



Навіть королева Англії нагородила Володимира Хавкіна.

Українець врятував світ від холери і чуми, а ми про нього нічого не знаємо

с. 5 »



В Індії його вважають «батьком нації».

# ЦІКАВА Газета

на вихідні

27 квітня 2018 року №17 (21) Ціна 4 грн

● SOS!



Фото з особистого архіву Дмитра ШУРОВА.

Співак і композитор теж став одним із героїв кліпу, зігравши роль прибиральника, який з'являється несподівано, щоб «підчистити» помилки юних.

## З автора пісні «Все, що тебе не вбиває» теж знущалися в школі

Лідер гурту Ріанобой Дмитро Шуров уміє вдало подати і патріотичне, і психологічне у зрозумілій усім формі і головне — актуальному змісті. Нову його роботу «Все, що тебе не вбиває» (режисером є Гео Лерос), про яку зараз говорять чи не в кожній школі, дивилася із двояким відчуттям



Незважаючи на кров, «підіймайся й лети!»

Інна ПІЛЮК

Якось моторошно ставало від кадрів, де діти знущались з хлопця-однокласника, де нічого не помічає вчитель, де батьки замість вислухати дитину мовчки їдять попкорн перед телевизором. Щось подібне чи не щодня показують і в новинах. Межа між тим, що кліп — це зрежисована постановка і такого ніколи насправ-

ді не може бути, сама собою зникала, надто вже схоже все на реальну школу. З цькуванням, слізьми, бійкою, розпачем...

У відео йдеться про школяра, який у своєму класі став «білою вороною», про те, як складно жити в сучасному суспільстві тим, хто відрізняється від інших, тим, кого не розуміють, кого бояться або переслідують. А ще — про тих, хто обов'язково вистоїть і пере-

може. «Хлюпки, з яких усі сміялися, стануть Стівами Джобсами і Марками Цукербергами, некрасиві і затюкані класом дівчата — супермоделями, вічно відстаючі лунатики — геніальними винахідниками, а діти з обмеженими можливостями — новими Стівенами Хокінгами», — стверджує Шуров.

Закінчення на с. 6, 7 »

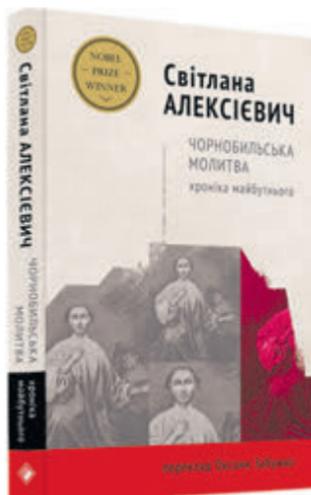
● НЕЗАГОЄНА РАНА

Реактор палав, а люди з околиць виносили дітей, піднімали на руках і казали: «Дивися! Запам'ятай!»

Вибух 26 квітня 1986 року на Чорнобильській атомній був потужністю у 300 Хіросім

«У тілі України з'явилася ще одна, після Чорнобильської, «зона відчуження» — окуповані території Донбасу, — і несподівано виявилася, що Алексієвич написала книжку не тільки про Чорнобиль — про те, чим він був і став для білорусів, — а й, куди більшою мірою, про «руській мір», тоді ще званий «радянським»: про його внутрішню, генетичну запрограмованість на катастрофу як прямий наслідок системно здійснюваної серед населення «зачистки мізків», — написала українська письменниця Оксана Забужко у передмові до книги Нобелівської лауреатки 2015 року з Білорусі Світлани Алексієвич «Чорнобильська молитва. Хроніка майбутнього» (2016).

Вперше українською мовою цей художньо-документальний роман вийшов 1998-го в перекладі тієї ж Оксани Забужко. Причиною для перевидан-



У цій книзі — оголена правда про найстрашнішу аварію в історії людства.

ня стала не лише 30-та річниця аварії на ЧАЕС, але й, як зазначається у передмові, актуальність для нинішньої України. Переконатись у цьому можна хоча б із цих двох фрагментів книги, яка створена на основі розлогих інтерв'ю з очевидцями та потерпілими від Чорнобильської трагедії...

Світлана АЛЕКСІЄВИЧ, уривки з роману

### «Чорнобильська молитва. Хроніка майбутнього»

Монолог про те, чого ми не знали: смерть може бути така прекрасна

«...Це сталося в ніч із п'ятниці на суботу. Вранці нічого ніхто не підозрював. Випровадила я сина до школи, чоловік до перукарні пішов. Готую обід. Чоловік хутко вернувся... Вернувся зі словами: «На атомній якась пожежа. Наказ: не вимикать радіо».

Я забула сказати, що ми жили в Прип'яті, неподалік від реактора. Досі стоїть перед очима — яскраво-малинова заграва, реактор якось ізсередини світився. Неймовірна барва. То була не звичайна пожежа, а якась світіння. Красиво. Якщо забути про все інше, то дуже красиво. Нічого подібного я в кіно не бачила, жодного порівняння навіть.

Увечері люди висипали на балкони, хто не мав балконів — ішов до сусідів, знайомих. У нас дев'ятий поверх, прекрасно видно. Кілометрів три навпрошки. Виносили дітей, піднімали на руках: «Дивися! Запам'ятай!» І це люди, що на реакторі працювали... Інженери, робітники... Були й учителі фізики... Стояли в чорній пилюці... Розмовляли... Дихали... Милувалися...

Досі стоїть перед очима — яскраво-малинова заграва, реактор якось ізсередини світився. Неймовірна барва. То була не звичайна пожежа, а якась світіння.

Закінчення на с. 3 »

● ПУЛЬС ТИЖНЯ

# Як дружина українського міністра «випадково народила доньку-американку», а Вірастюк перетворюється в... Іллю Муромця

## Найрезонансніші події в житті країни та світу очима наших журналістів



А перевтілює Вірастюка в тисячолітнього героя молодий талановитий скульптор Володимир Журавель.



Справді, схожий на Василя.

## Легендарний богатир — вилитий наш Вася!

Виявляється, «найсильніша людина України» Василь Вірастюк уже півроку є моделлю для пам'ятника суперсилачеві часів Київської Русі

«Авторами було запропоновано саме мені стати моделлю (тобто позувати) для створення образу Іллі Муромця. Була проведена фотосесія на коні, зроблені мала і тепер уже середня (перехідна) копії пам'ятника, а зараз виготовляються окремі частини кінцевої роботи, яка виливається з бронзи і потім, наче пазли, буде зі-

брана в цільний пам'ятник!» — розказав у Facebook Василь Вірастюк. Він додав, що пам'ятник роблять для урочища Чорторий у Деснянському районі столиці. Ілля Муромець буде заввишки близько 4,5 метра, вагою у 2 тонни, а встановлений та відкритий орієнтовно в середині літа.

«Нагадаю, що в історії трапля-

ються випадки, коли прообразами історичних постатей стають відомі люди! — зазначає також Василь. — Так, свого часу Леонід Кравчук позував для пам'ятника Миколі Щорсу, Мел Гібсон — для пам'ятника Вільяму Воллесу (актор грав Воллеса у знаменитому фільмі «Хоробре серце». — Ред.). А в мене вже була така практика, у 2010 році я позував для пам'ятника Івану Фірцаку (Кротону — герою фільму «Іван Сила»).

## Викладав не тільки йогу, а й ... секс

77-річного індійського гуру Асараму Бапу, який стверджує, що має мільйони послідовників по всьому світу, визнали винним у зґвалтуванні 16-літньої дівчини

Це сталося у 2013 році в одному з його ашрамів — релігійних громад. Усього в Асараму Бапу є 400 ашрамів, де він викладає медитацію та йогу.

Місцева влада в місті Джодхпур побоюється хвилі насильства від послідовників гуру. Адже раніше в Індії вже стикалися із заворушеннями після таких вироків. У серпні 2017 року духовного провідника Гурміта Рама Рахіма Сінґха визнали винним у зґвалтуванні, після чого внаслідок заворушень щонайменше 38 людей загинули та кілька сотень були поранені.



## Електрикою 6 районів Запорізької області забезпечить... сонце

У місті Токмак ввели в експлуатацію першу чергу найбільшої в Україні сонячної електростанції Tokmak Solar Energy (на фото)

Її потужність — 11 МВт, загальна потужність після завершення будівництва, яке заплановане на грудень цього року, становитиме 50 МВт, тобто електростанція зможе забезпечувати електрикою шість районів Запорізької області, в тому числі і курорти на узбережжі Азовського моря. «Завдяки роботі СЕС Tokmak Solar Energy економія викидів вуглекислого газу в атмосферу становитиме близько 24 тис. тонн на рік, що дорівнює кількості викидів в атмосферу близько 15 тис. автомобілів», — не без гордості заявили також у компанії Tokmak Solar Energy.

## ● СЛОВО — ЗБРОЯ!

**Сергій ЖАДАН**, письменник, про те, як нам емоційність заважає створити нормальну державу:

«Українців часто завищені, відірвані від реальності вимоги. Тому вірять політикам, які обіцяють те, що неможливо виконати. Мінімум аналітики, максимум — емоцій. І постійне бажання створювати собі месію. То Ющенко, то Порошенко.»



## Чоловікові вперше у світі успішно пересадили статеві органи

Це сталося у лікарні американського міста Балтімор



Ветеран війни в Афганістані втратив статеві органи, підірвавшись на саморобній бомбі. Протягом операції, яка тривала 14 годин, йому пересадили пеніс, мошонку без текстикул (яєчок. — Ред.), частину черевної стінки, нерви, сухожилля та кістку. Органи взяли у мертвого чоловіка. Операцію проводили 25 медиків.

До цього часу у світі провели п'ять подібних хірургічних втручань і не всі вони успішні. Унікальність цієї операції в тому, що вперше чоловікові пересадили не тільки пеніс, а й мошонку та навколишні тканини. Медики сподіваються, що через кілька місяців у нього відновиться сечовивідна функція, а згодом — і сексуальна. Однак пацієнт не зможе мати дітей. Текстикули вийняли з етичних міркувань — аби ветеран не зачав чужих дітей.

## Наживаються тут, щоб жити — за океаном



Зате сім'я члена Кабміну — у вишиванках...

19 квітня дизайнерка Світлана Бевза, яка є дружиною міністра інфраструктури України Володимира Омеляна, народила у Нью-Йорку доньку Анну

Як відомо, дитина, яка з'явилася на світ у США, автоматично отримує американське громадянство. Через це міністра стали критикувати, що він буцімто не вірить у країну, на яку працює, тому готує для своїх дітей комфортне американське життя.

Омелян заперечив такі домисли, мовляв, «народження у США нами не планувалося» і «дружина перебувала на обліку у звичайному київському пологовому будинку». Начебто Світлана Бевза полетіла до США у лютому, щоби взяти участь у Нью-Йоркському народженні у США. «На моє переконавання, совок за наступних 10–20 років вимре остаточно і питання громадянства точно не буде визначальним», — має надію міністр Омелян. До речі, це вже вдруге подружжя Омелянів «випадково» народжує в Америці, — перший їхній син Марк, якому зараз три роки, теж з'явився на світ за океаном.

## ● НЕЗАГОЄНА РАНА

# Реактор палав, а люди з околиць виносили дітей, піднімали на руках і казали: «Дивися! Запамятай!»

Вибух 26 квітня 1986 року на Чорнобильській атомній був потужністю у 300 Хіросім

## Закінчення. Початок на с. 1

Деяко за десятки кілометрів приїздив на машинах, велосипедах, щоб поглянути. Ми не знали, що смерть може бути така прекрасна. Але я б не сказала, що вона не мала запаху. Не весняний дух і не осінній, а щось зовсім інше, і не запах землі... Ні... Дерло в горлі, й очі самі сльозилися.

Я цілу ніч не спала й чула, як нагорі тупали сусіди, теж без сну. Щось вони там волокли, стукали, може, речі пакували. Вікна заклеювали. Глушила біль голови цитрамоном. Уранці, як розвиднилось, озирнулася довкруги, це я не зараз вигадала, не потому, а тоді відчула: щось змінилось. Назовсім.

О восьмій ранку вулицями вже ходили військові в протигазах. Побачивши на вулицях міста солдатів і військову техніку, ми не злякались, а навпаки, заспокоїлись. Раз армія прийшла на поміч, усе буде гаразд. Ми поняття не мали, що мирний атом також убиває... Що ціле місто могло не прокинутися тієї ночі... Під вікнами хтось сміявся, грала музика.

Після обіду по радіо почали оголошувати, щоб готувалися до евакуації: вивезуть на три дні, поміють, перевірять. Як зараз чую голос диктора: «евакуація в найближчі села», «домашні тварини брати», «збиратися біля під'їздів».

Дітям, сказали, обов'язково взяти з собою підручники. Чоловік усе-таки поклав у портфель документи й наші весільні фотографії. А я єдине, що прихопила, — це газову хустинку на випадок негоди...

Із перших днів відчували, що ми — чорнобильці, тепер уже викляті. Нас бояться. Автобус, яким нас везли, став на ніч у якимсь селі. Люди спали на долівці в школі, в клубі. Ніде притулитися. І одна жінка запросила нас до себе: «Ходіть, я постелю на ліжку. Жалко вашого хлопчика». А друга, що поряд стояла, її від нас відтягала: «Ти здуріла! Вони заразні!»

Коли ми вже переїхали до Могильова й син пішов до школи, першого ж дня влітає до хати з плачем... Його посадили поруч із дівчинкою, а та не хоче, бо він



Ті, хто залишив тут ляльки, уже має своїх дітей. Якщо зостався живим...

радіаційний, і як із ним сидить, можна вмерти. Син учився в четвертому класі, і так вийшло, що він один був у тому класі чорнобильський. Вони всі його боялися, звали «світлячком»... «Чорнобильським їжачком»... Я злякалася, що в нього так скоро скінчилось дитинство...

Ми їхали з Прип'яті, а нам навперейми йшли військові колони. Бронетехніка. Тут стало страшно. Незрозуміло й страшно. Але мене не покидало відчуття, наче все це діється не зі мною, а з кимось іншим. Дивне відчуття. Сама плакала, шукала, де поїсти, заночувати, обнімала й заспокоювала сина, а всередині — навіть не думаю, постійне відчуття: я — глядач. Я дивлюся крізь шибку... Бачу когось іншого...

...Коли ми їхали в евакуацію і дорогою траплялася церква, то всі йшли туди. Не прохатись було. Атеїсти й комуністи — всі йшли.

Мені часто сниться сон, як я йду з сином по сонячній Прип'яті. Тепер це вже місто-привид. Ідемо й роздивляємося на троянди, у Прип'яті багато було троянд, ве-

лики трояндові клумби. Сон... Усе те наше життя вже сон. Я була тоді така молода. Син маленький... Кохала...

**Сидить молода жінка на лавочці під хатою, годує дитину груддю... Перевірили грудне молоко — радіоактивне. Чорнобильська мадонна...**

Минув час, усе стало спогадом. Я знову ніби глядач...»

**Надія ВИГОВСЬКА, переселенка з міста Прип'ять.**

**МОНОЛОГ ПРО СИМВОЛИ Й ТАЄМНИЦІ ВЕЛИКОЇ КРАЇНИ**  
«Згадую, як про війну...»

Уже на кінець травня, десь через місяць після аварії, до нас почали надходити на перевірку продукти з тридцятикілометро-

вої зони. Інститут працював цілодобово. Як військовий. У республіці тільки в нас натоді були фахівці й спеціальна апаратура. Привозили нутрощі домашніх і диких тварин. Перевіряли молоко.

Після перших проб стало ясно, що то надходить не м'ясо, а радіоактивний непотріб. Вахтовим методом у зоні пасли худобу. Пастухи приїздили й від'їздили, доярок привозили тільки на доїння. Виконували план молочної. Перевірили. Не молоко, а радіоактивні відходи...

Вся інформація ставала тайною за сімома печатями, щоб не викликати паніки... І це в перші тижні... Саме тоді, коли нетривкі ізотопи давали жорстке гамма-випромінювання і все «світлося». Ми постійно писали службові записки... Постійно... але сказати відкрито про результати... Позбутися наукового ступеня, а то й партквитка.

...Перша поїздка в зону: в лісі фон у п'ять-шість разів вищий, ніж у полі, на дорозі. Скрізь високі дози. Працюють трактори...

Селяни копають свої городи... У кількох селах заміряли щито-видку дорослим і дітям: у сто, у двісті—триста разів перевищення допустимої дози. Була в нашій групі жінка, радіолог. Із нею сталася істерика, коли вона побачила, що діти в піску бавляться.

Пускають у калюжах кораблики. Працюють крамниці й, як звичайно в нас по селах, мануфактура й продукти поряд: костюми, сукні, а тут-таки ковбаса, маргарин. Лежать відкрито, навіть не прикриті целофаном. Беремо ковбасу, яйця...

Робимо рентгенівський знімок: не ковбаса, а радіоактивні відходи. Сидить молода жінка на лавочці під хатою, годує дитину груддю... Перевірили грудне молоко — радіоактивне. Чорнобильська мадонна...

Ми запитували — як бути, що робити? Нам відповідали: «Проводьте заміри. Дивіться телевизор». По телевизору Горбачов заспокоював: «Вжито невідкладних заходів». Я вірив... Інженер із двадцятирічним стажем, добре знайомий із законами фізики. Знав же я, що з цих місць треба забиратися всьому живому. Бодай на якийсь час.

Але ми сумлінно проводили заміри й дивилися телевизор. Ми звикли вірити. Я — з повоєнного покоління, яке зросло в цій вірі. Звідки віра? Ми перемогли в такій страшній війні. Перед нами тоді весь світ схилився. Це ж було! У Кордильєрах на скелі було вирізьблене ім'я — Сталін!!! Що це? Символ! Символ великої країни.

От вам і відповідь на запитання: чому ми знали й мовчали? Чому не вийшли на майдан, не кричали? Ми доповідали... Я вам казав, писали службові записки. А мовчали й беззаперечно корились наказам, тому що — партійна дисципліна, я — комуніст.

...На кожній із атомних станцій колишнього Союзу в сейфі лежав план ліквідації аварії. Типовий план. Таємний. Без такого плану не можна було отримати дозволу на пуск станції. За багато років перед аварією його розробили саме на прикладі Чорнобильської станції: що робити і як. Хто за що відповідає. Де перебуває. До найменших подробиць...

І раптом там, на тій самій станції, відбувається катастрофа... Що це — випадок? Містика? Якби я був віруючим... Коли берешся шукати сенс, відчуваєш релігійною людиною. А я інженер. Я людина іншої віри. У мене інші символи...

Що тепер мені робити зі своєю вірою? Що тепер?..»

**Марат КОХАНОВ, колишній головний інженер Інституту ядерної енергетики Академії наук Білорусі.**

## РЕКЛАМА

**ПРОДАЖ ● ГАРАНТІЯ ● СЕРВІС ● ДОСТАВКА**

- міні-трактори
- сільгосптехніка
- запчастини (магазин)
- доїльні апарати

**www.minitraktor.ukr**  
м. Луцьк, вул. Глушець, 55А  
тел.: (0332) 24-20-04,  
068-989-44-92, 066-150-89-10,  
068-005-44-46 (магазин запчастин)

**ОГОЛОШЕННЯ  
ДЛЯ ВСІХ**  
Тел. 72-39-32

E-mail: volyn10@i.ua

**РІЗНЕ**

- Продається молода тільна корова (с. Дачне Ківерцівського району). Тел. 095 59 47 499.

