрасний спосіб підкреслити стиль і яскравість характеру.**



прийомах. А у нас у найширшому асортименті представлені не тільки вишиванки, але й шикарні сукні, зручні светри, пальта в етнічному стилі та аксесуари.

**Фолк одяг у найширшому асортименті**

«Фолк Мода» - це не просто інтернет магазин вишиванок. Окрім класичних сорочок із національною вишивкою, ми пропонуємо й інші

вбрання для стильних українців та гостей нашої країни. У каталозі представлені неймовірно багатий вибір:

- сорочки вишиванки для чоловіків, жінок та дітей;



В асортимент нашої продукції входять:

- вишиванки класичні;
- сучасний одяг з вишивкою;
- театральні та національні костюми;
- корпоративний одяг;
- рушники обрядові;
- домашній текстиль;
- трикотажні та інші вироби.



- зручні футболки з орнаментом, який імітує національну вишивку;
- ошатні сукні та сарафани, які ви можете одягнути на вечірку або виступ на сцені;
- стильні патріотичні світшоти, светри та худі;
- модні лляні штани та комфортні штани з футера на кожен день;
- сучасні спідниці;
- патріотичні пальто та накидки;
- сімейні комплекти;
- ювелірні прикраси та аксесуари;
- екологічні сумки-шоппери;
- сувеніри та обереги;
- традиційні рушники;
- чудовий домашній текстиль, ціна якого приємно вас здивує.

Щоб не привело вас у наш інтернет магазин – вишиванка або комфортний світшот для дитини – ви точно знайдете ідеальну модель і будете впевнені у її якості!

tel. + 38 097 296 73 92  
Viber + 38 067 673 35 06  
info@folkmoda.net

# Суспільство — ветеранам. Як держава може покращити реабілітацію військових

*Texty.org.ua відвідали десять реабілітаційних центрів, медичних установ та волонтерських проєктів, дізналися про їхній досвід реабілітації та відновлення військових, найкращі практики реабілітації та проблеми, з якими ці заклади стикаються.*

На основі цього досвіду ми підготували рекомендації для покращення системи реабілітації військовослужбовців в Україні.

## Єдина система

В Україні функціонує кілька великих реабілітаційних центрів, у яких застосовують комплексний підхід і найкращі та найефективніші практики відновлення військових. Однак вони не здатні обслужити ту велику кількість поранених і травмованих військових, які зараз повертаються з фронту в кожне українське місто і село.

У реабілітаційні центри утворюються довгі черги, і військові змушені чекати тижні й місяці, щоб потрапити туди. Тому Міністерство у справах ветеранів та Міністерство охорони здоров'я мають сприяти розширенню мережі закладів, де військові можуть проходити реабілітацію. Бажано, щоб ці заклади були в їхніх рідних громадах, адже це також сприятиме соціалізації військових та реінтеграції в суспільство.

Можливі варіанти розширення системи реабілітації:

### 1. Створення реабілітаційних відділень на базі цивільних установ.

Наприклад, цивільний центр реабілітації людей з інвалідністю «Галичина» у Львові після початку повномасштабного вторгнення спершу перестав надавати послуги всім і зосередився на внутрішніх переселенцях, а згодом перемкнувся лише на допомогу військовим. Військові повинні мати доступ до всіх установ, які надають послуги реабілітації, зокрема й до цивільних.

А центр «Благодар» у місті Славутичі на Київщині почав надавати окремі послуги реабілітації військовим. У «Благодарі» немає палат, однак його можуть відвідувати військові, які живуть у місті або проходять неподалік Славутича військову службу. Черг на обслуговування там також немає, центр навіть може обслуговувати більше ветеранів, якщо організувати житло для них поруч.

Ідею створити реабілітаційні відділення в цивільних установах раніше озвучувало й Міністерство охорони здоров'я України. У відомстві пропонують від-

крити стаціонарні реабілітаційні відділення на базі кожної кластерної (лікарня, у якій надаються послуги з лікування найпоширеніших хвороб) і надкластерної (високоспеціалізована лікарня, що надає найширший спектр медичної допомоги) лікарні. Концепція уже впроваджується в Україні.

### 2. Створення мережі партнерських закладів у громадах.

Не обов'язково відкривати великі реабілітаційні центри в кожній громаді. Достатньо створити зручну інфраструктуру з різних центрів, які разом можуть надавати послуги повноцінної реабілітації військовим. Наприклад, як ми з'ясували, такий досвід є в Славутичі, Івано-Франківську та Чернігові.

«Благодар» у Славутичі — не повноцінний центр реабілітації, бо надає лише окремі послуги, які можуть допомогти ветерану відновитися. Це лікувальна фізкультура, масаж та відновлення мовлення з допомогою логопеда. Психологічну допомогу військові в Славутичі отримували в іншому місці — соціально-психологічному центрі.

Водночас соціально-психологічний центр у Славутичі має партнерські відносини вже з іншим закладом — психоневрологічною лікарнею в Чернігові. У цю лікарню щотижня приїздять психологи зі Славутича й проводять навчальні тренінги для військових.

Деякі послуги безплатної реабілітації для військових пропонують різні приватні реабілітаційні центри та клініки. Також приватні установи й громадські організації пропонують послуги з відновлення в інших сферах. Наприклад, підтримку в соціальній адаптації чи сфері зайнятості.

Не всі про них знають, тож інформацію про всі заклади, які можуть безплатно надавати послуги з реабілітації та відновлення в інших сферах, потрібно внести до єдиної систематизованої бази даних, доступної для ветеранів, щоб вони могли легко їх знайти. Схожа база даних уже створює Національна служба здоров'я України. На сайті служби, наприклад, доступні дашборди з інформацією про місця, де можна отримати безплатні послуги з медичної реабілітації від держави.



Цю інформацію також повинні надавати військовим у громадах. Наприклад, у Славутичі про місця лікування та можливості роботи в місті військовим розповідають у ЦНАПі.

## Фінансування

Втім, у маленьких реабілітаційних центрів і медичних закладів, які надають послуги з реабілітації військовим, є власні проблеми. Часто їм бракує фінансування, тому вони не завжди можуть забезпечити комфортні умови для своїх пацієнтів.

Наприклад, згаданий вище центр «Благодар» не має коштів на ремонт і досі не облаштований для людей на колісних кріслах. Зайти в центр маломобільним людям допомагають його працівники. Про те, як зробити реабілітаційні заклади доступними для всіх верств населення, описано в посібнику з безбар'єрності реабілітаційних відділень. Цей посібник був створений урбан-бюро Big City Lab спільно з Міністерством охорони здоров'я України за фінансовою та технічною підтримки Сві-



тового банку, Посольства Швейцарії та партнерів з розвитку.

Ще одна проблема «Благодару» — через брак коштів із центру нещодавно звільнився фахівець із фізичної реабілітації.

У деяких місцях через брак фінансування немає можливості створити нормальні умови для лікування пацієнтів. Психоневрологічна лікарня в Чернігові, наприклад, не змогла повністю ліквідувати наслідки бойових дій навесні 2022 року. На стінах у палатах тут досі є сліди прильотів.

Коштів, які виділяє Національна служба здоров'я України в межах психіатричних пакетів на лікування пацієнтів, замало. Так, на одного пролікованого пацієнта служба виділяє 13 175 гривень. Хоча насправді, як розповіла нам директорка Чернігівської психоневрологічної лікарні, лікування подеколи може коштувати 18–19 тисяч гривень.

Адміністрація закладів, яким не вистачає фінансування, має звертати увагу на цю проблему й вимагати в компетентних органів (наприклад, міської ради) виділяти додаткові кошти на такі екстрені потреби.

### Доказові практики

Ще одна проблема деяких невеликих центрів реабілітації — використання недоказових практик реабілітації військових. Наприклад, психолог одного із закладів, які ми відвідали, розповів, що у своїй роботі використовує теорію «п'яти стадій прийняття горя». Це популярна теорія, однак дослідники вважа-

ють її недосконалою, адже не всі люди переживають горе однаково. Деякі люди не переживають певні стадії або відчувають їх не в тому порядку.

В іншому центрі використовують для реабілітації військових недоказові галотерапію (так звані соляні кімнати) та фізіотерапію (яка обіцяє відновити втрачені функції тіла за допомогою певних апаратів).

Міністерству охорони здоров'я треба активніше працювати над розробкою та затвердженням протоколів із реабілітації з найкращими практиками, які мають доказову ефективність.

### Навчання фахівців

Ефективні реабілітаційні центри повинні ділитися досвідом із меншими центрами та медзакладами. В Україні функціонують реабілітаційні центри досконалості, які проводять навчання та поширюють найкращі реабілітаційні практики. Таких закладів налічується сім, але їх кількість можна збільшувати. Загалом систему потрібно організувати так, щоб реабілітаційні центри, на послуги яких є попит, постійно проводили навчання для фахівців з інших закладів. Держава має фінансувати та підтримувати такі програми. Популярний серед пацієнтів фахівець частину свого робочого часу повинен приділяти навчанню інших і робити це регулярно. Це допоможе поширити найкращі практики в різних регіонах.

Державним структурам варто налагодити підготовку людей, які беруть участь у процесі реабілітації, у закладах вищої освіти. Досі українські універси-



тети не готували протезистів-ортезистів і терапевтів мови та мовлення, адже такої спеціальності просто не існувало. Зараз МОЗ спільно з Міністерством науки і освіти та Міністерством економіки України працюють над запровадженням нових спеціальностей.

Міністерствам потрібно активізувати зусилля, щоб підготовка цих спеціалістів почалась якнайшвидше.

### Лікування і дозвілля

У центрах, які ми дослідили, використовують низку доказових практик.

- Психологічна терапія: травмофокусована когнітивно-поведінкова терапія, когнітивно-процесуальна терапія, пролонгована експозиція, десенсибілізація та опрацювання травми рухом очей EMDR, нарративно-експозиційна терапія, інтерперсональна терапія, тілесно-орієнтована терапія. Методичні рекомендації відновлення психічного здоров'я ветеранів зібрані тут у посібнику від «Лісової поляни».

- Фізична терапія: виконання фізичних вправ, масаж, механотерапія, ерготерапія. Методичні рекомендації для фізичних реабілітологів, які працюють із ветеранами, зібрані тут у посібнику від платформи для розвитку медицини та науки INgenius.

Процес реабілітації можна доповнювати іншими методами, які мають доказову ефективність. Наприклад, у «Лісовій поляні» для психологічної реабілітації крім згаданих практик використовують нейрофідбек- та біосугестивну терапію, майндфулнес, менеджмент когнітивних функцій за програмою CogSMART та навіть віртуальну реальність.

Важливою складовою відновлення ветеранів також є їхня участь у різних рекреаційних заняттях. Це екскурсії, настільні ігри, кулінарія, спорт, PЕT-терапія (взаємодія з тваринами), активний відпочинок на свіжому повітрі. Такі ак-



Українські військові на передовій під Бахмутом. Травень 2023 року

тивності сприяють соціалізації військових і допомагають поліпшувати їхній психологічний стан.

У шпиталі «Брасс» на Івано-Франківщині спостерігається значний позитивний психологічний ефект від рекреаційних занять і неформальної обстановки також на ранньому етапі реабілітації — одужання після складних операцій тощо.

### Психологічне просвітництво

Поширена проблема, про яку говорять у реабілітаційних центрах, — військові (особливо віком 30 років і старші) бояться звертатися по допомогу до психологів і психіатрів. Це заважає якійсь психологічній реабілітації ветеранів після повернення з фронту.

Психологиня реабілітаційного центру «Галичина» розповідала, що її команді доводиться витратити час на встановлення контакту з пацієнтами і пояснення, що таке психолог, чим він відрізняється від психіатра і як може допомогти ветеранам.

Працівники психоневрологічної лікарні в Чернігові також говорили про те, що через страх і стереотипи щодо психіатричного лікування військові взагалі не звертаються до них по допомогу. «Нас же бояться, як чорт ладану», — кажуть лікарі.

Деякі ветерани відмовляються спілкуватися із цивільними психологами, які не мають бойового досвіду. Військові вважають, що цивільні психологи не зможуть зрозуміти і якісно допомогти їм.

Однак військовий психолог Сергій Титаренко, який має бойовий досвід, розповів, що цивільні травмофокусовані психологи так само добре, а іноді й кра-



ще, ніж військові психологи, можуть допомогти військовим вирішити їхні психологічні проблеми.

Ще під час бойової служби або на етапі лікування поранення ми рекомендуємо проводити з військовими просвітницьку роботу, щоб допомогти їм подолати їхні стереотипи й страх перед взаємодією з психологом та психіатром.

З огляду на вивчений досвід можемо зазначити, що неформальні події, на яких можна поспілкуватися з ветеранами поза кабінетом і сеансами терапії, здебільшого мають позитивний ефект.

Але, щоб ветерани нарешті почали довіряти лікарям і психологам, треба також покращувати навички комунікації з боку медичної системи. Працівники центру «Лісова поляна» розповіли про випадки недопустимого спілкування з ветеранами. Наприклад, один із лікарів-психіатрів назвав поза очі свого пацієнта-військового «дебілом». Іншому пацієнтові нагубили в реєстратурі поліклініки.

«Ветерани — люди із загостреним почуттям справедливості, тому дуже різко реагують на те, до чого більшість призвичаїлася», — пояснила директорка «Лісової поляни» Ксенія Возніцина. Тому треба започаткувати програму постійного навчання медичних працівників, у межах якої, зокрема, пояснювати необхідність ввічливо і терпляче спілкуватися з військовими. Мета медичної системи — допомагати, а така обурлива комунікація, навпаки, відбиватиме у ветеранів бажання звертатися по допомогу.

### Повернення в суспільство

Важливим елементом реабілітації військових є їхня реінтеграція в суспільство на відносно мирних територіях.

Психотерапевт Антон Семенов пояснив, що військовим із ПТСР найкраще допомагає впоратися соціалізація. Тому важливо, щоб система реінтеграції ветеранів у громади була складовою реабілітації військових.

Найкращий приклад соціалізації військових ми побачили в місті Славутичі — там ветеранів та їхні родини запрошують на різні неформальні події, які проводять місцевий соціально-психологічний центр.

В одному з інтерв'ю директорка реабілітаційного центру «Лісова поляна» Ксенія Возніцина сказала нам, що не військовий має готуватися до повернення в суспільство, а суспільство — до повернення військового. Тому варто започаткувати просвітницьку кампа-



нію, спрямовану на все суспільство, у межах якої детально пояснювати, як треба поводитися, щоб не завдати ветеранові душевного болю.

Можна почати з родин військовослужбовців, щоб вони розуміли, як комунікувати зі своїми рідними, які повернулись із зони бойових дій чи полону. Ці тренінги вже проводять онлайн та у великих містах, однак таке навчання має відбуватися в кожній громаді.

І залучати до навчання потрібно всіх: роботодавців, колег, які співпрацюватимуть із військовими, працівників приватних компаній та державних службовців. Вони мають розуміти, як взаємодіяти з ветеранами, щоб не образити їх, і як допомагати їм у критичні моменти, зокрема під час панічної атаки чи вибуху емоцій.

Деякі компанії, наприклад, уже готуються приймати на робочі місця військових, які працювали в них до служби. Вони залучають ейчарів і працівників до взаємодії з військовими та їхніми родинами ще на етапі їхньої військової служби. Згодом ці люди допомагають влитися ветеранам назад у колектив. Такі самі практики можна використовувати й на державній службі.

Матеріал створено Texty.org.ua за підтримки ICAP Єднання в межах проєкту «Ініціатива секторальної підтримки громадянського суспільства», що реалізується ICAP Єднання спільно з Українським незалежним центром політичних досліджень (УНЦПД) і Центром демократії та верховенства права (ЦЕДЕМ) завдяки ширій підтримці американського народу, наданій через Агентство США з міжнародного розвитку. Зміст статті не обов'язково відображає погляди ICAP Єднання, Агентства США з міжнародного розвитку чи уряду США.

**Валерія Павленко**  
Тексти.org.ua

# Курорт «Миргород»

*Перлина України, – курорт «Миргород», який за свою столітню історію повернув здоров'я, упевненість в завтрашньому дні, гармонію в душі і залишив незабутні враження про прекрасний відпочинок мільйонам людей в усьому світі.*

Хочемо запросити Вас переконаватися в тому, що сьогодні курорт «Миргород» – це усе, що Ви чекаєте від європейського курорту, а ще універсальний сучасний лікувально-діагностичний комплекс, який об'єднує більше 300 видів процедур і досліджень. І при цьому активно розвивається.

- «Миргородкурорт» – це найсучасніше обладнання кращих світових виробників і ефективні методики, які дозволяють проводити комплексне оздоровлення усього організму.

- Це унікальна природна мінеральна вода, яка визнана експертами найбільш захищеною від зовнішніх екологічних впливів мінеральною водою України. За ціле століття досліджень у королеви мінеральних вод – Миргородської не змінилися ні фізико-хімічний склад, ні енергетична структура. Фахівці постійно відкривають її нові цілющі властивості, що суттєво розширює можливості та напрямки реабілітації.

- Це унікальні лікувальні торф'яні грязі з місцевого родовища.

- Це мальовнича природа найбільш екологічно чистої частини України, привітність і гостинність високопрофесійного колективу оздоровниці, це неперевершені результати лікування і незабутній відпочинок.

Курорт «Миргород» дає людям головне – стійке тривале поліпшення здоров'я і можливість, повною мірою, відчувати радість життя. Запрошуємо Вас переконаватися в цьому. Курорт «Миргород» – тут живе здоров'я!



## Курорт «Миргород» понад 100 років дарує здоров'я

Всього кілька міст на Землі несуть у своїй назві одне з найважливіших прагнень усіх людей – прагнення до миру. Одне з цих міст – Єрусалим, інше – Миргород. Цей куточок на благодатній українській землі ніби створений для душевного спокою. А відомим усьому світу його зробили курорт, що виник навколо унікального цілющого джерела та Микола Гоголь, який своїм геніальним пером увічнив Миргород і його мешканців. У найвідомішу українську оздоровницю вже понад століття ідуть за сотні і тисячі кілометрів мільйони людей. І це не дивно. Адже навіть сувора статистика підтверджує, що королева мінеральних вод «Миргородська» і міс-

цеві мінеральні лікувальні грязі сьогодні необхідні всім для відновлення здоров'я та профілактики захворювань. І кожен відпочивальник оздоровниці в цьому переконується.

У курорту «Миргород» особлива і неповторна енергетика. Вона наповнена і цілющою силою миргородського джерела, яке піднімає на поверхню недоторканні скарби юрського періоду, так необхідні сьогодні нашому організму, і солодким від кришталевої чистоти повітрям, і щирою гостинністю працівників оздоровниці, і особливим шармом «української провінції», описаній великим Гоголем. Сьогодні оздоровниця активно оновлюється разом з містом Миргород, відчуваючи свою долю – стати одним з найпопулярніших курортів світу. Сучасні корпуси санаторіїв з прекрасними кімнатами, багато з яких є зразками стильного дизайну, розчиняються у величч курортних парків і первозданній красі березового гаю та соснового бору. Малинові дзвін Успенського собору, розташованого на курорті, нагадують давні часи, коли прославлена Гоголем «Миргородська калюжа», разом з річкою Хорол захищали підковою козацьку фортецю і навіть ратушу, побудовану, як знак Магдебурзького права, даного вільному європейському місту ще в XVI-му столітті. І сьогодні собор, як світла душа міста Миргород сяє золотими куполами і вдень, і вночі. Та й калюжа, точніше її маленька частина, залишена на пам'ять прийдешнім поколінням, перетворилася на справжнє лебедине



озеро, на берегах якого ведуть свою старосвітську розмову геніальні Гоголь і герої його творів.

Саме тут ви поринете в неосяжний світ гоголівських творів і, скориставшись широким вибором пропонуванних екскурсій, побуваєте в місцях, де він народився, хрестився, творив і, за довго до відкриття миргородського джерела, черпав його цілющу силу. Тут ніби в косу української красуні туго вплетені багатовікова історія і сучасність, краса навколишньої природи і позитивний настрій відпочивальників. Все, що робить цей потужний санаторно-курортний комплекс курортом, який дарує людям здоров'я і радість життя. Адже вступаючи у володіння курорту «Миргород», Ви опиняєтеся в країні своєї мрії: Ви тут найголовніші, забезпечені всім необхідним, усі Ваші проблеми вирішуємо ми і саме тут Вас чекають і люблять!

Сучасний санаторно-курортний комплекс Приватного акціонерного товариства лікувально-оздоровчих закладів «Миргородкурорт» знаходиться в центрі України, в найбільш екологічно чистій зоні — на Полтавщині. Саме тут на мальовничих берегах річки Хорол, потапаючи в зелені беріз і сосен, розташований цей райський куточок. Королева мінеральних вод з прославленого цілющого миргородського джерела впродовж усього року притягає сюди десятки тисяч відпочивальників. Раніше курорт «Миргород» був широко відомий як оздоровниця гастроентерологічного профілю. Тепер це універсальний санаторно-курортний комплекс, в якому створено більше двадцяти профільних і реабілітаційних відділень, що дають можливість ефективно проводити комплексне оздоровлення усього організму. Люди отримують реальний і найцінніший результат від лікування і цей результат — стійке і тривале покращання здоров'я.

«Миргородкурорт» — це сучасний бальнеогрязевий курорт, основні лікувальні чинники якого — всесвітньовідома мінеральна вода і лікувальна торф'яна грязь. «Миргородська» — це унікальна природна мінеральна вода, яка визнана експертами найбільш захищеною від зовнішніх екологічних впливів мінеральною водою України. На території курорту експлуатуються три свердловини. Глибина свердловин від 673 до 710 метрів. Державна комісія із запасів корисних копалин України в 2000 році зробила підрахунок запасів мі-



неральної води миргородського родовища. Доведено, що вони гарантовано забезпечить перспективний розвиток курорту ще на століття. Багаторічні дослідження фахівців Українського науково-дослідного інституту медичної реабілітації і курортології МОЗ України підтверджують, що властивості і фізико-хімічний склад миргородської мінеральної води не змінюються. Вживана безпосередньо з джерела, «Миргородська» насичена найважливішими для здоров'я мікро- і макроелементами в ідеальному стані для засвоєння організмом. Іони хлору і натрію є основним «будівельним матеріалом» для шлункового соку і стимулюють секрецію шлунку. Окрім цього, іони натрію грають найважливішу роль у водному обміні організму. Іонам кальцію властива протизапальна дія, а іони магнію знижують рівень холестерину, мають жовчогінну і спазмолітичну дію, знижують збудливість центральної нервової системи. Кремнієва кислота має абсорбуючу і протизапальну дію. Мікроелементи — мідь, йод, бром, фтор, залізо, які міс-

тяться в «Миргородській» грають найважливішу роль в життєдіяльності організму, оскільки входять до складу більшості ферментів, вітамінів і гормонів. «Миргородська» відноситься до складних фізико-хімічних подразників, які викликають важливі позитивні зміни в різних органах і системах організму, сприяють його комплексному оздоровленню. Вона показана для внутрішнього вживання при захворюваннях органів травлення та інших систем організму, а також для зовнішнього застосування у вигляді ванн для ефективного лікування захворювань органів опори і руху, периферичної нервової системи, гінекологічних, урологічних та багатьох інших захворювань. Останні закордонні дослідження «Миргородської» виявили в ній понад 200 корисних компонентів, після чого іноземні дослідники назвали її коктейлем здоров'я, сертифікували і рекомендували вживати у всьому світі.

Не менш відомі і цілющі властивості унікальних лікувальних грязей з місцевого родовища. Для лікування використовуються загальні і місцеві грязьові





аплікації, грязьові вагінальні і ректальні тампони, гальваногрязь, сучасні грязьорозвідні ванни. Для того, щоб оцінити популярність і масштаби застосування лікувальних грязей, досить сказати, що навіть при мінімальних дозах, прийнятних для ослабленого організму, тут використовують понад 1200 тонн лікувальних грязей в рік.

Бальнеогрязелікарня курорту, яка неодноразово визнавалася кращою в Україні, пропонує гостям більше 100 видів процедур і щодня надає їх понад чотири тисячі. Тут можна отримати максимальний ефект від водолікування не лише приймаючи найрізноманітніші ванни, але і отримуючи процедури у високотехнологічних ванних комплексах «Карра», «Аквामеден», «Цариця сходу», «Купава» та інших. Тут широко використовуються гідролазерні методики. Важливе місце серед пропонованих процедур займає багатofункціональний лікувальний басейн, який

пропонує можливості гідромасажу, каскадного водоспаду, зустрічної хвилі і джакузі. Саме тут використовують унікальну методику пасивного вертикального витягнення хребта за допомогою швейцарських поясів «Айрекс». На особливу увагу заслуговує гінекологічне відділення Бальнеогрязелікарні. Комплексне лікування за сучасними методиками широкого спектру апаратної фізіотерапії, бальнеології, грязьовими ректальними і вагінальними тампонами, мінеральними гідролазерними зрошеннями, дає неперевершені результати при лікуванні урологічних і гінекологічних хвороб, а також при лікуванні безпліддя подружніх пар, яким тут успішно займаються.

Популярним курорт роблять і унікальні природні лікувальні чинники, і найсучасніша лікувально-діагностична база, і чудові кліматичні умови, і дієтичне харчування екологічно чистими продуктами, і широкі можливості активно-

го відпочинку. А кристально чисте повітря, напоєне ароматами курортного парку, прилеглих березового гаю та соснового бору, викликає справжнє захоплення відпочивальників.