**Уже 42% жителів «ДНР» вважають себе нашими**  
Все більше людей на підконтрольній Україні частині Донецької області називають себе українцями: якщо у 2016 році таких було 32%, то у 2017-му — вже 42%! Водночас на окупованій території Донеччини скорочується кількість жителів, які ідентифікують себе із так званою «ДНР». У 2017 році «громадянами ДНР» там себе назвали лише 13% осіб, хоча ще рік перед тим ця цифра становила 18%.

## ● ТРАГІЧНІ СТОРІНКИ НАШОЇ ІСТОРІЇ

# Виступав проти «кастрації українського народу», але сам допоміг її зробити

Упевнений, що ви вгадаєте, як закінчилося життя нарком освіти України 1924–1927 років Олександра Шумського (1890–1946), коли скажу, що він активно запроваджував українізацію. Правильно — сам став жертвою радянських каральних органів. Свого часу Шумського не влаштувала Українська Народна Республіка, тож покликав в Україну російських більшовиків, від рук яких і загинув. І, на жаль, не він один

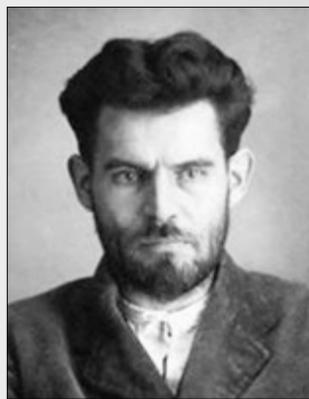
Василь УЛІЦЬКИЙ

У червні 1946 року в записці до «слідства» Олександр Шумський написав: «Рішення про самогубство, цю останню форму протесту, я прийняв після того, як вичерпав усі засоби боротьби за реабілітацію». Але дві його невдалі спроби покінчити із життям Сталін сприйняв як виклик і протест, тому вирішив, що і смерть колишнього соратника — це те, чим може розпоряджатися лише він і партія. На ліквідації норовливого екс-наркома освіти найбільше наполягав Лазар Каганович і отримав на це згоду «батька народів». «Доложено Сталіну лично. Наше предложение утверждено», — написав глава держбезпеки СРСР Віктор Абакумов у записці, яка зберігається у Москві...

## ХОТІВ ОСІДЛАТИ БІЛЬШОВИКІВ, А ВОНИ ОСІДЛАЛИ ЙОГО

Олександр Шумський — один із найяскравіших українських діячів минулого століття. Він народився у 1890 році у селі Рудня Борова Волинської губернії (тепер це Житомирська область). Молодим кілька літ провів у Москві, де відвідував Народний університет імені Шанявського, в якому серед інших викладав Володимир Вернадський, потім вступив до Московського ветеринарного інституту, але не закінчив його.

У 1917 році постала Українська Народна Республіка, на цей час припадає активна політична та державна діяльність Олександра Шумського. Як член Української партії соціалістів-революціонерів він потрапив до Центральної Ради. Там навіть став автором земельного закону. Але політика Ради була йому не до душі. Він усе більше дивився у бік більшовиків, які, як і він, виступали проти приватної власності на землю, а заводи вимагали передати робітникам. Зрештою Шумський-соціаліст переміг Шумського-націоналіста і... почав готувати заколот проти Центральної Ради. Його викрили, і доля політика



Доведено Олександром Шумським: для Кремля нема «своїх» серед «хахлів» — є тільки ті, кого треба використати, щоб знищити Україну.



Фото uk.wikipedia.org.

Дорогою додому до нього в купе увійшла спеціальна група на чолі із Павлом Судоплатовим. Шумському затиснули рот і лікар-убивця МГБ Майрановський зробив смертельний укол. Для вбивства використали хімію. Як це, до речі, робить Росія і досі по всьому світу.

могла б скластись зовсім інакше, якби до Києва не увійшли російські війська Муравйова, і серед хаосу арештант не втік з-під варті.

«Шумів» Шумський і за часів Гетьманщини Павла Скоропадського та Директорії, вів із ними боротьбу у підпіллі. Недостатньо для нього вони були соціалістичні, занадто здавались буржуазними. А якої ж України він хотів? Ось як сам про це говорив: «Наша постановка — окрема Українська Соціалістична Радянська республіка, підлегла спільному федеративному радянському центру». Причому «окремність» цієї республіки він бачив дуже широко. Про це свідчить хоча б такий факт. У 1919 році Шумський став лідером Української комуністичної партії (так званіх боротьбистів), а через рік звернувся до виконавчого комітету Комуністичного інтернаціоналу з проханням прийняти їх у Комінтерн! Небачено: хотів, щоб українські комуністи були рівними з усіма іншими, у тому числі і з російськими. Історик Юрій Шаповал пише, що у 1919 році Шумський та його боротьбисти навіть прагнули першими захопити й увійти в Київ, перш ніж туди потраплять більшовики, щоб «підкреслити, хто насправді першим має бути в Україні».

Але вільна Україна, хай навіть комуністична, у плани більшовиків не входила. І для них місцеві ідеологічні однодумці були лише мимовільними

помічниками у її загарбанні. У 1920 році Ленін пише секретну резолюцію, що Українська комуністична партія (боротьбистів) має бути знищена. «Справжнім комуністичним елементам» пропонують вступити до Комуністичної партії України (більшовиків). Олександр Шумський хапається за це: «Ми вольємся, разольємся і зальєм большевиків!» — вірить він. Наївний! З 15 тисяч боротьбистів у Компартію вступило 4 тисячі, але після року чисток їх там залишилося 118. Російський імперський більшовизм — то не Центральна Рада...

## НАРКОМ «УКРАЇНІЗАЦІЇ» ПОТРАПИВ НА СОЛОВКИ РАЗОМ ІЗ «УКРАЇНІЗОВАНИМИ»

Наступних кілька років Олександр Шумський провів у Польщі як представник радянської України, а 1 жовтня 1924 року у його біографії та історії України почався новий етап — українізація, так тісно переплетена з його іменем, що цей період назвуть «шумськізмом». Націоналіст Шумський нарешті потіснив Шумського-соціаліста. Завдяки у тому числі і його діяльності 20-ті роки ознаменувались коротким, але дуже яскравим спалахом в українській культурі та освіті. Про себе заявила ціла плеяда молодих талановитих людей. Як виявилось, заявила, щоб потім стати «розстріляним відродженням»...

Тим часом ще окрилений Шум-

ський у квітні 1925-го на пленумі ЦК КП (б)У щодо ходу українізації заявив: «Партія має прагнути того, щоб увесь робітничий клас України, незважаючи на національну приналежність, оволодів українською мовою і брав активну участь у соціалістичному будівництві суспільного життя».

Тоді ж, навесні 1925-го, генеральним секретарем українського ЦК став 32-літній єврей із Київщини Лазар Каганович. Між ним та Шумським почав назрівати конфлікт. Нарком освіти навіть їздив до Сталіна скаржитись на методи роботи Кагановича і вимагав його звільнення, за що вже незабаром публічно мусив просити вибачення на пленумі, який залишив Кагановича на чолі ЦК. Кількарічне протистояння між ними закінчилось у лютому 1927-го заявою гордого Олександра Шумського про звільнення. І його одразу ж почали таврувати за «націоналістичний ухил», «шумськізм», звинувачувати в утиску прав національних меншин. Галаслива кампанія проти Шумського призвела до того, що його витиснули з України.

Тимчасовий порятунок він знайшов у Ленінграді, де став ректором інституту народного господарства. Але 1933-го жорна репресій та геноциду наздогнали його і там. 13 травня 1933 року, в день, коли звів рахунки із власним життям Микола Хвильовий, Олександра Шумського арештували. Вирок: 10 літ ув'язнення за участь у вигаданій УВО — Українській військовій організації. Але «боротьбист» Шумський відчайдушно бореться: він не підписав жодного фальшивого протоколу, а вже будучи на Соловках, закидав усі інстанції листами та звер-

неннями. І фактично сталося чудо: особлива нарада при НКВС СРСР переглянула вирок — й у 1935-му його відправили на 10 років заслання у Красноярськ.

Але Шумський все одно не заспокоївся. Протестуючи проти свавілля НКВС, у 1936 році він оголосив голодування. До нього терміново привезли дружину Євдокію Шумську-Григоренко, якій пообіцяли переглянути справу чоловіка. Той припинив голодувати. Та вже через рік заарештували саму Євдокію як «ворога народу» і розстріляли...

## ПЕРЕД СМЕРТЮ НАПИСАВ СТАЛІНУ ПРО МАЛОРОСІВ

У 1943 році закінчився термін ув'язнення, але Олександр Шумський залишився у Красноярську на «лікуванні». У заслання він написав монографію «Малороси». «За інших обставин, — зазначав він, — за цю працю Українська академія наук присудила б мені докторський ступінь і обрала би своїм членом. Але не такий тепер час, щоб мій рукопис побачив світ... Нехай він умре разом зі мною». Колишній народний комісар освіти знищив свою роботу.

Восени 1945-го незламний Шумський пише вражаюче відвертого листа Сталіну. «Уже ваш виступ з компліментами російському народові й розподіл народів СРСР за розумом, характером і т. ін. змусив насторожитись. Але те, до чого договорився Микита Хрущов на святкуванні річниці визволення України (транслявалось по радіо), абсолютно нетерпимо і вимагає найенергійнішого протесту». Що ж сказав Хрущов? Він дякував російському народові за «ясний розум, стійкість і терпіння, братерську допомогу українському народові». «Така промова — це вже не окремий випадок малоросійського плазування, — наголошує у листі Олександр Шумський. — Це образливо і принизливо для українського народу. Що ж являє собою народ, від імені якого це говорить — український народ? Що він без ясного розуму, без стійкого характеру, без твердої волі. Народ безвольничий і вимагав його звільнення, який врятував розумний, стійкий російський народ?.. Це лінія національно-політичної кастрації українського народу. Лінія перетворення України в політично аморфне тіло — в Малоросію».

Після такого листа Шумському несподівано дозволили повернутися в Україну. Не просто так. Дорогою додому до нього в купе увійшла спеціальна група на чолі із Павлом Судоплатовим. Шумському затиснули рот і лікар-убивця МГБ Майрановський зробив смертельний укол. Для вбивства використали хімію. Як це, до речі, робить Росія і досі по всьому світу.

...Колись Олександр Шумський допоміг російським більшовикам загарбати Україну, думає, що допоможуть йому побудувати тут комуністичний рай. Але насправді загнав себе і цілий народ у пекло. Хороший урок для теперішніх проросійських діячів: для Кремля нема «своїх» серед «хахлів» — є тільки ті, кого треба використати, щоб знищити Україну.

По-іншому не буває. Доведено історією.

ЦІКАВА  
**Газета**  
на вихідні

Тижневик

«Цікава газета на вихідні»  
www.volyn.com.ua

**Засновник:** Товариство з обмеженою відповідальністю «Газета «Волинь»

**Головний редактор і відповідальний за випуск**  
ЗГОРАНЕЦЬ Олександр Олександрович  
Зареєстрована 6 жовтня 2017 року.  
Набрана і зверстана в комп'ютерному центрі газети «Волинь-нова»

**Адреса редакції і видавця:**  
43025, м. Луцьк, просп. Волі, 13

**E-mail:** tsikava.gazeta@gmail.com,  
reklama.volyn@gmail.com

**Телефонуйте:** у приймально - (0332) 72-38-94,  
з питань реклами - (0332)77-07-70,  
приватних оголошень - (0332)72-39-32,  
розповсюдження - (0332)72-38-94.

ТЗОВ «Газета «Волинь» п/р 26008055520122  
КБ «ПриватБанк», МФО 303440 ЄДРПОУ 02471695

Друк офсетний. Обсяг – 4 друковані аркуші  
Передплатний індекс: **60307**  
Реєстраційний номер  
КВ № 22953-12853Р 06.10.2017 р.  
Віддруковано: Поліграфічне видавництво  
«А-Прінт» ТОВ «Дім», м. Тернопіль.  
Тел.: (0352)52-27-37, (067) 352-18-51,  
сайт www.a-print.com.ua  
Тираж **14700** Замовлення № **813**

● ВИДАТНІ УКРАЇНЦІ

# «Хто такий Хавкін? Та холера його знає...» А він врятував світ від холери і чуми

Напевне, переважній більшості з вас це прізвище не відоме. Хоча йдеться про науковця світового рівня, знаменитого бактеріолога, імунолога та епідеміолога — українця за походженням, який першим винайшов вакцину від смертельних хвороб. Недарма в Індії Володимира Хавкіна (1860–1930) називають «батьком нації», «великим білим цілителем»

Галина СВІТЛІКОВСЬКА

## ВИНАЙШОВ ВАКЦИНУ І ВИПРОБУВАВ ЇЇ НА СОБІ

Володимир Аронович Хавкін — уродженець Бердянська (нині Запорізька область). З дитинства він мав схильність до природничих наук. Середню освіту здобув у гімназії рідного міста, потім навчався в Одеському університеті в академіка Іллі Мечникова. Студентом став членом політичної організації, яка виступала проти єврейських погромів, був активістом «Народної волі», що у 1882 році здійснила замах на військового прокурора генерала Василя Стрельникова. Через це молодий науковець, одержавши вчений ступінь, мусив виїхати за кордон. У 29 літ він став співробітником Пастерівського інституту в Парижі.

На той час медицина не мала ліків проти холери, страшні епідемії «викошували» міста і села. Володимир Хавкін поставив собі за мету знайти захист від цієї недуги. Тому, коли у 1892 році українець продемонстрував своє відкриття — ввів вакцину, яку винайшов, самому собі, першими його привітали найвидатніші вчені в цій галузі Луї Пастер та Ілля Мечников. Кажуть, Хавкін завжди відмовлявся від грошових винагород за свої



Понад 100 років тому жителі індійської провінції ставали в чергу, щоб Володимир Хавкін зробив їм щеплення.

винаходи, для нього важливішим було сприяння у практичному застосуванні препаратів. Якраз у той період в Росії спалахнула епідемія холери, вчений запропонував безкоштовно передати розроблену ним вакцину, щоб зупинити поширення недуги і... одержав відмову. За три місяці від небезпечної інфекції загинуло близько 300 тисяч людей. Не відразу оцінили винахід і у Франції. А ось влада Великої Британії зрозуміла, яке колосальне значення у світовому масштабі має це відкриття. Вона надала лікарю можливість випробувати вакцину в англійській колонії — Індії, яка наприкінці позаминулого століття була практично повністю вражена холерою.

## ПЕРЕМІГ «ЧОРНУ СМЕРТЬ» І СТАВ НАЦІОНАЛЬНИМ ГЕРОЕМ ІНДІЇ

У 1893 році Володимир Хавкін прибув до індійської провінції Бенгалія. Населення насторожено, а іноді й вороже зустрічало чужоземця. У селищі Кантал в нього навіть жбурляли камінням. Коли перед його будинком зібрався розлючений натовп, Хавкін виїшов до людей, зняв скюртук, загорнув рукав сорочки і на очах у всіх зробив собі щеплення. Потім через перекладача пояснив, для чого це потрібно. І тоді до лікаря один за одним почали підходити мешканці селища, відмовилось усього дев'ять чоловік, які пізніше померли від холери. За

У 1897 році королева Вікторія нагородила українця одним із найвищих орденів Британської імперії.

декілька днів Володимир Хавкін та його помічники вакцинували 25 тисяч осіб. Хвороба відступила.

Через чотири роки вчений переміг іще страшнішу недугу — бубонну чуму, яка спалахнула у Бомбеї. Щодня «чорна смерть» забирала до 200 життів, спустошуючи цілі квартали. Люди в паніці тікали з міста, розносячи хворобу за його межі. Хавкін одним із перших приїхав у вимираюче місто, де терміново створив протичумну лабораторію. Напружена робота тривала три місяці, аж поки необхідний препарат задовольнив вимоги науковця. 10 січня 1897-го Володимир Аронович здійснив новий



В Індії йому присвятили поштову марку.

професійний подвиг — випробував дію протичумної вакцини на собі.

За два роки Хавкін зумів налагодити в Індії виробництво вакцини, мільйони людей були врятовані. Згодом створена нашим співвітчизником у Бомбеї лабораторія стала найбільшим у Південно-Східній Азії дослідницьким центром з бактеріології та епідеміології (тепер це інститут, який носить ім'я Хавкіна).

У 1897 році королева Вікторія нагородила українця одним із найвищих орденів Британської імперії. Згодом доктор Хавкін працював в англійському військовому міністерстві, де відповідав за вакцинацію англійських солдатів, які вирушали на Першу світову війну.

26 жовтня 1930 року агентство «Рейтер» розповсюдило інформацію про те, що «на сімдесят першому році життя в Лозанні (Швейцарія) помер видатний бактеріолог Володимир Хавкін». День смерті відомого лікаря став в Індії днем національного трауру.

На жаль, в Україні про знаменитого вченого досі мало хто знає. Не випадково Чехов писав про Володимира Хавкіна: «Це великий філантроп, якому аплодує вся Європа, а на батьківщині про нього ніхто не знає». Чого ж дивуватися, що в нас люди й досі, як і понад 100 років тому, бояться щеплень? До речі, через відсутність власного виробництва вакцин Україна сьогодні закуповує чимало індійських препаратів.

● ХОЧЕТЕ — ВІРТЕ, ХОЧЕТЕ — НІ

## Причина раку — брак любові й стреси

Так вважає лікар-психотерапевт, кандидат медичних наук, психоонколог Владислав Матреніцький (на фото)

Оксана КРАВЧЕНКО

«Пухлина — лише верхівка айсберга. Її основа — невміння, нездатність людини впоратися з проблемами життя, психотравмами і внутрішньоособистісними конфліктами, — стверджує вчений у книзі «Канцерогенний розум. Психосоматичні механізми раку». — Усе це призводить до хронічного стресу, який пригнічує імунітет та інші системи, що захищають людину від онкологічних патологій. Підсумком стає криза із втратою волі до життя, що запускає програму саморуйнування».

Психотерапевт вважає, що рак — це психо-соціо-духовно-соматичне захворювання. Його причини — нестача у житті людини

любви, незцілені (часто з дитинства) психічні травми і незадоволені, пригнічені потреби, найважливіші з яких — проявляти свої почуття, бути унікальною особистістю, жити так, як велить душа.

Першим стресом для дитини, яка ще перебуває в лоні матері, може послужити думка жінки про аборт. Або коли малеча рухлива, активна і бешкетлива, а батьки весь час намагаються змінити її, пригнічуючи справжні бажання і почуття. Кожен з досвіду знає, наскільки авторитарними і навіть жорстокими бувають дорослі у ставленні до дітей. Якщо людина живе в умовах, які створюють постійний стрес, ризик виникнення раку в майбутньому збільшується.



Рак — це знак: тіло втомилося підпорядковуватися і терпіти, організм прагне «перезавантаження»: розв'язання кризи, лікування застарілих психотравм, задоволення глибоких потреб у любові, щасті.

Невдоволення життям породжує глибокі внутрішньоособистісні конфлікти і неусвідомлене прагнення смерті. «Канцерогени, які оточують сучасну людину постійно, тільки тоді провокують недугу, коли хронічний стрес досягає рівня онкогенного дистресу. Руйнуються імунітет й інші системи протиракового захисту організму», — пояснює психотерапевт.