До складу санаторно-курортного комплексу входять чотири санаторії: «Хорол», «Миргород», «Полтава» і «Березовий гай». Окрім основного напрямку курорту – лікування захворювань органів травлення і порушень обміну речовин, кожен санаторій має ще і власну спеціалізацію.

Санаторій «Березовий гай» спеціалізується на лікуванні хвороб, пов'язаних з порушеннями обміну речовин, захворюваннях щитовидної залози і лікуванні цукрового діабету. Оздоровниця оснащена найсучаснішим устаткуванням кращих світових виробників. Поєднання власних методик і світових технологій, наукових розробок німецьких і українських фахівців, впровадження унікальної програми «Школа життя з діабетом» роблять санаторій «Березовий гай» центром національного рівня високоефективної реабілітації хворих з цукровим діабетом, тому саме тут створений єдиний Всеукраїнський центр санаторно-курортної реабілітації хворих цукровим діабетом. Сьогодні навіть зарубіжні партнери визнають, що такого комплексу найсучаснішого устаткування і ефективних методик, зібраного в одному санаторії, немає навіть в кращих європейських клініках. А, завдяки новітнім методикам визначення мікроальбумінурії в сечі, С-пептиду і антитіл глютаматдекарбоксилази в крові, тут визначають ризик захворювання цукровим діабетом за декілька років до клінічних проявів цієї хвороби.

У санаторії «Миргород» успішно лікують хронічні хвороби шлунку, печінки, жовчних шляхів і підшлункової залози. Санаторій спеціалізується на реабілітації учасників ліквідації аварії на Чорнобильській АЕС, хворих після інсультів, травм голови і операцій на судинах мозку. В санаторії проводять ефективну реабілітацію хворих із захворюваннями нервової системи, сечостатевої системи і оперативних втручань на них. Також тут працює реабілітаційне відділення після оперативних втручань на органах зору.

В спеціальному реабілітаційному відділенні санаторію «Миргород» і чудово оформленій соляній кімнаті можуть поліпшити своє здоров'я люди з неспецифічними захворюваннями органів ди-



хання. Також в санаторії допоможуть відновити здоров'я за допомогою гірудотерапії, пневмопресингу та інших актуальних сьогодні методик лікування.

У санаторії «Полтава» проводиться реабілітація хворих після операцій на шлунку і жовчному міхурі, реабілітація хворих гіпертонічною хворобою, після інфарктів міокарду та, що зараз особливо актуально, після хірургічних операцій на серці і судинах. При розробці програм оздоровлення використовується індивідуальний підхід, унікальні природні чинники і широкі можливості лікувально-діагностичної бази курорту, що дає чудові результати. Тут також ефективно лікують захворювання системи опори і руху, у тому числі, після травм і оперативних втручань. Проводять успішну реабілітацію учасників АТО та їх сімей. Тут створена і ефективно працює актуальна сьогодні програма схуднення «Будьте здоровими і стрункими».

Санаторій «Хорол» спеціалізується на реабілітації і оздоровленні вагітних жінок, лікуванні хвороб жіночих статевих органів, в тому числі, реабілітації у підгострий період після оперативних втручань на жіночих статевих органах. Тут вас також гостинно зустрінуть відділення для лікування батьків з дітьми із захворюваннями шлунково-кишкового тракту та реабілітаційне відділення хворих після радикальної терапії у зв'язку з онкологічними захворюваннями. Тут вдало поєднують цілющу силу «Миргородської» мінеральної води, лікувальних грязей, озокериту, соляної кімнати, універсальні можливості новітніх методик лікування і SPA-відпочинку. Санаторій має власну лікувальну базу, бювет мінеральної води, ванне відділення, басейн відкритого типу, в яких відпочивальники можуть прийняти основний комплекс бальнеологічних процедур.

У кожному з санаторіїв вам запропонують необмежений вибір умов проживання — від номерів класу «Економ» з окремим санвузлом і телевізором, до номерів класу «Люкс» і «Апартаменти». Для зручності, номери підвищеної комфортності краще бронювати заздалегідь. У кожному санаторії є власні дієтичні їдальні, розраховані на одночасне харчування всіх відпочивальників. Дієтичні їдальні в останні роки були повністю переобладнані, капітально відремонтовані з підвищенням комфортності і монтажем систем кондиціонування повітря.



При особливій важливості для процесу оздоровлення саме дієтичного харчування, вам, при необхідності, будуть запропоновані і варіанти ресторанного харчування.

Особливо важливо, що вибрані умови проживання та харчування, не впливають на якість і кількість процедур та обстежень. Вирішальними для ефективності оздоровлення є індивідуальні потреби і можливості організму, спрямованість, частота і сумісність процедур. Тому, навіть при величезному виборі пропонує додаткових процедур важливо порадитися з лікарем про доцільність і динаміку їх прийому. Принциповість лікарів курорту «Миргород» в цьому питанні особливо цінується відпочивальниками, які побувавши у багатьох оздоровницях світу, оцінили різницю між ринковим та істинно медичним підходом до оздоровлення. Фізіотерапевтичні відділення санаторіїв курорту «Миргород» налічують сотні апаратів для світлолікування, лазерної терапії, електролікування, магнітотерапії, ультразвукової терапії, електросну, дециметрової і сантиметрової НВЧ-терапії, УВЧ-терапії, дарсонвалізації, індуктотермії, синглетно-кисневої терапії. Кабінети інгаляцій з інгаляторами нового покоління «Papi master» німецького виробництва, психотерапії, ароматерапії, лікувального масажу. Також можна отримати курс спелеотерапії в умовах максимально наближених до природних соляних печер. У всіх санаторіях можна пройти курс комп'ютерного об'ємного пневмопресингу. Це надзвичайно ефективна методика, яка використовується в лікуванні понад 200 хвороб завдяки профілактиці і реабілітації судинної системи шляхом поліпшення мікроциркуляції крові та лімфи. У кожному санаторії є тренажерні зали, зали лікувальної фізкультури і фітнесу.

До послуг відпочивальників — велотренажери, тренажерні і гімнастичні комплекси, бігові доріжки, інше спортивне обладнання кращих світових виробників і рекомендації висококваліфікованих тренерів.

Привабливості курорту додає і добре організований відпочинок на воді. Добре обладнаний лікувальний пляж на 3000 місць на річці Хорол, човнова станція з човнами і катамаранами, два відкриті басейни з площею водного дзеркала 64 і 500 кв.м.

Важливо відзначити, що кілька років тому до керівництва курортом «Миргород» прийшла нова потужна команда на чолі з генеральним директором, заслуженим лікарем України, кандидатом медичних наук Олександром Гавловським, яка визначила чітку стратегію подальшого розвитку оздоровниці. Основою її є доведення комфортності відпочинку і сервісу до рівня кращих європейських оздоровниць, при цьому зберігаючи і активно розвиваючи наявну лікувально-діагностичну базу курорту та розширюючи напрямки реабілітації. Це був важливий стратегічний крок усупереч світовим тенденціям динаміки курортної сфери, яка останніми роками привела до обмеження курортного лікування спрощеним спектром SPA-процедур і загальнооздоровчих масажів. Тому навіть кращі світові оздоровниці не мають сьогодні такої потужної і сучасної лікувально-діагностичної бази, яку має «Миргородкурорт» і постійно її оновлює, використовуючи технології і методики кращих світових виробників медичного обладнання.

Перелік обладнання, придбаного для підрозділів оздоровниці, надзвичайно великий, але увагу хочеться звернути на плановірність цієї роботи. Наприклад, для Курортної поліклініки був

придбаний біохімічний автоматизований аналізатор крові (США), який дає можливість визначити 66 біохімічних показників, трохи пізніше – автоматизований гематологічний аналізатор МЕК-7222К японського виробництва, який за 70 секунд видає 22 клінічні показники крові. Автоматичний аналізатор глюкози «Super OB» дозволяє впродовж хвилини отримати результати 32 аналізів. Це обладнання дало можливість у декілька разів прискорити проведення аналізів крові, не кажучи вже про гарантовано найвищу точність таких досліджень. Тому результатам аналізів, зроблених в чотирьох сертифікованих лабораторіях курортної поліклініки, беззастережно довіряють і обласні лікарі, і столичні. А відпочивальники високо цінують унікальну можливість, якої немає навіть в столиці, пройти повний комплекс обстежень і велику частину процедур, навіть не виходячи з однієї будівлі. Тут досвідчені фахівці за допомогою сучасних ендоскопічних відеосистем обстежують стравохід, шлунок, 12-ти палу кишку, а за допомогою новітніх зондів найкомфортніше проведуть рН-метрію, дуоденальні зондування з надзвичайно ефективними, при засійних явищах в жовчному міхурі, промиваннями мінеральною водою. Тут можна пройти повний спектр ультразвукових, рентгенологічних досліджень і МРТ. У відділенні функціональної діагностики – електрокардіографію, реовазографію, реоенцефалографію. При серцево-судинній патології, є можливість провести цілодобове холтеровське моніторування ЕКГ і АТ. Кваліфіковані лікарі: офтальмолог, невропатолог, терапевт, гінеколог, лі-

кар – ФРМ, травматолог та інші проведуть консультативні прийоми і призначать індивідуальні схеми лікування.

Окрім найсучасніших методик діагностики і лікування усього організму, у тому числі, таких як загальна магніто-терапія, оротерапія, баротерапія, ударно-хвильова терапія і багатьох інших, в Курортній поліклініці ті, що бажають, знайдуть актуальні сьогодні процедури, які відновлюють здоров'я, красу та молодість. Тому відпочивальників з усієї України і різних куточків світу приваблює на курорт «Миргород» можливість не лише отримати якісну діагностику, досліджувати динаміку і вплив курортного лікування на стан власного здоров'я, але й отримати чіткі рекомендації висококваліфікованих лікарів для подальшого оздоровлення і профілактики виявлених недуг. Адже лікарі миргородської оздоровниці добре відомі у науковому світі своїми дослідницькими роботами, активно співпрацюють з науково-дослідними центрами не лише в Україні, але і за кордоном, постійно підвищують свій професійний рівень. Тільки за останні роки фахівцями ПрАТ «Миргородкурорт» опубліковане більше сотні науково-практичних робіт і дослідження активно продовжуються.

Усі лікувальні підрозділи курорту «Миргород» мають вищу акредитаційну категорію. Відновлення фізичного здоров'я – важливе, але не єдине завдання, яке ставлять в миргородській оздоровниці. Тут прагнуть повернути людям радість життя. Душевний комфорт і гармонійне поєднання лікування і відпочинку, можливість кожному відпочивальникові і кинути у вир культурно-масового життя, і, за бажанням, побути наодинці

з первозданною природою, вдихнути повними грудьми п'який аромат лугів, березового гаю і соснового бору – усе це курорт «Миргород». І для цього в оздоровниці є все необхідне, адже тут «танцювальну терапію» в чудовому танцхолі навіть включають у розпорядок дня.

**Курорт «Миргород» приймає відпочивальників протягом усього року.** Адже кожна його пора: і снігова зима, і весна, що бує сотнями різновидів квітів і дерев курортних парків – тут прекрасні. І, наприклад, взимку тут відпочивати антрохи не гірше, ніж влітку, а для літніх людей навіть краще, адже влітку все-таки буває жарко. Та і оксамитовий сезон, що одягає курорт в пишне золото, має свої неповторні принади. Відпочивальники часто діляться своїм захватом від прекрасного обслуговуючого персоналу, від зразкового порядку, від надзвичайно привабливих і оригінальних квітників то у вигляді воза, то колодязя з журавлем, які часто оновлюються і змінюються, від царствено шляхетних лебедів, серед яких є й рідкісні південноамериканські чорношії і чорні лебеді, і від сімей красенів павичів звичайних та екзотичних білих, і від великої кількості інших декоративних птахів.

**Є на курорті «Миргород» ще одна цінна перлина – найсучасніша розробка єдиного в світі китайського інституту фонтану.** Свої сімдесят діамантових струменів, які слухаються кожного музичного нюансу, тут піднімає танцюючий світломузичний фонтан, і розфарбовує їх в усі барви веселки більш ніж сімома десятками прожекторів. Його комп'ютеризовані системи водоподачі і світлового шоу здатні повторити кожен перепад музичної частоти.

На курорті «Миргород» уміють поєднати і чудові традиції щирої української гостинності, і всі родзинки курортного життя, і найсучасніші технології і методики оздоровлення.

Тут можливі різні терміни відпочинку і оздоровлення, а також передбачені зручні програми вихідного дня, які особливо актуальні для людей, які не мають часу на тривалий відпочинок.

Запрошуємо Вас на ефективне оздоровлення і незабутній відпочинок на курорті «Миргород» – місце, де живе здоров'я!

**Наша адреса:**  
вул. Гоголя 112, м. Миргород,  
Полтавська область, 37600  
Тел. 050 405 80 07, 050 405 80 47  
Офіційний сайт: mirgorodkurort.ua  
E-mail: marketing@mirgorodkurort.ua



Коростенське Краєзнавче Товариство «Радогоща». Миколай БРИЦУН-ХОДАК

# ЛІТОПИСНА ЗЕМЛЯ ДРЕВЛЯН

*Археологія. історія. Етнографія. Коростень - 2002.*

## КУЛЬТ СОНЦЯ, ПЕРУНА В ОБРЯДІ ВЕСІЛЛЯ

Корж древніший Короваю-Паляниці. Всі пастуші, скотарські народи знали Корж, печений на золі-вуглинах. Корж втілена модель Кола-Світу, творена Людиною як найвища Святість Тисячоліть. Корж у всіх старих селах мав знаки Ораної Ниви Трипілля, ледь прокреслені ножем крижові лінії на поверхні. Соломинкою на сирому тісті робили посів зерен - наколи. Вихідці з старих Сіл знають цей знак-узор - Священний символ Ораного Поля землеробів Трипілля. На Коржах - великих і малих, які нам пекли матері та баби до свят, він був звичайним явищем. Коржикі - круглі, ромбовики символізували Сонце, П'єруна, призабута символіка Старого Світу Предків.

Звичай ритуального випікання коржів існує донині, наймення символіки втрачено. Коржі, печені до свят Сонця, Місяця, Зорі, як ритуальна пожива у всіх Селах, відгомін древнього священнодійства. Водночас прокреслені ромбовики на Коржі були знаком Роду-Родіння, частиною Великого Круглого Сонця, яке ділили на ромбовики. Коржикі готували для весілля, архаїчний Звичай Тисячоліть, пов'язаний з Жито-Родом. Життя прозивалося «житкою», стара мова старого світу.

У так званих шляхетних селах, серед нащадків родової знаті Древлянського Князівства, коржикі печуть для Весілля, як і в інших Селах, але називають п'єрниками. У Грабах «кихликами». П'єрники - дарунки П'єруна, покровителя Ниви. Перун-Урожайник, Перун-Стріловержець, захисник стану воїнів. Шляхетні села-нащадки Воїнської Верхівки Древлянського Князівства, зберегли культ Перуна до наших днів у весільному Звичаї. Вони були кастою Жерців Старої Древляни, володіли Волхвуванням древнім, Знаннями Таємними, Древньою Магією.

Весільні п'єрники шляхетних сіл у весільному Обряді. Круглий великий Корж, сире тісто, ріжуть по діагоналі на ромбіки-коржикі. Звичай усіх старих сіл Краю. У шляхетних селах коржикі «П'єрники» пекли для Весілля з особливою метою - «обсилання» Родичів. Звичай випікання п'єрників побутує у «мужицькій» Немировці, яка сусідить з «шляхтою» Воронева і Пашин,

що підтверджує наш висновок про загальність Обряду. Спільність Родо-Племінного Кореня як «мужиків, так і шляхти». Добре збережений обряд Немирівки дає право вважати його еталонним Звичаєм.

П'єрниками «обсилали» свій Великий Род молодий чи молода на знак виходу-виділення на самостійне життя. П'єрники пекли, по Звичаю, житні. В своєму Роду Родня одержує п'єрники від молодого чи молодої, кожному родичу по одному коржикі. Печуть їх по числу родичів, як дорослих, так і дітей. Кажуть: «Обсилають перниками родичів». Перниками обносили Родню, поклавши коржикі на в'єко діжі п'єкальної, загорнувши попередньо в рушник-полотнину. Звичай обсилання Родні коржикіми, різаними з великого Коржа-Сонця, знаменує ділення - розростання Роду Людей, величного Даж-Божого Роду. Древня мудрість Старих Словен: «Даж-Божі Онуки бо маємося!» Знак Даж-Бога-Корж круглий. Коржик-обсилання виступає як знак запросин на Весілля, перехід у самостійне життя, творення Роду, символом якого виступає Великий Корж-Сонцевик, втілений Дай Бог. Він посилає Людям Божі Діти. Прізвища Божок, Боженко, Божко, Богодух, Боголюб, Богомолець, Богодяка свідчать про Бого-Людину. Діти Дай-Божичі рождаються, живуть і множаться. Тому і пекли п'єрники з житньої муки на протязі століть. Кожен родич, одержавши перник, отщипує по три кусочки для молодого чи молодої, які виходять з Роду, відділяються. № 58.

У Берестовці пекли п'єрники з житньої муки. П'єрники пекли найближчим родичам для обсилання- дарування. № 187. У Вороневі пекли п'єрники весільні. П'єрники круглі, великі, до 12-15 сантиметрів. Коржі молода несла на в'єку п'єкальної діжі своїй Родне. Молодий робив те ж саме: обносив своїх родичів п'єрниками. Родня молодого чи молодої - дядьки, тітки - беручи п'єрник, отщипувала від дарованого п'єрника кусочок і давала молодому чи молодій. П'єрники - ромбіки пекли для малих дітей усієї Родні. № 29.

Весільні п'єрники Пашин круглої форми. Молодий або молода «обсилають» родичів п'єрниками - несуть коржі на тарілці або у вузлику. Обсилають

по числу родичів у сім'ї. П'єрники дають родичу, називаючи його по імені. «П'єрники молоді дарують дітям, щоб у них діти родилися». «Можна дати п'єрник чужій дитині, щоб до року навчилася говорити». П'єрун виступає як архаїчний Род, від імені якого дарують «п'єрунники» - скорочено «п'єрники». Родичі за принесений п'єрник мають віддячити - подарувати сорочку. № 37.

У Меленях традиційні п'єрники пекли з житньої муки. П'єрники знають як обряд обсилання родичів у Березовці. №158. П'єрники пекли у Ходаках. Дарували родичам. Ходаковський Володимир Дм. 1929 р.н. У Мединівці пекли п'єрники круглі, медові. Ближній родні - великі коржі, дальніший - менші. № 97.

Звичай випікання п'єрників найкраще прослідковується в «шляхетних» селах, де проживають нащадки древлянської знаті. Вони були воїнами, успадкували звичай пошанування Перуна, Божества Грому-Дощу, Подателя урожаю, покровителя Шлюбу, Стріловержця. Перун в обряді виступає як архаїчний Род, Покровитель воїнства. Великий Корж-Сонце ділиться, великий Род розростається. П'єрники родичам у Шатрищах несе мати молодого. № 66.

КОРОВАЙ випікали в усіх селах, як мужицьких, так і шляхетних. Єдність Хлібного Роду-Племені, з якого виділилися стан Орачів-рільників, так звані мужицькі села, Воїнів-оборонців, так звані села шляхетні. Коровай випікали жінки достойні, зразкові господині, умілиці-готувальниці, які були шановані в селі. Коровай різали на шматочки, обділяючи Род-Родню Молодого чи Молодої. Коровай-Священний Хліб, Звичай єднання Роду. У Немировці Коровай тримали в час Весілля на в'єку діжі пекальної, заславши його рушником. Короваєм молодий свою Родню обсилає. Молода теж робить так само. Шишечки з Коровай ділять усім родичам, особливо пошановують шишечками малих дітей. № 58. У Пашинах пекли Коровай з двох частин-дно і верх-хлібина, суто Коровай. Дно місили обов'язково з житньої муки, по старому Звичаю. Верх робили з пшеничної муки. Але дно годилося робити тільки житне. Житній Коровай випікали віками у родових Меленях, як і у всіх селах Краю. Пекли традиційно і Житню Паску у Меленях до середини XIX віку. Пшеничну

муку почали купувати і привозити з Радомишля найзаможніші меленівці в кінці XIX, на початку XX віку, і то пекли з пшеничної муки лише на Великі Свята-Рожество, Велик-День, Троїцю. Житній Кульг, Житній Люд Землі Дерев Віками свято вірив у Силу Жита-Житія. Зовсім малим діткам-молочникам, коли мати відлучала від грудей, давали смоктати кусочок м'якушки житнього хлібчика у шматинці полотняній. Запікали в дно Короваю мідні гроші. Звичай роду Медин, відомий в усіх селах. Кому шматок Короваю з мідяком попадеться - щастя. Шишка круглі на верху Короваю. Коровай з шишками пекли у Берестовці. Звичай обсилання Короваєм родичів молоді, молодого, традиційний в усіх без винятку селах. На Весіллі у молоді обсилають Короваєм, випеченим Родом Молоді. На Весіллі в молодого обсилають Короваєм Роду Молодого. № 187.

Коровай у Шатрищах вносили з комори в хату на Весіллі на голові, поклавши його на в'єко дежі пекальної. № 66. Звичай сіл Бехи, Пащини, Вороньва. Староста Бехів у 1911 році, зустрічаючи Миколу II на вулиці села, став перед Царем на коліна на килимі, тримаючи на голові на в'єку гарно випечений хліб-паску. Звичай дарування «з голови» має глибокі корені Старих полудневих Культур.

**Ходаки.** Шишки Короваю робили по числу Родичів, щоб кожному хватило. Шишки весільні Короваю мали ідеограму сонця-кружечок з променями. Родичі, одержавши шишку, відщипували кусочок, дарували молодим на «Діток Добрих». У Сушках свідчать: «Коровай пекли з шишками. Шишки Родні давали». Гузенко Іван Іванович. Древній Бог Род-Житник незримо присутній при безкровній Жертві Короваєм і Шишками - Хлібними Дітками.



**Кульг Вогню-Сонця і Купала-Води. Землеробська символіка Трипілля, «божественних Пелазгів», доба III - II тис. до Р. Х. Знаки Ораного Поля-ромби. Хрестовики і ромби по краях орнаменту. Рушник, ткацтво, Чоповичі. XIX - XX ст.**

## ДРЕВО РОДУ МИСЛЕННИХ ДРЕВЛЯН

«Люди колись без фамілій жили». Гребенюк В. М. Жатьки. Черняхів.

Родоначальницею Роду Древлян «Велесова Книга» називає Древу, дочку

Богумира і Славуні: «Бо перва дочка Богумира імено мала Древа», «від неї пішли Древляни». Текст «Велесової Книги» свідчить про «Імено». Архаїчний «язик» Землі Дерев, збережений в мовних реліктах, знає поняття «Імено». Старі люди мовили в Краї: «Як твоє імено?» або «Назви своє імено!» Кажали: «Імено твоє відаю!» «Імено» знають на Олевщині. Звідки така мовна близькість Старого Люду Дерев, Старої Влес-Книги Словен? З єдиного великого Кореня Мови Словен! Древлянське Могутнє Древо Роду мало глибинні корені старих культур, міцний телес Живого Люду, Маківку-верхівку Покоління, нагадувало Пра-Древо Світу. Кожен Род мав свою землю, розгалужувався, як Могутній Дуб, який з роками силу набирає, родить - плодить жолуд, насіння і коріння множить.

**ПРЕДКО.** «Предко нашого Роду з Скоморохов под Житомиром. Були ми Скоморохи. Перебрався в Дорогинь Новий наш Предко, став прозиватися тут Скоморохом, а вже молодші «коліна» [покоління] Скоморчуками, а як «волю» [1861] дали, писарі записали Скоморчків Комарчуками. А до того без фамілій жили! Предко мой Скоморох». [Комарчук Іван Герасимов. 1899 р.н.]

**ПРАЩУР.** Поняття Роду-Племіні Пращур відоме в Раковщині під Овручем. Миколайчук Олена Сазонова, 1918 р.н. «В Роду були Пращури - Предки Роду». Мудрий дід Комарчук виявився знавцем старовинного Родоводу, повідав, що Предко Роду в п'ятому «коліні» прозивається Пращур. Стільки покоління Скоморохів-Комарчуків проживало в Дорогині. Глибше шостого коліна Предко Роду вже Прапращур. Коліна ідуть - онук, син, батько, дід, прадід, він же Предко-Щур, далі Пращур, за ним Прапращур. «Колінами родилися, колінами змирили...». Прізвище Щур відоме на Землі Бердичева, Пращур в Дубрівці Баранівки. Виявилось, що мудрі Предки вели лік поколінням, знали Древо Роду, мали усний Родовід на протязі століть і тисячоліть. Так виникали перекази про Народи і Племіна, землю Пращурів, усна історія Великого Роду-Народу. Так виникла «Влес-Книга». Живий усний Родовід-Пам'ять!

**ПРЕДКО.** Поняття Предко виявилось «живим» в мовленні старих людей Краю. У Броніці Звягеля Лозовицький Михайло Іванов. 1909 р.н. твердив про Род Лосів «Предки їх тут жили!» Оповідь на Троні «Робив з Предка - В'єска!» З

глибини кількох Поколінь Роду. «Предки казали» - усталена, виважена народна пам'ять-історія, посилання на Предків Роду як найвищу Святість. «Предки з Селища село Подлуби сновали». Лугина Іван Кузьмич, 1909 р.н., Заєць Гапка Федотівна, 1910 р.н. «Предко мой переказував, дід Нечипор казав, «не Яценки ми, а Ясенки» ...Свідчення Яценка Павла Дмитровича, 1912 р.н. Подлуби. Ємільчинщина. «Предки казали про Татарські Об'єдища під Макалевичами!» - Сірош Каленик Данилович, 1907 р.н. Микгорода Земля. «Предко наш Род сновав... Предко Роду був з Коростеня... Предки казали... «Іскоростенська Надія Олексіївна. 1900 р.н., Березовка Коростенська. В Жеревцях Лугинів свідчать: «Були Озерчуки в Жеревцях. Предко їх з Озерян. Звелися Озерчуки в Жеревцях». № 264. «Предко Роду Головач був кріпаком у пана Червоної Волоки. Пан його виміняв за мисливських хортів у Білій Русі». № 267. Урочище «Предкове» Червоної Волоки. Рейда Петро Лук'янович. Поняття Плем'я знають оповідачі. В Обиходах свідчили: «Плем'я сядело в лесах. Проживало Плем'я в Селищі Обиходи-Залісся». № 135. Плем'є відоме в Славинщині. «На островині Нориня сиділо старе Плем'я (Балтів-Литвинів). З Словечни приплили люди, друге Плем'я. Прозивалися Словени. Сіло нове Плем'я на Селищі Старому. Старе Плем'я зогнали. Збудували собі хатини. Прозвалося Селище Славинщина». Бабицький. № 386. Поняття Плем'я відоме в Копищах. Гречко. № 410.

Роди по течії ріки складала Плем'я. «Племіно» Норичів по течії Нориня, Каменичан на Кряж-Каменях Овруча-Словечно, Жеревлян-Жеревичів по течії низинного Жерева, Ушичів-Ушан по течії кам'янистої Уші, Єршичів-Єршан на Єрші, Тетеричів на кам'янистому Тетереві, Олешан на піщаних косах Уборті-Виборті. Племіна входили в союз [«союз»] Племіна Древлянських. Мали родові, племінні центри на древніх озерах-болотах, на течіяч рік. На Норині центром Родо-Племінним був старий город Норинськ. На нижній течії Жерева-ріки город В'язов, центр Родів, Народичі Родо-Племінний центр.

Уша мала Ушомир-град племінний, а Коростень серцевинний був Княж-Городом Племіна Древлянських. Три городи відомі на Уші - у Барашах на виточках ріки, Ушомир, Коростень на середній течії, городок Гримов під Чорнобилем. На Єрші-Ірші відомі Горохов як

родовий центр, Малин як племінний центр. На Тетереві Коростишів та Житомир, Микгород - Радомисль як родо-во-племінні центри. Житомир - племінний центр по Тетереви. Уборть мала Олевськ як Племінний центр, родовим центром був город Суц. Словечно було родовим центром. Великим племенем були каменчуки, жителі Овруцько-Словечанського кряжа по течії Нориня. Роди селилися навколо озер древніх, прозивалися озеряни. Озерчуки вони донині на Лугинах. Мали Родові центри. Віча-сходи, купи. Громади родів місцевих скликали зібрання. В древності віче, купи в середньовіччя, сходи в роки пізніші. «Сходи дожили» до наших днів. Сходи сучасні відомі в Ігнатполі під Овручем.

**Наймення Роду, Племені, патронімія Лісового, Лугового, Польового Люду.** Древнє наймення людини Лов, Лович. Вони були мисливцями Пралісів і рибалками древніх Озер з неолітичної доби. Вони були Ловками, Ловковичами, ходили на лови звірини. Стали мисливцями в древніх пралісах. Покалев-Селище мисливців-ловичів на Словечанах. Древність назви - Покальов. Зміст поняття «По Калях Ловичі, Болотинах древніх». Болота-Здвижі, в яких загрузала здобич. Течія Словечни. Покальчуки, «ловичі, мисливці по калях», мешканці грязиви, корінні в Олевську, як Каленичіна берегах грязиви, озера Корми. Озерчуки-донині збережена древність Роду на Лугинах. Течія Жерева. Жителі берегів Уші були ушанами. Наймення Ушенюк збережене з глибокої давнини на Уші, Звїздаль під Народичами. Вони були Чопами - сторожею на впадінні малих рік в Ушу, Іршу. Варта Уші-Шестина прозивалися Уш-Чопи, бо стерегли хід-вихід водою Шестин-Уша. Род Ушапа-древлянина. Родова земля Ушапа на течії Шестина. Ушчопи Васькович - древня гілка старого роду під Коростенем. Чопич - людина, що охороняє вхід в річку від чужих лодій, наволак. Порівняння - «Чопик - кілочок, закривка води, квасу, медового напитку з бочки». Чопи - стражі відомі на річці Чоповці, притоці Ірші. Вони сторожа, «чопи» водного путі по Ірші. Селище Чоповичі. Чопи Ірші, як і Ушчопи Уші були охоронцями єдиного великого водного путі Уша-Ірша через озера Тешев-Корма.

**Земля благодатних Лугів-Лугинь.** Поселення древніх скотарів. Кремезні люди Старих Племен. Родове наймення, прізвище Лугина відоме на Землі Лугів,

Межирічки-Ємільчино, в Олевську. Лугини Олевська вважають себе корінними на Землі Олевщини. Чи єдиний рід живе на трьох великих землях чи кожен з родів Лугин зародився на Лугах верхньої, середньої Уборті, Лугах Жерева. Родове наймення Луговці в Жеревах на витках ріки Жерева засвідчує корінь роду на Землі Лугів. Родові гілки Лугів-Лугинь Старого Світу. Родова гілка Лугин, Луговців Олевська, жителів Заплав-Лугинь серед Олесів. Жеревчуки - жителі берегів ріки з численними «жерелами». Селище Жеревці на Лугинах, витки ріки Жерева, село Жерев під Народичами. Каменчуки - жителі Овруччини, течія Нориня.

Словечанщина - Земля Ловичів, Ловців як Рибо-Ловичів на Озерах древніх після Танення Льодовика, Потанова, так і Звіро-Ловичів у Пущах древніх. На Словечанах Ловки-Левки проживають донині в Левковичах як збережене Старе Племя Ловичів-Ловків. Вони кремезно-дужі, витривалі, невтомні у роботі, борні. Глибока Древність Світу відчувається на Каменщиці-Материзні. Каменщица - Земля Предків Племені Каменчуків, нащадків Мисленних Ловичів - древніх «Місловичів» в часи Льодовика, в добу Морозу-Стужі. «До Пота'нова жили тут люди тутейші». Тутейші - мисливці-мамутичі. «Пота'н» - розтятий Льодовик. Нащадки Предків камінно-кремінної доби, «Люди Тутейші» живі донині на Каменщиці Овруцько-Словечанської Гряди. Далекоближкі Предки Свято-Мудрі живуть в тілах і душах нащадків, «людей тутейших» Словечанщини, Овруччини, Норинщини. «Тут Світ творився від Нащадка, Початку Світу, коли росло Каміння, як Насіння. Коли Земля рождала Гори Камнення, Жерела-Жерла пробивалися з пучин Землі. Родила Мати-Земля Гори, западали Долини Доли. Долини-Доли заливались Водою. Озера стали на Долах безкраїх. Озера-від «озиратися», шукати твердь земну, «зирити» - водити оком понад Небо-Краєм у пошуках Тверді Земної серед безкраїх Вод.

«Наймення Предко від «Попередко, хто жив попереду», відоме в старій мові Овруцько-Словечанського Краю. Фаллічний культ приховано в найменній благодатній Предко-Попередко. Перун був Богом Предком-Попередком, древнім Родом. Він-Батько Людей у Краї, свідкують глибини Старої Мови Предків-Родителів. «Предки нам казали, Святі Родителі», - свідчать старі

люди, Хранителі Мови, Звичаю, Обряду, Памяті Віків.

Родове наймення Предко відоме як офіційне прізвище села Вишевичі на Тетереві. Свідчить сива мудрість Краю: «Колінами родилися, колінами змирили, колінами хоронили, в ногах батьків погребені діти, молодші Коліна Роду. У старих Могилах-Курганах, переказують, «Батьки і діти покладені рядами, колінами. Існував суворий ритуал древніх Погребінь, втрачений на протязі Тисячоліття. Суть ритуалу - зв'язок померлого з Великим Космосом, Зоряним Небом, Сонцем-Світами.

Старі Діди жили по сотні літ. Тисячоліття вкладалося в десять великих Колін. Усна традиція Родоводу непорушна. Родові Святині, Перекази Роду, збережені в селах донині, сягають на глибини пам'яті 700-1000 літ.

Ловки, мисливці Пралісів, були Белями - ловичами білок. Беля, як і Каля, Ходя, Бега, Куня були древлянськими найменнями. Два однойменні Селища в Борах-Сосняках Білка на Уші, Білка під Словечно засвідчують лісове скорництво-білоцтво. Край Ловичів-Левковичів Словечанщини засвідчує глибоку древність ловецтва, звіроловства. Ловкий - умілий, зграбний, ознака доброї роботи, гарно зробленої речі. «Ловке жито родило» кажуть в старих селах, переносючи поняття ловецтва на хліборобство. Ловкий - дужий, спритний, витривалий - наймення Лев, Левко, Левкович. Родове Селище ловків Левковичі. Перекази Роду Левкович-Ловкович. «Лев, Левко оселився на землі лісовій. Левко-дужа людина. Поїхав у ліс волами по дерево на хату. В лісі, в Островах-урочищі колодки, бруси тесані на хату були заготовлені. Лісники стерегли колодки, бруси для торгу. Побачив Левко готове дерево, на хату задумав забрати собі. Підходить до бруса тесаного, на плече бере, на воза собі кладе. Лісники бачать усе, але бояться сказати слово проти. Думають: «Скажи йому слово, то візьме тебе в руки, що хоч зробиш, покаличить». Левковський Григорій Петрович, 1916 р.н. Родове наймення Медведь-дужа, вайлувата людина, спритна при нагоді. Медведчуки - родова гілка лісових сіл Овруччини. Медведі Жерева Народич. Медведик Дідкович Коростеня. Медведь - наймення древлянське. Наймення Левко як людина дужа, незборима відоме в селах Краю.

Найпоширеніше архаїчне наймення Землі Дерев Вовк. Тотем Великого Ро-

ду Старих Деревлян. Вовки - нащадки неврів Геродота. Вовчий культ у селах. Ласкаве наймення Вовчик у Верпі, Товкачах під Овручем. Родове Селище Вовки в Пашинах на Кремно під Коростенем. Вовчий культ відомий у Пашинах. Родова спільнота Вовки. Прядко Вовків Вовкей у Пашинах під Коростенем. Берестовець, язичеська древність наймень, «Імено» людей Вовки. Вовки-лісовики, вони ж офіційно Мельниченки Берестовця. Чорняві, вовкуваті, середнього росту. Вовча вулиця Берестовця. Берестовець у Чорнолісах. Мельниченко. № 187.

Прізвища Вовк у Іванівці Малинській та Стетківцях Чуднова. Куток Вовчки у Дідковичах. Вовки-Гришенки відомі на Десятинах під Меленями. У Макалевицях відомі Вовки-Шевці. У Веприні Вовки-Сіроші. Вовки-Тартасюки Черняхова. Вовки-Штилі Малої Глумчі. № 254. Штиль Микита Кондратов. Вовки-Прищепи Сербів Ємільчинських, Прищепи Денис Максимович, 1898 р.н. Вовки-Мидловці Лопатич на Уборті. Плита-обеліск загиблим у Лопатичах: Мидловці - 5 чоловік роду Мид-Ловців. Вовки-Шевці Макалевич на Тетереві. Шевченко Охрім Семенов. 1897 р.н.

**Ловичі вовків.** Урочище Вовковня під Васьковичами - переказ про ловитву вовків при допомозі круга-пастки над ямою. Огорожі баркани від вовків у Селищах лісових. Каленське - «Вовки свиней зубами ловлять за вуха, ведуть, куди хочуть. Ведуть, хвостом підбивають, як хворостоною». Берестовець - «Овечка за вовком біжить. Куди він, туди і вона. Сам овечку у ліс приводить». Одночасно Вовком прозивають людину чорняву, в повадках і на обличчі якої прослідковується щось вовче, таємниче, лісове. Наймення Вовк як ознака зовнішності, Роду-Племені, відоме в багатьох селах Краю-Малинщина, Микгородщина, Чуднівщина, Коростенщина, Народиччина. Оповідь Роду Тартасюків з Черняхова: «Дід Тартасюк вовка зловив, їздив на ньому, дужий був вовк, людину піднімав». Лосі відомі на Малинщині, села Головки, Слободка. Лосі Микгородщини - села Забілоччя, Чайковка. Лосі у Бардах під Коростенем, у Раковщині під Овручем. Лосі у Тульську на Случі. Лось - добра, гарна, рухлива, граціозна людина. Збирачі меду мають кілька імен - Мидловець, архаїчне, Медина, Бортник. Мидловець - «ловець меду», сучасник «Макалевичів - звіроловів на Тетереві, м'яколовичів-скоратів Ємільчинщини,

береколовичів-рибалок Олевщини». Мидловці-збирачі меду в ущелинах, розколах камінних скель, круч по течії Уборті. Доба первісних ловичів неолітичної доби. Мидловці прозиваються Вовками, родова гілка Лопатич, відомі в інших селах Олевщини, в Олевську. Медина мають родові гніздо під Коростенем. Пов'язані з Родом Ходака. Бортники відомі на Овруччині в селі Загребля. Наймення Бортник було масовим в старі часи. Збирачі меду в дуплах і вулях-бортях.

Древні тури, лісові бики, вимерли. Лишилася згадка в патроніміях - Тури-Бики Липлянщини Народицької, Чопович Малинщини. Род Биков Липлянщини - офіційне прізвище, Турови - язичеське наймення Роду, казали Турова Ганна, Туров Михалко. Прізвисько язичеське Чопович - Бик, Тур. Городок Туров на Білій Русі, древній Україні.

Найпоширеніше ремісничі заняття древності Гарбарі, прізвище Гарбар - від «гарбати» - м'яти шкуру руками, мати добру силу, виробляти, вичиняти хутро. Гарбарі відомі в усьому Краї, у многих селах Народиччини, Ємільчинщини, Малинщини. Гарбарі Старого Шарно: «Були Гарбарі, стали Омельковичі». Дід Гарбар-Крижановський, Бабиничі Народицькі. Відмирання древніх патронімій, народження нових. Гарбарі мали Селище в Базарі, були у Базарі Гарбарчуки. Гарбарчук - нащадок кремезного Гарбара. Карб пам'яті: Гарбарчук Петро Павлович на Братській Могили тютунниківців у Базарі. Родова гілка Гарбарів-Миколаєнків у Баскаках-Каменці на Уші. Гарбари-кожум'яки В'язовки, древлянського Города, ремісничого центра Народицької Землі. Гарбарі Малинщини, Микгородщини-Веприна, Великого Яблонця Ємільчинщини, Клена на Радомишлях, Замисловичах Олевська. Найпоширеніше ремесло Старої Доби, «Імено» Гарбарі. Згасання древнього рукомесла-згасання прізвищ. Кушнірі - «кожимнери», ремісники, що «мняли», виробляли дрібні шкурки на кушнірі - широкі коміри хутряного одягу. Гарбарі, Кушнірі, Скурати - скорники, добувачі скорі, древні наймення Краю.

**Бортники** - добувачі меду в пралісах. Швеці, Шевці - ремісники, шевці взуття. Велика група ремісників Бондарів, точніше Боднарів. Древнє ремесло бондарування, діжкороби. Селища Бондарі під Овручем, Бондарівка Коростенська. Бондарі - майстри Васькович, Холосно, Жолобич-Злобич. Села

Жолобне, Коритище Звягельщини. Жолобичі, Коритники. Можарі - умільці санороби, возовники. Патронім Ткачі. Родова гілка півночі Краю. Одне з найдавніших занять Краю. Вдалося виявити лише один матеріал про чоловіка-ткача. Ткачі відомі - Липлянщина, В'язовка Народиччини. Ткачі-Чопи В'язовки, Ткачі-Овсієнки Макалевич на Тетереві. № 249.

Жителі соснових Пралісів, вкритих мохом - Моховичі, Мошки. Села Великі, Малі Мошки. Жителі Пралісу на берегах древнього озера, глибін до 6-7 метрів. Мошки, Мошковичі - родова гілка Овруччини. Жителі Грезиви, Грязиви, урочища Гресь, Грезь - заболочені береги річок, болотина, здвжовина. Прізвище Гресь, Гресько, Зубковичі Олевщини. Поняття «лук» скрито в трьох найменнях Краю - Савлуки - родова гілка Народиччини, Минялуки села Високого, М'яколуки Черняхівщини. Древня зброя лучників живе в найменні нащадків.

Лісові Коти відомі у Подлубах Ємільчинщини, Вороневі під Коростенем. Одним з архаїчних виступає наймення Соловей. Згадується билинний Соловей Розбійник. Соловей-наймення Землі Дерев. Доба билинного епосу - час побутування імені Соловей. Соловей-Лугина Подлубов. Відомий Соловей Пашинський у Вороневі під Коростенем. № 24. Куток Солов'ї Дідкович, Предко Роду Соловей. Соловей Туров Липлянщини, Народиччина. Древній дуб Немировка, урочище «Коло Солов'я». Родович Мельник Соловей Верхнього Тертака під Сарновичами.

Оповідь-бувальщина: «Дід Соловей мав 9 дітей. Могутня людина. Сам зняв з воза млинове колесо вагою під п'ять центнерів, яке везли дідковчани в своє село дорогою-піщаницею. Волами їхали. Воли-дужаки, що хоч вивезуть. Пішли подорожні в холодок присісти, перекусити, воли притомилися та і погоничі добраче впріли. Воза оставили з колесом без нагляду. «Кому треба млинове колесо. Хто його взяти може? Кругом - ні душі!» Дід Соловей все бачить з кушів. Задумав позбиткуватися над подорожніми, посміятися з них. Зняв Соловей колесо з воза, відкотив від дороги, підчепив вірьовкою на дубі та ще й зав'язав добрачем вузлом. «Хай розв'яжуть, вражі діти!» Ще ж бо було й ворогіство старе мужицько-шляхетне. «Хай попросять колесо зняти, шляхта голопуза!» Приховався в кушах. Жде, що робитимуть подорожні, коли вернуться.

Ідуть дідковчани до воза. Глядь - колеса нема. Очам своїм не вірять. Перепитують один одного, що то могло статися. «Куди колесо млинове поділося! Мара якась. Оце було, а вже нема». Стоять, руками розводять. Сміх діда розбирає. Постояли, пішли шукати. Шукають. «Хто міг його забрати, коли нікого не було коло воза». Знайшли колесо на дубі. Розв'язали, котять назад, мокрі від натуги. Тут і дід Соловей появився. Розказує. Помагає колесо на воза покласти. Не повірили, що одна людина могла таке зробити. «Ми вп'ятеро ледве те колесо на воза сперли». Так і поїхали, вірячи в нечисту силу. «Не інакше, як нечистий почепив колесо». А Соловею посміялися захоплено: «Дай, думаю, заховаю колесо! Стоїть воз, а колеса нема! Ото сміху буде!» № 118.

Соловійова вулиця Черняхова. Предко Роду Соловей. Древнє наймення Соловей трималося в Краї більше тисячі літ. Соловей від «соловий», жовтогарячий, густокоричневий, масть коней, кобилка «соловая» Іллі Муромця. Соловий або буланый, назва кінської масті. Соловей - людина з жовто-золотистим волоссям, світла лицем, червоняста. Земля наша славетна тисячолітніми іменами. Іменами, що пережили Тисячоліття, співіснували з церковно-грецькими.

Наймення Горобей - архаїчне: Орач Кам'янистої Гори, він же Горопах, Пахар Камінного Грудю, людина важкої хліборобської долі. Він же Горай, Гарай, Орач Гори. Горай, Гарай - Орачі Малина, Грудів Древлянської Землі. Древлянський билинний Пахар Микула Селянинович виступає у давнім сюжеті як «Горобей, Горопах, Горай, Пахар Гори-Крем'яниці». Урочище Кремениця в Пашинах-Пахотах. Сюжет билини «Вольга і Микула» вкладається в реалії Древлянської землі. Оранка кам'янистої Ниви в Землі Древлян під Коростенем. Князь, що їде в городи за данню-получкою з Києва, стрічає Микулу Орача на Землі Мик-Города під Микуловичами. Древлянське наймення Горобей має два значення: людина-Орач, що важко оре ниву-пахоту. Мала пташина, що важко добуває корм в холодну зиму. Прізвище Горобей. Кажемо: «Горобей!» Чуємо: «Орач Груддя-Камениці». Мовлять: «Тверда земля, як камінь». Горбиста поверхня Черняхівщини. Гороб'ї прізвище селища Некраші. Гороб'ї - «Горо-Биви, крушители Горба-Гори на Пахоту». Предко Роду-Горобей. Горобійова вулиця Горбулева. Вслухайтесь Гор-Булев: «Гори Були». Гори Старих

Пахарів зостался. Селище Горбулів на величних Горбинах, як у Золотім Шевченковім Краї. Горобійова і Соловійова вулиці Горбулева. № 390. Недалеко Гора-Діва, Дівич-Гора. Старі Гори-Баби. Бабиничі під Народичами. Стара Мова дає ключ до минулого. Нові, Старі Вороб'ї під Малином. Предко Роду-Воробей. Воробей - ворох-бей, «розбивач груддя». Горобей та Соловей - імена Древлянські, «Кобилка Микули соловая» у древлянській Билині. Горопахою прозивають донині Мудрі Люди Старих Сіл людину нещасливої Долі. Кажуть з жалем: «Горопаха він нещаслива!»

Пахар Гори виступає як орач пахоти переважкої. Мова Древня звучить з Глибини Віків! Мова Древлянського Роду-Племіні, доба Великого Князівства Древлян. Микули з Макалевич Мик-Городської Землі. Слід розуміти наймення Селища Макалевичі як поселення мисливців на Тетереві, а Микуловичі як жителі річки Мики, племінна назва.

Ловичі Микули з берегів Мики, неолітична доба. Первісні Ловичі риби, звіролови, одні з затятих Орачів - Пахарів Краю. Сновники Города Старого Мик-Города на річці Мика. Микули виступають як архаїчний Род-Племя на берегах Мики-ріки, що має Велику історію, достойну Памяті Покоління. Родове Коліно Орачів-Пахарів Великого Князівства Древлян, часи Олега Древлянського. Слово «микулити» відоме з глибини тисячоліття в наших селах. Микулити - перебирати харчами, вередувати, не їсти будь-що. Два Роди села Солов'ї, Гороб'ї у Дедковичах під Коростенем. «Куток» Гороб'ї у Дідковичах. Солов'їв найбільше на півночі Краю. Перелічимо патронімічні групи. Солов'ї - село на Лугинах. Засновник Роду - Соловей. Соловей Бовсуновський снував Селище Солов'ї. Родова земля Соловійовщина. Урочище Солов'ї у Пашинах під Коростенем. Солов'ї Вовковські Пашин. Предко Роду Соловей Вовкович. Соловей Пашинич Воронєва. Яка глибока історія стоїть за цими іменами Тисячоліть. Соловей села Здвиженка на Здвижі. Селище Солов'я на дорозі Великий Дивлін - Межирічки - Ємільчино. Билинні дороги билинних богатирів від Дивлін-Города до Олегська-Олевська. «Дорога давня з Солов'я тягла на Мільчино». № 173. Солов'ї Вишевич Микгородщини. Змирання прізвищ древлянських в писемній мові. Лише усна традиція, билинна мова їх зберігає. Свята Народна Мова. Глибін Тисячоліть, Нетлінний

Скарб. історія Народу Божого, Святої Руси-України, кодована у Мові.

Дрозд - сіра птаха листяних лісів, патронім Землі Дерев. Дрозди Немировки під Коростенем, Селища Дроздів VIII-X віку у Дубах, Дубинах, Дубровах, Дубняках. Дроздик-Селище Васкович, «найстаріший Куток села на ручаї Дроздик». Дроздик - поселенець Пралісу, Предко роду. Донині «Дроздик» - урочища-селища Землі Луговин, Ольшин. Таїною Пралісу дишає наймення Дроздик. Урочища Дрозди-Берестки-Липлянина, Ліси Ігнатполя, Жеревців, Топільні на Лугинах, Раковщині Овруча, Антоновичах під Словечном. Прізвища Дятел Вишполя, Лебідь Котовки, Сорока Нових Вороб'їв, наймення Ворон Нової Борової, Тетеря Вишевич, Тетеруки Іванівки Коростеня. Крук-Предко Роду. Селище Круки Землі Горохова на Ірші.

Ушенки - жителі берегів Уші. Соболі - мешканці берегів боліт. Соболі на Болоті. Величезне Ракове Болото. № 335, 336. Соболівка під Хотинівкою, Коростень. Осібно стоїть наймення Володимир, кажуть - Ладимер, Ладько. Ладимер - від ладити, мирити, жити в мирі-згоді. Широкий ужиток слова. Лад і Лада - давні Божества миру-спокою. В Старих Селах такими іменами звать-кличуть добрих людей: Ладимер, Ладько. Ладько-Федір Мельниченко Берестовця. № 153. Ладько-Костянтин. Звичай іменування людини по характеру. № 130.