У той же час Владислав Матреніцький упевнений, що не варто сприймати хворобу як довічний вирок. Рак — це знак: тіло втомилося підпорядковуватися і терпіти, організм прагне «перезавантаження»: розв'язання кризи, лікування застарілих психотравм, задоволення глибоких потреб у любові, щасті.

SOS!



Фото з архіву Дмитра Шурова.

А судді – однокласники. Жорстокі і безжальні...

## З автора пісні «Все, що тебе не вбиває» теж знущалися в школі

**Лідер гурту Ріапобой Дмитро Шуров уміє вдало подати і патріотичне, і психологічне у зрозумілій усім формі і головне — актуальному змісті. Нову його роботу «Все, що тебе не вбиває» (режисером є Гео Лерос), про яку зараз говорять чи не в кожній школі, дивилася із двоюким відчуттям**

Закінчення. Початок на с. 1

Інна ПІЛЮК

Можна було б легко списати ці слова на пафос, але навіть на прикладі свого класу запросто назву добрий десяток історій, коли якраз отакі скромні і непоказні діти досягли значно більшого, аніж їхні популярні і «модні» за шкільними мірками ровесники. Та й сам Дмитро відкрито поділився особистим досвідом, як непросто бути іншим: «Коли мені було 10 років, ми переїхали в іншу квартиру, я пішов у нову школу. Класи були перепов-

нені, і мені не залишилось місця за партою. Класний керівник вирішила посадити мене вчитися за підвіконня. Ніхто зі мною не дружив, всі сміялися, тому що я сидів «боком» і мої речі постійно падали на підлогу. Я був ідеальним персонажем для тролінгу: хлопець в окулярах, танцює бальні танці, грає на піаніно. Почалася зима, з вікна дуло, я захворів і пропустив два тижні школи. Коли повернувся, за підвіконням уже сидів інший новий учень, і мене вирішили добити: посадили за стіл поруч із вчителькою! Там я намагався вчитися, але відчував такий тиск, що мої до того

чудові оцінки впали нижче плінтуса. Батьки перевели мене в іншу школу, де був трошки інший контингент. Все те, над чим насміхались у попередній, тут зненацька стало перевагами: коли став «Містером школи», мені допомогли й бальні танці, й гра на піаніно, й спів. Згодом виграв декілька олімпіад, поїхав як один із кращих учнів в «Артек», а вже в останніх класах — учитися за обміном у Францію та Америку. Якщо ви думаєте, що цій історії кінець, то помиляєтесь. Все життя — це постійні емоційні американські гірки. Коли я записав перші пісні для Ріапобоя, були лише 3 людини, які в них повірили, причому всі вони звалися Андріями: Хливнюк, Кузьменко, Шабанов. Віри цих трьох і моєї власної мені було достатньо, щоб рухатися вперед. Завжди знайдуться люди, яким ти не подобаєшся. Але це не привід

відмовлятися від своєї мрії, своєї суті та від пошуку своїх людей».

Ідея кліпу швидко знайшла відгук серед глядачів: «Ця пісня не лише для одинадятикласників. У сучасному світі більше не існує моралі і якихось вікових обмежень щодо насильства над душею. Кожне «а давайте не будемо з ним дружити», «ти не класний», сказане ще в садочку, бійки в школі, знущання над тими, хто не в змозі постояти за себе, неприємні записки або слова, сказані в твій бік, ігнорування в університеті, неповага на роботі —

все це цькування йде з дитинства. Хтось називає це природним відбором, а в моєму розумінні — це жорстокість. Кажуть, що все зло на цьому світі йде не від вчинків поганих людей, а від того, що хороші люди сидять склавши руки. Тож коли бачиш, як кривдять знайомого або близького друга, стань на його захист, адже підтримка і єдність — це те, що необхідно нам усім щодня, щогодини, щохвилини і не лише

**Віри цих трьох і моєї власної мені було достатньо, щоб рухатися вперед. Завжди знайдуться люди, яким ти не подобаєшся. Але це не привід відмовлятися від своєї мрії, своєї суті та від пошуку своїх людей.**

для боротьби проти цькування».

Разом із прем'єрою кліпу Дмитро Шуров також оголосив про запуск своєрідного флеш-мобу у стрічці коментарів під ним. Якщо ви бажаєте послухати виступ Ріапобоя на власному шкільному випускному у травні, просто залишайте коментарі про новий ролик на сторінці у YouTube, додаючи до них номер школи та назву населеного пункту. Але поспішайте: за три тижні, відколи з'явився відеокліп, свої відгуки до нього написали уже понад три тисячі людей.

### Все, що тебе не вбиває

(Музика і текст Дмитра Шурова)



Кліп перетворився у справжній фільм...

**Приспів:**

Все, що тебе не вбиває, робить тебе сильнішим.  
Ти ніби ще дишиш, раптом ледь не вмираєш.  
Життя дає тобі здачі, планета з-під ніг тікає,  
Все, що тебе не вбиває, нехай тебе не лякає.

Друже, де ж твої друзі, з якими ти йшов так довго?  
Ніхто не питає, не кличе, ніхто не чекає вдома.  
Так високо разом літали, а падали вниз самому.  
Розірвані вщент крила ти не покажеш нікому.

Бо удача ласкає сильних, і ти для неї не лузер,  
Допоки ти віриш і мрієш, допоки ти б'єшся й любиш,  
Коли твоє серце ржавіє, коли лоукостер несеться,  
Здається, нічого не вдієш, — це тільки здається.

**Приспів**

Друже, ми ранені хижі звірі, яким рятувати весь світ.  
Навіщо тобі твоя віра, якщо ти не віриш у все це?  
Напівпорожня надія рятує від порожнечі.  
Навіщо тобі країна, якщо ти плануєш втечу?

Дорога кінця не має, а ти пройти її маєш.  
Життя полюбить навзаєм лиш тих, хто пройшов по краю,  
Лиш тих, хто не відхилився, хто не рахував зиски,  
Хто стиснув зуби і бився за чесне і вічне.

**Приспів**

Підіймай, підіймай, підіймайся й лети!  
Підіймай, підіймай, підіймайся й лети!

### ІЗ ПЕРШИХ УСТ

## «Його били, топили у басейні, ходив по стелі — й жодного разу не сказав, що втомився»

**Дмитро Шуров особисто поділився враженнями про зйомки**

— Пане Дмитре, кліп знімали у справжньому школі з реальними учнями?

— Основа — це справжній клас однієї з київських шкіл. Але от головних героїв ми відбирали разом з Гео Леросом (молодим режисером, знаним арт-куратором, «батьком» значної частини київських муралів). На роль хлопчика було багато претендентів, але коли ми побачили кастинг Антона, одразу зрозуміли, що це він. Феноменально відповідальний та дисциплінований актор, він приходить на майданчик не дуркувати, а працювати, віддається роботі на 100 відсотків. Із шостої ранку до другої ночі він знімався — його били, топили у басейні, ходив по стелі — й



Багато кому з нас доводилося бути на вогнищі людського осуду...

ждного разу не сказав, що втомився. З цієї людини вийде щось надзвичайне! Вангую йому, рудій Поліні та Тані Скляр (дівчинка з факелом) майбутнє у великому кіно! Взагалі ми хвилювалися за цю зйомку, бо це діти, точніше — підлітки, з ними працювати складно. Але все пройшло напроцьод гладко. Діти відіграли потрясно, я дуже вдячний їм — якщо чесно, очікував труднощів. А вони настільки прониклись ідеєю, що

все зробили бездоганно. Усі гіперболізовані символи використовувалися режисером для того, щоб показати гостроту теми. Це кліп-метафора про наше життя.

— Відзнято усе так, що хочеться дивитись далі й далі. Кліп сприймається як вдалині саунд-трек до фільму. Чи не було у вас наміру зняти фільм на цю тему?

— Дійсно, режисеру вдалося створити не кліп,

а справжнє художнє кіно. Він надзвичайно талановитий, не боїться будь-яких завдань. Тому вся заслуга цього художнього твору — цілком на його «совісті». Я не планував нічого подібного, але Гео вивів кліп до пісні на рівень класної «короткометражки».

**Враженнями про перегляд кліпу «Все, що тебе не вбиває» ми попросили поділитися наших експертів. Їхні думки — на с. 7.**

● МОЄ ВРАЖЕННЯ

«Здається, режисер цього відео був адептом Квентіна Тарантіно»

**Василь СЛАПЧУК**, письменник, лауреат Національної премії України імені Тараса Шевченка, учасник війни в Афганістані



Свою оцінку я би поділив на дві частини: безпосередньо тексту та відео, музику критикувати не берусь. Відеоряд зроблений якісно, на мою думку, він навіть професійніший, аніж текст. Останній відверто слабенький

Коли показав цю роботу дружині, то було помітно, що вона її розчулила, навіть сльози з'явилися. Сам же сприйняв сюжет більш тверезо. Дійсно, проблема підліткової жорстокості реальна й актуальна. Але у мене склалося враження, що режисер цього відео був адептом (послідовником) Квентіна Тарантіно (американський кінорежисер, фільми якого пронизані особливою жорстокістю. — Авт.).

В інтернеті багато роликів із насиллям, але там усе це йде від якогось хаосу. А тут ніби чітка програма, як якась реклама. Ота пляма крові на стіні, яку витирають ганчіркою... Тут навіть якась естетика, нехай і своєрідна, порушена.

Я ходив у школу в селі Лобачівка Горохівського району. Звісно, було, що тебе хтось ображає чи ти когось. Але це було швидше проявленням особистості, спробою реалізувати себе. Такого, щоб відверто знущалися, у класі не було.

Не знаю, які причини мають спонукати, щоб колектив настільки цькував одну людину. З відео цього не зрозуміло, і текст нічого не пояснює. Ці слова можна було накласти і на абсолютно інший відеоряд — і вони б нічого не втратили.

«Летімо сміливо по життю, бо подолання його перешкод загартовує!»

**Лідія КАТИНСЬКА**, викладач вищої категорії, викладач-методист шкільної педагогіки та вступу до спеціальності ВКНЗ «Володимир-Волинський педагогічний коледж імені А. Ю. Кримського»



Насамперед скажу, що у відеокліпі «Все, що тебе не вбиває» показана загальна проблема байдужості людей, а особливо батьків. Бо все хороше, як і, на жаль, погане, починається з сім'ї...

Кожен із нас має своє призначення: хтось навчає інших, хтось дбає про рідних дітей, хтось пише музику і вірші... Але однозначно ми всі покликані бути людьми справжніми, а головне — не байдужими одне до одного. Життя наше на-

«Все хороше, як і, на жаль, погане, починається з сім'ї...»

стільки чудове, що ми, наситившись його благами, шукаємо в ньому недоліки. Для чого? Чи не краще вчитися розуміти одне одного, прощати, підтримувати, допомагати, обнімати, поступатися і просто любити! Кліп саме про це!

А ще у ньому яскраво простежується важливість абсолютно вічних людських цінностей: віри, надії, любові! Летімо сміливо по життю, бо подолання його перешкод загартовує! Не будьмо байдужими!

Кліп — класний! Музика, її тональність, гармонія і неймовірно справедливий та доречний текст звучать піднесено, патріотично! Кліпу жити!

ГОЛОС З ІНТЕРнету

**Катерина ГАЛЕНКО**

Рік тому Ріапобой перевернув мій світ втіленням у життя нашої спільної пісні «Вітчизна». Тоді Дмитро сказав дуже важливі слова: «Музика насправді не стільки лікує, скільки налаштовує на конструктив, і вона здатна благотворно впливати і на авторів, і на слухачів». Хотілося б подарувати кожній дитині в школі той заряд позитиву, який іде від Дмитра Шурова та команди Ріапобой.

**Надія МЕЛЬНИЧУК**

«Все, що тебе не вбиває, робить тебе сильнішим» нагадала мені такі рядки: «Сила гартується в боротьбі. Сильні не гнуться, а гнуться слабкі». На жаль, це лише в пісні, а в житті буває по-різному. Але на те і є справжнє мистецтво, щоб вказати нам шлях до істини. Нехай ваша пісня допомагає знаходити порозуміння і ставати добрішими, нехай слабкий стане сильним, а сильний зрозуміє слабшого.

● СВІТОВЕ ІМ'Я

Хто він — чоловік Роксолани?

**Султан Сулейман I Пишний (1494—1566) особливо відомий в Україні завдяки своїй дружині. Цю історію всі ми добре знаємо: 15-річна чи навіть молодша дівчинка родом із Рогатина на Галичині, дочка зовсім небагатого священика Гаврила Лісовського, полонянка османсько-яничарських людоловів стає імператрицею Туреччини**

**Катерина ЗУБЧУК**

Османська імперія в XVI–XVII століттях стала гравцем, без якого не вирішувалося жодне питання на світовій геополітичній шахівниці. І завдячує цим держава насамперед Сулейману I, відомому в Туреччині як Законодавець (Кануні), а на Заході — як Пишний.

Десятий із турецьких султанів османської династії народився 6 листопада 1494 року в Трабзоні (Трапезунді). Його мати Хабзе Хатун була донькою кримського хана Менглі-Гірея. Відомо, що хани брали за дружин переважно черкесок, чим і пояснюється яскравий кавказький тип султанового обличчя. Виховувався Сулейман серед вправних татарських нукерів у колишній генуезькій колонії — місті Кафі (нинішній Феодосія).

Сулеймана I вирізняв неабиякий талант адміністратора. За його правління були укладені кодекси з метою впорядкувати військово-адміністративний устрій та фінанси, а ще вибудована настільки цілісна система управління державою, що турецькі султани після його смерті видавали не закони, а лише «укази справедливості» — адалет-наме. За Сулеймана I Пишого почався розквіт турецької культури, що ввібрала в себе все найкраще від підкорених народів. Він писав вірші, протегував математику, астрономію, картографію і мореплавцям, за часів його правління жив і творив видатний архітектор Сінан, найбільшу славу якому принесли чудові мечеті — Селіміє, Шахзаде, Сулейманіє.

Туреччина була буквально переповнена сотнями тисяч невольників — греків, сербів, українців, московитів, поляків, хорватів, венеційців, албанців... Чимало з них зрікалися своєї віри й ставали талановитими адміністраторами, яничарами — ревними виконавцями волі султана. Головними поставцямиками невольників були кримські татари і ногайці.

Сулейман I, поза сумнівом, був найвидатнішим із турецьких султанів. Як писав англійський історик Стенлі Лейн-Поуль, «трохи чи не од Гбралтара до Багдада та й од порогів Нілу до Будапешта на Дунаї — його імперія».

В Україні султан Сулейман I Пишний особливо відомий завдяки дружині, про яку ми дізнаємося, зокрема, з роману Павла Загребельного «Роксолана». Він вийшов друком у Радянському Союзі 1980 року. До речі, турецький перекладач цього твору Омар Дермеджі запитав під час однієї із зустрічей з автором за його життя, як йому вдалося добитися видання цього роману всупереч радянській цензурі. Адже у ньому на першому місці були не класичні чи суспільство, як того вимагали комуністичні догми, а особистості. Павло Архипович тоді іронічно відповів, що роман просто був завеликий, і цензори не подужали його...

Життя Насті Лісовської — Роксолани — схоже на неймовірну, фантастичну казку. 15-річна дівчинка з Рогатина по-



Такими художники зображували на полотнах султана і його кохану Хуррем.

трапляє до гарему молодого Сулеймана та отримує офіційний статус «першої дружини султана». А вже незабаром її визнають за імператрицю величезної Османської імперії, фактично співправительницею Сулеймана Пишого.

Цікаво, що Роксоланою цю нашу співвітчизницю нарекли не османські, не мусульманські джерела і не пізніші

знала також і європейські). Вона повинна була — якщо хотіла жити! — знати й опанувати правила «зміїного життя» у султанському гаремі (надто у перші, ранні роки своєї кар'єри, де кожна красуня ненавиділа своїх конкуренток у боротьбі за близькість до султана і робила все, щоб знищити суперницю). І це їй вдалося завдяки розуму, знанню психології людей (цей дар у неї проявився дуже рано) і незламній волі.

Померла Настя Лісовська — Роксолана, «Хуррем» (у перекладі з перської: весела, усміхнена — суттєвий штрих до її портрета) у статусі другої особи в державі, у віці приблизно 53 років, у квітні 1558-го, оточена пошаною і любов'ю султана, який — про це свідчать турецькі історики — безмежно сумував за нею та зробив чимало, щоб увічнити її пам'ять.

У Стамбулі було збудовано — за наказом Сулеймана, який пережив її на вісім років, — прекрасний мавзолей. Мавзолей Роксолани. Хуррем. Володарки імперії. Тієї, яка, за відгуками сучасників, «була радше милою, ніж красивою». Тієї, чий портрет написав 1555 року великий Тиціан. Полотно названо La Sultana Rossa — «султанша-русинка» або «султанша, народжена на Русі».

українські, а західноєвропейські автори (можливо, не без впливу польських хроністів, які називали Роксоланією значну частину тодішніх українських земель, а мешканців її — роксоланами). Роксолана мусила не лише прийняти іслам (дочка православного священика), вивчити закони шаріату та цивільного права Туреччини («Канун»), опанувати турецьку, перську та арабську мови (є свідчення, що, крім цього, блискуче

● НА ПРОДОВЖЕННЯ ТЕМИ

Історія дуже повчальна — на всі часи

**Цікавий переказ (а може, байка) про те, що, помираючи, Сулейман покликав слугу, щоб він записав його останню волю**



Барельєф Сулеймана Пишого на Капітолії (Вашингтон, США).

Слуга був надзвичайно здивований трьома останніми пунктами заповіту:

1. Султан заповідав, щоб його труну несли на руках найкращі лікарі Османської імперії.
2. Щоб по всьому шля-

ху, яким будуть нести його табут (мусульманська домовина), розкидали золоті монети і дорогі каміння.

3. І щоб його руки висовувалися з табути і були на виду.

Набравшись сміливості слуга запитав у Сулеймана, навіщо йому це. На що султан відповів: «Нехай кращі лікарі несуть мій табут, і нехай усі бачать, що навіть найкращі лікарі безсилі перед обличчям смерті. Розкидайте зароблене мною золото: нехай

усі бачать, що те багатство, яке ми отримуємо від життя, в цьому світі і залишається. Нехай усі бачать мої руки і засвоять, що навіть падишах усього світу — султан Сулейман Кануні, пішов з цього життя з порожніми руками».

«Те багатство, яке ми отримуємо від життя, в цьому світі і залишається.»

# Велика сторінка для Пані

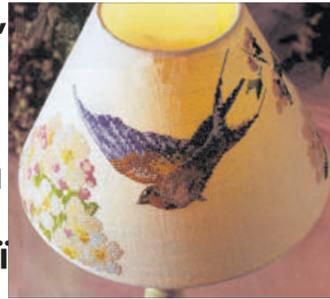
Чоловік запитує дружину:  
— Як ти думаєш, чому сусіди називають тебе ідіоткою?  
— Був би ти генералом, називали б генеральшею...



## ● РУКОДІЛЬНИЦЯМ

# Залиште вдома весну назавжди

Зміни в природі усіх надихають на творчість: хтось малює картини, хтось пише вірші чи музику... А як вам ідея додати весняних ноток в інтер'єр — приміром, вишити такий оригінальний абажур для настільного світильника або торшера? На вигляд — шикарно, але за роботу братися боязко? Не лякайтеся! Все дуже просто: викроїти абажур можна за аналогією до спідниці-«півсонце», схема вишивки також пристосована під таку форму. Отож трішки фантазії та терпіння — і навіть стара лампа стане витвором мистецтва!