Когути Видибора з-під Черняхова. Вулиця великого давнього Роду - Когути у Видиборі. Древній Род з Доби Словен. Півень з бойовими якостями. Побудник, чутник години нічної в дорозі. Брали в путь Предки як Священну Птицю. Велика роль у старих віруваннях, замітник людської жертви. Птах жерців-волхвів. Цінували по кольору - чорний, білий. Втілення Божої Сили. Культ Священного Птаха Предків. Індо-арійська древність культу Когути. Когути - древній Род Краю. Братська Плита Могила Видибора - золотий карб у 33 рядки - Когути. Видибор донині зберігає ознаки лісового Селища в Борах-Сосняках. Род Когутів відомий у Васковичах, Ушаповські-Когути. Древність Роду Когутів. Старі Словени VI-VIII віків.

Древнє наймення Ходя, Ходак, похідне Приходько. Ходак, Ходя-доброход, скороход. Перехожук, Прохожук, Прогожук - мешканці-пересуванці з Роду-Племіні. Приходько - приймак, чужак. Вихідець з чужого Роду. Ходя-

**Ходак снував Ходаки під Коростенем.** Перехожуки, Прохожуки - Лугинська патронімія. Як і Сторожуки, Голені Степановки. Новак - володар Новини, лісової Нивки. Сновник Селища Новаки. Новаки Старі, Нові на Лугинях - одне село. Новаки під Коростенем. Новак, Ходак, Сингай - володарі майна, брати-курінники. Новак - володар землі, угідь, лісу, Сингай - звіролов, мисливець, Ходак - скороход, ходакував, «був на посылках». Як нині - «Куди пошлють». Конотопи в Жереві під Народичами, наймення «коно-топ», конолюб, вершник, наїзник. Мали кращих коней в окрузі. Конотоп - важка хода людини. Жерев має низку старих патронімій, як і кожне Старе Село: Одинокий, Басан, Заклюка, Старовойти-Конотопи, Ковчуки-Лизи, Пудковенки-Намці, Бовти. Заклюки наведені з Радчі. Двійні прізвища в Немировці Коростеня: Усюки-Угніві, Угніві-Антюнюки, Угніві-Дрозди, Дрозди-Мартинюки. «Усюки корчували деревину, сікли на порубах на плахи. Угніві-Огньові стягали плахи на Костриша, розводили Костри до неба. Золу добувши, сипали на Пахотах. «Дерли Новину сохою, ралом». № 41.

Гною не вживали в старі часи, почали гноювання з 80 років XIX стол. Навчили чехи-колоністи Зубовщини новаківців, платили гроші за гнойовицю, викликали подив і сміх Новаків [«таке «добро» купують»]. «Стягне весною господар хлівчик з купи-гнойовиці зимової, підчепить пару коней цепом за стінку, хлівець на чисте місце стягне, лежить та купа, поки не зотліє. Гною не вживали». № 157. На закид, що хлівець можна зламати, почув спокійно-мудре: «Таку будовельку складали за кілька днів. Робить уміли все, всі плотники були, від мала до велика, а що вже хлівчик скласти - про те немає мови. Проста робота, легка, хлівці робити, всі майстри були. Що хоч могли зробити. Знали все та вміли. Тепер - невмільці. Тоді усяк і брався, і робив. № 157. Роди Землі Лугинь по Жерев-ріці. Калиновий Куш язичеських імен Червоної Волоки, Могила Братська: Головачі-3, Макухи-9, Каменчуки-6, Шадура-6, Шебета, Голеня, Можарчук, Гилюк, Шмуйло, Довбня, Дрозд, Прогожук, Сенчило, Сторожук-8, Шмига. Число загиблих в цифрі.

Ковалі Гвозді Лугин-Крупчатки. «Гвозді робили, сокири з іменними знаками. Кожен коваль свою роботу мітив». № 432.

**Родова гілка Польових-Польовенків.** Польові Липлянщини, Польовенки Сарнович. Польовенки-Шушпани. Шушпан-тип шолома. «Жушпан» - Палько Горбового. № 259. Піка - спис місцевою мовою, наймення М. Глумчі. Наймення Морози відоме в усьому Краї.

**Город древлян Народичі.** Язичеські імена Предків, засновників Родів Древянських: Коструби, Грохи, Сичі, Кушнірі-Орли, Карасі, Седуни, Карасі-Ставок, Орли-Єрші. Прізвища древніх Селищ Народиччини. Родові гілки Древянського Родо-Племінного Древа. Звездаль: Любенюк, Шелест, Ушенюк, Гончук, Норик, Карачун, Гаура. Предко Роду Малих Миньок-Гончук. Старі Роди Липлянщини: Ступаки-Сологуби, Ярмюлки, Брицуни, Ткачі, Швеці, Вагаги-Павлюки, Кушнірі-Шляхтенки, Старовойти, Морози, Дрозди. Лісовики Любарки: Крохуни, Зайці. іван Заєць-нардєп парламенту України. В Ласках-шляхтич Ласка, Нові Народичі, коріневі Коршаки-Ланчуки. Старий Дорогинь: Пантюки, Жуки, Лаварчуки. Старе Шарно: Кисарці, Приходьки. Новий Дорогинь: Ладощко, Мисюк. Славинщина: Гриб, Дуб. Любарка: Конорчуки-Чапики, Косарчуки. В'язовка, селище ремісників: Булига, Брицун, Вознюк, Вашук, Гарбар, Цівончук, Гончар, Кучер, Кравец, Левченко, Лещенко, Можар, Шерех, Стельмах, Сологуб, Ткачі-Каленчуки, Хом'як, Хирса, Ярмюлюк, Ремез, Кадлусі-Дмитренки.

**Ємільчинщина.** Древній наймення язичеської доби. Родоплемінне Дерево верхів'їв Уборті. Мала Глумча-Серпутьки, Штилі, Піки. Велика Глумча: Тукайло, Швець, Дудар, Дибайло, Жайворон, Бусел, Драло. Подлуби: Суй, Лугина, Сорока, Кот, Ситайло, Соловей. Бараші: Самчуки, Радчуки, Саюки. Самки, Скидани у Великому Дивліні. Жеревці на Лугинах: Жеревчуки, Неньки, Круки, Колодюки, Чоси, Смолярі. «Крепак Жеревчук з Жеревців проданий паном у Старі Новаки». Крепаки відомі у Потаповичах під Овручем. Старі Новаки-Сенчило, Шишук, Дрозд, Прогожук. Землеробські наймення Горайв-Орачів: Колосовичі з-під Зв'ягеля, Солом'яні з Вел. Низгірців Бердичева, Горай Горбулева «Орач Гори», Род Колоса Стебниці, Кропивні Гороховщини.

**Словечанщина.** Земля мисливців древніх. Культ дужака-мисливця Лева, що зборе любу звірину в Пралісах. Володар Лісу. Був Лев, стало Селище Левков, Селище Роду Великого-Левковичі.

Переказ про Предка Роду Лева-Левка, володаря лісових Пуш.

**Овруччина.** Культ Лева. Незборима людина, переможець ватаги, відважник, сила нелюдська. Прозваний Левом соплемінниками. Предко Роду Левів. Леви-Левченки Ігнатполя. Наймення Лев, Левко Коростенщини. «Левко в Бехах був. Ніхто не здужав його. Силу мав величезну. Розігнав васківчан у сутичці за межу земель Бехи-Васьковичі. Кілька літ виходили дві громади села на борню за землю: ніяк не могли межу встановити. У вирішальному поєдинку Левко Бех добув перемогу. Погнав супротивну громаду. Кордон по «Каменному Току» встановили. Перестали битись за землю. Переказ Бехів. № 20. Наймення Левченко, похідне від Лева, дужого борця, відоме в селах Краю. Левченки Новополя, Черняхова, Ставищ Коростишева. Леви були в усіх Селищах.

**Овруччина.** Шатуни-Рогулі Виступович. Шатун - «медвідь», вигнаний з берлоги, ходить по лісу. Старе лісове наймення. Шатун - він же Недаш. Рогуля - вила дворогі з дерева. Можливо, мисливська снасть ловить «медведя». Шатуни - ловці медведів в старі часи. Любителі мисливства-медвежатництва. Переказ родовий невідомий. Два Роди Старі Пралісу над Раковим Болотом - Соболі, Лосі. Соболь - мешканець смуги землі між Болотами: «со» - між, «боль» - болото. У Селищі Товкачах дві гілки Роду Предка, лісовика - «дубовця», ознака Роду Товкача. Перша гілка Товкачі - Шкурати, тобто Скурати, добувачі Скори, хутра лісового, мисливці древні, слово «скурат» - шкурат доби Х-ХІІІ віків. Існує родове село Скурати під Малином. Предко мав двійне наймення: по заняттю Предка Роду Шкурат-Скурат, по зовнішності Товкач-Головатий. Приказка «Голова, як товкач». Товкачі-Деркачі проживали в лісах дубових. Деркач-птаха лісовий, має неприємний голос, «дере», співаючи в зарослях. Селище під Овручем на Речиці. Речиця - своєрідна течія ручая, який розтікається поверхнею, не маючи ложа. Підложжя то камінна грядя. Грунтовий шар малий. Весною, осінню «Речиця» розливається великою калюжею. Жителі Речиці давній Род, який назвався Речиці. Видозміна прізвища - Редчиць. Словечанські Можари, сусіди Левкович, славилися старовинним плотництвом, робили сани і вози. Можар - старовинне поняття «плотник», можар-мажар, плотник, що робить ма-

жі - дерев'яні коробки на воза для перевезення сипучих матеріалів.

У Можарах, Селищі можарів-умільців, мажарів, возничів, саноробів, дві старовинні гілки Роду. Одна - Можарі-Мажарі. Друга - Дрозди, світло-біляві люди.

Коростень. По свідченню оповідача Вознюка Ігната [21] корінні жителі Коростеня: Морози, Оверчуки, Клеваичуки, Бондарчуки, Вознюки, Войтоки, Ковальчуки, Козаки, Салії, Смики, Мельники, Шевчуки, Семенчуки, Мосейчуки, Оверчуки. Друга оповідачка Вознюк Ірина, № 20; Старі Роди Коростеня: Морози, Оверчуки, Клеваичуки. Відмітимо, що обидва інформатори походять з одного Роду - Вознюків. Слід визнати, умовно, старими прізвищами Коростеня і ближніх Селищ, з яких формувалася громада Коростеня на протязі віків: Морозів, Клеваичуків, Бондарчуків, Вознюків, Ковальчуків, Смиків, Шевчуків. Інші прізвища молодші, вони втратили древню основу. Хоча носії їх виступають древніми жителями Землі Дерев. Неможливо вяснити корінні наймення Коростеня Древлянського. Судячи з аналогів-наймень людей, ремесел, занять мешканців Селищ-Городів доби літописних Древлян, жителі Коростеня мали бути Бортниками, Скуратами, Кушнірами, Ковами-Ковалями, Ткачами, Шевцями, Ходями, Вожами, Ладями, Ладимерами, Ходаками, Грибами, Дубами, Березами, Грабами, Пахами, Беями, Кунями, Левами, Вовками, Турами, Биками, Зайцями, Лосями, Медведями, Дроздами, Воронами, Чижками, Солов'ями, Гороб'ями, Коршаками, Чопами, Малами, Котами, Орлами... Найвагомішим прикладом древності Роду виступає патронімія Немирівки, класичний зразок. Двійні прізвища, старі язичеські, нові грецькі. Усюки, Угніві, Грудки стали Мартинюками, Антонюками на протязі 1861-1910.

Записи на Олевщині. Старі Роди Краю, збережені язичеські наймення Предків Роду: Мидловці-Лопатич, Талахи (південноукр.)-Юрової, Нелєпи, Налапки, Сай, Сайко-Радовеля. Наймення Кочин, Луговці на Лугинах, у Олевську. Скуміни, Хлані, Сороки - Зубкович, Гергали-Каченки, Лозки Ємільчино, Скиданчуки Кишина, наймення Жабинець - Забороччя, Гілюки - Корошино, Покальчуки-Помінчуки - Олевська, наймення Суй на Ємільчинах. Ми торкнулися лише декількох наймень у наших розвідках Старого Люду Старих Селищ.

Найпоширеніші древлянські імена, виявлені розвідками: Vox, Блох, Бех, Пах, Гук, Туй, Вовк, Баран, Бик, Тур, Чоп, Мал, Хиля, Ходя, Хирса, Бея, Куня, Хіня, Ушчач, Мох, Макотеша, Дрозд, Соловей, Когут, Кот, Вожа, Верч, Сак, Люк, Брик, Ткач, Лад, Ладо, Добриня, Мурга, Диб, Дибула, Кова, Лев, Медведь, Скоч, Голуб, Бега, Ціва, Перун, Предко, Ціун, Дибула, Дуб, Граб, Жолудь, Ладя-Ладимер, Ступак, Недаш, Кубля, Ціва, Третяк, Каля, Гуня, Дан, Горопай, Меша, Щур, Чур, Кубила, Леска, Вол, Снопок, Околот, Чапа, Седун... Список-орієнтир досліднику древлянських наймень.

Прадавні наймення наших Предків, засновників Родів, чиї нащадки входили в Родо-Племінні об'єднання й становили кістяк лісового населення Землі Дерев, живі донині в усному мовленні корінних мешканців Краю. Ті наймення були витіснені з офіційного вжитку внаслідок прийняття Християнства Х-ХІІІ. Тоді кожна людина стала одержувати християнське імя, частіше грецьке. Але корені древньої мови, звичаїв, наймень традиційних були настільки міцні, що вистояли в суворій боротьбі. Прасловянські та словянські імена древлян збереглися, незважаючи на переслідування і гоніння християнської церкви, яка забороняла давати новонародженим «поганські» наймення. Побутуючи в усній народній традиції протягом століть, вони стали офіційними найменнями, сучасними прізвищами.

Язичеські наймення Предків Роду означали місце народження, проживання, риси зовнішності, особливості характеру, заняття, соціальний стан, ремесло, речі побуту, наймення «живих» сил природи, божеств язичеського пантеону, побажання доброї долі дитині, багато інших ознак, що з найбільшою повнотою виявляють суть людини, її духовне і фізичне буття. Предки несли в своєму родовому найменні мовні ознаки архаїчної доби Старих Словен, коли наймення були короткі і звучні, являли собою ознаки родової землі, де народжувалася і жила людина-Дуб, Граб, Береза.

Частина наймень означала лісових звірів-Лев, Тур, Лось, Медведь, Заєць. Домашніх тварин-Баран, Цап, Кубила. Назви птахів-Дрозд, Соловей, Орел, Синиця, Ворона, Сорока. Тут і землеробські наймення-Горай, Околот, Снопок, Колос, Пах. Ремесла Кова-коваль, Гарбар-кожумяка, Кушнір-

скорник, Хирса - від Хорс, Перун - наймення Бога-Громовика, Скурат-Скорат-мисливець-звіролов. Ціунчук - управитель князя. Вербич - людина без Роду-Племіні. Бех-Бехович - людина, що добре «бехає»: молотить, рубає дрова, валить ліс. Мох-Мошкович - мешканець мохових борів. Чоп - житель ручая, що струмує у велику ріку. Ладимер - добрий, Бея - білявий, як білка, Куня - швидкий, моторний, Рудь, Рудий - світлоокий, рудоволосий, червонолиций. Дибула кумедно дигає, смішно переставляє ноги при ходінні. Ходя або Ходак - вправний у скороходінні. Медвідь - незграбний, вайлуватий. Вовк - чорнявий, вовкуватий, має недобрый блиск очей. Vox - чорний, волохатий. Блошич - скаче, ідучи, нерівно рухається. Дуб - людина міцної статури. Верч - вертлявий, непосидючий. Балака - говірливий, оповідач добрий, балакун. Шур-Чур - покровитель Роду, Предок. Макотеша - від Макош - божество води. Микула - трудар, орач, плугатар, трудівник невтомний. Бега - від бігати, сприятний бігун. Боднарі - діжкороби.

Довгий час у період християнства людина мала два наймення-церковне і родово-племінне, по якому вона була знана в окружних селах. Язичеське наймення було єдиним, такого ні у кого не було. Його знали, тримали в свідомості. Єдине наймення Роду відкривало суть людини: хто і що вона. Такі імена жили віки. Вони вічні. Вони безсмертні. Як Народ, що творив Слово-імено.

Родо-Племінне Древо Великого Роду вічне. Воно звучить з глибин Тисячоліть Голосами Предків, бує молодими Пагонами Роду. Вічне Древо Життя.

**Заувага.** Дана розвідка лише короткий екскурс до глибокої і серйозної теми про Тисячолітнє Древо Роду Мудрої і Доброї Землі, Краю Величнього Пралісу. Многі Роди Краю не названі у розвідці. Вони не виявлені дослідником. Питання поставлене. Тема названа. Вона жде свого дослідника. Він має прийти. Прочитати Книгу-Знамено Роду. Розкрити Древлянську Біблію. Прочитати Святі Письмена Великого Незгасного Роду-Племіні.

Квітень. Велико-День. 16 дня 2001.  
(Продовження в наступному номері.)

# Народження дитини по-Суличівськи: обряди та традиції

*Село Суличівка на Чернігівщині завжди було багате на дітей. Суличівські сім'ї, починаючи з середини XVII ст. (принаймні з цього періоду можна прослідкувати інтенсивність народження дітей) і до середини XX ст. зазвичай були багатодітними. Про це можна зробити висновок з метричних та сповідальних книг, списків суличівських парафіян, матеріалів архівних документів. Багатодітними були сім'ї суличівських панів Добронизських та Ходолей. Якщо прослідкувати інформацію подану у метричних книгах про народження дітей у селі Суличівка у XVIII-XIX ст ст., то в середньому щороку народжувалось 15-20 малюків. Сім'ї з 5-7 дітей були звичним явищем, а деякі мали 10 і більше дітей. Навіть у середині XX ст. непоодинокими були випадки коли в сім'ях суличівців було 5 і більше дітей. Так, за виховання 8 дітей орденом «Материнське слава» 2 ст. була нагороджена Шлягун Катерина Романівна. Серед нагороджених материнською відзнакою були: Пономаренко Христина Петрівна, Король Прися Євстратіївна, Джола Матрона Іванівна («Медаль материнства» 1 ст.); Чубук Марія МIRONІВНА, Кононенко Ніна Семенівна, Чулак Одарка Севастянівна, Прискока Тетяна Василівна – («Медаль материнства» 2 ст.). Уже в незалежній Україні за народження і виховання 6 дітей медаллю «Мати героїня 2 ст.» нагороджена Гладка Люба Василівна. Маємо звернути увагу на такий факт: у 1949 р. лише дітей шкільного віку у Суличівці нараховувалось 128 осіб. Тож народження багатьох дітей у суличівських сім'ях здавна було доброю традицією, яка у свою чергу формувала відповідну культуру та порядок суспільної легітимації народжених.*

Зазвичай народження дитини у XVII-XIX ст. та на початку XX ст. було обставлено цілою низкою різних звичаїв, ритуалів, забобонів, настанов. Передумовою народження дитини було дотримання настанов, пов'язаних зі здоров'ям і благополуччям майбутньої матері. Вагітність останньої носила закритий характер і в обрядовому плані передбачала певний перелік пересторог і повір'їв. Найперше старались якомога довше приховувати самий стан вагітності від сторонніх осіб. Жінка, яка чекала дитину, мала уникати зустрічі з хворими, каліками, поганими людьми, її усували від можливості отримати негативні враження чи емоційні напруження. Вона не повинна була сердитись, сваритись, дивитись на померлих, оточуючі мали всіляко підтримувати її спокій. Її оберігали від поганого ока, злого язика, чужої заздрості чи осуду. З тим вагітній жінці рекомендували як найменше бути на людях.

Центральною фігурою у народженні дитини була бабуся-повитуха, яка виконувала роль акушера. Якщо ж така особа на селі була не одна, то її обирали майбутні батьки дитини за рекомендацією своїх родин. Повитуху обирали заздалегідь і вона виконувала як обрядові, так і професійні дії щодо підготовки вагітної до пологів. Останні відбувались у домашніх умовах. Якщо була можливість, то в окремих приміщеннях, чи навіть будівлях (до прикладу – у лазнях). Під час пологів, в кімнаті де вони мали відбуватись, крім бабці-повитухи нікого не мало бути, але окремі члени родини повинні бути десь поряд, на випадок коли їх може кликати повитуха. Якщо будинок, в якому відбувались пологи, складався з однієї кімнати то ліжко (чи інше місце) де лежала породілля відгороджували якоюсь тканиною чи рядном, знову ж таки щоб оберегти матір і дитину від чужих очей. Крім заходів з прийняття дитини бабця-повитуха виконувала певні обрядові дії; запалювала свічку та ставила її на підвіконня, читала молитву, у постіль породіллі клала якісь металеві речі (вважалось, що такі відгонять злі сили). То могло бути щось гостре чи колюче. Крім того, повитуха розв'язувала всі вузли, якщо такі були в кімнаті, відмикала замки (на скринях), розплітала коси породіллі – для полегшення пологів.

Важливе місце у народженні дитини займала перша купіль. Вона супроводжувалась молитвами, певними діями і магічними словами. Вважалось, що перша купіль, то є очищення та охорона від злих духів. Тому воду для першої купелі повитуха готувала особливо прискіпливо: додавала свяченої води, шматок хліба, зерна, кидала срібні, а то і золоті монети. Але особливо значущим було додавання трав: любисток, м'яту, ромашку, гілку свяченої верби. Викупану дитину клала на груди матері і пеленали. Воду з першої купелі виливали вранці туди де люди не ходять, щоб ніхто



не топтався по долі дитини. Потім повитуху пригощали і дякували. За суличівськими говірками процедуру прийому пологів бабцею-повитухою називали – «бабити». «... а хто бабив, та Параска ось Селенчукова ...» - із розмови з-поміж суличівцями.

У перші дні до породіллі ішли виключно жінки, причому – заміжні господині, але близько до дитини не підходили. Зазвичай приносили гостинці: сир, масло, сирі яйця.

Разом з тим, після пологів жінка вважалась не чистою, що може зашкодити як сім'ї, врожаю, а то і іншим людям. Тож існував обряд очищення породіллі, який виконувала повитуха або священник. У різні періоди обряд очищення відбувався як до хрещення дитини, так і після такого. Очищення проводилось як свяченою так і непочатою (вперше взятою вранці з криниці) водою. Повитуха до трьох раз окроплювали породіллю, давала їй пити воду, зовнішньою стороною долонь змивали її руки і лице. Всі дії супроводжувались читанням молитов і промовлянням різних магічних фраз. Породілля обдаровувала повитуху хлібом, сіллю, полотном, хусткою тощо. Зазвичай

процедура очищення доповнювалась церковними ритуалами очищення після 35-40 днів після пологів.

Велике значення мав вибір імені дитини. У XVI-XIX ст ст. вибір імені здійснювався за церковним календарем відповідно до дня народження дитини. Якщо дитина народилась в день якогось святого, то їй давалось його ім'я (Миколи, Юрія, Андрія, Варвари, Катерини, Ксенії і т. д.), в інших випадках та у другій половині XVIII і в XIX ст ст. ім'я могли надавати батьки після обговорення з майбутніми кумами. То могло бути ім'я дідуся, бабусі або когось іншого із предків. До кумів запрошували, зазвичай, близьких родичів, заможних осіб (щоб породичатись з такими особами) або ж просто хороших друзів, хоча останнє було у XVIII-XIX ст ст. у Суличівці не досить поширеним. На кумів запрошували батько новонародженої дитини, оскільки породілля до очищення (35-40 днів) не могла виходити з свого двору. Батько ішов до майбутніх кумів з хлібом, загорнутим у рушник, який при згоді на кумівство залишався у родині кумів. Як вказують перекази, у суличівських родинах не прийнято було відмовлятися від кумівства. Причому кумами могли бути лише одружені чоловіки та жінки. У день хрещення куми приходили та приносили полотно в яке пеленали дитину. За звичаєм дитину клали на вивернутий вовною догори кожух, поміж буханців хліба (прикмета мала забезпечити дитині достаток). Хрещені або бабуся-повитуха пеленали дитину. Поміж пелюшками клали обереги: часник, сіль, шматочок хліба і т. і. Хрещений купував хрестик, який до церкви несли також серед пелюшок. До церкви і звідти дитину несли хрещені, причому що до хреста дитину треба нести тільки на правій руці. Під час хрещення дитині давали ім'я.

Після повернення з церкви батьки дитини влаштували святкування на честь хрестин. До святкування запрошували хрещених, бабуся-повитуху, сусідів, близьких родичів. Всі гості мали приходити з подарунками, то були страви, вареники, пироги, пампушки та ін., чоловіки приходили зазвичай з хлібом, горілкою. Суличівський стіл на похрещення дитини завжди був багатим: борщ, каша, пироги, ва-



реники, млинці, яєчня, риба, гриби, холодець, кисіль, узвар, голубці і т. д.

Особливе місце посідала каша (пшоняна чи гречана), яка готувалась за спеціальним рецептом, варилась круто на молоці чи салі, подавалась каша у кінці обіду. Повитуха ставила горщик з кашею на стіл та накривала його хлібом з сіллю. Поруч ставили тарілку куди клали невеликі шматки каші для новонародженого. На стіл клали полотно чи хустинку, які були в дарунок немовляті. Хрещений одним влучним ударом розбивав горщик з кашею. Остання повинна залишатись цілою, як прикмета сімейної злагоди і достатку. Вершечок каші передавався матері дитини, інші шматки – всім присутнім. Матері несли шматки каші своїм дітям щоб останні були щасливі і здорові. Кожен за столом мав швидко з'їсти свою частку каші щоб дитина швидко навчалась ходити і говорити.

Символікою хрестин були невеликі букети, зібрані бабцею-повитухою з пахучих квітів та рослин (волошки, м'ята, рута, барвінок, чорнобривці, ромашка, гілочки калини, колоски жита чи пшениці – залежно від пори роки). Взимку то могли бути сухі квіти. Хрещений вручав букетики всім присутнім, причому, неодруженим із двох квіток («до пари»). У свою чергу господарі роздавали спечені ними калачі. Квіти зазвичай вставлялись у калачі, щоб дитина скоріше вставала на ноги.

Обряд народження дитини завершувався постригом, зазвичай він проходив коли дитині виповнювався один рік. Хлопчиків саджали на кожу, батько кидав трохи грошей, а хрещений вистригав похресникові навхрест трохи волосся. У дівчат такий обряд здійснювався через заплітання перших кісок також навхрест. Ритуал заплітання здійснювала хрещена.

Враховуючи, що центральною фігурою народження дитини була бабця-повитуха, остання мала з одного боку досить добре володіти правилами прийому пологів, а з іншого – в повному обсязі бути обізнаною з обрядовими діями даного процесу.

На жаль історія не зберегла ні імен, ні прізвищ сулицівських повитух, а враховуючи сучасну дійсність з народженням дітей на селі, попит на повитух не актуальний. Разом з ними відходить в минуле безцінний досвід народної медицини, традицій, обрядів, що робили народження дітей особливо святковим та пам'ятним.

**Микола Іванович Зубок**  
**Олена Миколаївна Ященко**  
фото ілюстративні

# Українські замовляння

Упорядник М.Н. Москаленко. Автор передмови М.О. Новикова

*До збірки ввійшли найцінніші й найдосконаліші тексти української магії, народних чаклунських дійств. Цей найменш вивчений шар національної словесності сягає своїм корінням у найглибшу язичницьку давнину, ввібравши також елементи християнських уявлень про світ.*

## Чотири

Чотири – основні значення:

- чотиричленна горизонтальна модель світу, чотири сторони світу, «весь світ» за горизонталлю;
- дворазова парність (за формулою: «два плюс два»);
- множення, збільшення (як і 2, 3 та інші числа, більші від 1).

«Чотири» в прямо названому числовому вигляді трапляється в замовляннях рідко, частіше воно має нечислове вираження (4 предмети – без згадки самого числа). Таким чином ми знову бачимо, що якісне, конкретне значення чисел первинне, кількісне, абстрактне їхнє значення вторинне.

Чотиричленна горизонталь у замовляннях виражена слабо. Можна припускати, що це – пізніше надбання міфологічної думки, і в архаїчний прасвіт воно не потрапило. Топографія замовлянь адекватніше описується за формулою: «три на три», або ще точніше: «пара плюс центр» (верх – низ – центр, ліве – праве – центр) Спроба ж чотиричленної просторової орієнтації дає круговий обхід з центром: сонце попереду, місяць збоку, Божо Матір (імовірно, християнізований заступник зірки) позаду, а голе зерно на долоні, тобто посередині (порівняйте архаїчні орнаменти слов'ян: крапка в чотирикутному ромбі, що розшифровується насінина в полі, плід в утробі, але й ширше – як будь-який священний Центр у всеохопному просторі).

З наступних простих чисел прокоментуємо тільки «сім».

## Сім

Сім – символ, також посталий із певних не-символічних, біофізичних властивостей. Символізацію числа «три» пояснено кібернетично: «три» – мінімальна кількість повторів, яка сприймається як значуща, як «сигнал», а не «шум». (Два повтори можуть бути сприйняті як випадковий збіг). Символізацію числа «сім» біофізики виводять з властивостей людської пам'яті: сім знаків – максимальний об'єм «миттєвого» усного запам'ятовування та відтворення. Оскільки ж в архаїчних культурах всяке знання запам'ятовувалося і передавалося усно, то, очевидно, саме цим пояснюється стабільне значення «семи» як «усієї можливої кількості», «межі», нарешті, просто «як завгодно багато». В цьому значенні («багато») «сім» дуже часто протиставляється «одному» («єдиному», «обраному», «відзначеному»).

У багатьох замовляннях «сім» (і інші числа із значенням «багато») як атрибут підкріплюється іншим атрибутом кривністю («брати», «сестри»). Кривність у замовляннях розумі-



ється як включення в якусь єдину групу, так що «сім» і «брати» («сестри») – також значною мірою синоніми (порівняйте також риму замовлянь «сім» – «всім»: рима в архаїчному фольклорі обов'язково фіксує певний стійкий зв'язок понять).

Всі інші «великі числа» несуть аналогічне значення: «багато», «дуже багато», «всі, скільки б їх не було». При цьому перевага віддається кратним або «подвоєним» числам ( $6 = 2 * 3$ ,  $9 = 3 * 3$ ,  $12 = 3 * 4$ , «тридев'ять», «тридесять», 33, 77, «сорок сороків» та інші).

Отже, світ чисел у замовляннях – це світ:

- якісних, а не кількісних характеристик осіб і предметів;
- особливого, свого символічного значення (звідси й «вигляду») для кожного числа, передусім для 1, 2, 3;
- підвищеної (більш конкретної, стійкої, різноманітної) символічності «малих чисел» порівняно з числами «великими»;
- у групі «великих чисел» – тяжіння до спільного для всіх цих чисел значення великої (граничної) множини, порівняйте оскільки такого значення в побутових формулах типу: «двадцять (тридцять, сорок і так далі) разів я тобі це казав»;
- трактування будь-якого додавання (множення) як наростання буттєвої реальності, повноцінності й дієвості;
- інтерпретації будь-якого скорочення (ділення) як убування буттєвості;
- підвищеного інтересу до кратності, також трактованої як підсилення, додаткова відзначеність;
- високої прогностичності чисел для «сюжету» і «конфлікту» замовлянь: для розстановки замовних сил, їхньої впливовості та їхньої оцінки.

## Символіка днів

Якщо «предмети» і «особи» (суб'єкти) світу замовлянь описуються в словниковому по-

рядку без спротиву (хоча й не без складнощів, пов'язаних з тим, що всі архаїчні символи амбівалентні й багатозначні, при тому їхнє вихідне значення згодом нерідко перетлумачувалося або напівзабувалося), то з діями (предикатами) становище інше. Зовні, на позір усі дії в замовляннях гранично конкретні, Переважають наступні групи значень.

### Переміщення суб'єкта у просторі

Переміщення суб'єкта у просторі. Персонаж замовлянь їде, йде, біжить, летить там-то або туди-то. Варіант: йому наказують (його просять) це зробити, або цього не робити. До цієї ж групи входить «нульове» переміщення: суб'єкт замовлянь стоїть, сидить, лежить там-то і там-то. Повна відсутність словесно вираженого діяння (місяць у небі, кит у морі, ведмідь у барлозі і так далі) рівнозначна найширшому поняттю «міститься», «перебуває».

### Дія на суб'єкт у просторі

Дія на суб'єкт у просторі. Герої замовлянь «запрошуються», наближаються до суб'єкта, який замовляється (включаючи самого виконавця замовляння або його клієнта), – або «виганяються», відсуваються від нього. Варіант: персонажі замовлянь збираються з різних місць разом або розводяться врізнобіч (що зображується як можливе й бажане – або як неможливе й небажане: в «нездійсненних завданнях»).

### Дія за аналогією

В текстах замовлянь і магичній практиці повсюдно поширені дії за аналогією. Вони видаються безмежно різноманітними: знищення і примноження, поділ і злиття, «віднімання» і «додавання», «бойові» та «замірні» операції і так далі. Але це розмаїття – насправді лише позірне. Групуючи перелічені дії і виводячи їхнє спільне значення, легко переконалися, що всі діяння позначають (а в плані практичного, операційного – посилюють) або наявність, або відсутність якогось суб'єкта.

### Неможливі діяння

Це справедливо також і для групи «неможливих діянь», яка утворює особливий антисвіт замовлянь: світ найповнішої неузгодженості, несумісності суб'єктів, та їхніх якостей (атрибутів), суб'єктів та об'єктів їхньої дії, суб'єктів та їхніх діянь. Перед нами світ абсолютної навіть не алогічності, а позалогічності: «інша галактика» світу замовлянь.

Однак прагматично – «безумні», нездійсненні завдання, співвіднесені з цим «безумним» антисвітом, означають вигнання когось або чогось шкідливого зі світу нормального». А вигнання – це сказати б, модалізована відсутність: відсутність негативного суб'єкта, але це констатована як факт, а висловлювана як побажання, прохання, наказ, як зображення за аналогією.

Таким чином з погляду структурного антисвіту замовлянь – це цілісний «простір навіпаки». Проте, з погляду практичного, утилі-

тарного, для замовлянь має значення не те, що подібний антисвіт є, а те, що його немає – в упорядкованому космосі. Відсилання хвороб, уроків, нещастя у той простір тягне за собою їхню анігіляцію в цьому просторі: призводить їх до «небуття» тут, нині, для нас.

### Буття – небуття

Протиставлені «буття – небуття» і є, по суті, єдині істинні, бо максимально узагальнені й універсальні діяння (предикати) замовлянь. Бути чи не бути – воістину єдині діяння (наддіяння) цього світу. (Зрозуміло, що для нашого сучасного сприйняття це взагалі не діяння, а стани, проте для стародавніх людей всесвіт саме й складається зі станів). Всі інші дії лише посилюють або послаблюють зазначені «наддіяння», є їхніми варіантами.

В подібному всесвіті навіть буття-небуття стає лише домінуючим, надзначимим, однак усе ж атрибутом персонажа (зокрема, предмета). Кожна особа в замовляннях «буттєва»: більшою чи меншою, ближчою чи дальшою, бажаною чи небажаною, узгоджуваною чи неузгоджуваною з іншими мірою. Суціль і несущий – такі найширші визначення всякої дійової особи замовлянь. «Більш» суціль і «менш» суціль – такі всі можливі варіанти (кількісні, просторові, «речові») цієї основної характеристики (порівняйте у Старому Заповіті визначення Бога Ягве як «Суцього»).

У граничній перспективі «не бути» чому-небудь або кому-небудь у всесвіті замовлянь неможливо. Можна лише «бути» більше чи менше, ближче або далі, активніше чи пасивніше, в «нашому» або «не нашому» просторі.

### Класифікація символічних діянь

З огляду на це класифікація символічних діянь у замовляннях не може здійснюватись за принципом словника, а можлива лише у вигляді шкали: поступового наростання та убубання наявності. Шкала може мати ось такий (приблизний) вигляд.

Наявність (за низхідною):

- присутність кого-небудь у «сильній», магичній мірі (тобто присутність духу, божества, в християнізованих текстах – Бога, Божої Матері, ангелів, святих);

- наближення (чим ближче, швидше, тим «буття» того, хто наближається, більше, і вплив його потужніший);

- присутність частини замість цілого (метонімічна магія), варіант: присутність атрибута замість самого суб'єкта (метафорична магія);

- присутність у майбутньому, варіант: прикликання, прохання, моління, висловлення певності, інші форми «бажаного як дійсного»;

- множення і поширення (подвоєння, потроєння, використання інших «множинних» символів, дублювання повторами, дублювання синонімами, множення священних, «дійових» атрибутів, нагнітання переліків – кумулятивна композиція та ін.);

- збирання роздробленого в ціле.

Та сама шкала діє і в зворотному напрямі.

Відсутність (за висхідною):

- роздроблення (розкидання, розчленування та ін.);

- скорочення і стиснення (наприклад, кумулятивні ланцюжки від «багато» до «жодного»);

- відсутність у майбутньому, «бажана» відсутність;

- зникнення (знищення, загибель і так далі) частини замість цілого або атрибута замість суб'єкта;

- віддалення, втеча, вигнання;

- повна відсутність тут і тепер, у зоні, магичної дії.

Всі конкретні операції (в практиці замовлянь) і всі конкретні найменування символічних діянь (у текстах замовлянь) будуть лише варіантами цієї найзагальнішої «шкали наявності», «шкали буття».

З цього випливають висновки, що проливають світло на саму світоглядну логіку стародавньої людини. Ця людина бачить світ, у якому:

- ніщо не зникає і не з'являється: в космічному масштабі все лише перебуває безначально і безконечно, «з'являється» і «зникати» воно, здатне лише на певній ділянці світобудови, в полі зору даної людини (або людей);

- ніщо не діє: все лише присутнє (як сутнісна характеристика) разом із самим суб'єктом, заховане в ньому, діяння «приходить і відходить» зі своїм носієм, а не навпаки: не носій-суб'єкт «приходить і відходить» через діяння;

- «шкода» не може бути знищена до кінця: її можна лише вигнати, виселити в потойбіччя-інобуття, або відсунути якнайдалі, або «витягти» з людини та її мікрокосмосу, проте так само незнищенна і «користь», вона є завжди, і зникає-з'являється лише в найближчому людському овиді;

- вся взаємодія людини з нелюдськими, космічними силами і стихіями зводиться до посилення-послаблення їхньої присутності в ній самій і в наближеному до неї середовищі (дім, садиба, пасовисько, нива тощо), проте і саме це посилення-послаблення є, в кінцевому рахунку, не діяння людини (як це видається пізнішій свідомості, зокрема й пізнішим виконавцям магичного обряду), а наявність у магичній ситуації інших чудесних суб'єктів та їхніх атрибутів, ця наявність притягає, згущує навколо себе «корисне» буття і розганяє, розпоршує буття шкідливих сил;

- оскільки ж і чіткої опозиції «користі – шкоди» а тим більше «добра – зла» серед суб'єктів замовлянь іще немає (дивіться попередні розділи), правильніше говорити про благодійне або шкідливе групування, про сполучуваність предметів світу замовлянь: «збільшення буття» – це збільшення їхньої «доброї» сполучуваності, «зменшення буття» – це збільшення сполучуваності «лихої».

Марина Новикова

<http://www.svit.in.ua>

Текст взятий з сайтів:

[chtyvo.org.ua](http://chtyvo.org.ua),

<https://proridne.net>

XXXVII Оптово - роздрібна виставка творчості!

# HANDMADE-Expo

**27 лютого -  
1 березня**

- Авторські вироби
- Подарунки, декор
- Товари для творчості
- Дизайнерські колекції
- Майстер-класи
- Вишиванки та етносувеніри

  
Генеральний партнер



ПП ПЦ "Український подіум"  
[www.handmade-expo.com.ua](http://www.handmade-expo.com.ua)  
+38 099 377-47-70

# «Золотий спадок України» як відзнака якості національного українського продукту

Київська виставкова організація ТОВ «ЕКСПО КИЇВ РЕГІОН» виступає ініціатором проекту заохочення майстрів народного промислу, декоративно-прикладного мистецтва, а також представників сімейних фермерських господарств та ремісників, – національною відзнакою «Перша Національна премія ужиткового мистецтва та крафтового виробництва «Золотий Спадок України».

Головна мета проекту, відповідно положення про Національну відзнаку, – сприяння пошуку втрачених культурних цінностей, збереження та популяризація традицій нашого народу в Україні та за кордоном.

Наше прагнення - докладати всіх можливих зусиль для економічного розвитку України шляхом підтримки народних майстрів та підприємців, а саме: сприяти розвитку та популяризації ремісничого (крафтового) виробництва, українського народного виробництва за сучасними та старовинними технологіями, оригінального та якісного промислового товару.

З 2022-го року нами організовувались виставки-ярмарки у місті Києві, на яких виступали чисельні творчі колективи (на-



**РІЗДВЯНИЙ ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ ЯРМАРОК**  
**МІСТО МАЙСТРІВ**  
 ПЕРША НАЦІОНАЛЬНА ПРЕМІЯ  
 УЖИТКОВОГО МИСТЕЦТВА ТА НАРОДНОЇ ТВОРЧОСТІ  
**ЗОЛОТИЙ СПАДОК УКРАЇНИ**  
**Товари від кращих Майстрів України**

**ПАЛАЦ СПОРТУ**  
**7-8**  
**ГРУДНЯ**

Народні Майстри \* Крафтові виробники \* Дизайнери одягу \* Майстер-класи  
 Поетичні зустрічі \* Вручення премій \* Українські зірки \* Фуд - корт  
 Концерт \* Розіграш

**ДОНАТИМО НА ЗСУ**

**З 10:00 ДО 19:00 вхід вільний**

родні, художні, аматорські вокальні ансамблі та гурти) з багатьох регіонів України, демонструвалися художні галерейні експонати, відбувалися виставки дитячих малюнків, проходили збори на потреби окремих підрозділів ЗСУ та ТРО.

16 та 17 листопада цього року у приміщенні Палацу спорту в місті Києві на Всеукраїнському ярмарку «Місто Майстрів» ТОВ «ЕКСПО КИЇВ РЕГІОН» було організовано нагородження видатних народних майстрів та виробників, чим був відзначений їх внесок у розвиток сімейного фермерства, відродження української культури та збереження національної спадщини.

Ми впевнені, що відзнака «ЗОЛОТИЙ СПАДОК УКРАЇНИ», якою наша організація планує нагороджувати й надалі найвидатніших учасників наших виставково-ярмаркових заходів, послужить мотивацією для творчого самовираження виробників українського продукту, для визначення його якості та національної цінності.

Наступний, передріздвяний захід Всеукраїнського ярмарку «Місто майстрів» із другим етапом нагородження Національною відзнакою «Золотий спадок України» планується 7-8 грудня у приміщенні Палацу спорту в м. Києві.





З книги Івана Просяника «ЗОЛОТА ГРАМОТА»

## СИНІВСЬКА ЛЮБОВ

**В**икохав батько трьох синів-соколів. Поки ростив, турбувався - постарів. Став він думати-гадати, як би то спадок між ними, по-справедливості, розділити. Якось зібрав їх під зелен дубом та й питає найстаршого:

- А як ти мене, сину, любиш?

- Як огирів наших прудконогих в степу безкраїм! - відгукнувся той готовно.

- Добре! - посміхнувся старий, - гідний ти господарювати, всьому лад давати! - та до середульшого:

- А ти ж?

- Як отар наших незліченних в степу безкраїм! - кланяючись, підступає до батька середульший.

- По-господарськи мислиш! - радіє старий.

- Ну, а ти ж, дитино? - питається він улюбленця найменшого.

- А я вас, тату, люблю, як вітер буйний в степу безкраїм - покірливо схилив голову вихрасту.

Сторопів батько, а тоді як зсудомить брови грізно:

- Оце так син?! Казна що! Хоч би збрехав, і то б я втіху мав! Не бачили б вік тебе мої очі, не чули б вуха!

Та й прогнав з дому. Хотіла мати йому хоч торбинку зібрати - не дав. Ото тільки крайчик дівчатко-сиротятко, що в них наймитувало, босим по стерні нагнало, взяти присилувало.

Поплентався хлопець в степ безкраїй, сумно голову пониривши. Коли це - глип - навпроти чоловік-легконіг. Сивий, в сиве вбраний. Та з обличчя дивен: одне око сміється, мов сонце ясне, інше - плаче дрібен дощиком. Порівнялись, повітались.

- Спасибі ж тобі, молодче, - каже подорожній, - що ти мене пошанував!

Словом ласкавим назвав! Бо люду споконвік не вгодиш: то холодний, то спекучий!

- Та я ж вас не знаю й не відаю! - дивується хлопець.

- Ну чого б то не знати? - сміється сивань, - я ж і є Вітер Буйний! А, що ти мене до рідного батечка прирівняв

- буде тобі завжди шлях легкий, путь швидкий, бо сім моїх синів тобі за братів стануть! А від мене візьми сопілку. Але знай - замарно не грай, мене не викликай, а лиш тоді, як непродихнути в біді!

Взяв зачудований хлопець сопілку застромив за пояс, хотів подякувати, руку поцілувати..., а перед ним нікогі-сінько, лиш трава хвилею зашелестіла. Повеселів хлопець, підбадьорився та й рушив за Вітром Буйним вслід.

Чи довго йшов, чи коротко, аж чує тупіт кінський позаду. Озирнувся - і аж присів бідак - степовики поганії мчать, під небо порохом кушпелять. Десятко, а мо' й більш - у страху очі великі. Хлопець в один бік, в інший... та куди ти сховаєшся - степ голісінський. А хозари ненажерливі здобич учули, арканами змайнули. Метнувся хлопець соколом і як спіткнеться. Ну - похолов - не минути мені ганьби полону, весь вік тягти лямку солону! Коли це вітер легенький зашелестів - ковилу над хлопцем густо прихилив.

Копитили, копитили степовики землю, вертілися, крутилися, а русичніби крізь землю провалився. Так вони ні з чим й поїхали. Обтрисився хлопець. Вірить, й не вірить своєму рятункові. Йде, аж підтанцьовує. Коли бачить, знову йому назустріч чоловік. І так зігнутий в три погібелі, мов би

йому хто на плечі сів, й до землі давив. Порівнялися. А чоловік, ні здоров, ні здрасстуй, зразу й питається:

- Хлопче, а ти голоден?

- А у вас чим є підживитися? - зрадів.

- Ні про що мене не питай, а з цього шляху звертай! - та як кинеться геть.

Здивувався хлопець: не інакше, як його десь по шляху обід чекає! Але ж чого той чоловік утікає? Думав, гадав, а тоді махнув рукою: «А будь, що буде! Одне лихо перебув й друге перебуду!» - та й завернув на перехрестя.

А там рудий брюхань-черевань сидить, весело на нього глядить очима вилупатими. Біля ніг батіг та ще й добра повен міх.

- А я тебе жду, чекаю, визирую, бо гусака смаженого маю! - простяг руки, мов до брата рідного.

- Ну, то їжте на здоров'я! - відсторонюється хлопець, а самого, мов човна течія, до того чоловіка так і підносить.

- Ні! Спочатку такі гості грають в кості! Виграєш: і пиріг, і м'ясо, пообідаєш ласо!

- А якщо ні?

- А як ні... хе-хе-хе! Рік на тобі їздитиму, мов на коні!

- Е-е, це не для мене забава! - зиркнув хлопець опасливо на батога, - шукайте...

А шворка з міха свись, і впала, а там гусацюра засмажений, кренделем рум'яним обкладений, та так пахтить, наче на жару лежить. Хлопець враз й сів навпроти. А Черевань гусака ховає, гральні кості виймає.

- Мої чорні, твої білі! Ану ж, чиї будуть при ділі? - посміхається лукаво та й подає їх молодцеві рукою волохатою,-кидай перший.

Кинув хлопець, а воно, немов вітерець йому з-під руки, «дмух» - покотилася костяниця та й білим боком догори стала. Глянув Черевань косо та й знову подає. І знову біле переважило. Зиркнув зизо Черевань-брюхань, мов ненароком дмухнув на костяницю. А вона й на цей раз білим боком догори блиснула, за-сміялася.

- Ану, дай я! - аж колотнувся Брюханда-жиханда, - такого ще не було, щоб гусака на двох ділити!

Щось там поволошебствував... кинув - й очі на лоба полізли - біле. Він вдруге - те ж саме!

- Та ви, дядьку, вже хоч кидайте, хоч ні, а гусак буде мені! - звеселився хлопець.



Черевань як затруситься, буйним потом як укриється, як жбуроне гусака з мішка.

- Ти ще пожалієш! - аж зубами скрегоче.

- Хай той жаліє, кого батіг нагіє! - сміється хлопець та й уминає гусятину, аж за вухами лящить. Все ум'яв й ості-лечки не лишив.

Черевань до міха - порожнісінький. Скубнув він тоді віхоть ковила, обі-тер піт та як жбурне вслід молодцеві. Так з того віхтя чорна птаха навісна й зродилася.

А хлопець іде й вухом не веде, при-танцювуючи. Ось й сонечко вже над-вечір повертає. Знайду десь яругу - ду-має молодець, - літо під боки, небом укриюся... лиш би дощику не було! Глядь, на сухій вербині, чи то гава, чи то пава сидить, тільки сліпа.

- Як же ти, бідна, очей не маєш, а зерно шукаєш?

- Це я очей не маю? - кракнула мото-рошно, - та я Морока-стоока! - як роз-пустить чубарочку, а на кожній пір'їні по отакенній глазині, блимнули на хлопця люто. - Кого хоч обморочу! Ко-го хоч заведу: чи в болото, чи в пус-тєлю, чи на високу скєлю, щоб вниз го-ловою! Ступай! Але знай! Ти мого бра-та Перехресника не пошанував, не дам тобі спокою! Весь час буду з тобою! - закричала, зареготала.

- Тьху! Цур тобі! Пек! - сплюхнув хло-пець та й подався своєю дорогою.