## ● КЛУМБА НА ПІДВІКОННІ

# Смугастий гість прикрасить оселю

Бажаєте урізноманітнити кімнатну флору — пригляньтеся до екстравагантної калатеї. Це популярна декоративна листяна рослина, хоча деякі види (наприклад Шафран і Баршевича) мають великі яскраві суцвіття

Кімнатна калатея належить до сімейства марантових. Її листки вражають різноманітністю забарвлень: від звичних біло-зелених до екстравагантних червоно-коричневих. Це досить примхлива рослина, особливо квітучі сорти. Найпоширенішими є найменш вибагливі Смугаста і Медальйон. Найбільш витончена — калатея Макоя, строкате листя якої на тонких довгих черешках піднімається на 30–60 см від розетки.

Полівати рослину потрібно кілька разів на тиждень (2–3) в літній період, рідше взимку (досить одного). Перезволоження землі згубне, обов'язково на дні горщика повинні бути дренаж і отвори для стоку зайвої води.

Калатея — теплолюбива

рослина, їй комфортно, коли не нижче 18 градусів (навіть у зимовий період мінімум +16). Боїться різких перепадів температур та протягів. Потребує і високої вологості. Найкраще поставити поруч ємність із водою або ж регулярно обприскувати теплою водою з пульверизатора, двічі на місяць влаштовувати теплий душ (вкрияючи поверхню землі захисною плівкою). Через високу сухість повітря листя втрачає пружність, на ньому з'являються бурі плями, можливі ефект «рваних» країв. Не можна тримати калатею поруч із батареєю, краще перемістити в затінене, але більш вологе місце. Якщо для декоративних листяних видів допустима півтінь (при нестачі світла рослина тільки незначно втратить



яскравість візерунка листя), то квітучі вимогливі до світла, причому денного (інакше навесні не зацвітуть).

Калатея щорічно пересаджують

ро року варто підживлювати добривами для декоративних листяних рослин.

Найкраще розмножується діленням куцях під час пересадки. Кожну частину висаджують в окремий вазон, влаштувавши невелику тепличку, при цьому температуру потрібно підтримувати не нижче 20 градусів.

Щоб уникнути проблем при вирощуванні, слід дотримуватися правил догляду. Саме сухість повітря, а не сухість субстрату призводить до захворювань, якщо ж допустити перезволоження ґрунту, то можливе загнивання коріння, ламкість черешків, деформація листя. Теплий душ (35–40 °C) позбавить калатею від шкідників. При сильному ураженні її слід обробити мильним розчином. Для профілактики рослину необхідно регулярно обприскувати теплою кип'яченою водою або промивати листя за допомогою ватного тампона.

у пухкий субстрат на основі гумусу. Використовують неглибокі, але широкі і головне — важкі горщики, щоб рослина не перекидалася. Деякі види мають компактні розміри, тож їх можна садити у невеликі пластикові або керамічні кашпо. Протягом усьо-

## ● ДОМАШНЯ АКАДЕМІЯ

# Відіпрати тюль допоможуть сіль та оцет

Коли у вікна зазирає весняне сонечко, такі невеликі, як брудне скло чи не зовсім білі гардини, особливо помітні. І якщо придбати новий тюль для вікон «не дозволяє» гаманець, то відновлення старого обійдеться майже за дарма — стануть у пригоді прості й доступні засоби, які у кожному домі

Замочити тюль на годину-півтори у теплій воді при температурі 36 градусів, додавши багато солі — вона пом'якшить воду і розіть усю жовтизну та бруд. Вода стане незвично темною — такий сильний ефект солі.

Після цього гардини слід добре прополоскати у ледь теплій воді, адже від гарячої тюль та інші тонкі тканини жовтіють і стають жорсткими. Температуру можна «виміряти» ліктем, як при купанні дитини (у шкірі лікті значно вища чутливість). Полощемо, міняючи воду, поки відходить бруд. Тоді знову наливаємо воду такої ж температури, тепер додаємо найкращого порошку, перемо, полощемо, але не віджимаємо!

Ще раз набираємо воду 36 градусів, додаємо оцет — приблизно столова ложка на літр води. Це потрібно для того, щоб тюль «іскрився», саяв. Волокна тканини стануть блискучими, еластичними, на сонці цей ефект підсилиться. Сюди ж можна влити синьки, а можна й пом'якшити воду, але полоскання із синькою має



бути останнім. Кількість синьки — довільна, але не переборщить — вода повинна бути злегка блакитною, а не темною. Добре прополоскати тюль і розвісьте, щоб сушився.

В результаті такої процедури ваші гардини стануть білосніжними, сяятимуть, дивуючи всіх чистотою.

## ● ШПАРГАЛКА ДЛЯ МАТУСЬ

# Тісто-пластилін готуємо самі

Секрет популярної забавки — інгредієнти ціною в копійки

Бавитися сучасним кольоровим тістом-пластиліном (ще його називають плей-до), яке не прилипає до рук, дуже любляють діти. Але коштує воно у магазинах дуже дорого: набір із кількох кольорів «потягне» більш як на сотню гривень. Та винахідливі господині швидко розгадали секрет заморської іграшки і радо діляться з усіма, як зробити такий «пластилін» вдома з інгредієнтів, що знайдуться на кожній кухні. А ще його можна готувати разом із дітьми: процес зацікавить малечу, та й вам буде підмога.

Отож знадобиться: 1 скл. води, 1 ст. л. олії, 0,5 скл. солі, 1 ст. л. лимонної кислоти, 1 скл. борошна, харчовий барвник.

Приготування. Змішати у каструлі воду, олію, сіль, лимонну кислоту і харчовий барвник, поставити на вогонь і трохи нагріти. Зняти з плити, додати борошно, перемішати, а потім місити руками до однорідного стану. Тримати це тісто можна в холодильнику в герметичному контейнері або загорнутим у плівку. Якщо під час зберігання з нього виділяться крапельки



Замість синтетичних харчових барвників можна використати сік буряка, моркви, шпинату, а також куркуму і настій чаю каркаде, який пофарбує тісто у блакитний колір.

вологи, просто домісіть трошки борошна. Лимонна кислота надасть тісту різкого смаку, тому випадково спробувавши його на язик, дитина більше не захоче брати цей виріб до рота.

Замість синтетичних харчових барвників можна використати сік буряка, моркви, шпинату, а також куркуму і настій чаю каркаде, який пофарбує тісто у блакитний колір.

## ● ВАРТО ЗНАТИ

# Відкрийте для себе магічний світ ароматів

Оволодівши секретами ароматерапії, ви зможете вирішувати самостійно більшість косметичних проблем. Окрім цього, ефірні олії та запахи дуже добре впливають на загальний стан організму, заспокоюють та зміцнюють нервову систему, поліпшують настрій

Олія солодкого мигдалю живить та зволожує всі типи шкіри, особливо суху, чутливу та запалену. Додайте 2–3 краплі мигдалевої олії до 1 чайної ложки нічного крему для обличчя. Кожен вечір масажними рухами наносьте його на чисту шкіру.

Ефірна олія кипарису допомагає при варикозі та розширених судинах. Змішайте 2–3 столові ложки соняшникової олії з 5–7 краплями кипарисової. Після контрастного душу масажними рухами увітріть отриману суміш у проблемні ділянки.

Олію шавлії використовують для лікування жирного волосся. Додайте 2 краплі її до 1–2 чайних ложок шампуню, ретельно увітріть у волосся та промийте чистою водою. Процедуру необхідно повторювати не частіше двох разів на тиждень.

Лавандова олія допомагає боротися з пітливістю ніг. Для цього слід робити ванночки, розчинивши у теплій воді морську сіль та 2–4 краплі ефірної олії лаванди.

Для зміцнення нігтів та догляду за руками дуже корисна ефірна олія лимона. Щоб пом'якшити та відбілити шкіру рук, додайте її у свій крем 2–3 краплі.

У перекладі з грецької мови **кориця** означає «досконала пряність». Її запах зміцнює нервову та серцево-судинну системи, поліпшує кровообіг. 2–3 краплі ефірної олії на 10–15 г жирної основи,



наприклад олії або крему, — чудова суміш для масажу, що покращить кровообіг усього тіла.

Ефірна олія іланг-ілангу застосовується для оздоровлення волосся. Додайте 3–5 крапель ефірної олії до 2 чайних ложок свого шампуню або маски для волосся.

Ефірні олії та запахи дуже добре впливають на загальний стан організму, заспокоюють та зміцнюють нервову систему, поліпшують настрій.

Аромат розмарину чудово заспокоює, допомагає зосередитися, зміцнює нервову систему, пробуджує інтуїцію, інтерес до життя. Ванни з ефірною олією цієї рослини поліпшують стан шкіри, сприяють відновленню життєвих сил (2–5 крапель на ванну). Для заспокоєння

додайте кілька крапель в аромалампу.

Ефірну олію солодкого апельсина використовують у дерматології при лікуванні проблемної шкіри. Окрім цього, вона чудово допомагає у боротьбі з целюлітом. Змішайте 3–5 крапель олії апельсина з 10–15 г обраного крему для обличчя і масажними рухами увітріть у шкіру. Це розгладить її, зніме запалення та позбавить лущення. Найкраще робити таку процедуру ввечері, перед сном. Для антицелюлітної суміші змішайте 2 столові ложки соняшникової олії з 3–5 краплями апельсинової.

Трояндова ефірна олія — незамінний засіб для омолодження шкіри та регенерації клітин. Додайте 3–4 краплі трояндової олії до гелю для душу. Це чудово пом'якшить шкіру, зробить її оксамитовою. А щоб освіжити шкіру обличчя, додайте 2 краплі олії до склянки кип'яченої теплої води та вмийтеся нею.

Олію чайного дерева активно використовують у дерматології, а також для лікування герпесу. Розчиніть 5 крапель ефірної олії в 5 краплях соєвої та змішайте герпес. Повторіть процедуру кілька разів упродовж дня.

## ● НА ЗАМІТКУ

# Нові туфлі не розчарують

Ось і весна! Ми закинули на антресолях набридлі чоботи і переходимо на легше взуття. Хтось купує їх у магазинах, хтось — на базарі

На жаль, там часто можна натрапити на підробку. Любителі ринкового шопінгу більше ризикують. У цій ситуації покупець менш захищений, «вілний» продавці складніше заклакати до порядку. Як правило, вони посилаються на хазяїна, до якого з усіма питаннями, що виникають у покупця, потрібно звертатися. А його застати на місці проблематично. Тож, перш ніж платити гроші, добре придивіться та проаналізуйте всі «за» і «проти», щоб замість шкряяного не придбати підробку чи неякісне взуття.

Для позначення натуральної шкіри застосовується універсальний знак на ярлику — контур шкіри тварин. Штучні матеріали мають іншу позначку — ромбик.

Натуральна шкіра товстіша і має характерний запах. Якщо не довіряєте собі, то спочатку понохайте те взуття, в натуральності якого ви впевнені. Коли вподобали замшеве, — проведіть рукою по поверхні. Ворсинки відхилилися, колір туфельок дещо змінився — перед вами виріб із натурального матеріалу.

При виборі взуття дивіться на підшву. Краще, коли вона із синтетичних матеріалів: шкіряна — слизька, швидко зношується і непридатна на дощову погоду. Крім того, вона повинна бути щільно приклеєна. Перед покупкою попросіть продавця перегнути туфельку чи черевички навпіл. Із високоякісним взуттям нічого не трапляється.

Носки і задники мають бути ущільнені. Зверніть увагу на стійкість підборів. Каблук повинен щільно прилягати до рівної



Для позначення натуральної шкіри застосовується універсальний знак на ярлику — контур шкіри тварин.

поверхні, а носок піднімається на 5–7 міліметрів. Ще одна ознака добротного взуття — спосіб кріплення внутрішніх деталей. Вони мають бути ідеально приклеєні й просторочені. І насамкінець зазначимо, що приміряти взуття найкраще в кінці дня, коли ваші ноги отікають.



## ● СІМ «Я»

## Виховання малят – це реаліті-шоу

«З цією дитиною збожеволіти можна», – я ділюся з подругою своїми «армагеддонними емоціями». Поглядаю на шустрого найменшенького і тут же пригадую, що колись уже казала точнісінько таку саму фразу, тільки про іншого свого хлопця. Поглядаю на малого знову – він узявся нищити щойно відновлений порядок. (Чомусь йому спокійніше на душі, коли у хаті все шкереберть.) Я «вмикаю» правило № 10: не змагайтеся з хаосом – змиріться з ним! Мине якихось півроку – і невтомне прибирання здасться маленькою крапкою з минулого. А сьогодні – сьогодні я перечитую Найджела Латту

Оксана КОВАЛЕНКО,  
мама



Не повірте! Навіть про те, як жити при здоровому глузді з любою і нестримною донечкою чи запальним сином, є психологічна література. Приміром, психолог-практик із Нової Зеландії Найджел Латта (16 років стажу) видав книгу «Перш ніж ваша дитина доведе вас до божевілля». Він із розумінням пише про батьківські помилки. «...Ми неминуче помиляємося. Ми – батьки, це наша робота. Наші діти так само мусять вижити, спілкуючись із нами, як і ми мусимо вижити з ними. Виховання дітей – справжнє реаліті-шоу, тільки без телевізора». У самого Латти – двоє синів. Цей чоловік з іншого континенту дійшов висновку, що діти казяться тоді, коли їхні батьки не знають або порушують 10 правил виховання. Не зайве їх переказати. Перше правило – «Мати з дітьми добрі стосунки, засновані на повазі». Батьки через взаємини з дитиною вчать її спілкуватися з ними та світом. Наступне – теж нове – «Любити». Якщо у вашій сім'ї суворі, напружені стосунки – це проблеми з виявом почуттів. Про симпатію, загальну здорову атмосферу в родині дуже гарно свідчить жартівливий та грайливий тон. Це, зауважує Латта, хороше мастило для сімейного життя. Інше правило: «Діти – піраньї». Це про увагу. Вони ненаситно пожирають батьківську увагу і її не буває забагато. «Годуйте їх належно і вони лишаться у своїй річці».

Що ми робимо, коли дитина погано поводить? Сваримо її, дорікаємо. Найджел Латта радить «не помічати поганого і заохочувати хороше». «Якщо щось підживлювати – воно ростиме, якщо ні – воно згасне». Погану поведінку або ігноруємо, або демонструємо свою холодність, хорошу поведінку – хвалимо, коментуємо. І ось іще промовиста теза: якщо постійно вділяти поганій поведінці увагу, в результаті виросте чудовисько.

Як і інші психотерапевти та батьки з позитивним досвідом, цей фахівець теж наголошує, що «дітям потрібні кордони, обмеження!» Межі дозволеного встановлюють батьки і ні за яких обставин не дозволяють їх порушувати. Ці межі-кордони не дають вийти назовні і не пускають всередину погане. Наступне правило: «Старайтеся бути послідовними». «Це не завжди вам вдаватиметься, тому не дуже сваріть себе, якщо в якихось випадках не зможете притримуватися наміченого».

Найджел Латта не є дуже оригінальним, повідомляючи наступне правило-закон: «Не пробачайте жадливої поведінки». Як фахівець, котрий працює з проблемними

дітьми, він дуже часто спостерігає: батьки терплять таке хамство своїх дітей, що він дивується, де дорослі люди беруть стільки непотрібної терплячості. Із цим правилом нерозривно пов'язане ще одне: «Не дозволяйте неповаги до себе». Утім, майте на увазі, що неповага і незгода з вашою думкою – різне. Якщо дитина з чимось не погоджується, затято сперечається – нехай. Це природно. Суперечки доводять якраз, що свою батьківську роботу ми виконуємо добре. Діти ростуть, вчаться формувати про все власну думку. Є ще одне важке у виконанні правило: «Обов'язково складайте план щодо своїх подальших дій». Мова про вирішення проблем. Досвідчені батьки знають, що найгірше – діяти зопалу, не зваживши всі «за» і «проти». Одним махом можна перекреслити багато з того, що плекалося роками.

За моїми спостереженнями, дорослі звикли на правах старшого і

“**Жити за планом, маючи дітей, – «все одно, що прокладати маршрут через ураган». Зрозумійте це і змиріться з неминучим.**”

начебто мудрішого «вершити суд» над дітьми. Знаю, як важко змусити себе охолонати, відкласти на потім «суворий допит»... Наступне правило дещо прояснює: «Будь-яка поведінка – це спілкування». Пригадуєте пораду не сприймати буквально вигуків на кшталт «я тебе ненавиджу»? Діти так кажуть, бо мають багато почуттів і знають замало слів, щоб правильно їх озвучувати. А часто буває так, що вони більш охоче «говорять» певною поведінкою. Вчинками розповідають про почуття. І погані вчинки – це теж повідомлення. (Латта каже, зазвичай вони свідчать, що перші вісім правил не виконували або виконували погано.) Наостанок уже згадане – «Не змагайтеся з хаосом». Жити за планом, маючи дітей, – «все одно, що прокладати маршрут через ураган». Зрозумійте це і змиріться з неминучим. І найголовніше – не втрачайте здорового глузду. Заспокійлива цитата від Латти: «Всі ми кричимо. Всі ми вряди-годи чинимо не дуже добре один з одним. Від того, що ви підвищите голос чи покараєте своїх дітей, вони не виростуть емоційно неповноцінними. Просто в інший час будьте турботливими і проявляйте любов... Чим божевільніше ви себе поведете, тим більш божевільні ваші діти; чим ви щасливіші – тим щасливіші ваші діти».

## ● ЖІНОЧИЙ ПОГЛЯД

Foto theofhappiness.com.



«Що таке справжнє щастя – я відчула лише протягом останнього часу».

## «Чому я не хочу померти в 75 років»

Відповідь пенсіонерки медичному світилу Америки

Стаття лікаря Езекиїля Емануеля (Ezekiel Emanuel) «Чому я сподіваюся померти в 75 років» свого часу зчинила багато галасу. Він – видатний учений, директор департаменту клінічної біоетики Національного інституту охорони здоров'я США й один із головних авторів американської медичної реформи

Джоан ГЕЙДЖ



Одним словом, доктор Емануель, якому на момент виходу публікації було 57 літ, збирається діяти так: у 65 років припинити будь-яке лікування – жодних вакцин від грипу, колоноскопії, ніяких операцій, кардіостимуляторів чи антибіотиків – і до 75 померти з природних причин. У своїй статті він уїдливо пише про новий тип людини – «безсмертного американця», який схилений на здоровому харчуванні та фізичних вправах, всіляких зарядках для мозку, вітамінах і біодобавках – все для того, щоб продовжити своє життя якомога довше. «Справи кепські, – пише професор біоетики, – адже все одно від людини після 45 років немає користі: креативність падає, продуктивність – теж». У третини американців, старших 85, – хвороба Альцгеймера, у половини – функціональні обмеження. Людина, яка прожила більше 75 – егоїст: вона обтяжує суспільство і залишає у своїх близьких важкі спогади. Лікар Емануель наводить приклад свого батька: у 77 йому поставили кардіостимулятор, і хоча зараз, коли йому за 80, він плаває, читає і, як і раніше, живе у власному будинку, та його життя не «можна назвати повноцінним».

«Пане Емануель! Мені 74 роки, і я дуже сподіваюся, що проживу значно довше, ніж 75. Річ у тому, що якість мого життя за останні 10 років помітно вища, ніж у будь-які минулі роки. У старших класах я була нещасним підлітком, в інституті – вічно втомленою невипанною студенткою, а в період між 30 і 50 роками розривалася між

трьома дітьми, роботою і домашніми обов'язками.