Ще й сонечко не сіло, а він уже на но-гах куняє - іде, куди й сам не знає. Ко-ли це дрібен дощик йому в обличчя як сійне, холодний вітер за пазуху як вій-не, стрепенувся хлопець - круча висо-ка, прірва глибока, а внизу річка на по-рогах грає на брід-дубі. Він - тихо лиху - диб-диб з кручі. Коли глип - ось так капість - знову верхівці мчать. Він за каміння, він за коріння. Ближче во-ни, ближче... Чуби косаті на вітрі поло-щуться, шити черлені на сонці криваво змигують, самі запилені, коні змілені - русичі. Він і виїшов. Як кинеться кня-жа дружина опую до нього:

- Отроче! Брід знаєш? Степова сила нас гонить!

Він їх притьма й перевів.

Тільки ріку перейшли, а злива як уперіщить. Берег змила, воду скаламу-тила - неначе тут вік вічен нікого не було. Прихистила їх глибока яруга, ніч темна. Пригортає к' собі хлопця витязь сивочолий.

- Спасибі тобі, синку, що од видимої смерти врятував! Аби степовиків тут три дні потримати, можна б і на підмо-гу чекати! Ти б тоді по праву руку став, мєди-вина мені черпав, на сопліці зве-сєляв. Ану ж розваж тихенько чи весе-люю, чи сумною?

Та хлопець лиш голову низенько опустив.

- Ану грай, враже, як князь каже! - підморгують йому дружинники запанібратськи.

А хлопець:

- Облиште мою сопліку в спокої!

- Щось ти рано гордий став! - здиву-вався відмові князь, - високо голову підняв!

- Дивись! - спохмурніли й дружинни-ки, - може вона низько впасти!

- Чи ж потрібно Кістлявою того стра-хати, хто взявся од неї вас рятувати? - тихо мовить хлопець, - чи ж гоже? Я сам їх спробую на три дні затримати!

- Та як? Та що? - здивувався князь.

Він й звелів, щоб хутко робили як скаже.

Присакали степовики до річки. А вона бушує, воду каламутну горне, смерком лякає. Раптом на тім боці од-не вогнище спалахнуло, друге, третє, десяте.

- Ого-о! Не інакше як до русичів під-мога підійшла, - спохмурніли степови-ки, - треба десь інде табором стати, сліди замести!

Ось й на другу ніч ті вогнища гра-ють. Й на третю. А вдень нікого не видно. Тоді сторожа тихцем й переп-равилася. Підкрадаються, й аж роти з подиву пороззявляли. Думали тут військо, а воно хлопець сам від вог-нища до вогнища ходить, дрівця під-кладає. Дочекались поки він перед-світа задрімав - ані вітер не віє, ані соловей не щєкоче - накиннули сїть ловчую, сїть міцную та й понесли під сміх та регіт Мороки-стороки.

Ось тисяцький нагаєм всемеро пле-теним грається, питається:

- Чи ж тебе, молодого, сріблом-зло-том купили? Чи дівцею чорнобривою піддурили - проти цілого війська ста-ти, голову втеряти?

- І не купили! І не дурили! - відказує сміливо хлопець. - Це я сам заговорив,

щоб кожен витязь хмизу побільше на-носив!

- Так це ти нас навкруг пучки три дні водив? Здобичі лишив! - мало не лус-нув зі злості тисяцький. Та до війська. - Хто в один мах шаблю розчєпірить цього шайтана малого - того над сог-нею молодців поставлю!

Виїскався один: плечі у ширину, очі у вузину. Підходить... шаблю наярєною бавиться. Бачить хлопець погані спра-ви. Він тоді з-за пояса соплічку. Не встиг виїняти - вихор до ніг як упаде, як крутєне, як кидєне межі очі хаза-рину пороху степового. Махнув той наосліп та мало не по тисяцькому.

- Оце такі у вас рубаки? - сміється хлопець соплічкою граючись, - на баштана пошлїть, на капусті навчїть!

Затряслись руки в тисяцького, вхо-пився він за шаблю кривавую. Коли це до нього поштиво підступа, шапку-во-лохатку низько зніма, сонцем обпале-ний, вогнищами похідними обсмале-ний товмач-нашіптувач.

- То не штука таку голову зрубати! - рече тихцем. - Штука за таку голову ківш золота мати!

- Та каган за нього й ламаного гроша не дасть!

- Каган може й не дасть, а ось пади-шах давно шукає такого розважливого витязя в двірцеву варту!

- Чи ж сидїтимє сокл в золотїй клїтцї?

- А падших його ядровою пшеницею, а володар його чорноокою дівцею! В хоромар принцєса походжає, міцніші золота сїті має, в сто десять дрібушок коси заплїтає, чоло місяцем вінчає.

Викресав тисяцький посмішку лука-ву, заховав шаблю криваву та й звелів хлопцеві руки розв'язати, але ноги зпу-тати міцно.

Скриплять вози лебєдями наполоха-ними - вєзуть юнацьку душу невєсєлюю. А кращє в чистім полі потятим лежати, аніж рабом-кощїєм бути! Давай він ті-кати. А Морока-стоока, лиха ж твоя го-дина, тишу змутила, всїх перебудила. Наздогнали. І так вцуркували й дихну-ли важко. Дивиться він на орлів-стєпо-виків зїтхаючи та все ж надїї не втрачає.

Аж ось якось під ніч здїймаються пе-ред хлопцем мури високїї, мури висо-кїї, ворота широкїї мїддю кованї, во-гнями димучими свїченїї. Відчиняють-ся широко та зачинаються вузько - й миша не прошмигне.

Засмутився він, запечалився. Коли це як освітїться палац - дїва до нього виступає: на чолї місяць грає, діаман-

ти розсіває, в косах зорі переливаються. Взяла вона в рученьку білу пандур срібний, пандур срібний, струни золотії, стала до нього награвати, тихо промовляти.

Посміхнувся він сумовито: не тая мова, не тії слова, хоч яснолиця і чорноброва. І враз дівча босе, що по стерні його догнало, окрайчик свій віддало, сльозами обкупало - привиділося, причулося. І така його туга за батьком-ненькою, за дівчам си-ньооким укрутила, хоч сопілочку виймай та Вітра Буйного на допомогу закликай. «А все ж таки трохи заче-каю, може ці мури високії своїм розумом здолаю?!»

Прикинувся він конем приласка-ним, огирем укоськаним... підвеселів. Лиш попрохав оту дивну птаху, з рід-ного краю, на мурах упіймати, в кліть золоту посадити.

Падишах його розумом дивується. А принцеса красою милується. Ось виграють раз молодята на кониках-ворониках по двору-дворовищу і до воріт підїжджають. А сторожа - шаблі наголо - не велено!

- А коли ж зволите пустити, базар по-видати?

- Коли образ самого падишаха, яс-ний, мов сонце, перед нами буде!

Вибрав тоді молодець слушну мить світанкову, наярив об полу дирхем золотий, до воріт підїжджає. А сторожа:

- Не велено!

Він і подає варті грошину сяючу.

- Чи це не образ самого падишаха яс-ний, мов сонце?-запитає.

- Образ! - сторопіли ворітники.

- Оце вам два! Один на виїзд! Другий на вїзд!

Взяли ворітники гроші та все ж на-зирці, назирці на ним. А він пограв, пограв коником й назад вертає. І вдру-ге два дирхеми золоті молодець сторо-жі дав. Ось третій раз вона вже з радіс-тю його чекає, бо молодець грошей на-зад не забирає. Службу відстояв - з друзями, гуляй.

Вийхав хлопець за ворота ген-ген. Коли це назустріч купець з цілою гар-бою динь.

- А чи не продаси, мудрійший, свій товар? - питає хлопець.

- Хоч тут і не базар,- кланяється ку-пець низенько вельможному юнакові, - але ваші гроші - мій товар!

- Не маю грошей на дання, візьми коня! - та й зістрибнув на землю.

Купець мало ноги не цілує - де ж то видано, дині за такого скакуна! Чи

жартує? Чи в нього тих скакунів, що в Аллаха мудрих слів?!

А русич уже бере вола за налігач.

- Щось, - каже, - мені в цім халаті вола вести, що золотим пером смітник мести! Твій халат буде мій, мій халат буде твій! - накинув халат купецький та швиденько подалі від палацу.

Аж ось навпроти лісоруб іде, віслюка веде. Добре запряжений, дрівцями на-вантажений.

- А я хожу, блукаю, дрів шукаю! - зрадів молодець. - Хай гарба йде за то-бою, а віслюк за мною!

Зрадів неказанно лісоруб. Обміня-лися халатами та й пішли кожен своєю дорогою.

Іде молодець, неквапно ступає, сторожко назад позирає. Аж бачить дідок, бідачок немічний, сумний-сумний сидить.

- Дай мені, сину, хоч ломаку! Зготую сякого-такого биш- бармаку! - просить слізю, - бо тиждень гарячого не їв!

Відав хлопець й дрова старому, й віслюка, й халата лісорубового. А сам накинув бідняцьке рам'я, палицю в ру-ки - рідна мати не впізнає.

А падишах тим часом встає, позіхає. Коли це кажуть йому: «Птаха стоока кричє, з себе вибивається, за пір'я ха-пається!» Чи на лихе воно, чи на доб-ре? - міркує володар. Треба за хлопцем послати, розпитати.

А його нема!

Падишах до сторожі. Ті так, мовляв, і так! Бачить падишах - перехитрив його хлопець. Він тоді кіннотників у сідла та по місту.

- Он він! іде!

Вхопили. Той жупан - та не той пан! Вони купця канчуками. Він й розповів як було. Кинулися далі шу-кати, а купців... Аж ось опівдні ба-чуть - він! Вхопили! Та свита - та не той Микита! Кинулись вони лісоруба-молодця шукати. Знайшли аж під вечір: і дідка, і віслюка, та тільки ко-ристь з того яка... жебраків по сто-лиці тисячі.

А молодець собі йде та стиха посмі-хається. Коли це бачить, караван в да-леку дорогу споряджається. Чує - в сторону західную, сторону Руськую. Він давай проситися.

- А що ти, лайдаку, вмієш? - зирка-ють на нього невірливо купці, - коли проситися смієш!

- По-руські казати, товар добре про-давати!

Зраділи вони дуже, бо саме їм товма-ча треба було. Та зразу й вирушили.

Скільки їхали - не списано, й не ска-зано. Аж ось й Київ славний теренами красується.

Швидко товар продався, швидко й новий узявся - хлопець за десятьох старався. Давай купці його прохати, давай умовляти з ними їхати - ні в яку. Вони тоді йому срібла, вони тоді йому золота за службу - не бере. Вони коня-вороня - лиш поклонився низенько та й пішов тихенько.

Іде квапиться. Та чим ближче до свого села стає, тим смутніш на серці робиться. Як же він перед батьком стане, йому в очі гляне? Перебрів брід міленький, перейшов степ тихень-кий. Сів на Сивур-могилі, глянув у долину. А на їх ниві жито коситься. Похилив він голову буйною, аби оце й під ноги покотилося - не пожалку-вав би! Вийняв сопілочку та як за-грає, та як затужить. Коли це вітер Буйний так і вродився.

- Щось не радісно ти мене кличєш, хоч і домівку бачиш? - дивується Вітер Вітрило.

- Аби ж то отець знав, що я йому правдоньку тоді сказав, сміло б перед очі явився.

- Оце і всі клопоти? - здивувався Буйний Вітер. Та як свисне й жайво-ронки стихли.

В ту ж мить, мов з печі жарко війну-ло й перед ними парубок, як з води став. Такий смаглявий, такий кучеря-вий... кланяється.

- Ану, сину, хмари з неба прогорни, - каже Буйний Вітер, - на лан задуху на-жени та сядь коло мене перепочинь!

Косить батько з синами, але до того їм важко коситься, аж піт горохом ко-титься. Така спека чомусь стала, мов у печі нагніченій.

- Хоч би вітрець війнув! Хоч би сте-повий зітхнув! - спинився знеможено батько, - бо вже силюньки немає!

Коли це росяною прохолодою як війне старому в обличчя... застиг він, наче вкопаний. А тоді як зикне:

- Сину мій! Синочку! - аж на Сивур-могили докотилося. - Та твоя ж любов понад любов! Бо немає милішого в світі, аніж вітер буйний в чистім полі!





Ярина Шерстюк з онуком Вовочкою, майбутнім ліквідатором автогенної світової катастрофи. 1961



Контрольно-пропускний пункт в зону відчуження ЧАЕС



Володимир Шерстюк



Батько Микола на своєму тракторі

# ВИКРАДЕНА З РАЮ

Зшиток третій

Сріблом міниться іскра чудесна

*Дівчина відчайдушно бореться за свої рідні витоки, щораз повертаючись до батьківських порогів. Там, у рідному краю – своєму Раю, вона була найщасливішою у світі від гудіння травневих хрущів та від солодкої акації. А ось там на горбочку батьківська хата стоїть рожевим видом серед вишневого цвітіння буйного! Теплом, добротою і ласкою віє від тебе, Рідна Хато! Оповідь-життєпис вибухає плачем, омиває серце цілющими сльозами, торкається найглибших потаємних струн душі.*

*Люби Вітчизну всім серцем Своім. Тут Рід твій, тут родники твої!  
Тут Я, РОД – предвічен! Над тобою розпротер свої Долоні Всемогутній!  
Пам'ятай хто ти є! Звідки прийшов! І перед ким постанеш!  
І шлях твій буде чесний, істинний.*

Вісті ізначальні

*Гойсподине Боже, Всемогутній Свароже! Виведи мене на ясні зорі,  
на чисті води, в край веселий, в мир правдивий!*

Вербич «Зело таємниче»

## Розділ 11. Щоб збиралися всі отут разом завжди

*Храни Землю Батьків! Шануй заповіти Дідів!  
Бди наш арійський глас Богів!  
Це шлях твого народу в Безсмертя!*

«Вісті»

Якраз батьку Миколі виповнилося шістдесят літ. Цього дня хлопці завели трактор, що стояв у дворі – вирішили зробити батьку сюрприз. Віктор, Павло та **Олександр Шерстюк** із двору з гори поїхали вниз до криниці випробувати трактора, а тоді через берег виїхали прямо на дорогу. Сиділи за кермом трактора по черзі, з гордістю дивилися зверху вниз і були страшенно задоволені. Як від криниці до п'ятого городу доїхали, – до хати баби Василяни, то трактор несподівано заглох і перестав заводитись. Що його робити, не стояти ж отут посеред дороги до ночі? І попхали залізний скарб назад до своєї хати.

Раніше батько орав трактором город, кошив траву, а тоді саморобний плуг взяв та й

тріснув. Вигинати залізо та робити нового плуга дуже важко. Бувало інколи заводив трактора, трохи попрацює, трохи прогуркотить, а тоді знов стоїть він без діла. Коли батько вийшов на пенсію та з'явився вільний час, то почав малювати картини олійними фарбами на полотні. Я не знаю яким дивом це воно все в'яжеться до купи. Холодний, бездушний, байдужий до всього метал і яскраві картини, насичені кольорами райдуги, сповнені тонкими переживаннями та любов'ю до рідної природи.

Якась тиха затока, вдалині скелястий казковий острівець і безмежне небо. І все те здається мені у фантастично-рожевих кольорах, та разом з тим в небі вже збираються хмари і



Грамота Миколі Пінчуку – слюсарю-інструментальнику. 1976



**Микола Пінчук. Зимовий пейзаж. 1980. Полотно, олія. 50x77. Картина подарована Володимирі**

край моря вже охоплює чорне коло. Картина невідомо де ділася, чи може хто її поцупив. Такою була батькова картина і його найперше бачення й розуміння мистецтва. Збереглася лише чорно-біла світлина, де він у своєму вишневому гаю, сповненому дзвінками солов'їними співами, малює озеро, оточене скелями.

В Поминальний день брат Олександр, сестра Тамара і я приїхали на зеленій Волзі до Васильківських родичів. Запросили нас в хату. Господиня дому **Ганна Шерстюк** поклала на стіл пиріжки і крізь сльози мовила:

– **Щоб збиралися всі отут разом завжди!** – тут були її троє синів – Олександр, Микола, Володимир, донька Галина, невістки та онуки. Пом'янули чоловіка Ганни – **Єгора**.

– **Мій батько Єгор, слюсар по обслуговуванню парових котлів, був наймолодшим в родині, – згадуватиме Олександр, – дітей в їхній родині було четверо, як і в нашій. Батько пішов на війну 1942 року, воював на Степовому фронті. 1943 року був створений 2-й Український фронт, в якому батько Єгор воював по 1945. Він брав участь у Будапештській операції і був нагороджений орденом і медалями за відвагу. Вечорами я часто просив батька розказати нам цікаві епізоди про війну, і ми всі залюбки його слухали.**



**Олександр Шерстюк, праворуч – випробувач батькового трактора. 1951**



**Брати Шерстюки у дворі своєї рідної хати. 2016**

**Коли ще в нашій сім'ї було троє дітей, батьки почали будувати хату. Мій брат Володимир вже народився в новій хаті. Як найстарший, я завжди батьку у поміч: зимою цеглу возили санями у двір, різні будівельні матеріали. Навесні разом садили фруктові дерева: яблуні, вишні, груші, абрикоси, черешні. Деревя родили рясно, і ми губилися у такому розмаїтті смакоти. Влітку я грав на березі з хлопцями у футбол і тато часто приходив дивитися та вболівати за мене. Ми всі дуже любили свого татка.**

Тут, одну з кімнат прикрашає картина. На ній зображено зимовий пейзаж. Це картина **Миколи Пінчука – Зимова казка**. Повалені стовбури дерев, молоденькі ялини і старі сосни засипані пухнастим снігом. Дивишся на картину і здається, ніби сніг не справжній, казковий і зараз сюди поназбігаються лисиці, вовки, олені, з барлогу вилізе ведмідь, позлітаються різні птахи й будуть зимову казку оповідати. Ця картина – подарунок від мого батька Володимирі, як подяка, за доброзичливе ставлення до нього. Інколи Володимир підвозив на машині до діда Миколи його онуків.

Пізніше **Володимир Шерстюк** розкаже мені про найстрашнішу техногенну світову катастрофу – про аварію на Чорнобильській АЕС, де він буде одним з ліквідаторів:



**У цих місцях якась незламна сила, що рве нам душу, тягне, як магніт. 1973. Акварель, туш. 31,5x43,5**



**Микола Пінчук. Русалчине озеро. 1976. Полотно, олія. 2016**



**Єгор Федорович і Ганна Гаврилівна Шерстюк. 1942**

– 1 травня 1986 року ми садимо картоплю, слухаємо приймач. Коли їхали з братом Миколою в Київ, то у Глевасі побачили блокпости, а далі нікого не пропускають. Кажуть, що ходять десь слухи про якусь



**Ганна Шерстюк з онуками: Оля, Єгор, Таня, Олена поруч з бабусею. 1984**



Микола Шерстюк з бабусяю Яриною. 1954



Вова Шерстюк. 1961

велику пожежу. Ми розвернулися та поїхали назад у Васильків. На роботі начальство говорить про те, що до нас звертаються по допомогу і що треба



Володимир Шерстюк. 1968

помогти. Мене із співробітниками кидають не під кулі, а під так званий мирний атом Чорнобильської атомної електростанції. Я з бригадою обслуговував лінії зв'язку для оперативного керування штабом ліквідації аварії і перебував в радіаційній зоні цілий тиждень. Ми реєструвалися в контрольно-пропускному пункті селища Дитятки, що на кордоні тридцятикілометрової зони, де в наші перепустки ставили штампелі для виконання професійних обов'язків. Жили в селищі Іванкове. Спеціального одягу не видавали. Дали маску з марлі. Була вахта з Одеси: телеграфісти і телефоністи. Ми працювали тиждень по вісім годин щодня, а у звітах москалі наказали писати, що не більше шести, бо окупанти країни моєї без брехні жити не можуть. У зоні якийсь страшений безлад: незрозуміло, що воно твориться: одні роблять дорогу, ті поливають її, інші кладуть труби. Будівельники лягають на землю, їдять прямо в цій пилюці, не підозрюючи про те, що ковтають смертельні дози радіації. Величезна кількість військових. Коли ми покидали зону відчуження, то отримували черговий штампелі у своїх перепустках.

Чорнобильська катастрофа призвела до одного з найбільших у світі викидів радіації. Сталося масове радіаційне забруднення територій, з яких виселили близько двохсот тисяч людей. **Через Чорнобильську м'ясо-рубку пропустили щонайменше шістсот тисяч українців. Це продовження політики геноциду.** Совецькі спецслужби розробили таємний план аварії на атомній станції ще 1982, територіально найближчої до країн Європи. Щоб зупинити падіння цін на нафту, совецький союз намагався довести, що ядерна енергетика небезпечна. Чекали слушної



Єгор і Ганна Шерстюк з синами Сашею і Колею та донькою Галею. 1954

погоди, коли вітер повіє на Європу. 26 квітня 1986 року о першій годині ночі Москва віддала наказ розпочати випробування на ЧАЕС. І вже через сорок секунд від початку стається катастрофа. Світова спільнота дізналася про вибух на ЧАЕС раніше за українців, які мешкали поблизу Чорнобиля. Чорнобильська катастрофа прискорила розпад імперії, адже мільйони українців, над якими здійснили нелюдський експеримент, остаточно усвідомили, що вони більше не бажають бути сліпими виконавцями злочинних наказів Кремля.

Майже два мільйони осіб постраждали внаслідок Чорнобильської катастрофи. Окрім смертей, хвороб та відселення цілих міст і районів, Чорнобильська катастрофа дасть досить несподіваний побічний ефект: відродження дикої природи у її первісному вигляді. Через десятки років Чорнобильської катастрофи вовки і лисиці будуть селитися у покинутих людьми житлах, поля поступово обростатимуть лісом, бобри валятимуть дерева та перегорять колишні канали, утворюючи болота, споруджуватимуть хатки з гілок і лози. Дика рослинність запанує на вулицях Прип'яті, на асфальті та навіть на дахах будинків. Хижі птахи гніздитимуться на балконах, як на скелях, рисі та кабани житимуть у квартирах нижчих поверхів як у природних



Сусіди і друзі відпочивають. Єгор Шерстюк, 1-й праворуч. 1960



**Саркофаг над Четвертим блоком ЧАЕС**

печерах. Колишній міський стадіон вкриється густим молодим лісом, де знаходитимуть притулок лосі, олені та косулі. В зоні облаштуються навіть ведмеді та коні Пржевальського.

«Людей нема, а яблуні цвітуть. І мертва річка зблискує, як ртуть. Тут по дворах стоїть бузкова повінь. Тут ті бузки проламують тини».

**Ліна Костенко пише:**

**– Українці – це нація, що її віками витісняли шляхом фізичного знищення, духовної експропріації, генетичних мутацій, цілеспрямованого перемішування народів на її території, внаслідок чого відбулася амнезія історичної пам'яті і якісні втрати самого національного генотипу. Образ її спотворювався віками, їй приписувалася мало не генетична тупість, не відмовлялося в мужності, але інкримінувався то націоналізм, то антисемітизм. Велике диво, що ця нація на сьогодні ще є, вона давно вже могла б знівелюватися й зникнути. Фактично це раритетна нація, самотня на власній землі у своєму великому соціумі, а ще самотніша в універсумі людства.**

А за хатою Шерстюків, у старому фруктовому садочку пасеться чорний бородатий цапище. Він їсть свіжу соковиту траву і стоїть уперто на вузькій стежці, що веде у долину. Гляньте вдалечінь крізь темні товсті стовбури

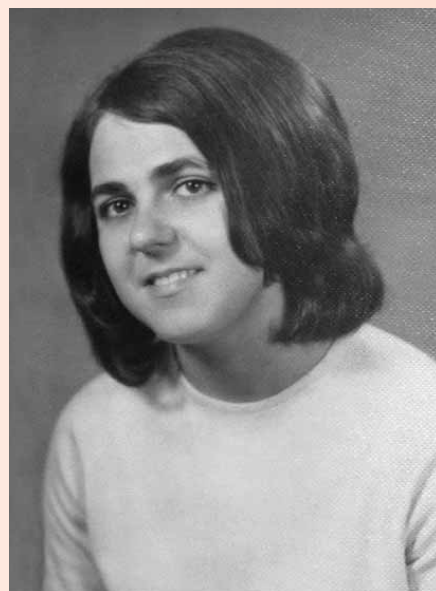


**Покинута техніка «Чорнобиль» після ліквідації аварії**

дерев, крізь мереживо молодих листків і серце зомліє. Невже буває таке диво? Розстеляється широка зелена долина, а на тому боці високі пагорби з темним лісом на вершинах, ніби якась давня мрія – б'ється моє серце, а ніхто того не розуміє. Як тут красиво! Вдалині пасеться пара коней – чорний і гнідий. Сіріє здала зораний клапоть землі. З долини лунають крики й голосний свист. Тут традиція грати у футбол в Поминальний день. Збираються старі дядьки у своєму рідному селі, де промайнуло їхнє дитинство, та разом з молодими хлопцями з криком ганяють м'яча по траві й голосні вигейки лунають над долиною і на крилах азарту лунуть у безвість. Сьогодні таке лекує сонце! На горбочку тут є криниця біля дерев'яного стовпа! Десь узявся блискучий червоний легковик, що проїхав по краю футбольного поля. Почулося сюрчання міліцейського свистка. Під завивання сирени виринає на поле поламаний моторолер з днищем від коляски. І де він тільки взявся?! З ревом протріщав по полю й зупинився на протилежному боці під голосні вигуки гравців, постояв трохи на горбочку й поторохтів знов униз на футбольне поле. Коли ми вже їхали додому через невеликий гайок, то попереду нашої Волги гуркотів той самий мопед з коляскою, щосили борючись із сипучим піском,



**Коля, Галя і Саша Шерстюк з дядьком Віктором. 1956**



**Тамара. 1972**



**Олександр Шерстюк, чоловік Тамари. 1965**



**Микола Пінчук. Русалчин Великдень. 1981. Полотно, олія. 86x120. Картина друга**



Галина Рощина на своїй дачі



Олександр Рощин. 1975



Саша Рошин у сосновому лісі за кермом своєї знаменитої Волги. 1967

не даючи нам його обігнати, хоча й був великий ризик загрузнути, немов у пустелі.