Тепер щоранку, коли я сиджу за чашкою кави та газетами і мені не потрібно підхоплюватися о 6-й, готувати всім сніданок, пакувати бутерброди, а потім натягати офісний костюм

“**У ресторани я ще здатна прочитати меню без окулярів. Сподіваюся, вони не знадобляться мені і через 18 років, коли я читатиму ваш некролог у газеті, дорогий пане Емануель.**”

і мчати на роботу в переповненому метро, я розумію: оце і є щастя.

Ось що я встигла зробити, відколи мені виповнилося 65 (багато що з цього – після 70):

Повернулася до свого старого захоплення – живопису: ходжу на заняття при місцевому музеї, виставляю свої роботи і навіть продала декілька картин. Три ресторани прикрашені моїми полотнами і фотографіями.

Я веду блог, де за останні 6 літ написала 390 постів.

Побувала в Індії на традиційному весіллі, відвідала Тадж-Махал і Варанасі. Я пливла по Гангу в маленькому човні і дивилася, як на берегах йоги виконують свої асани, а поруч горять похоронні вогнища.

Відвідала заповідник метеликів-монархів Ель Росаріо

в Мексиці. Для цього мені довелося дертися по горах на значну висоту, де бракує кисню для дихання, але воно того варте.

Вночі з ліхтарем у руці я стояла на пляжі в Нікарагуа і дивилася, як сотні маленьких черепашок вилазять з піску і повзуть до океану, щоб поплисти у бік Африки.

У 2009 році була на 50-му вечорі зустрічі випускників свого класу. Ми зібрали великий ювілейний альбом з біографіями, а потім кілька разів зустрічалися на Манхеттені: гуляли в Центральному парку, влаштували пікніки, ходили в музей Метрополітен, вечеряли в ресторані, слухали класичну музику.

Нарешті, після 70 зі мною сталася найжиттєствідніша подія: у 2011 році народилася моя перша внучка! Відтоді разом із нею та її батьками ми побували в Нікарагуа, Греції і Маямі. Я граюся з нею в ті гри, які любила 7 десятиліть тому, читаю їй свої улюблені книги, співаю пісеньки і спостерігаю, як вона перетворюється на самостійну людину.

Мій батько мав хворобу Паркінсона, й останні два роки його життя були дуже важкими. Моя мама померла у 74. У неї було слабке серце, під кінець вона навіть не могла відчинити двері до своєї кімнати. Але помирати не хотіла.

Мені 74, я проходжу 10 тисяч кроків, займаюся пілатесом (комплекс фізичних вправ для гнучкості тіла. — Ред.) і для мене не становить труднощів повзати по підлозі з внучкою або піднімати її на руки. Я, як і раніше, здатна здолати за кермом ті 180 миль, що відділяють нашу квартиру на Манхеттені від ферми в Массачусетсі. У мене вистачає мізків, щоб розв'язувати кросворди і вчитати іспанську. У ресторани я ще здатна прочитати меню без окулярів. Сподіваюся, вони не знадобляться мені і через 18 років, коли я читатиму ваш некролог у газеті, дорогий пане Емануель».

Джерело: huffingtonpost.com.

## ● НЕВІДОМЕ ПРО ВІДОМЕ

# Мами цьому винаходу більше раділи, ніж польоту людини у космос

27 квітня 1965 року у США запатентовані підгузки «Памперс»

Оксана КОВАЛЕНКО

Якби мам світу запитали, кому би вони поставили пам'ятник, переважна більшість назвала би ім'я винахідника памперсів. Герой без перебільшення — Віктор Мілс, хімік-технолог американської компанії Procter & Gamble. Це він придумав, як полегшити життя мільйонам мам і дітей. Я — у їхньому числі. Моя мама тільки задрісно зітхає, порівнюючи кількість «свого» і «мого» прання та згадуючи про 12 шарів марлі. А ще ж є вільний час, щоб побавитися з дитинкою, відкрити книжку, подивитися новини, залізи в інет і не сумніватись, чи гуляти взимку! Усіх плюсів і не перелічиш! Направду світлої пам'яті людина — той Мілс!

Добре, що дружина і донька довірили Мілсу глядіти онуків, інакше він би не мав приводу замислитися, як би то спростити собі життя. (До того він винайшов зубну пасту.) Отож хімік придумав багатшаровий пластиковий підгузок. То був 1956 рік. Перший млинець вдавас глевким. Мілс використав як наповнювач пластик. Надворі стояла 30-градусна спека, тож діти добряче попріли. Та він рук не опустив. У 1959-му у штаті Нью-Йорк випробували оновлені трусики з більш ніжним верхнім захисним шаром, поліпшеними внутрішніми шарами і на кнопках. Головний шар наповнений абсорбувальною ватою, речовиною, здатною поглинати і тримати вологу, що перевищувала його власну масу. А є ще

захисний шар, що не пропускає мокроту назад.

У першій партії було 37 тисяч «памперсів». Це слово у перекладі означає «плекати, пестити». Однак, називаючи ним усі

Це він придумав, як полегшити життя мільйонам мам і дітей. Я — у їхньому числі. Моя мама тільки задрісно зітхає, порівнюючи кількість «свого» і «мого» прання та згадуючи про 12 шарів марлі.

одноразові трусики різних брендів, ми здійснюємо смислову помилку. До речі, 37 тисяч перших підгузків розкупили за тиждень. (Мілс із часом запатентував винахід, пішов на пенсію й отримував 5% від доходу з продажу). Є підгузки-памперси, є хаггіси, є й інші — до 100 марок. Мама з країн радянського просто-

ру почали використовувати саме «памперси» аж у 1990-х роках. Хоч є відомості, що у Радянському Союзі прообраз підгузків був ще до першого польоту у космос (а це 1961 рік). Правда, про звичайних мам тоді ніхто не думав.

Немовлята, космонавти, альпіністи, водолази, важкохворі, роз-



На відкриття Віктора Мілса людство чекало тисячі років.

відники — усім їм служить винахід Мілса. Звісно, нині підгузок має ще досконаліший наповнювач. Це силікагель. Нова технологія перетворює

вологу на гель, який, по-перше, уже не витече назад, а, по-друге, рівномірно розподіляється по всій площі. Але і ці нові наповнювачі у різних одноразових підгузках є різного ступеня ефективності: одні вбирають ліпше, більше і швидше, ніж інші. Саме здатність добре поглинати вологу є одним із основних показників якості цього товару. Жоден природний матеріал таких властивостей не має. Удосконалили і застібки-липучки: вони можуть розстітися до 1000 разів! Новинка — підгузки-трусики. Дуже зручна річ

для батьків особливо вертлявих дітях. А ще ж є не тільки універсальні підгузки, а спеціальні для хлопчиків і дівчаток: залежно від особливостей сечовидільної системи в одних більше силікагелю кладуть попереду, а в інших — знизу. Тепер попереду вставляють і спеціальну стрічку-індикатор, що показує рівень мокроты. А ще фахівці Університету Токіо повідомили про розробку електронного підгузка, він сигналізує звуком, що пора його знімати. Собівартість однієї схеми-«сигналу» не перевищує декількох центів.

Підгузки швидше полегшують життя мамам, аніж дітям, і це необхідна річ. Таку позицію відстоює відомий в Україні лікар Євгеній Комаровський. Він справедливо вважає, що невтомлена мама ліпше доглядатиме немовля, аніж жінка, яка відкидає «шкідливу хімію». Комаровський також наводить статистику на протигагу інформації про те, що підгузки можуть провокувати безпліддя у хлопчиків: за час використання памперсів (понад півстоліття) відсоток безпліддя незмінно становить 15%. Одночасно лікар застерігає тримати дітей постійно у памперсах і радить їх знімати, особливо якщо у дитини висока температура тіла (підгузок таки гріє і не дає тілу «дихати»). Серед інших мінусів — він дуже повільно розкладається у природі і погано горить.

Мають підгузки і скандальну славу. В одному з індійських міст мешканці масово взяли палити памперси через зображення котенят. Вуса тваринки на памперсі нагадували арабську в'язь і деякі люди примудрилися знайти там натяк на ім'я пророка Мухаммеда.

Менше з тим, не так давно одноразові підгузки включили в американський рейтинг «100 найзначніших винаходів, що змінили життя людей у XX столітті». Вони і далі готові віддавати гроші за цей товар: за два роки американська сім'я з малою дитиною витрачає на нього в середньому 1,5 тисячі доларів. Виробники навіть виготовляють памперси для тварин...

РЕКЛАМА

**ДИН ЩАСЛИВИЙ ДЗВІНОК**

Вручення вже 30 квітня 2018 року!

**125 000** гривень за одне правильне слово!

Переставте букви, вгадайте зашифроване слово, повідомте його нам за телефоном і отримайте 125 000 гривень!

З	О	Р	Т	Е	В	І	Л	Е
Т	?	?	?	?	?	?	?	?

(Першу букву ми вже вписали!)

За швидку відповідь отримайте один із призів:

- Автоматичний тонометр NISSEI DS-1011 — 1000 грн
- Ручний масажер BEURER MG 80 з інфрачервоним підігрівом — 2000 грн
- Грошова винагорода — 8000 грн

**0-800-50-55-89** Дзвінки БЕЗКОШТОВНІ зі стаціонарних і мобільних телефонів у межах України (понеділок – субота з 08:00 до 20:00, неділя з 09:00 до 19:00) **646**

\*Акція проводиться з 01.04.2018 р. по 30.04.2018 р. на всій території України. Вручення відбудеться 30.04.2018 р. в м. Києві. Призовий фонд усіх акцій, які будуть проводитися протягом року (з 01.01.2018 по 26.12.2018), становить 125 000 гривень. Дане рекламне оголошення є формою опитування і не є рекламою заочувального заходу або пропозицією з придбання товарів за зниженою ціною чи надання будь-яких послуг. Оголошення розміщено з метою визначення зацікавленості потенційних споживачів відносно таких товарів або послуг, а також визначення осіб, які потенційно бажають брати участь у різних маркетингових акціях та інших заходах. Додаткову інформацію Ви можете отримати за телефоном для довідок: (044) 379-16-82 (вартість послуги згідно з тарифами ПАТ «Укртелеком»). ТІЛЬКИ ДЛЯ ПОВНОЛІТНІХ. \*\*Мається на увазі реєстрація участі в акції.

© ТОВ «НОМІНАЛ ГРАД», а/с № 82, м. Київ, 01926. 2018 р.

## ● НЕЙМОВІРНО!

## Малюк народився через 4 роки після смерті батьків

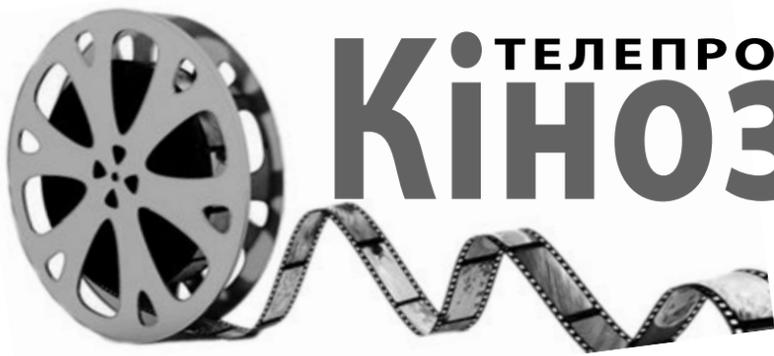
Хлопчик з'явився на світ із замороженого ембріона від сурогатної матері

Подружжя Шен Лі і Лю Сі два роки не могли зачати дитину природним шляхом. Зважилися на штучне запліднення. Звернулися до місцевої клініки, де їхні ембріони заморозили у рідкому азоті за температури -196°C. Але за 5 днів до операції, у 2013-му, подружжя загинуло в автокатастрофі.

Проте рідні дідуся і бабуся вирішили, що малюк має народитися — як пам'ять про Шен і Лю. Лікарі відмовилися надати ембріони. Їх забрали через суд. Розгляд справи тривав три роки, адже сурогатне материнство в Китаї заборонене. Батьки загинули знайшли в сусідньому Лаосі жінку, яка погодилася виносити дитину. Наприкінці 2017 року в неї народився здоровий хлопчик. Назвали його Тянтян — «солодкий».

— Він завжди усміхається. Очима схожий на мою доньку, а в усьому іншому — на тата, — розповіла мати Лю Ху Сінджан.

Родичі вирішили, що розкажуть Тянтяну, як він з'явився на світ, уже коли подорослішає. А поки що говоритимуть, що батьки працюють за кордоном.



# ТЕЛЕПРОГРАМА Кінозал



30 квітня — 6 травня

1+1, ІНТЕР, ТРК «УКРАЇНА», СТБ, ІСТУ,  
НОВИЙ КАНАЛ, МЕГА, K-1, 2+2, ZIK

## ● ЛЮДИНА-ЛЕГЕНДА

# Відправив на поміст рингу свого кумира і заплакав у роздягальні

**Роккі Марчіано (справжнє ім'я Рокко Маркеджіано, 1923—1969) — американський важковаговик, який чотири роки поспіль, з 1952-го по 1955-й, ставав чемпіоном світу, із 49 боїв 43 виграв нокаутом і не зазнав жодної поразки**

### Леонід ОЛІЙНИК

Роккі народився у 1923 році. У дитинстві мріяв стати бейсболістом і навіть згодом безуспішно виступав за напівпрофесійну команду. Після школи хлопець із сім'ї емігрантів був змушений піти на роботу, щоб допомогти рідним. Боксом почав займатися під час служби в армії (1943—1946), як кажуть, щоб уникнути чергування на кухні. Згодом брав участь у кулачних боях за гроші. Серйозно задумався про кар'єру на ринзі, коли на бейсбольному майданчику нічого не вдалося. Марчіано не пив, не курив і тренувався, як навіжений. Навесні 1949-го у нього вже було 16 перемог нокаутом, цим він і привернув увагу боксерської спільноти.

Непереможний боксер із неймовірно важким ударом мав чуйне серце. Коли після бою його суперник Кармін Вінго потрапив у реанімацію, Роккі два дні провів у лікарні й віддав йому свій гонорар. А в 1951 році Марчіано нокаутом у восьмому раунді переміг титулованого Джо Луїса. Після цього плакав у роздягальні, адже той був для нього кумиром. 23 вересня 1952-го



Цей удар у бою з Джессі Джо Уолкоттом приніс Роккі перший пояс чемпіона світу.

29-літній Роккі Марчіано у 13-му раунді відправляє у нокаут чинного чемпіона Джессі Джо і назавжди закріплюється на боксерському Олімпі.

Утім, шанувальникам боксу Роккі запам'ятався насамперед незламним характером. У 1954-му під час поєдинку з Еззардом Чарльзом Марчіано отримує травму, суперник розбив йому ніс. Лікар не міг зупинити кровотечу, та чемпіон наполіг на продовженні бою і вже через два раунди переміг нокаутом.

27 квітня 1956 року Марчіано завершив свою спортивну кар'єру, пояснюючи, що хоче проводити більше часу з дружиною та маленькою донь-

Коли після бою його суперник Кармін Вінго потрапив у реанімацію, Роккі два дні провів у лікарні й віддав йому свій гонорар.

кою. Легендарний боксер загинув у 1969-му в авіакатастрофі.

У 1999 році на екрани вийшов американський телевізійний фільм «Роккі Марчіано» — спортивна драма про життя непереможеного чемпіона.

## ПОНЕДІЛОК, 30 КВІТНЯ

1+1	НОВИЙ КАНАЛ
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»	02.35, 03.00 Зона ночі
07.00, 08.00, 09.00, 19.30, 05.35 ТСН: «Телевізійна служба новин»	04.30 Абзац
09.30 «Чотири весілля»	06.29, 07.44 Kids Time
10.55 «Одруження наосліп»	06.30 М/с «Дракони. Перегони безстрашних»
12.10, 13.30, 14.45, 16.05 «Міняю жінку»	07.45 Т/с «Бібліотекарі» (16+)
17.15 Т/с «Кохання Мер'єм» (12+)	12.00 Х/ф «Відлуння далеких світів» (12+)
20.15 «#ШоуЮри»	13.50 Х/ф «Автомонстри»
22.10 Х/ф «Мандри блудниці» (18+)	16.00 Х/ф «Трансформери: Помста занепалих» (16+)
00.35 «Голос країни 8»	19.00 Ревізор. Крамниці
	21.00 Таємний агент
	22.10 Таємний агент. Пост-шоу
	00.00 Х/ф «Вертикальний рубіж»
ІНТЕР	МЕГА
05.40, 22.30 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»	06:00 Бандитський Київ
06.15 Мультфільм	07:20 Містична Україна
06.25 Х/ф «Підкидьок»	09:10, 18:20 У пошуках істини
08.00 «Готуємо разом»	10:50 Мисливці на нацистів
09.00 «Орел і Решка. Рай і пекло»	11:40 Подорож на край всесвіту
11.00 Х/ф «Бережись автомобіля»	13:30 За межами Землі
13.00 Х/ф «Здрастуй і прощай»	14:30 Дика природа Африки
14.50 Х/ф «Сорочинський ярмарок»	16:30 Відчайдушні рибалки
16.40 «Чекай мене»	17:30 Шалена подорож
18.00 Ток-шоу «Стосується кожного»	21:10 Фантастичні історії
20.00, 02.10 «Подорож»	22:00 Код неандертальця
20.30 Т/с «Заради кохання я все зможу!»	00:00 Найбільша печера Землі
00.20 Х/ф «Двоє під дощем» (16+)	
02.40 «Скептик 3»	
03.30 «Стосується кожного»	
05.00 «Топ Шоп»	
УКРАЇНА	K-1
07.00 Події тижня з Олегом Панютюю	06.30 «TOP SHOP»
08.00, 04.40 Зірковий шлях	07.40 «Чи знаєте ви, що...»
09.50 Х/ф «Доктор щастя» (12+)	08.20 «Карамболь»
12.00, 15.15 Т/с «Чорна квітка» (12+)	09.10 «Орел і Решка. Курортний сезон»
15.00, 19.00, 00.45 Сьогодні	11.05 «Орел і Решка. На краю світу»
16.20, 19.40 Т/с «Будинок на холодному ключі» (16+)	12.10, 20.00 «Орел і Решка. Презавантаження»
21.00 Т/с «Доглядальниця» (12+)	13.10, 21.00 «Орел і Решка. Рай та пекло»
23.00 Х/ф «Мумія: Принц Єгипту» (16+)	14.10 «Орел і Решка. Ювілейний сезон»
01.40 Телемагазин	22.00 «Вірю не Вірю»
02.10 Реальна містика	23.00 Х/ф «Заміж на 2 дні» (16+)
	00.50 Х/ф «Ім'я» (16+)
СТБ	2+2
06.05, 15.55 Все буде добре!	06.00 Мультфільми
07.30 Все буде смачно!	08.00 «Він, вона та телевизор»
08.30 Світами за скарбами (12+)	13.15 Т/с «Опер за викликом 2» (16+)
11.25 Х/ф «Тато напрокат» (16+)	17.05 Х/ф «Конан - руйнівник»
13.30 Битва екстрасенсів 18 (16+)	19.00 Х/ф «Конан-варвар» (16+)
17.30, 22.00 Вікна-Новини	21.20 Т/с «Кістки 11» (16+)
18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія»	23.05 Т/с «Кістки 10» (16+)
19.55, 22.40 Слідство ведуть екстрасенси (16+)	00.50 «Нове Шалене відео по-українськи»
23.40 Один за всіх (16+)	
ІСТУ	ZIK
04.05, 05.15 Скарб нації	07:00 Перші про головне. Ранок.
05.25, 04.15 Еврика!	Дайджест 07:15 Дитяча програма
05.30 Служба розшуку дітей	«МультиZIK» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини
05.35, 19.20 Надзвичайні новини	08:15, 09:10 Д/ф «Дзеркало історії»
06.30 Факти тижня. 100 хвилин	09:25 Добрий ZIK
08.30 Надзвичайні новини. Підсумки	10:50, 11:10, 13:10, 16:10, 17:10, 18:10 Перші про головне.
09.25 Д/ф «Перехрестя Балу» (12+)	Комментарі 12:00 Доказ
10.00, 13.05, 20.05 Т/с «Пес-3» (16+)	13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини
12.45 Факти. День	15:35 Громадська прокуратура
18.45 Факти. Вечір	16:00 Перші про головне. День. Дайджест
22.25 Т/с «Копи на роботі» (12+)	17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини
23.20 Х/ф «Призначення» (16+)	18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест
01.05 Т/с «Морська поліція. Спецвідділ» (16+)	19:15 VOX POPULI
02.35 Небачене Євробачення	20:00 HARD з Влащенко
02.50 Х/ф «Кримінальний талант»	21:00 Перші про головне. Підсумки
	21:35 Гра з вогнем
	22:30 Гра в класику з Сергієм Рахманініним
	23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
	02:40 Концерт