Сутінки опустилися на землю, русалки у світло-блакитному одязі виходять з води на



Експозиція «Виставка техніки». Танк, залишений на звалищі

берег нічного озера, гуляють запашними луками і квітучими полями, голосно щось вигукують. Їх дуже багато. Місячне сяйво освітлює постаті і острівець, а навкруги очерет і синьочорна непривітна глибока вода. Це друга картина. Четвер на Русаліях – Зеленому тижні – то Русалчин Великдень. Русалки манять до себе. Я знайшла рожеву квітку вітрового батого і буду невидимою серед русалок. Волхви називають цю квітку – русалчина свіча і вона відкриє мені найпотаємніше.

... Зараз я швидко доплету цей вінок з чебрецю, волошок і конвалії та кину русалці, що наближається, адже русалки дуже люблять дарунки, а особливо вінки. На деревах розвішані сорочки, хустки, рушники. Русалки цієї ночі все заберуть, – жінки тут це розвісили, щоб їх задобрити. Ось русалонька бере мій вінок. Хтось оббризкав молоком стежку, де ходили корови до водопою, а на межі полів хтось поклав шматок хліба й жовті крашанки для русалок. З води на берег повиходили русалки, бо вже травами вкрилися луки, розпустилися верби, та зазеленіли поля. Дівчата, та молоді жінки, ходять по березі, а деякі йдуть до хат, щоб нанюхатися свіжоспеченого



Ніна Удовенко

житнього хліба, що залишили під вікнами для них. Русалки живуть на дні цього глибокого озера, в палацах з прозорого кришталю. Ось бачу – ще виходять на берег! Розгортають блідами руками величезні озерні лілеї, мов з мармуру висічені. Листки лілей схожі на сердечка і завжди лежать на воді. Краплинки-сльозинки скочуються з листків. Стебло у лілеї – ніби товста плямиста змія й ніби жалить у серце. На голові у кожної русалки вінок з осоки, а руки обвиті браслетами. А що то за красуня в намисті з водяних лілей? Мабуть, вона і є головна русалка, бо не можна відвести очей. На її браслетах священні рослини – хміль та квітка папороті. Ось вони повиходили з озерної глибини, посідали на березі і розчісують свої довгі золотаво-зелені коси срібним чарівним гребінцем.

– Русалоньки-мавоньки наші! Русу-косу чешіть, жита не ламайте – живіть собі! І ви дітянтя-потерчата, при Місяці грайте, в хату не ступайте, злиднів не водіть, лиха не чиніть!

Якщо знайду загублений русалчин гребінь, то дізнаюся про майбутнє. Інші русалки взялися за руки та водять дивовижні хороводи і щось шепочуть. А ось повилазили на дуби та клени й колишуться на гіллі, як на гойдалках. Але не можна слухати їхніх пісень, коли вони гойдаються на деревах, – підійдеш до них близько, як зачарований будеш слухати, а тоді візьмуть у своє коло. Краще не слухайте їхніх солодкозвучних пісень! Ой, який пишний вінок з маку й незабудок хтось сплів і повісив на дереві! Яскраві червоні маки згасли, як торкнулися мого волосся, – перетворилися на білі водяні лілеї. З'явилася ще одна русалка. У неї такі сумні очі. Послухайте її пісню.

Ніна Удовенко

Продовження в наступному номері.



Микола і Галина Рощини з сином Олександром. 1970-ті

## БАТЬКО

Валерик ніяк не міг звикнути до чужої людини, яка з'явилася в їхньому домі і мала замінити йому батька. Ось уже місяць вони живуть під одним дахом, а хлопчик іще жодного разу не обізвався, навіть ні про що не запитав, нічого не попросив.

Скільки разів мати поривалася зблизити сина з чоловіком, але завжди безуспішно, хлопчик уперто не визнавав чужого дядька.

Мати ночами плакала, а чоловік частіше палив цигарки. Намагався бути таким, як усі батьки: питав у хлопчика про школу, цікавився щоденником, але прихильності, нехай малої, ніяк не міг домогтися.

Якось забіг до них Петрусь, сусідський хлопчик, похвалився батьковим подарунком - іграшковим автоматом. У Валерика спалахнули очі, коли взяв подивитися, як діє автомат. Але враз спохмурнів, повернув іграшку здивованому товаришеві. У хаті саме був вітчим.

Тієї ночі батько довго не міг заснути. А вранці, хоч була неділя, підхопився раніше звичного, взяв шматок тканини і пішов у сарай.

Валерик прокинувся від веселого стукоту молотка і повискування пилки. Ледве встиг продерти очі - кинувся надвір, спинився біля відчинених дверей сараю. Постояв якусь хвилю, а потім тихо, несміливо підступив. Запала звична мовчанка. Вітчим працював, а хлопчина стежив за його вправними руками. На очах у Валерика народжувалось диво. Він навіть не помітив, як підійшов іще ближче, врешті, несподівано й сам взявся до роботи - допомагав натягнути тканину, подавав цвяхи. Підійшла мати, стала збоку, але, щоб не потривожити близькість двох людей, нечутно відступила, схвильована.

Несли повітряного змія удвох. Несли його горді й шасливі. За ними бігли сусідські хлопчачки. А коли запустили змія вгору, і він, довго набираючи висоту, злетів над землею, над вербами, що вервечкою чимчикували обіч шляху до небокраю, над широким світом, коли хлопці переможно закричали: «Ура-а! Полетів!»; отоді чоловік непомітно змахнув з чола краплину поту і сміливо глянув в очі хлопчиків. Валерик уперше відчув, як дивне, давно не знане тепло огорнуло його.

Він бігав із хлопчачками, кричав, сміявся. І всі заздрили Валерику: того змія зробив йому батько!

Набігавшись досхочу, сам підійшов до нього і вклав у широку батькову руку свою, маленьку, і гордо покрокував додому.

## МАТЕРИНСЬКЕ СЕРЦЕ

Марійка була в захопленні від Миколи. Такий він гречний та завбачливий. Юнак знав смак моди, в його зовнішності не було нічого крикливого. Працював токарем на заводі, про свою роботу й захоплення говорив мало, зате з особливою цікавістю слухав її розповіді про театральні справи, про вдало зіграні нею ролі.

# СУВІЙ ЖИТТЄВИХ ІСТОРІЙ

Дівчина достеменно ще не розібралася у власних почуттях, але вирішила познайомити своїх батьків із нареченим.

Мати не знала, де посадити гостя. Цій жінці, надто вразливій і чутливій до лицарства, галантний юнак бачився уособленням честі й добропорядності. Батько дещо упереджено поставився до хлопця. Він був самовпевненим провінційним актором, ніколи не вникав у складний світ людських взаємовідносин, тому ніяк не міг зрозуміти, що могло бути спільного між його дочкою, посвяченою в мистецтво, і простим робітником.

За обідом він необачно обмовився про це. Хлопець враз перемінився на лиці, але не промовив жодного слова. Дружина осудливо глянула на чоловіка. У Марійки затремтіла рука зі склянкою чаю. Микола подякував і швидко попрощався. Затримати його не вдалося. Після цього випадку хлопець жодного разу не з'явився на побачення.

Якось у магазині Марійка відчула на собі чийсь уважний погляд. Краєчком ока помітила постать жінки з господарчою сумкою. Дівчина поспіхом вийшла. Жінка подріботіла за нею. Щось примусило Марійку спинитись. Жінка, мабуть, не чекала цього, тому вдала себе байдужою.

- Що ви хотіли, тьотю?

Та звела очі, повні смутку і довіри.

- Вибачте... Хотіла побачити ту, котра причарувала мого сина.

Дівчина відчула, як частіше й тривожніше забилося серце. Переборовши себе, сказала:

- Вам далеко йти? Я допоможу...

Жінка не заперечувала. Марійка взяла сумку й непевно рушила слідом.

- Микола розповідав про вас. І про вашу сім'ю, - Марійці перехопило подих. - Ні-ні, не подумайте нічого поганого. Він у захопленні.

Шоки в дівчини пашіли. Добре, хоч жінка не обертається.

- Дивний такий став. Допитувався якось ні з того, ні з сього, як я жила. Кажу йому: все отак - без манірності, без фальші... - Жінка на хвилю змовкла, зітхнула. - Десять літ живемо з Миколою удвох, без батька. Хворію часто. А він ні на крок від мене. Хотіла, щоб і дружину мав турботливу й чутливу. - Озирнулася. - Вам не важко?

- Ні-ні, - ледь чутно мовила Марійка.

Якийсь час ішли мовчки.

- А оце ніби підмінили Миколу. Ходить похмурий, сам не свій. Вперше відмовився взяти участь у концерті.

Марійка відчула, як защеміло в грудях. Тільки тепер вона зрозуміла: надто високої думки була про себе, що й не дозволило їй глибше зазірнути в душу хлопця.

- Ось і наш дім, - жінка простягла руку, щоб забрати сумку. Спитала. - Ви не образились?

- Що ви? - крізь сльози мовила. І несподівано спитала. - Можна прийти до вас у гості?

- і чомусь саме уточнилося. - Коли Микола буде вдома...

## БІЛІ ЛЕБЕДІ

Оленка вельми намокла і змерзла - була у плащiku й легкій хустинці. Мати не сварила, лише тихо зойкнула:

- Ой, лишенько! Хоча б не застудилась.

- Що ти, мамо! Я ж тільки перебігла від Ниніної хати до нашої. Ми щось таке гарне готуємо. Тільки зачекай, ще рано показувати.

- Якщо й надалі повертатимешся в такий час, дивись, отямись, та пізно буде, - почувла в'їдливе.

Оленка здригнулась і повернула голову. З бокової кімнати вийшов заспаний батько. Лице було пом'яте, холодні очі похмуро дивилися з-під навислих брів.

- Щоб більше не тинялася вечорами. Рано ще, - мов ляпасом угрів. - Я сказав усе! - додав голосом, що не терпить заперечень.

Марія Іванівна глибоко переживала кожну сварку в сім'ї. Ось уже двадцять років, як вони одружилися. Всього було на спільній життєвій стежині: і радість, і смуток. Але особливо важкими видались останні два роки. Іван Євменович запив, проте додому став приносити щоразу більше грошей. Дружина настоювалася: звідки вони в нього? А чоловік весело відповідав:

- Треба нам вчитися жити у Гавриленків. Він - завскладом на базі, платня якихось 70 карбованців. Вона - продавець господарчого магазину. Ну, скажи, що можна потягнути з такого магазину? Правда, завскладом - це зовсім інша річ. Ти поглянь, яка в них хата - палац! Машина - «Лада»! За що все це придбали? Адже вони не так уже й багато заробляють...

- Хіба нам погано? - прагнула відвернути майбутню біду Марія Іванівна. - Адже і ми живемо не гірше від інших.

- Але ж і не краще! - стояв на своєму Іван Євменович. - От, приміром, я теж хочу мати «Ладу», ну, нехай «Москвича»...

І чоловік кинув неприбуткову, як він казав, роботу. Пішов у бригаду «шабашників», які їздять по колгоспах будувати корівники. Став менше цікавитися сім'єю, а згодом з'явилися підозри. Спочатку до дружини, потім - до дочки. Не хотів зрозуміти, що дочка вже доросла, десятий клас закінчує.

Та й росла Оленка веселою і скромною, у школі вчилася добре, була активісткою. То репетиції драмгуртка, то культпохід у кіно організують, а то просто з подружками хочеться поговорити.

А це надумала своїм батькам піднести сюрприз. Ніна, найкраща подруга, погодилась їй допомогти. Адже обидві гарно вишивають (мамина наука!). Здійснити задум нелегко - скільки часу треба витратити, яке терпіння мати! А тут батько став частіше вертатись додому напідпитку. Свариться з мамою, тепер

не обмину і її. Але вона тамувала образу, вибачала йому, а тим часом чекала, доки не настане отой єдиний день. І він настав.

Підхопилась раненько, навіть мати здивувалася: «Куди це ти, доню?» Дівчина лукаво усміхнулася, поцілувала.

- Правда, що сьогодні приїде батько?

- Повинен. Субота ж... - не збагнула доньчиної радості.

Дівчина не могла дочекатися, коли нарешті пролунає дзвінок з останнього уроку.

Повернулася додому увечері. За столом, схиливши голову, сиділа заплакана мати, а біля неї вихитувався, ніби маятник, батько.

- Ось, милуйся, - тичнув пальцем на Оленку. - За гульками навіть додому не кортить!

- Я хотіла привітати тебе, тату, - дівчині було важко говорити. Вона розгорнула пакунок. У руках зацвів весняними барвами рушник, а в них купалися два красені-лебеді. - Цього дня двадцять років тому ви з мамою одружилися.



Батько машинально кивнув головою й раптом замовк. Широко розкритими очима глянув на птахів незаймані ширості, які випурхнули з дівочих рук і впали йому під ноги.

Він важко опустив голову.

1973 р.

## ДІДУСЕВА ПОСИЛКА

Сьогодні Єгорко спав так солодко, що йому приснився дідусь Володя, який живе в далекому маленькому селі.

Сон був, як сказала мама, в руку: від дідуса отримали посилку, а в ній -гостинці й коротенький лист.

«Надсилаю тобі любий онучку, - писав дідусь Володя, - гірку яблук. Вони з тієї яблуні, яку ми з тобою посадили на твій день народження. Посадили того року, коли збирали тебе до школи в перший клас...»

За вікном у парку, що неподалік від їхнього висотного будинку, вже шелестіла опалим листям тепла осінь, і Єгорко пригадав лелече село під співучим сосновим бором, лагідне озерце, де турботлива качка привчала своїх пустотливих малюків до води. Згадав доброго дідуса в припорошеному солом'яному капелюсі, коли вони йшли гречаним полем до пасіки й зустріли діловитого журавля, який виглядав зернового комбайна на своє поле.

Цього літа хлопець не був у селі, бо разом із друзями вперше їздив до моря, про яке давно мріяв.

Із дідусевої посилки Єгорко вдихнув пахощі своєї щедрої яблуні й серце його стислося. Тут же він сів до столу й на листку з учнівського зошита написав: «Любий дідусю! Я так скучив за Вами. Швидше б мені діждатися осінніх канікул...»

## ЯК КОЗУ ВОДИЛИ

- Тату, а хіба раніше на Меланку щедрували також із козою? - повернувшись зі школи, спитав Іванко. - Чи тільки на Різдво, як у Гоголя?

Батько саме розпалював грубку.

- Хто це тебе надуумив? - здивувався він. - Невже директор, Олександр Кузьмич?

- Ні, - засміявся Іванко. - Мій однокласник Купріянич. Його тітка працює в якомусь музеї. А з учителів ніхто й словом не обмовився про сьогоднішнє свято.

- Водили козу й на Меланку, - враз поринув у спогади батько. - Що за празник був! Куди тому Гоголю з його Різдвом! Щедрували з восьмикутною зізвудою, з козою й ведмедем...

- Із справжнім ведмедем? - аж дух перехопило хлопцю.

- Та ні. Котрийсь із парубків ішов у вивернутому кожусі. Ще й гуцали у бубон, щоб господарі відчиняли двері. Невже і ви, халамидники, щось надумали?

Щедрувати зібралися веселою оравою: Іванко, швидкий на всілякі витівки Купріянич, невірний трієчник Андруня та сонькуватий Дудочка. До хлопців пристали ще дві нерозлучні подружки: Марійка і Вірочка - з бублика дірочка.

Звізду випиляли з фанери, яку приніс - усім на подив - небалакучий Дудочка. Дівчата облямували зізвуду сріблястою фольгою. Свій витвір прикріпили до обшмуляного держака від поржавілої сапи. Знайшовся й весільний бубон.

- Тепер, Іванку, веди свою козу, - сказали задоволені хлопці. - Як її звати?

- Машуня, - сказав Іванко й подивився на Марійку. - Але її мати продала і купила кізочку. Вона - зовсім маленька. Може, цапа Микиту приведу, він у нас - ого-го!

- Цап не годиться, - заперечив Купріянич. - Люди нас засміють.

- Я згадав! - раптом вихопився Дудочка. - Позичимо її в баби Шурубурихи, коза вічно тиняється по хутору.

- Не позичимо, а візьмемо напрокат, - уточнив Андруня.

- От і йдіть удвох до Шурубурихи, - розпорядився Купріянич.

Дорогою навстріч якраз їхали сани з луговим сіном. Дядько віз його на ферму, хлопці перезирнулися й, прилаштувавшись іззаду, непомітно насмикали повен оберемок.

Баба була вдома.

- Ось вам сіно, - сказали Іванко з Андрунею, - а ви нам дайте козу напрокат.

- Кататись на козі? - розсердилась старенька. - Коза - не кобила. А за сінце спасібі.

Пояснили. Шурубуриха засміялась і погодилася.

Узимку швидко вечоріє, й юні щедрувальники рушили хутірською вулицею.

Тільки рушили, як наздогнали сани, запряжені гарячим жеребцем.

- А це що за викопна процесія? - зупинився колгоспний парторг, весь - розчервонілий, шапка - набакир. - Що це за хоругву несете?

- Не хоругву, а зізвуду!

- Нашу, п'ятикутну, як на Кремлі.

Тут необачний Дудочка стукнув у бубон, коза злякалася й висмикнула мотузку із Андруніних рук. Жеребець схарапудився, рвонув убік, легкі сани підняли вгору один полоз - і колгоспний парторг полетів у сніговий замет...

Щедрування з козою закінчилося, так і не розпочавшись. Перелякані хлопці не ходили й засівати.

## СПАСІВСЬКИЙ МЕД

Недільного ранку на сумирній конячині, запряженій у скрипучого воза, на міський базар вирушили три хутірські пасічники: старий Гарасим, Василь Продайвода та Саливон Гусак. Поїхали на конячині Саливона, того, якого прозивали Гусаком. А прозивали недарма: був дядько довготелесий і такий, мов дишло, і в нього з-під застебнутого коміра сорочки завжди стирчала неголена щетина.

На базарі пасічники розсосередилися в різних місцях.

- Щоб не конкурувати між собою, - пояснив старий Гарасим.

Йому випало стояти на виході з базару, під округлим каштаном, ніби під парасолею. Поруч поставив двовідерну діжечку - таку пахущу, як весняний луг, накриту кришкою, і кілька повних літрових банок.

Сам примостився на пеньочку, якого привіз із собою, й став чекати покупців.

Чекав, чекав, та до діда ніхто не підходить. А все тому, що недільного ранку на базар із солодким товаром з'їхалися, наче змовившись, пасічники мало не з усієї округи.

Нарешті підступив веселий парубок.

- Мед, діду, цілющий?

- Цілющий. Вип'єш горілки з медом - зразу до дівчат потягне.

- З пів літра одважите?

- Одважу. У що тобі?

- У цю цеглинку. - Парубок вийняв із торбини буханець хліба.

Старий Гарасим від подиву аж рота роззявив.

- Як?

- Ось так. - Парубок вийняв ножа, акуратно вирізав у хлібині м'якушку. - Лийте.

Дід чашкою зачерпнув із дїжечки мед й акуратно вилив.

- Скільки за цілющий продукт?

Дід сказав.

Парубок попорпався в кишенях і зітхнув:

- Усі гроші розтратив. Доведеться мед вилити назад у дїжечку.

Старий Гарасим ледве не впав із пенька й спересердя махнув рукою, мовляв, їди з Богом.

Коли це мимо крокує бородатий інтелігент із кучерями, які спадали на плечі.

І діда миттєво осінила думка.

- Батюшко, батюшко! - покликав він бороданя.

- Ви - до мене? - зупинився той.

- До вас, батюшко, - підступив до нього й зашепотів. - Я вам літерку меду, а ви зробить мені рекламу. Усі обминають мене, а звати мене Гарасим Дмитрович.

Бородань відразу зметував:

- Здрастуйте, Гарасиму Дмитровичу! Щось давно вас не бачив у церкві.

- Та все клопоти, пане отче, буденні клопоти й помолитися не дають. Хоч і не грішний я, але, про всяк випадок, посилаю в Божий храм свою бабу. Купить у мене медку.

- А мед - справжній? - охоче далі розігрує бородань виставу, привернувши до себе увагу базарувальників.

- Спасівський, навіть діабетикам можна вживати.

- Залюбки куплю.

Дивиться старий Гарасим, а за «батюшкою» вже шикуються черга.

Із трьох хутірських пасічників повністю продався лише дід Гарасим.

## БУРЯКИ РЯДОЧКАМИ

Найпершими в хутірці досягали шпанки тільки в саду ланкової Марточки Ринді. Густий вишняк привільно розрісся за старими яблунями, які весною буйно цвіли, але мало родили.

Вишняк одним крилом виходив на урочище Квашине з ріденьким гайочком, а другий - на леваду, де влітку випасали худобу. Колись в улоговині жебоніло джерело, яке з часом розлилося в кругле озеречко. Тут худоба п'є воду, а в спеку залюбки купаються дітлахи.

Разом із друзями випасав свою рябу й Іванко. Він і побачив, що в удовиному саду вже доспіли шпанки. Отож, тільки ланкова за ворота - полоти буряки, як хлопці, мов шпаки, обліплюють вишняк.

Примітили вони, що іноді під Марточчиним двором стоїть бригадирів віз. Мабуть, дядько Мусій вечорами приїздив до ланкової радитися, як виростити найщедріший урожай. Щоправда, з хати він виходив геть розчервонілий, мов скибка переспілого кавуна, й довго не міг дати раду коням, які заступили посторонки.

Одного разу, нарада з розумною ланковою троху затягнулася, й над допитливі хлопці підслухали, що порадики нарешті дійшли згоди, бо на radoсах навіть заспівали:

**Бурячки рядочками**

**стеляться листочками,**

**наче море воду розлива.**

Надворі дядько Мусій ще раз заспівав, уже тихіше, але з почуттям, і вмотився на возі, забувши відв'язати віжки. Сказав коням «війо» й повалився на постелене лугове сіно.

З чепуренької хати ланкової починався хутірець. Хатина стояла за молоденькими липами при самій дорозі, що вела на бурякове поле.

Іванко вийшов за липи, махнув товаришам, які принишкли трохи далі. Гуртом підійшли до воза, послухали, як із присвистом хропе дядько, й відв'язали віжки...

На хутірець опустилося голубе надвечір'я, хлопці гейкнули на ситу череду, коли проходили мимо озерця, дружно крикнули:

- Полундра: рятуйся, хто як може!

Зачумлений дядько Мусій підхопився на возі і зопалу шубовснув у воду.

## ЗЛОЩАСНА ШАПКА

Тихого зимового ранку старий Просяник до молочарні прийшов у новій шапці-вушанці. Його відразу обступили хутірські дядьки.

- Де це ви, Митровичу, вхопили таку знатну шапкенцію? - прицмокуючи губами, допитувався фермівський дотепник Павло Шелепало. - У ній ви геть схожі на середньовічного мандрівного хрестоносця. Тільки борода у вас, хоч і розкішна, але біла - немов сметана, і різко контрастує з чорним хромом.

Шапка й справді була знатна, ще не бачена на хуторі: висока, ніби вежа, каракулева, хромом обшита, ще й із коротким козирком і пиптиком на маківці.

- Та вхопив, - розважливо відповів Гарасим Митрович, - у «Воєнторзі», коли з яблуками їздив у Москву.

- От! - вийняв із кишені галіфе кисет із махоркою Гордіїв Максим. - Під Москвою ми взяли в полон одного важного фріца, а на ньому була шапка, - прискалив око Максим, - ну зовсім, як ваша...

Цю вушанку Гарасим Митрович вдягав не часто: на великі празники та в базарний день.

Старий допродував у містечку яблука, аж раптом біля нього зупинився міліціонер. Підозріло глянув і спитав:

- Звідки будеш, діду?

- Я - тутешній, із сусіднього села.

- Документ при собі маєш?

- Який документ? - розхвилювався Гарасим Митрович. - Я - з Куренів, із хутірця. Майже щонеділі тут базарую.

- З хутірця? - не повірив міліціонер. - Не ходять, діду, в наших хуторах у таких дорогих заграничних шапках...

Додому повернувся старий уже під вечір. Похмурий і мовчазний. Зняв із голови шапку й жбурнув її на піч.

- Що трапилось? - спитала дружина.

Гарасим Митрович поспів і сказав:

- Через цю злощасну шапку чуть не зробили з мене шпійона.

Більше дід її ніколи не вдягав. Тим часом, підріс синок Івась - пізня дитина. Уже й до школи пішов.

...Та зима була з глибокими снігами й тріскучими морозами, і мати згадала про московську шапку. Почистила її, до блиску наваксувала хром.