## ВІВТОРОК, 1 ТРАВНЯ

1+1	НОВИЙ КАНАЛ	14.10
06.30 М/ф «Маша і ведмідь»	03.00, 02.10 Зона ночі	14.10 «Орел і Решка. Ювілейний сезон»
07.50 Х/ф «Кохана вчителька» (16+)	04.30 Абзац	22.00 «Вірю не Вірю»
15.55 Х/ф «8 перших побачень» (16+)	06.24, 07.39 Kids Time	00.50 Т/с «Секс у великому місті» (16+)
17.40 Х/ф «8 кращих побачень»	06.25 М/с «Дракони. Перегони безстрашних»	
19.30, 05.35 ТСН: «Телевізійна служба новин»	07.45 Х/ф «Вільні» (16+)	2+2
20.15 Х/ф «Люди ікс: дні минулого майбутнього» (16+)	10.00 Х/ф «Шкільний мюзикл»	06.00 Мультфільми
22.40 Х/ф «Спадок блудниці» (18+)	12.00 Х/ф «Шкільний мюзикл 2»	08.00 «Він, вона та телевизор»
01.10 «Правдива історія блудниці»	14.30 Х/ф «Шкільний мюзикл: випускний»	14.00 Х/ф «Стужка» (16+)
02.10 Х/ф «Хроніка» (16+)	16.50, 19.00 Заробітчани	16.05 Х/ф «На межі» (16+)
ІНТЕР	16.50, 19.00 Заробітчани	18.00 Т/с «Разом назавжди» (16+)
05.30, 20.00 «Подорож»	21.00 Аферисти в мережах (16+)	21.20, 23.05 Т/с «Кістки 11» (16+)
06.00 «Удачний проект»	22.00 Від пацанки до панянки (16+)	00.50 Т/с «Безсмертний» (16+)
06.50 Мультфільм		ZIK
07.00 Х/ф «Миленький ти мій»		07:00 Перші про головне. Ранок.
08.20 «Готуємо разом»		Дайджест 07:15 Дитяча програма
09.20 «Орел і Решка. Рай і пекло»		«МультиZIK» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини
11.20 Х/ф «Приборкувачка тигрів»		08:15, 09:10, 22:30 Д/ф «Дзеркало історії»
13.20 Х/ф «Трое в човні, якщо не рахувати собаки»		09:25 Добрий ZIK
16.00 Концерт «Я не втомлюся»		10:50, 11:10, 13:10, 16:10, 17:10, 18:10 Перші про головне.
18.00, 03.40 Ток-шоу «Стосується кожного»		Комментарі 12:00 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко
20.30 Т/с «Заради кохання я все зможу!»		13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини
22.30 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»		13:10 Перші про головне. День. Новини
00.20 Х/ф «Обмінюється обручками» (16+)		15:10 Перші про головне. День. Новини
УКРАЇНА		15:35 Стежками війни
06.30, 15.00, 19.00, 02.50 Сьогодні		16:00 Перші про головне. День. Дайджест
07.10, 03.30 Зірковий шлях		17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини
		18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест
		19:15 VOX POPULI
		20:00 HARD з Влащенко
		21:00 Перші про головне. Підсумки
		21:35 Гра з вогнем
		22:30 Гра в класику з Сергієм Рахманініним
		23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
		02:40 Концерт

## СЕРЕДА, 2 ТРАВНЯ

1+1	НОВИЙ КАНАЛ	22.00
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»	03.00, 02.10 Зона ночі	22.00 «Вірю не Вірю»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 05.35 ТСН: «Телевізійна служба новин»	04.30 Абзац	00.50 Т/с «Секс у великому місті» (16+)
09.30 «Чотири весілля»	06.24, 07.39 Kids Time	
10.55 «Одруження наосліп»	06.25 М/с «Дракони. Перегони безстрашних»	2+2
12.20, 13.45, 15.10 «Міняю жінку»	07.45 Х/ф «Вільні» (16+)	06.00 Мультфільми
17.10 Т/с «Кохання Мер'єм» (12+)	10.00 Х/ф «Шкільний мюзикл»	08.00 «Він, вона та телевизор»
20.15 Х/ф «Росомаха: безсмертний»	12.00 Х/ф «Шкільний мюзикл 2»	13.00 «ДжеДАІ. Дайджест»
22.30 Х/ф «Заповіт блудниці» (18+)	14.30 Х/ф «Шкільний мюзикл: випускний»	15.30 Х/ф «Останній бій» (16+)
	16.50, 19.00 Заробітчани	18.15 «Спецкор»
	21.00 Аферисти в мережах (16+)	18.50 «ДжеДАІ»
	22.00 Від пацанки до панянки (16+)	19.25 Т/с «Ментівські війни. Одеса» (16+)
		21.30, 23.05 Т/с «Кістки 11» (16+)
		01.40 «Нове Шалене відео по-українськи»
ІНТЕР		ZIK
05.40 Мультфільм		07:00 Перші про головне. Ранок.
06.10, 22.30 «Слідство вели... з Леонідом Каневським»		Дайджест 07:15 Дитяча програма
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини		«МультиZIK» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини
07.10, 08.10, 09.20 «Ранок з Інтером»		08:15, 09:10 Д/ф «Дзеркало історії»
10.15, 12.25, 20.30 Т/с «Заради кохання я все зможу!»		09:25 Добрий ZIK
12.50 Х/ф «Приходьте завтра»		10:50, 11:10, 13:10, 16:10, 17:10, 18:10 Перші про головне.
14.50, 15.45, 16.45 «Речдок»		Комментарі 12:00 Доказ
18.00, 03.45 Ток-шоу «Стосується кожного»		13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини
20.00 «Подорож»		13:10 Перші про головне. День. Новини
00.20 Х/ф «Молодіятя» (16+)		15:10 Перші про головне. День. Новини
УКРАЇНА		15:35 Стежками війни
06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною		16:00 Перші про головне. День. Дайджест
07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00, 03.30 Сьогодні		17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини
09.30, 04.20 Зірковий шлях		18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест
10.30 Місія: краса		19:15 VOX POPULI
		20:00 HARD з Влащенко
		21:00 Перші про головне. Підсумки
		21:35 Гра з вогнем
		22:30 Гра в класику з Сергієм Рахманініним
		23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
		02:40 Концерт

# ЧЕТВЕР, 3 ТРАВНЯ

1+1	12.05	K-1
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1»	Хата на тата (12+) 17.30, 22.00 Вікна-Новини	06.30 «TOP SHOP» 07.40 «Чи знаєте ви, що...» 08.20 «Карамболь» 09.10, 23.50 «Орел і Решка. Курортний сезон»
07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30, 05.35 ТСН: «Телевізійна служба новин»	19.55, 22.40 Я соромлюсь свого тіла 5 (16+) 23.00 Я соромлюсь свого тіла 5 (18+)	11.05 «Орел і Решка. На краю світу»
09.30 «Чотири весілля» 10.55 «Одруження наосліп» 12.20, 13.50, 15.15 «Міняю жінку»	00.00 Один за всіх (16+)	12.10, 20.00 «Орел і Решка. Перезавантаження»
17.10 Т/с «Кохання Мер'єм» (12+) 20.15, 00.15 X/ф «Ніч у музеї» 22.20 X/ф «8 кращих побачень» 04.15 «Правдива історія блудниці»	05.35 Громадянська оборона 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.20, 19.20 Надзвичайні новини 10.10 Секретний фронт 11.05, 13.20, 16.20 Скетч-шоу «На трьох» (16+)	13.10, 21.00 «Орел і Решка. Рай та пекло» 14.10 «Орел і Решка. Ювілейний сезон» 22.00 «Вірю не Вірю» 00.50 Т/с «Секс у великому місті» (16+) 02.50 «Нічне життя»
ІНТЕР	ICTV	2+2
05.45 Мультфільм 06.10, 22.30 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини 07.10, 08.10, 09.20 «Ранок з Інтером» 10.15, 12.25, 20.30 Т/с «Заради кохання я все зможу!» 12.50 X/ф «Весна на Зарічній вулиці» 14.50, 15.45, 16.45 «Речдок» 18.00, 03.40 Ток-шоу «Стосується кожного» 20.00 «Подорож» 00.20 X/ф «Щасливий маршрут»	12.45, 15.45 Факти. День 17.35, 21.25 Т/с «Лес-3» (16+) 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Інсайдер 22.40 Т/с «Копи на роботі» (12+) 23.35 X/ф «Рейд-2» (18+) 02.20 Т/с «Морська поліція. Спецвідділ» (16+) 03.00 Труба містера Сосиск	06.00 Мультфільми 08.00 «Він, вона та телевізор» 08.45, 00.50 Т/с «Безсмертний» (16+) 09.35, 18.15 «Спецкор» 10.15, 18.50 «ДжеДА!» 10.55, 17.20 «Загублений світ» 12.55 «ДжеДА. Дайджест» 15.15 X/ф «Ерагон» 19.25 Т/с «Ментівські війни. Одеса» (16+) 21.30, 23.05 Т/с «Кістки 11» (16+) 01.40 «Нове Шалене відео по-українськи»
УКРАЇНА	НОВИЙ КАНАЛ	ЗИК
06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00, 03.50 Сьогодні 09.30 Зірковий шлях 10.30 Місія: краса 11.30, 04.40 Реальна містика 13.30, 15.30 Т/с «Братні узи» (12+) 18.00 Т/с «Обручка з рубіном» (12+) 19.45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00 Т/с «Доля дальніця» (12+) 23.20 Контролер 00.00, 02.20 Т/с «CSI. Місце злочину» (16+) 01.50 Телемагазин	03.00, 01.55 Зона ночі 04.00 Абзац 05.54, 07.14 Kids Time 05.55 М/с «Драconi. Перегони безстрашних» 07.15 Т/с «Шлях чарівника» 10.50 Т/с «Друзь» 11.45 Т/с «Діагноз: Майже не закохани» (12+) 17.00, 19.00 Хто зверху (12+) 21.00 Аферисти в мережах (16+) 22.00 Вар'яти	07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МульЗіК» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини 08:15, 09:10 Д/ф «Дзеркало історії» 09:50, 11:10, 13:10, 16:10, 17:10, 18:10 Перші про головне. Коментарі 12:00 Хард-ток-шоу «DROZDOV» 13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини 15:10 Сім чудес України 15:35 Вихити в Україні 16:00 Перші про головне. День. Дайджест 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест 19:15 VOX POPULI 20:00 Доказ 21:00 Перші про головне. Підсумки 21:35 Прямим текстом з Остапом Дроздовим 23:00 Стежками війни 23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані 02:40 Концерт
СТБ	МЕГА	УКРАЇНА
06.50, 15.55 Все буде добре! 08.10 МастерШеф-7 (12+)	06:00 Бандитський Київ 07:40, 13:10, 01:10 Правда життя (12+) 08:40, 22:30 Цікаво.com 09:30 Сілки: темний бік 10:20 Дика природа Африки 11:20 Наші 12:20 Брама часу 14:10 Речовий доказ 15:20, 21:40 Відчайдушні рибалки 16:10, 20:50 Шалена подорож 17:10 Крокодили: холодна кров 18:10 Аджмушкай. Підземля смерті 19:00 Фантастичні історії 23:20 Любов, ненависть і пропаганда	06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00, 03.50 Сьогодні 09.30 Зірковий шлях 10.30 Місія: краса 11.30, 04.40 Реальна містика 13.30, 15.30 Т/с «Братні узи» (12+) 18.00 Т/с «Обручка з рубіном» (12+) 19.45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00 Т/с «Доля дальніця» (12+) 23.20 Контролер 00.00, 02.20 Т/с «CSI. Місце злочину» (16+) 01.50 Телемагазин

# СУБОТА, 5 ТРАВНЯ

1+1	10.45	11:30, 21:00
06.00, 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин» 06.45 «Гроші» 08.00 «Сніданок. Вихідний» 10.00, 23.20 «Світське життя 2018» 11.00 «Голос країни 8» 14.10 «Ліга сміху 2018» 16.30, 21.10 «Вечірній квартал» 18.30 «Розмішки коміка. Діти 2018» 20.15 «Українські сенсації» 00.20 «Ліга сміху» 04.15 «Вечірній Київ»	МастерШеф. Кулінарний випускний (12+) 14.20 Холостяк - 8 (12+) 17.00 X/ф «Дівчата» 21.50 Вечір з Наталею Гаріповою. Даша Астаф'єва (16+) 22.55 Світами за скарбами (12+) 01.00 Давай поговоримо про секс (16+)	ТОП 10: Таємниця та загадки 14:30 Дика природа Африки 16:00 Африканські річки: дари дощів 16:30, 00:30 Відчайдушні рибалки 17:30 Шалена подорож 01:20 Там, де нас нема
ІНТЕР	ICTV	K-1
05.35 «Україна вражає» 06.00 Мультфільм 06.25, 03.05 Д/п «Актори-фронтівки» 07.15 «Чекай мене» 08.40 X/ф «Солдат Іван Бровкін» 10.30 X/ф «Іван Бровкін на циліні» 12.30 X/ф «Дачна поїздка сержанта Цибулі» 14.00 X/ф «Максим Перепелиця» 16.00, 20.30 Т/с «Заборонене кохання» (16+) 20.00, 02.35 «Подорож» 22.50 X/ф «Вихідні» (16+) 00.40 X/ф «Любов від усіх хвороб» (12+) 03.40 «Стосується кожного» 05.10 «Тор Шоу»	05.10, 04.40 Скарб нації 05.20, 04.45 Еврика! 05.30, 04.55 Факти 05.50 Більше ніж правда 07.40 Я знав! 09.35 Дизель-шоу (12+) 10.50, 11.45 Особливості національної роботи 12.45 Факти. День 13.00 Т/с «Копи на роботі» (12+) 16.55 X/ф «Геракл: Народження легенди» (16+) 18.45 Факти. Вечір 19.20 Надзвичайні новини. Підсумки 20.10 X/ф «Гладиатор» (16+) 23.05 X/ф «Геркулес» (16+) 00.55 X/ф «Рейд-2» (18+) 03.25 Провокатор	06.30 «TOP SHOP» 07.40 «Чи знаєте ви, що...» 08.20 Мультфільми 09.00 «Ух ти show» 11.10 X/ф «Вчитель року» 13.15 «Орел і Решка. Навколосвітня подорож» 23.10 X/ф «Екстрасенс 2: Лабринти розуму» (16+) 01.00 «Бедняков+1» 02.35 «Нічне життя»
УКРАЇНА	НОВИЙ КАНАЛ	ЗИК
06.00, 07.15 Зірковий шлях 07.00, 15.00, 19.00, 02.10 Сьогодні 09.15, 15.20 Т/с «Доля дальніця» (12+) 17.15, 19.40 Т/с «Я ніколи не плачу» (12+) 22.00 Т/с «Бридке каченя» 01.40 Телемагазин 02.50 Реальна містика 04.25 X/ф «Ангеліка і султан»	03.20 Служба розшуку дітей 03.25, 02.05 Зона ночі 05.59, 07.24 Kids Time 06.00 М/с «Драconi. Перегони безстрашних» 07.25 Ревізор. Крамниці 09.25 Таємний агент 11.00 Таємний агент. Пост-шоу 12.35 Т/с «Бібліотекар» (16+) 17.00 М/ф «Мадагаскар 3» 18.45 X/ф «Черепашки ніндзя 2» (16+) 21.00 X/ф «Трансформери 3» (16+) 00.00 X/ф «Сигнал» (16+)	07:00, 09:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МульЗіК» 08:00 Вихити в Україні 08:30 Громадська прокуратура 09:10 НАТО телемарафон 10:00, 22:30, 03:00 Гараж 10:30, 23:00 Перша переданя 11:00 Злий дім 12:00, 03:25 Художній фільм 13:30 HARD з Влащенко 14:30 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко 15:30 Хард-ток-шоу «DROZDOV» 16:30, 17:15, 19:15 Спецпроект з Н. Влащенко 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 18:45 Сім чудес України 20:00 Доказ 21:00 Перші про головне. Деталі 22:00 Джокери 23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані
СТБ	МЕГА	УКРАЇНА
06.05 Караоке на Майдані 07.05, 19.00 Хата на тата (12+) 09.00 Все буде смачно! 10.00 Т/с «Коли ми вдома»	06:00 Бандитський Київ 07:20, 05:10 Містична Україна 08:10, 18:20 Історія криміналістики 10:40 Любов, ненависть і пропаганда	06.50 Сьогодні 07.45 Зірковий шлях 09.15 Т/с «Братні узи» (12+) 13.15 Т/с «Доля на ім'я любов» (12+) 17.10, 21.00 Т/с «Аметистова сиреця» 19.00, 03:00 Події тижня з Олегом Панотією 20.00 Головна тема 23.00, 02.00 Т/с «Гордіві вузол» (12+) 01.30 Телемагазин