...Коли Івась гордо ступив до класу, від захвату діти онімїли. Всі дивилися на чудернацьку шапку. Першим опам'ятався Івасів сусід по парті:

- О! Гітлер прийшов!

Цієї ж миті ззаду хтось шелеснув книжкою Івася по шапці.

Зі школи хлопець прибіг зарюмсаний і, розмахнувшись, закинув шапку в розчинені двері до хліва. В шапці кмітлива сучечка Сура вивела трійко жвавих цуценят, яких потім залюбки розібрали сусіди.

На шапку натрапив Гарасим Митрович. Подумав і, взявши за поворозки, відніс її на пус-тир - під стару вербу, де хуторяни влаштували стихійне звалище.

Уранці він вийшов із хати і мало не наступив на kota Босюру. Кіт солодко спав під дверима в затишній хатиночці... з каракулю!

- А трясця твоєї матері! - розсердився старий. - Ніяк не можу спекатися цієї почвари, - і витрусив сонька з теплого лігва. Зав'язав поворозки і порипів снігом через сад аж на леваду.

Слідом за господарем весело помахувала хвостом сучечка Сура.

- Тільки спробуй ще раз принести! - тупцьнув на неї ногою.

Уже весною, коли щедрого сонця напилася молода трава, грався Івась на подвір'ї і раптом як закричить:

- Тату, а ходіть-но сюди!

- Ти чого репетуєш? - спитав батько й подивився туди, куди показував синок.

Від левади, ніби пританцювуючи й кланяючись на обидва боки, ступав волелюбний цап Микита, а в нього із загнутого рога звисала та сама шапка!

Тоді старий Гарасим узяв лопату і колишню московську обнови закопав у саду, під крилатою яблунею, над якою вже гули бджоли.

**Володимир Сенцовський  
м. Борзна на Чернігівщині**

# ОЗДОРОВЧЕ ХАРЧУВАННЯ

Чи все ми використовуємо для збереження нашого здоров'я з того, що нам так щедро подарувала природа? Чому ми так часто забуваємо це робити?

Себастьян Кнеіпп - видатний німецький вчений, лікар, фармацевт, батько концепції самооздоровлення

## Глава XIV. ПРОБЛЕМА ЙОДОДЕФІЦИТУ В СВІТІ Й УКРАЇНІ. ЯК ЗАПОБІГТИ ЗА ДОПОМОГОЮ ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ

16 травня 2012 р. під егідою Ендокринологічного наукового центру Дитячого фонду ООН відбулася міжнародна конференція, присвячена Всесвітньому дню щитоподібної залози. Відмічено прогресуюче значне зростання захворювань щитоподібної залози, особливо в йододефіцитних регіонах планети, яких чомусь з кожним роком стає все більше. Одними з причин є ерозія ґрунтів внаслідок вирубування лісів, вимивання йодних сполук, а також різні харчові добавки до сучасних продуктів харчування. Окремі з них блокують всмоктування йодних сполук з їжі в кишківнику, інші - блокують засвоєння щитоподібною залозою йоду в процесі метаболізму. Цьому сприяють також деякі ліки, які людина вживає тривало, ураження органів травлення, які зустрічаються все частіше. Констатовано, що зниження функції щитоподібної залози спостерігається в 2% людської популяції у загальному і 8% у осіб віком понад 60 років, вузлові утворення залози виявляють у 30% дорослих людей (в Україні - до 30%), які вимагають подальшого вивчення і розробки лікувально-профілактичних заходів.

Глобальність і важливість цієї проблеми дозволила Європейській тиреоїдній асоціації запропонувати відзначати з 2012 року щорічно 25 травня Всесвітній день щитоподібної залози, яку підтримали північноамериканська, латиноамериканська і азійська тиреоїдні асоціації.

У програмі діяльності цих асоціацій передбачено:

1. Підвищення інформованості громадськості про проблеми, які пов'язані з патологією щитоподібної залози, та їх соціально-медичне значення.



2. Підвищення інформативності про зростання поширеності тиреоїдних захворювань та методи ранньої діагностики.

3. Пропаганда програм профілактики й освітніх програм стосовно патології щитоподібною залози.

4. Програма сучасних методів лікування тиреоїдних захворювань і підвищення доступності медичної допомоги.

В резолюції конференції зазначається, що Всесвітній день щитоподібної залози важливий насамперед не для лікарів, а для пацієнтів із тиреоїдними захворюваннями. Наголошено, що переважна більшість захворювань щитоподібної залози виліковна або цим захворюванням можна запобігти шляхом дієтичних корекцій, зокрема пов'язаних з дефіцитом йоду в харчуванні. Йодний дефіцит призводить не лише до збільшення розмірів щитоподібної залози, але, впливаючи на організм вагітної жінки, може викликати незворотні зміни з боку нервової системи плоду з різними ступенями розумової відсталості. Отож, йдеться про майбутній інтелектуально-біологічний потенціал націй.

У зазначених вище матеріалах наукових форумів вказується, що нині існують не тільки йододефіцитні стани, пов'язані з ерозією та вимиванням йоду з ґрунтів під час злив повеней тощо, але йододефіцит нерідко виникає внаслідок блокування його всмоктування з хімуса в кишківнику за наявності в ньому деяких сучасних харчових добавок, хімічних токсинів як-от надмірна кількість пестицидів, гербіцидів в овочах та фруктах, вироблених за сучасних агрохімічних технологій (точніше - їх порушення) тощо. Тому окремо стоїть питання екології харчування, застосування джерел їжі з підвищеним вмістом йоду чи БАД із них.

З огляду на вищезазначене, ми проаналізували наукові відомості численної літератури з оздоровчих властивостей лікарських рослин та овочів з підвищеним вмістом йоду, особливо тих, які введени в культуру харчування українців, і ще раз хочемо наголосити на потребі широкого їх використання у харчуванні в якості страв, чаїв, що усувають йододефіцитні стани та є цінними харчовими доповненнями до існуючих методів лікування патології щитоподібної залози. Зокрема, такими є наступні рослини:

1. Аронія чорноплода (горобина чорноплода), плоди.
2. Буряк червоний.
3. Морква червона.

4. Журавлина.
5. Сливи.
6. Капуста (усі сорти, включаючи цвітну, брюсельську, савойську).
7. Кизил (дерен), плоди.
8. Виноград (усі сорти).
9. Огірки.
10. Квасоля, боби, стручки.
11. Соя, боби.
12. Зелений горох.
13. Крес-салат.
14. Ліщина, листя, ядра горішків.
15. Агрus звичайний.
16. Смородина чорна.
17. Цибуля городня.
18. Салат-латук.
19. Артишок, листя, суцвіття.
20. Цикорій дикий (тиреостатична дія).
21. Живокіст (трава, корінь).
22. Вовконіг (зюзник) європейський.
23. Нетреба (дурнишник) звичайна.
24. Настурція лікарська.
25. Цетрарія ісландська (трава).
26. Дрік красильний (трава).
27. Чорнокорінь звичайний (трава, корінь).
28. Фейхоа (плоди, листя).
29. Перстач білий (корінь).
30. Береза повисла (листя).
31. Гадючник шестипелюстковий (бульби).
32. Спіруліна.

З 19 по 31 пункти - це лікарські рослини, які слід вживати у вигляді чаїв, відварів о д - но - чи декількакомпонентних. Зрозуміло, що всі вони доступні для широкого використання, окрім фейхоа, однак остання вже адаптована в культуру на Буковині невідомим талановитим ентузіастом лісничим О.В. Гіндичем. Звичайно, найбільш визнаним та здавна широко використовуваним методом профілактики йододефіциту є вживання в їжу йодованої солі та морської капусти (ламінарії). Але ламинарія не так вже й доступна широкому загалу населення, а йодована сіль при тривалому збереженні втрачає йод (за дії світла йде вигнання йоду, ознакою втрати якого є зникнення кремовевого відтінку солі) та втрачає свої профілактичні властивості. Сполуки йоду в овочах і фруктах, лікарських рослинах характеризуються стійкістю не тільки при тривалому зберіганні, але й при термічній їх обробці. Тому поєднання застосування йодованої солі, фруктів та овочів, багатих на йод, гарантує надійну профілактику гіпотиреозу та інших уражень щитоподібної залози. Цим нагадуванням ми хочемо привернути більшу увагу населення, медичної спільноти в пропаганді первинної профілактики та освітніх програми, що відповідає п.3. резолюції Міжнародної конференції, присвяченої Всесвітньому дню щитоподібної залози, що відбулася у Москві 12 травня 2012 року.

Принадно зазначимо, що ТОВ «Нутрімед» (Україна) виробляє БАД «Зобофіт», вмістом капсули якого є екстракти листя берези повислої, трави дроку красильного 10 мг, перстачу білого 80 мг, гадючника шестипелюсткового 30 мг, кореня півонії незвичайної 30 мг та спіруліни 40 мг. Рекоменується в якості додаткового джерела йоду пацієнтам із гіпотиреозом, аутоімунним тиреоїдитом, дифузним зобом, особливо ефективним є його застосування на початкових стадіях названих захворювань.

В Російській Федерації випускають БАД «Ендокринол» на основі екстракту кореня перстача білого, який нормалізує функцію щитоподібної залози, зірочника середнього для розм'якшення, розсмоктування ексудату фолікулів щитоподібної залози, вузлових утворень, ліквідації лімфатичного застою, та вітаміну Е. Використовується при ураженнях щитоподібної залози з гіпо- чи гіперфункцією. В інструкції зазначено, що цей БАД не є медикаментом, але з успіхом застосовується як для профілактики уражень цього органу, так і в комплексному лікуванні.

У наукових публікаціях провідних ендокринологів України відзначається ефективність застосування БАД «Зобофіт» та «Ендокринол» при комплексному лікуванні помірних уражень щитоподібної залози незалежно від її функціонального стану і те що їх використання є цілком безпечним.

Ендокринологи та лікарі дотичних спеціальностей зазначають, що субклінічний гіпотиреоз взагалі не має специфічної симптоматики. Нашаровуючись, як правило, на раніше, іноді в підлітковому чи зрілому віці, набути будь-які захворювання внутрішніх органів, ця форма гіпотиреозу надає цим захворюванням торпідності перебігу, часом суттєво знижує результати лікування, сприяє почастишанню рецидивів основного захворювання, нашаруванню астеничного, депресивного синдромів, явищ хронічної втоми та вторинного імунodefіциту, неспецифічних метаболічних порушень. Лікар швидше може запідозрити наявність субклінічного гіпотиреозу, ніж опиратися на ці неспецифічні загальнопатологічні явища. Лише з появою маніфестних форм гіпотиреозу (дифузні слизові набряки - мікседема, огрубіння голосу, випадіння во-

лося, «старкуватість» шкіри, емоційна тулість, брадикардія, статевая дисфункція тощо) можна стверджувати про цю патологію. Однак це - пізня діагностика і досягнути повністю зворотних змін вдається все рідше, особливо у підлітків та осіб, старших 65 років.

Отже, дуже серйозно стоїть проблема ранньої діагностики та профілактики субклінічного гіпотиреозу, яка базується спочатку на формуванні підозри на цю патологію та її підтвердження шляхом дослідження рівнів тиреоїдних гормонів у крові (ТТГ, Т3, Т4) та ультразвукового обстеження морфологічного стану щитоподібної залози і подальшої консультації ендокринолога.

Інформацією цього підрозділу нашої книги ми хотіли привернути увагу лікарів загальної практики - сімейної медицини, терапевтів, ендокринологів до зазначених ефективних здобутків учених України й Росії в профілактиці й лікуванні цієї неінфекційної загрози здоров'ю населення України й світу, що набуває все ширшого розмаху.

## Глава XV. ОЖИРІННЯ - НЕІНФЕКЦІЙНА ЕПІДЕМІЯ ХХІ ВІКУ, ЯК ЗАПОБІГТИ?

На сьогодні ожиріння є найпоширенішим метаболічним захворюванням у світі, що зростає із швидкістю епідемії як у розвинутих країнах, так і в країнах, що розвиваються що вражає не лише дорослих, але й дітей та підлітків. Ожиріння було визнано Всесвітньою організацією охорони здоров'я новою неінфекційною епідемією нашого часу. Очікується, що в Європі до 2020 року кількість хворих на ожиріння дорослих досягне 180 млн., а дітей - 16-17 млн.

Ожиріння значно зменшує тривалість життя: у середньому на 3 - 5 років при невеликому надлишку ваги і до 15 років - при вираженому надлишку ваги і до 15 років - при вираженому ожирінні. Встановлено, що якби людству вдалося вирішити проблему ожиріння, то середня тривалість життя зросла б на 4 роки. Ожиріння є «колискою» 10 найбільш поширених захворювань, що спричиняють значні медико-економічні затрати та псують якість життя: гіпертонічної, ішемічної хвороби, цукрового діабету 2 типу, інсульту, жирової хвороби печінки, калькульозного холециститу, панкреатиту, остеоартрозу, подагри; ракових проце-

сів у жінок - статевих органів чи молочної залози, у чоловіків - товстої кишки чи простати.

Загальний соціальний ризик супутніх захворювань та класифікація ожиріння за індексом маси тіла (ІМТ) наведена в таблиці 15.1.

Розрізняють прогностично два типи ожиріння: **1. «Верхній» тип** (абдомінальне, «яблуковидне», центральне) ожиріння властивий переважно чоловікам, прогностично несприятливий.

**2. «Нижній» тип** (стегоново-сідничне, «грушовидне») властивий переважно жінкам, прогностично кращий, ніж абдомінальний.

Найбільш визнаною класифікацією ожиріння є його поділ на: первинне (конституційне, аліментарне - від переїдання), **вторинне** (ендокринне, мозкове - пухлини мозку, травми черепа, гіпоталамічне, медикаментозно-індуковане гормонами, нейролептиками тощо) та **змішане** ожиріння. За ступенями розрізняють: I ступінь - надлишкова вага перевищує норму на 10-29%; II ступінь - на 30 - 49%; III ступінь - на 50 - 99%; IV ступінь - на 100% і більше.

Епідеміологія ожиріння відображає неспроможність людських генів справлятися з факторами довкілля (висококалорійне насичене харчування, низька фізична активність, стреси, антропогенні токсиканти в їжі, воді, повітрі, медикаментозна агресія). На жаль, не тільки огрядні пацієнти, але й практикуючі лікарі на сьогодні не сприймають ожиріння, особливо початкові ступені, як серйозне захворювання.

Є й вікові особливості поширення й переносимості ожиріння. Доведено, що за останні 20 років у віковій групі 40 - 49 років частота ожиріння збільшилась з 15,8% до 28,3%, а у віці 60 - 69 років - з 14,7% до 29,1%, тобто у 1,8 - 1,9 рази. При тому, у пацієнтів старших вікових груп на фоні ожиріння значно гірше перебігають і піддаються лікуванню всі інші вікові чи набуті раніше захворювання.

Серед численних немедикаментозних, медикаментозних та хірургічних методів лікування ожиріння немає жодного надійного та загальнообов'язаного. Найбільш надійні та фізіологічно обґрунтовані позитивні результати дають дієта в поєднанні з дозованими фізичними навантаженнями. Медикаментозні засоби лікування є не тільки довготривалими і високоартісними, але й негативно позначаються на діяльності серця, печінки та дають нетривалі результати; а хірургічні - застосовуються тільки при високому ступені ожиріння, при неефективності всіх інших методів лікування та часто завершуються травмами та інвалідністю.

**І.О. Волошин,  
Т.М. Бойчук,  
Л.О. Волошина**

Продовження в наступному номеру.

Таблиця 15.1. Класифікація ожиріння за ІМТ та рівні соціального ризику супутніх захворювань

Типи ожиріння	ІМТ, кг/м <sup>2</sup>	Ступінь ризику супутніх захворювань
Дефіцит маси тіла	<18,5	Є помірний ризик інших хвороб
Нормальна маса тіла	18,5-24,5	Немає ризику
Надлишкова маса	25,0-29,9	Підвищений ризик
Ожиріння I ступеня	30,0 - 34,9	Високий ризик
Ожиріння II ступеня	35,0-39,9	Дуже високий ризик
Ожиріння III ступеня	>40,0	Надзвичайно високий ризик

### Картопляні зрази з грибами

Їх можна подавати до столу з гарніром, а також як самостійне блюдо. Також можна готувати з такими начинками: м'ясом, грибами, печінкою, сиром, капустою.

**Інгредієнти:**

- 1,5 кг картоплі;
- 0,5 кг шампінйонів;
- 30 г вершкового масла;
- 1 яйце;
- 3 ст.л. борошна;
- 2 цибулини;
- 250 г сметани;
- борошно;
- сіль, перець за смаком.



**Приготування:**

Цибулю почистити, нарізати, і підсмажити на олії. Гриби очистити, дрібно нарізати, покласти в сковороду до цибулі. Посолити, поперчити, і тушувати до готовності. За 2-3 хвилини до кінця можна ще додати розчавлений часник.

Картоплю відварити до готовності, додати вершкове масло і зробити пюре. Злегка охолодити пюре, додати яйце і 3 ст. ложки борошна, ретельно перемішати.

В долоні зробити картопляний коржик, покласти в центр грибною начинку. Сформувавши зрази та обкачати в борошні.

Смажити на олії на середньому вогні до рум'яної скориночки.

Перед подачею до столу можна полити зрази сметаною чи грибною підливою, прикрасити зеленню.

Смачного!

### Свинина з грибами у сметані

Цей спосіб приготування тушкованої свинини відрізняється швидкістю, а гриби підкреслюють і збагачують смак м'яса. Дуже «зручне» блюдо для сімейної вечері.

**Інгредієнти:**

- 500-600 г свинини;
- 250 г печериць (або інших грибів);
- 2 шт. ріпчастої цибулі;
- 1 морква;
- 200-250 г сметани;
- 1 ч. ложка приправи для м'яса;
- сіль, перець – за смаком;
- смалець для смаження.

**Приготування:**

Нарізаємо м'ясо невеликими шматками.



Печериці нарізаємо вздовж на 4 частини, шаткуємо цибулю і моркву.

На середньому вогні обсмажуємо цибулю 4-5 хвилин, ще 5-7 хвилин продовжуємо, додавши моркву.

Додаємо гриби, обсмажуємо ще 8-10 хв.

На сковороді присмажуємо на сильному вогні м'ясо (3-4 хвилини).

Кладемо м'ясо до овочів, заправляємо спеціями, заливаємо сметаною.

Після закипання – тушуємо ще 10-15 хв.

Подаємо як самостійну страву або з вареною картоплею, рисом чи овочами.

**Смачного!**

### Гриби та м'ясо з картоплею

Гриби та м'ясо з картоплею, запікаємо в горщику.

**Інгредієнти:**

- картопля – 4 шт.;
- м'ясо – 200 г;
- гриби – 150 г;
- цибуля – 1 шт.
- вершки – 4 ст.л.;
- сир твердий – 100 г;
- спеції, зелень.



**Приготування:**

Гриби відваріть до готовності. Найкраще – білі, маслята, польські, лисички чи опеньки. Якщо таких немає, візьміть печериці або гливи. Їх кладіть сирими.

М'ясо обсмажте на сковороді на смальці. Цибулю обсмажте окремо.

Картоплю почистити, можна теж попередньо відварити (це пришвидшить приготування в горщику). Наріжте кружальцями чи кубиками.

Покладіть інгредієнти шарами у горщик: м'ясо, картоплю, цибулю, гриби. Не забудьте все посолити та додати перець та спеції: мускатний горіх, лавровий лист, кріп, петрушку.

Поставте в духовку на 20-30 хв. За бажанням, за 5 хв. до готовності додайте тертого сиру. Подавайте до столу гарячим. Смачного!

### Бабусині пиріжки

**Потрібно:**

- 1 склянка кефіру;
- 1/2 склянки олії;
- 1 пакетик (11 грамів) сухих дріжджів;
- 1 ч. ложка солі;
- 1 ст. ложка цукру;
- 3 склянки борошна.

**Приготування:**

Кефір змішайте з олією і трохи підігрійте, додайте сіль, цукор. Борошно просійте і змішайте з дріжджами. Влийте поступово кефірну суміш і замісіть тісто, накрийте і поставте на тепло на 30 хвилин. Поки тісто буде підходити, можна приготувати начинку. Деко



застелити промасленим папером, сформувати пиріжки, укласти на деко швом вгору. Поки нагрівається духовка, дати їм трохи постояти (хвилин 10), потім змастити пиріжки яйцем. Випікайте при температурі 180-200 градусів до золотистого кольору.

З цього тіста також можна випікати абсолютно все: піцу, пиріжки, булочки (в тісто можна додати ваніль, трохи більше цукру і трохи розтопленого вершкового масла). Якщо вам здасться, що за 30 хвилин воно підійшло не надто сильно, не турбуйтеся, так і повинно бути, це тісто ще підніметься при випіканні.

### Із сиром пироги

**Потрібно:**

- 2 яйця;
- 3 ст. ложки цукру;
- 500 г сиру;
- 10 ст. ложок борошна;
- сіль, сода.



**Приготування:**

Щоб приготувати пироги з сиром, змішайте два яйця з 3 ст. ложками цукру і збийте до тих пір, поки цукор повністю не розчиниться. З'єднайте отриману суміш з 500 г сиру, розмішайте і додайте до суміші 10 ст. ложок борошна. Ще раз все добре перемішайте до утворення однорідної маси, покладіть в неї дві дрібки солі і стільки ж соди. Замісіть не дуже круте тісто.

Підготуйте начинку і розділіть тісто на необхідну кількість шматочків. Їх у вас повинно вийти приблизно 20 штук стандартного розміру.

Надайте шматочку тіста форму коржа, покладіть усередину невелику кількість начинки і добре защипайте край. Начинка не повинна випадати з пиріжка. Викладіть пиріжки на деко, ретельно змащене олією, окремо один від одного. Випікайте в розпеченій духовці протягом 15 хвилин при температурі 200 °С.

По закінченню визначеного часу дістаньте сирні пиріжки і злегка посипте їх цукровою пудрою. Дайте їм деякий час охолонути і подайте на стіл до чаю, компоту або молочних напоїв.



Інтернет-магазин  
пряжі та аксесуарів



ПРОСТО ПРЯЖА

- Бобінна та моточна пряжа з Італії і Туреччини
- Рафія для в'язання шляпок та сумок
- Трикотажна пряжа
- Інструменти для в'язання на будь-який смак і бюджет
- Найкращі ціни, знижки, акції і подарунки
- Швидка обробка і відправка замовлень

✧ (096) 095 11 81  
;) (093) 960 13 63  
○ (095) 843 43 45

Instagram icons: [prostopyaja](#) [prostopyaja\\_bobini](#)

[prostopyaja.com.ua](http://prostopyaja.com.ua)

Інтернет магазин  
товарів для валяння

# Magic-wool

запрошує Вас за покупками

Більше 25000 найменувань товарів  
для Вашої творчості:

- широкий вибір вовни від кращих європейських виробників
- різноманітність волокон для декору
- голки, інструменти та аксесуари для валяння
- натуральні шовкові тканини
- фетр у відрізах і на метраж
- сумочна фурнітура
- фурнітура для іграшок *та багато іншого*



# magic WOOL

+38 (067) 745-00-11  
+38 (050) 745-00-11  
+38 (050) 689-21-73  
[info@magic-wool.com](mailto:info@magic-wool.com)  
[www.magic-wool.com](http://www.magic-wool.com)

консультації і допомога  
при виборі товару

накопичувальні знижки  
для постійних клієнтів

обробка і відправка замовлень  
в найкоротші терміни



[mirgorodkurort.com.ua](http://mirgorodkurort.com.ua)

## Курорт «МИРГОРОД» відчуйте радість життя!

Замовляйте путівки прямо зараз:

тел. (0-5355) 5-21-25

(багатоканальний цілодобово)

37600, Полтавська область

м. Миргород, вул. Гоголя, 112.

тел. +38 050 405 80 07, +38 050 405 80 47



**Санаторій «Полтава»**  
м.т.: +38 (099) 048-76-04



**Санаторій «Березовий гай»**  
м.т.: +38(099)048-76-24

**Курорт «Миргород»** – це все, що Ви чекаєте від європейського курорту, а ще найпотужніший сучасний лікувально-оздоровчий комплекс, який об'єднує більше 300 видів процедур і досліджень.

До Ваших послуг ефективні профілактичні та лікувальні методики, найсучасніше обладнання кращих світових виробників, це все забезпечує ефективне та комплексне оздоровлення організму людини.

Цілюща мінеральна вода, лікувальні грязі, живописна природа, смачні страви, привітність і гостинність високопрофесійного персоналу **курортного комплексу «Миргород»** щорічно приваблюють на лікування, відновлення та відпочинонок більше 30 тисяч відвідувачів майже з 30 країн світу.

Неперевершена ефективність лікування:

- хронічних захворювань шлунку, печінки, жовчного міхура, підшлункової залози, кишківника;
- цукрового діабету;
- захворювань опорно-рухового апарату;
- серцево-судинної системи;
- бронхо-легеневої системи;
- нервової системи;
- урологічних та гінекологічних захворювань;
- статевої слабкості та безпліддя;
- програма соцвідновлення для інвалідів війни та членів їх сімей;
- лікування учасників АТО/ООС та членів їх сімей;
- лікування членів сімей загиблих Захисників України.

Детальна інформація на сайті:

[www.mirgorodkurort.com.ua](http://www.mirgorodkurort.com.ua)