# П'ЯТНИЦЯ, 4 ТРАВНЯ

1+1	СТБ	17:10
06.30, 07.10, 08.10, 09.10 «Сніданок з 1+1» 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 ТСН: «Телевізійна служба новин» 09.30 «Чотири весілля» 10.55 «Одруження наосліп» 12.20, 13.50, 15.15 «Міняю жінку» 17.10 Т/с «Кохання Мер'єм» (12+) 20.15 «Ліга сміху 2018» 22.20 «Гуднайтшоу Валерія Жидкова» 23.00 «Ліга сміху» 01.00 «Розмішки коміка» 01.55 «Вечірній Київ» 05.30 «Маша і ведмідь»	05.40 Моя правда. Таємниця комісара Катані 06.40 Моя правда Луї де Фюнес. Сльози коміка 07.35 X/ф «Небезпечно для життя!» 09.25 Т/с Тато Ден (kat16+) (16+) 17.30, 22.00 Вікна-Новини 18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 20.00, 23.05 Холостяк - 8 (12+) 22.40 Небачене Євробачення 2018 23.55 Як вийти заміж (12+)	Океан «Вет» 18:10 Місто, яке зрадли 19:00 Фантастичні історії 23:20 Любов, ненависть і пропаганда
ІНТЕР	ICTV	K-1
05.40 Мультфільм 06.10, 22.30 «Слідство вели... з Леонідом Каневським» 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 17.40 Новини 07.10, 08.10, 09.20 «Ранок з Інтером» 10.15, 12.25, 20.30 Т/с «Заради кохання я все зможу!» 12.50 X/ф «Кар'єра Дмитра Горіна» 14.50, 15.45, 16.45, 02.55, 03.40, 04.20 «Речдок» (18+) 18.00 Ток-шоу «Стосується кожного» 20.00, 02.25 «Подорож» 00.20 X/ф «Втеча з тюрми» (18+) 05.05 «Тор Шоу»	05.35 Громадянська оборона 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10 Інсайдер 11.10, 13.15, 16.20, 21.25 Дизель-шоу (12+) 12.45, 15.45 Факти. День 17.35 Т/с «Лес-3» (16+) 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Антизомбі 23.55 X/ф «Приватний курорт» (16+) 01.30 Факти 01.50 X/ф «Рейд. Спюкота» (18+) 03.25 Труба містера Сосиски	06.30 «TOP SHOP» 07.40 «Чи знаєте ви, що...» 08.20 «Карамболь» 09.10 «Орел і Решка. Шопінг» 11.05 «Орел і Решка. На краю світу» 12.10, 20.00 «Орел і Решка. Перезавантаження» 14.10 «Орел і Решка. Ювілейний сезон» 22.00 «Бедняков+1» 00.00 «Вечірній квартал»
УКРАЇНА	НОВИЙ КАНАЛ	ЗИК
06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00, 03.50 Сьогодні 09.30 Зірковий шлях 10.30 Місія: краса 11.30, 04.40 Реальна містика 13.30, 15.30 Т/с «Братні узи» (12+) 18.00 Т/с «Обручка з рубіном» (12+) 19.45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00 Т/с «Доля дальніця» (12+) 23.20 Контролер 00.00, 02.20 Т/с «CSI. Місце злочину» (16+) 01.50 Телемагазин	03.00 Зона ночі 04.25 Абзац 06.19, 07.39 Kids Time 06.20 М/с «Драconi. Перегони безстрашних» 07.40 Т/с «Шлях чарівника» 11.00 Т/с «Друзь» 12.00 Т/с «Діагноз: Майже не закохани» (12+) 17.00, 19.00 Суперінтуїція 21.00 Аферисти в мережах (16+) 21.50 Хто зверху (12+) 01.50 X/ф «Відлуння далеких світів» (12+)	07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МульЗіК» 08:00, 09:00, 11:00 Перші про головне. Ранок. Новини 08:15, 09:10, 15:35 Д/ф «Дзеркало історії» 09:25 Добрий ЗІК 09:50, 11:10, 13:10, 16:10, 17:10, 18:10 Перші про головне. Коментарі 12:00 HARD з Влащенко 13:00, 15:00 Перші про головне. День. Новини 15:10 Сім чудес України 16:00 Перші про головне. День. Дайджест 17:00, 19:00 Перші про головне. Вечір. Новини 18:00 Перші про головне. Вечір. Дайджест 19:15 НАТО телемарафон 20:00 FACE 2 FACE з Тетяною Даниленко 21:00 Перші про головне. Підсумки 21:35 Спецпроект з Н. Влащенко 23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані 03:10 Гараж 03:40 Художній фільм 06:15 Shift 06:30 Європа у фокусі
СТБ	МЕГА	УКРАЇНА
05.40 Моя правда. Таємниця комісара Катані 06.40 Моя правда Луї де Фюнес. Сльози коміка 07.35 X/ф «Небезпечно для життя!» 09.25 Т/с Тато Ден (kat16+) (16+) 17.30, 22.00 Вікна-Новини 18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 20.00, 23.05 Холостяк - 8 (12+) 22.40 Небачене Євробачення 2018 23.55 Як вийти заміж (12+)	06:00 Бандитська Одеса 07:40, 13:10 Правда життя 08:40, 22:30 Цікаво.com 09:30 Крокодили: холодна кров 10:20 Дика природа Африки 11:20 Наші 12:20 Брама часу 14:10, 00:20 Речовий доказ 15:20, 21:40 Відчайдушні рибалки 16:10, 20:50 Шалена подорож	06.30, 07.10, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00, 23.00, 03.50 Сьогодні 09.30 Зірковий шлях 10.30 Місія: краса 11.30, 04.40 Реальна містика 13.30, 15.30 Т/с «Братні узи» (12+) 18.00 Т/с «Обручка з рубіном» (12+) 19.45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00 Т/с «Доля на ім'я любов» (12+) 23.20 Слідами 02.00 Телемагазин 02.30 Т/с «CSI. Місце злочину» (16+)

# НЕДІЛЯ, 6 ТРАВНЯ

1+1	СТБ	11:30, 21:00
06.10 ТСН: «Телевізійна служба новин» 07.05 «Українські сенсації» 08.00 «Сніданок. Вихідний» 09.00 «Лото-забава» 09.45 М/ф «Маша і ведмідь» 09.55 «Поверніть мені красу» 11.20, 12.20, 13.20 «Світ навворіт - 8» 14.40 X/ф «Росомаха: безсмертний» (16+) 17.00 X/ф «Люди ікс: дні минулого майбутнього» (16+) 19.30, 05.00 «ТСН-тиждень» 21.00 «Спецвипуск світського життя. Зірки голосу» 22.00 Вечір прем'єр з Катериною Осадною 23.50 X/ф «Перемагай» 01.50 «Сайтське життя 2018» 04.40 «Маша і ведмідь»	05.50 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 07.45 Як вийти заміж (12+) 08.55 Все буде смачно! 09.55 Караоке на Майдані 10.55 Хата на тата (12+) 15.00 X/ф «Дівчата» 16.55, 23.35 Я соромлюсь свого тіла 5 (16+) 19.00 Битва екстрасенсів 18 (16+) 21.20 Один за всіх (16+) 22.35 Слідство ведуть екстрасенси (16+) 23.50 Я соромлюсь свого тіла 5 (18+)	ТОП 10: Таємниця та загадки 14:30 Африканські річки: дари дощів 16:30 Відчайдушні рибалки 17:30, 00:30 Шалена подорож
ІНТЕР	ICTV	K-1
05.40 Мультфільм 06.25 X/ф «Дачна поїздка сержанта Цибулі» 08.00 «Удачний проект» 09.00 «Готуємо разом» 10.00 «Орел і Решка. Морський сезон» 11.00 «Орел і Решка. Перезавантаження. Америка» 12.10 X/ф «Високий блондин у чорному черевичку» 14.00 X/ф «Повернення високого блондина» 15.45, 20.30 Т/с «Заборонене кохання» (16+) 20.00, 02.10 «Подорож» 22.20 X/ф «Хочеш чи ні?» (16+) 00.05 X/ф «Сюрприз» (16+)	05.20 Інсайдер 07.15 Т/с «Код Костянтина» (16+) 09.10 Т/с «Відліл 44» (16+) 11.55, 13.00 X/ф «Геракл: Народження легенди» (16+) 12.45 Факти. День 14.00 X/ф «Гладиатор» (16+) 16.55 X/ф «Геркулес» (16+) 18.45 Факти. Вечір 19.10 X/ф «Робін Гуд» (16+) 21.55 X/ф «Останні лицарі» (16+) 00.00 X/ф «Перший лицар» (18+)	06.30 «TOP SHOP» 07.40 «Чи знаєте ви, що...» 08.20 Мультфільми 09.00 «Ух ти show» 10.00 X/ф «Вчитель року» 12.10 «Орел і Решка. Навколосвітня подорож» 00.00 X/ф «Залізний лицар» (18+) 02.10 «Нічне життя»
УКРАЇНА	НОВИЙ КАНАЛ	ЗИК
06.50 Сьогодні 07.45 Зірковий шлях 09.15 Т/с «Братні узи» (12+) 13.15 Т/с «Доля на ім'я любов» (12+) 17.10, 21.00 Т/с «Аметистова сиреця» 19.00, 03:00 Події тижня з Олегом Панотією 20.00 Головна тема 23.00, 02.00 Т/с «Гордіві вузол» (12+) 01.30 Телемагазин	03.00, 02.00 Зона ночі 06.05 Стендал-Шоу 06.59, 08.24 Kids Time 07.00 X/ф «Лісова братія» 08.25 М/ф «Мадагаскар 3» 10.15 X/ф «Вертикальний рубіж» 12.50 X/ф «Черепашки ніндзя 2» (16+) 15.00 X/ф «Острів» (16+) 17.50 X/ф «Трансформери 3» (16+) 21.00 X/ф «Трансформери: Час вимирання» 00.10 X/ф «Супернова» (16+)	07:00 Перші про головне. Ранок. Дайджест 07:15 Дитяча програма «МульЗіК» 08:00 Перші про головне. Ранок. Новини 09:00, 22:30, 02:45 Гараж 09:30 Джокери 10:00 Перші про головне. Деталі 11:00 Злий дім 12:00, 03:45 Художній фільм 13:25 Добрий ЗІК 13:50 Стежками війни 14:15 Спецпроект з Н. Влащенко 16:05 Громадська прокуратура 16:30, 23:30 Історична правда з Вахтангом Кіпіані 17:00, 19:00, 21:00 Перші про головне. Вечір. Новини 17:15 НАТО телемарафон 18:00, 19:15 Прямим текстом з Остапом Дроздовим 20:00, 21:15 Гра Z вогнем 22:00 Вихити в Україні
СТБ	МЕГА	УКРАЇНА
05.40 Моя правда. Таємниця комісара Катані 06.40 Моя правда Луї де Фюнес. Сльози коміка 07.35 X/ф «Небезпечно для життя!» 09.25 Т/с Тато Ден (kat16+) (16+) 17.30, 22.00 Вікна-Новини 18.00 Т/с «Коли ми вдома. Нова історія» 20.00, 23.05 Холостяк - 8 (12+) 22.40 Небачене Євробачення 2018 23.55 Як вийти заміж (12+)	06:00, 01:20 Бандитська Одеса 07:20, 04:30 Містична Україна 08:10, 18:20 Історія криміналістики 10:40 Любов, ненависть і пропаганда	06.30, 07.15 Зірковий шлях 07.00, 15.00, 19.00, 02.10 Сьогодні 09.15, 15.20 Т/с «Доля дальніця» (12+) 17.15, 19.40 Т/с «Я ніколи не плачу» (12+) 22.00 Т/с «Бридке каченя» 01.40 Телемагазин 02.50 Реальна містика 04.25 X/ф «Ангеліка і султан»



# Що віщуть зорі

## Гороскоп на 30 квітня – 6 травня



**ОВЕН.** Ви можете досягти успіху в бізнесі та кар'єрному рості. У сімейному житті від вас знадобляться стриманість і спокій. Вихідні вдаль для спілкування та зустрічей із друзями, це час примирення та надання допомоги. Сприятливий день — четвер, несприятливий — субота.



**ТЕЛЕЦЬ.** Рухайтеся до наміченої мети, але не ухвалюйте спонтанних рішень, вони будуть помилковими. Не беріться за кілька справ відразу. У вихідні постане проблема вибору: заробити добрі гроші чи відпочити. Сприятливий день — п'ятниця, несприятливий — вівторок.



**БЛИЗНЮКИ.** Не варто бути категоричними, уникайте суперечок. Бажано не афішувати свої наміри, тоді вони скоріше здійсняться. Не плануйте багато справ на вихідні, краще відпочиньте. Сприятливий день — вівторок, несприятливий — четвер.



**РАК.** Вам просто необхідно показати свої таланти — це запорука успіху. Не забувайте вирішувати поточні проблеми. Зверніться за порадою до колег, і вони перестануть сприймати вас насторожено. Сприятливий день — середа, несприятливий — понеділок.



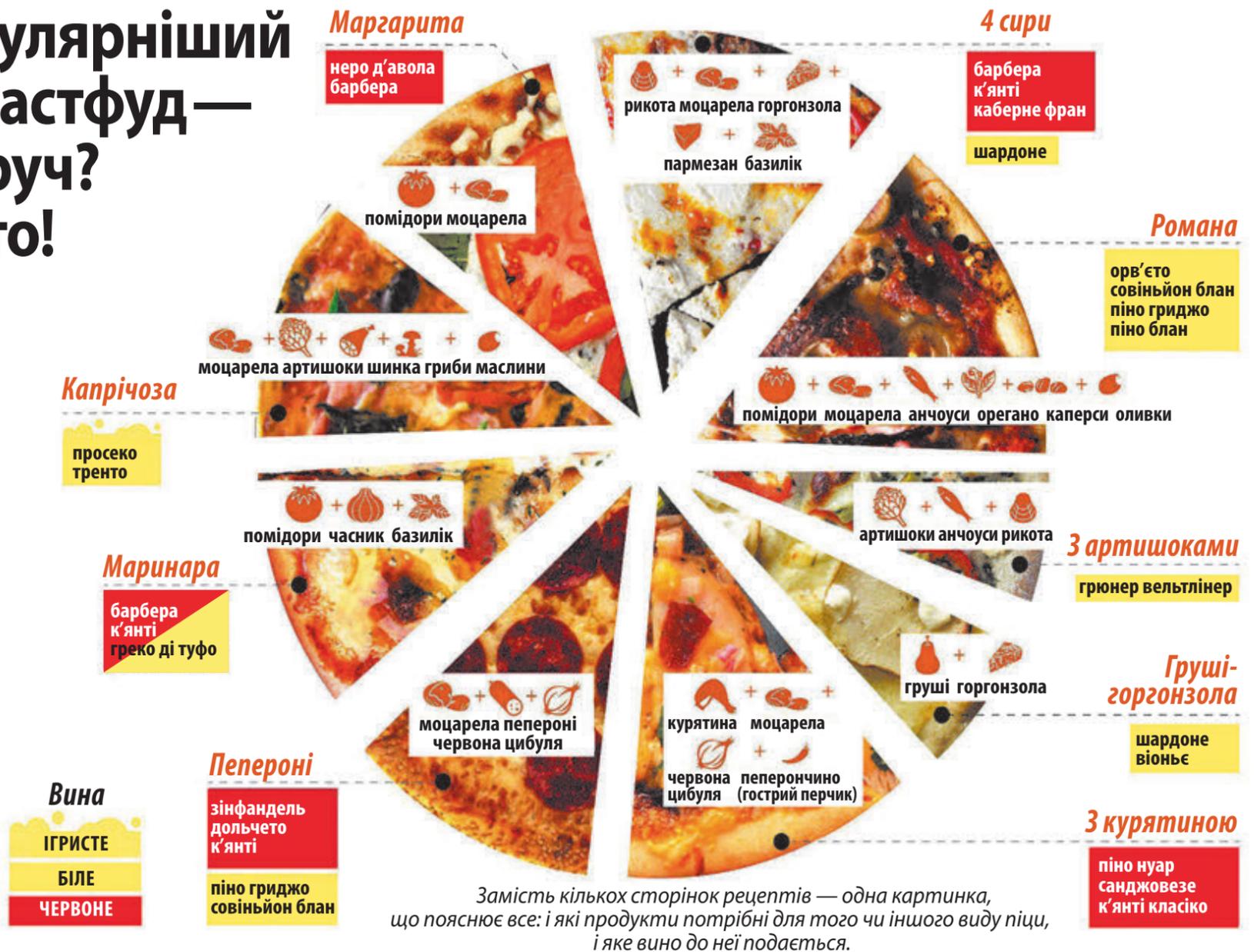
**ЛЕВ.** Благополуччя залежить від вашої компетентності. Завершуйте справи, що нагромувалися, але не плануйте нових, не женіться за журавлем у небі. Вихідні — вдалий час для складної розмови з близькими. Сприятливий день — понеділок, несприятливий — п'ятниця.



## ● ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШ!

# Найпопулярніший у світі фастфуд — власноруч? Запросто!

Піца пройшла шлях від їжі бідняків до королівського наїдку і здобула популярність на всіх континентах. Однак, щоб поласувати нею, зовсім не обов'язково йти в піцерію. Приготувати цей смаколик самостійно зовсім не складно. Головне — зробити «правильне» тісто, а далі оберіть начинку до вподоби і — до справи!



Замість кількох сторінок рецептів — одна картинка, що пояснює все: і які продукти потрібні для того чи іншого виду піци, і яке вино до неї подається.

## КЛАСИЧНЕ ТІСТО ДЛЯ ПІЦИ

**Інгредієнти:** 400 г борошна, 250 мл води, 20 г свіжих дріжджів, 2 ст. л. оливкової олії, 2 ч. л. цукру, 1 ч. л. солі.

**Приготування.** З такої кількості тіста вийде 2 великі піци діаметром 30–33 см. Дріжджі покрити у велику посудину, посипати цукром і залишити на 5 хвилин, щоб вони розпустились, потім перетерти їх ложкою. Влити теплу (приблизно 35 °C) воду із сіллю, перемішати, всипати приблизно 200 г просіяного борошна, вимішати ложкою. Далі додати оливкову олію, решту борошна і замісити м'яке еластичне тісто. Оскільки мука буває різна, то орієнтуватися слід не лише на її кількість у рецепті, але й на консистенцію тіста. Тому решту борошна додавайте поступово. Поверхню тіста змастити олією, посудину накрити чистим рушником і поставити в тепле місце, щоб тісто підросло, через годину обім'яті його і можна готувати піцу.

Шматок тіста притрусити мукою, розкачати в паляничку завтовшки близько 3–5 мм (краще обійтися без качалки, розтягаючи тісто руками) і перенести її на злегка присипане борошном деко.

У поданих нижче рецептах наведені інгредієнти та приготування лише начинки для різновидів цієї випічки.

## «РОМАНА»

Назва цієї піци містить географічну прив'язку до Риму. До речі, всюди поза столицею Італії її називають «піца Романа», а в самому Римі — «піца Наполітано».

**Інгредієнти:** 7 ст. л. томатного соусу, 2 великі кульки сиру моцарела, 10 філе анчоусів, 1 ч. л. оливкової олії, рукола.

**Приготування.** Духовку розігріти до 200 градусів. Тісто тонко розкачати, викласти на деко, посипане тонким шаром борошна. Змастити поверхню основи томатним соусом, залишаючи чистим край тіста. Рівномірно розподілити розрізані навпіл по довжині філе анчоусів, розкласти подрібнену моцарелу та скропити піцу оливковою олією. Випікати 8–10 хвилин. На готову піцу викласти зверху листя руколи і подавати гарячою.



Фото picantecooking.com.



Фото cookery.com.ua.

## «МАРГАРИТА»

1889 року кухар Рафаель Еспозіто приготував цю піцу для Маргарити Савойської, дружини короля Італії Умберто I. Нині ж 40% італійців вважають цю страву символом своєї країни, зокрема через те, що її інгредієнти повторюють кольори італійського прапора: червоні помідори, біла моцарела та зелений базилік. Це найпростіший варіант традиційної піци і на 100% вегетаріанська страва.

**Інгредієнти:** 4–5 помідорів, 3 ст. л. олії, 150–200 г моцарели, свіжий базилік.

**Приготування.** Змащуємо основу олією. Подрібнюємо ножом або блендером помідори до стану кашки (альтернативний варіант — нарізати тонкими пластинами) і викладаємо на паляничку. Моцарелу також подрібнюємо на тертці або розламуємо руками й рівномірно розподіляємо по поверхні. Додаємо частину листя базиліка і збризкуємо оливковою олією. Нагріваємо духовку до 180–200 градусів, тим часом наша «заготовка» встигне просочитися. Випікаємо 15–20 хвилин, подаємо гарячою, прикрасивши листочками базиліка.

## «ЧОТИРИ СИРИ»

Цей різновид піци — один із найпопулярніших. Назва говорить сама за себе: тут справді поєднуються чотири види сирів: «Дор-блю», що надає особливий пікантності страві, «Фонтина», відомий своїм ароматом, «Моцарела» з неймовірним вершковим смаком і класичний «Пармезан».

**Інгредієнти:** по 200 г різних сирів, 4 ст. л. оливкової олії, 3 помідори, 1 ч. л. базиліку, 1 ч. л. орегано.

**Приготування.** Поки тісто піднімається, готуємо соус. 2 помідори обдайте окропом, очистіть від шкірки, наріжте дрібними кубиками, обсмажте на сковороді з оливковою олією, додавши орегано та сіль за смаком. Свіжий помідор поріжте тонкими кружальцями. Моцарелу, фонтину і дор-блю наріжте на маленькі кубики, а пармезан натріть на дрібну тертку. Змастіть тісто заздалегідь приготованим соусом із м'якоті помідора і викладіть сир, нарізаний кубиками. Посипте все спеціями і розкладіть кружальця помідора. В розігріту до 200 градусів духовку поставте деко з піцою на 15 хвилин, потім посипте дрібно натертим пармезаном і запікайте ще 5 хвилин. Сир при бажанні можна замінити на будь-який інший, схожий за смаком, найголовніше — щоб був присутній сир із пліснявою.



Фото vesuvio.ua.

## ЦІКАВІ ФАКТИ ПРО ПІЦУ

- На протязі німецькому Октоберфесту італійці придумали своє національне свято — Піцафест, що проходить у вересні в Неаполі, на батьківщині піци.
- У світі щодня продається близько 500 мільйонів піц. Тільки бразильці за добу з'їдають їх понад мільйон штук. В Італії виробляється 2,5 млрд піц на рік.
- Найдовша відстань, на яку була доставлена піца, — більше 11 тисяч км, із Кейптауна в Сідней.
- Найшвидший піцайоло може зробити 14 піц за 2 хвилини 35 секунд. З'їдається піца трохи повільніше: рекордсменів у цьому «виді спорту» вдалося подужати 45 шматків за 10 хвилин.

Продовження добірки рецептів приготування піци — у наступному номері.

## ● «Гарбуз із секретом»

# Ех ви — у гарбузі ж була... «Шуба!»

Тепер кожна господиня, що читає нашу газету, знатиме першопочаткову назву цього салату — «Шовінізму і упадку» — бойкот і анафема!»

## Грицько ГАРБУЗ

Але насамперед нагадаємо оте каверзне запитання, на яке ніхто з учасників нашого інтелектуального конкурсу правильно так і не відповів.

## «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 14 (2018)

Жив-був у Москві (із пісні слова не викнеш — це справді відбулось у «златоглаві») один незвичний «зодчий». 100 років тому він отримав завдання створити щось таке, що б об'єднало людей, заспокоїло. Бо часи тоді були непрості. Революція, громадянська війна... Якщо Ленін уже зліз із броньовика, то п'яні матроси-альбатроси, коли в них розв'язувався язик, починали жаліти, що стратили царя-батюшку. Одним словом — шум, гам, сварка-бійка, «опять власть меняется»... Тоді він звів незвичний «будинок», який зменшив градус напруги і об'єднав усіх (хто подумав про дім розпусти, то це — неправильна відповідь, а свідчення міри вашої багатії уяви).

А секрет поляжав у тому, що однопартійців він селив на одному поверсі. Якщо ви прихильник селянської партії, будь ласка, — вам перший, боретесь «за Чорноморську республіку» — другий, подобаються політсмаки «зайчиків» — третій і т. д. Оскільки в той час перемагала більшовицька партія, то вона й отримала найвище поселення, зверху якого на всю житлову площу майорів стяг кольору крові, пролітої за її ідею. Між поверхами, до речі, всюди вивішували білий прапор — нейтральна територія (хоча злі язики казали, що це просто не дали житла прихильникам білогвардійців, які програвали, і вони оселилися між поверхами).

На фасаді «будинку» майстер прибив табличку із назвою приміщення. Це було гасло, яке за тодішньою модою на аббревіатури скоротили до короткого слова. Щось на зразок імен Даздраперма («Да здравствует Первое Мая!») чи Кукурузаполь («Кукуруза — цариця полів»). Цей заклик по-сучасному можна перекласти так: «Агресивній формі російського націоналізму і Зневірі — запровадити Санкції і оголосити Відлучення». Якщо підберете влучні синоніми — розшифруєте попереднє звучання гасла, а з перших його букв складете слово — назву «будиночка». До речі, підозрюю, що в особливі дні цей «політдім» є і у вас вдома. Правда, жіночки?

## То що ми заховаємо у гарбузі?

Отож, шановні господині, невже не здогадалися, який це «політдім»? Хоча серед відповідей були варіанти «торт», але ж не кожен торт має верхній пласт «кольору крові» — буряк...

## ЯК НАРОДИВСЯ ЦЕЙ ПОЛІТИЧНИЙ САЛАТ

За даними журналу «Огонек», створення рецепту однієї з найлюбленіших святкових страв часів Радянського Союзу (та й у незалежній Україні вона не втратила популярності) датується 1918 роком. Московський купець і власник мережі питних закладів Анастас Богомилов був дуже незадоволений поведінкою своїх клієнтів, які швидко напивалися і починали з'ясовувати стосунки, хто «правий» — у хід ішли кулаки, бився посуд, ламались меблі, трощились вікна...



Фото natalka.pp.ua.

Але якось один із його кухарів Аристарх Прокопцев запропонував страву, яка не тільки мала знизити алкогольний ефект, але й стала б справжнім символом об'єднання і примирення різних суспільних класів. Аристарх скомпонував салат із різношерстих політичних складників: традиційні ласощі робітників — оселедець, додав «селянські» картоплю і цибулю, також буряк кольору крові і більшовицького прапора, а в якості заправки використав соус провансаль, що втілював чи то західних ворогів Росії, чи то ще недобиту аристократію і білогвардійців. Всі інгредієнти були викладені шарами на плоскому блюді, а салат отримав назву «Шовінізму і упадку» — бойкот і анафема», що за тодішньою модою на аббревіатури було скорочено до короткого «Ш.УБ.А» (Ми обіграли в загадці ту назву на сучасний лад: «Агресивній формі російського націоналізму і Зневірі — запровадити Санкції і оголосити Відлучення»). Презентація експериментальної закуски відбулася напередодні Нового 1919 року і викликала у трактирних завідувачів справжній захват. Бо салат був чудовою закускою, під яку не так швидко хмеліли, і, відповідно, кількість бійок зменшилася. З часом він став називатися «Під шубою», «Оселедець під шубою».

Отак от історія, друзі. Розвели ми вас добряче. Хоч радіємо, але й каємось. Сподіваємось, що із сьогоднішнім завданням ви точно впораєтесь.

## Не кусається (це щодо людини). Її не треба вигулювати. Не викликає алергії.

## «ГАРБУЗ ІЗ СЕКРЕТОМ» — 17 (2018)

В Україні на цю тварину останнім часом ледь не бум. А Європа уже давно відкрила, що для домашніх умов — вона чи не найідеальніша. Не кусається (це щодо людини). Її не треба вигулювати. Не викликає алергії. Захотів — береш із собою у подорож. Не захотів — лишаєш удома і навіть не треба просити сусідів, щоб доглядали за нею. Поки вас нема, вона може собі просто власти у сплячку. Щоб потім, коли ви повернетесь, прокинутись і радувати ваше око. Тварина зображається на малюнках, як правило, привітно і весело, хоча й може завдати шкоди... Проте найчастіше завдає їй шкоди саме людина, роблячи на ній бізнес. До речі, частина її тіла називається іменем значно старшої за віком тварини, яку легко можна записати їй у прапрапрабабусі.

## То що ми заховаємо у гарбузі?

Слово-відповідь треба надіслати до 9 травня тільки у вигляді sms-повідомлення на номери: 0501354776 і 0672829775 (наприклад: «Відро», «Три яблука», «Марадона»).

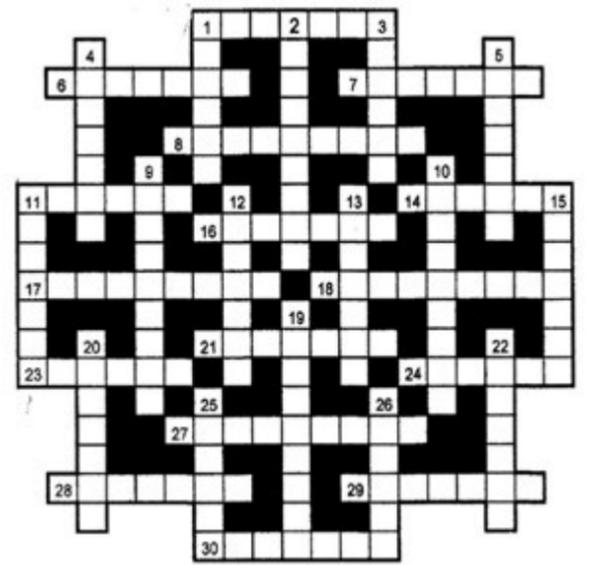
Увага: з одного номера можна відправляти лише одне sms! Цей номер і братиме участь у жеребкуванні при розігранні призових 200 гривень, якщо правильних відповідей буде більше двох.

А ще спеціальний приз — 150 гривень — отримає той, хто в листі на поштову адресу (43 025, Луцьк, просп. Воли, 13) чи електронну (tsikava.gazeta@gmail.com) найяскравіше опише, як шукав чи шукали правильну відповідь.

## До зустрічі!

Сьогодні «Оселедець під шубою» може бути різноманітних форм і з різними інгредієнтами, але основні його секрети залишаються незмінними вже століття: у страву не шкодувати майонезу і перед подачею вона повинна настоятися як мінімум 3 години — тоді салат просочиться, стане ніжним і смачним.

## КРОСВОРД



**ПО ГОРИЗОНТАЛІ:** 1. Один із головних жанрів живопису, скульптури, графіки. 6. Ударний мембранний музичний інструмент. 7. Цікавість, допитливість. 8. Обласний центр України. 11. Кінний пасажирський візок. 14. Троянський герой. 16. Нападник у футболі. 17. Прилад для вимірювання вологості. 18. Маска з отворами для очей. 21. Англійський лайнер, що зіткнувся в морі з айсбергом. 23. Материк. 24. Італійський футбольний клуб. 27. Внутрішня будова чого-небудь. 28. Підводний край корми судна. 29. Стебла виткої, повзучої рослини. 30. Підприємство для виготовлення, ремонту та зберігання зброї.

**ПО ВЕРТИКАЛІ:** 1. У театрі нижній поверх із місцями для глядачів. 2. Роман Івана Багряного. 3. Підземна споруда для залізниці, метро. 4. Світлолюбне, швидкоросле хвойне дерево. 5. Половина навчального року у студентів. 9. Одна із суспільних дисциплін про ведення господарства. 10. Вишукана смачна страва. 11. Група людей, що виконують певне виробниче завдання. 12. Обряд висвячення у монахи. 13. Столиця стародавньої Вірменії. 15. Примітка чи зауваження кого-небудь. 19. Японські льотчики-смертники в роки Другої світової війни. 20. Старовинна металевая зброя. 22. Те саме, що й кошик. 25. Джерело звукових коливань у гітарі. 26. Невихід на роботу без поважних причин.

Склав Микола ДЕНИСЮК,  
с. Щитинська Воля, Ратнівський район.

Відповіді — у наступному номері

## ВІДПОВІДІ НА ЧАЙНВОРД ВІД 20 КВІТНЯ

1-2. Гумореска. 2-3. Анекдот. 3-4. Тарапунька. 4-5. Аутсайдер. 5-6. Рак. 6-7. Корявченков. 7-8. Вовк. 8-9. Клара. 9-10. Архімед. 10-11. Дзідзьо. 11-12. Остап. 12-13. Професор. 13-14. Райкін. 14-15. Нуль.

## SUDOKU

Правила нескладні: заповніть порожні клітинки цифрами від 1 до 9 так, щоб у кожному рядку і кожному стовпчику не було двох однакових цифр.

Склав Леонід МАНЧИНСЬКИЙ.

	3		8	7				
			3		1			
2				5				
	2			7	4		3	
4							2	
3	1	9			5			
			4				6	
		7			2			
		5		1			9	

Відповіді на кросворд SUDOKU, опублікований 13 квітня

Відповіді — у наступному номері «Цікавої газети»

7	6	5	1	4	3	8	2	9
1	4	8	2	7	9	3	6	5
9	3	2	5	6	8	7	1	4
5	8	4	6	2	7	1	9	3
2	9	1	3	8	5	6	4	7
3	7	6	4	9	1	2	5	8
4	1	3	8	5	6	9	7	2
6	5	9	7	3	2	4	8	1
8	2	7	9	1	4	5	3	6



## Усміхніться!

:)) :)) :))

Я також проти зарплат у кон-  
вертах... Нехай дають мішками.

:)) :)) :))

— У мене дружина страждає  
від алкоголізму.

— Що, п'є?

— Ні. П'ю я. А вона страждає.

:)) :)) :))

Українська «еліта» не інвес-

туватиме накрадених мільяр-  
дів в економіку своєї країни,  
тому що знає: розкрадуть!

:)) :)) :))

Чоловік середніх літ у крам-  
ниці.

— Дайте мені сирок, сметану  
і йогурт!

— Для донечки дієтичні про-  
дукти берете?

— От на тобі, маєш! Про неї  
я й забув!.. Дві пачки цигарок,  
будь ласка.

:)) :)) :))

Чоловік — дружині:

— Уявляєш, подивився недав-  
но щоденник нашої доньки і ледь  
не знепритомнів!

— Що, багато «двійок» наха-  
пала?

— Та ні, виявляється, вона  
вже в четвертому класі!

:)) :)) :))

Студентка каже однокурсни-  
ку:

— А мені Максим Петрович  
сказав, що в мене ідеальна фігу-  
ра!

— Та він же професор мате-  
матики!

— Але ж він чоловік!

— В математиці ідеальна  
фігура — куля!

:)) :)) :))

Коли депутати починають  
підписувати про народ, обов'яз-  
ково щось дорожчає.

:)) :)) :))

Чоловік до дружини, яка лю-  
бить потеревенити по теле-  
фону:

— Люба, ти мене вбила напо-  
вал! Невже ти базікала з подру-  
гою лише 20 хвилин?!

— Та зачекай, це я просто но-  
мер неправильно набрала!

## ● НЕ ВІШАТИ НОСА!



«Так сумно, що хочеться закурити...»

## Щастя — не в грошах. Якщо за рік заробляєш 20 000 доларів...

Генетика і обставини відповідають лише за 50% щастя людини. Решта залежить від наших звичок і ставлення до життя. Яскраве свідчення цьому — дослідження Іллінойського університету, котре показало, що найбагатші люди (ті, що заробляють більше 10 мільйонів доларів на рік) лише трохи щасливіші за середньостатистичних робітників

**Тревіс БРЕДБЕРРІ,**  
автор книги  
«Емоційний інтелект 2.0»,  
засновник  
платформи  
TalentSmart, колонка на сайті [nv.ua](http://nv.ua)



### 10 ЗВИЧОК ХРОНІЧНО НЕЩАСНИХ ЛЮДЕЙ:

**1. Очікування майбутнього.** Одна зі звичок, якій найлегше піддатися, звучить так: «Я буду щасливий, коли...» Не має значення, як ви закінчуєте це речення (це може бути підвищення на посаді або зарплати, нові відносини). Адже так ви занадто акцентуєте увагу на обставинах, а їхнє поліпшення не приводить до щастя. Не витрачайте час, чекаючи змін, які вплинуть на ваш настрій. Краще сфокусуйтеся на тому, щоб бути щасливим зараз, бо ж жодних гарантій щодо майбутнього немає.

**2. Трата часу і сил на рідбаня «речей».** Люди, котрі живуть у бідності, стають значно щасливішими, коли їхнє фінансове становище поліпшується. Але цей ефект різко пропадає після того, як річний дохід перевищує за 20 тисяч доларів. Якщо гонитва за речами перетворюється на звичку, ви навряд чи станете щасливими. Адже, крім розчарування, яке відчувається після придбання обновки, ви також виявляєте: отримали її ціною того, що робило вас щасливими. А це — друзі, родина і хобі.

**3. Звичка залишатися вдома.** Коли ми нещасні, то прагнемо уникати людей. Це величезна помилка, адже соціалізація добре позначається на настрої. У кожного з нас бувають дні, коли хочеться з головою сховатися під ковдру і відмовитися від будь-якого спілкування. Але як тільки це бажання

стає звичним, воно руйнує ваш настрій. Слідкуйте за моментом, коли відчуття незадоволеності робить вас антисоціальними, змушуйте себе виходити з дому і налагоджувати контакти з людьми. Ви відразу помітите різницю.

**4. Ставлення до себе як до жертви.** Нещасливі люди схильні виходити з того, що життя за визначенням важке і неконтрольоване. Проблема цієї філософії в тому, що вона підсилює почуття безпорадності, а той, хто відчуває безсилля, навряд чи стане вживати заходів, щоб поліпшити ситуацію. Проблеми виникають не тільки у вас, і ви зможете контролювати власне майбутнє, якщо будете готові діяти.

**Скарги не тільки роблять людину нещасною, але й відштовхують від неї інших.**

**5. Песимізм.** Ніщо так не підживлює нещастя, як безнадія. Проблема зневіри в тому, що вона перетворюється в правдиве пророцтво: якщо ви очікуєте чогось поганого, то з високою ймовірністю це відбудеться. Песимістичним думок важко позбутися доти, поки ви не зрозумієте, наскільки вони нелогічні. Змушуйте себе дивитися на факти — і тоді зрозумієте, що справи йдуть не так погано, як здається.

**6. Звичка скаржитися.** Говорити про те, що вас турбує, корисно. Однак є тонка грань, яка відділяє терапевтичний ефект від підживлення нещастя. До того ж скарги не тільки роблять людину

нещасною, але й відштовхують від неї інших.

**7. Роздування проблеми.** Погані речі трапляються з усіма. Різниця лише в тому, що щасливі люди бачать у них те, чим вони є насправді, — тимчасові перешкоди. А для нещасливих такі пригоди — додаткове свідчення того, що життя до них несправедливе. Оптиміст, звісно, засмутиться, якщо дорогою на роботу потрапить у дрібне ДТП, але, з іншого боку, радітиме, що принаймні не сталося нічого серйозного.

**8. Відкладання проблеми в довгий ящик.** Щасливі люди відповідальні за свої вчинки. А ось нещасних клопоти і помилки лякають, тому вони намагаються їх приховати. Але якщо ігнорувати проблеми, то вони лише зростають. Чим довше ви їх не вирішуєте, тим сильніше відчуття, що зробити вже нічого не можна. І ви знову відчуваєте себе жертвою.

**9. Небажання розвиватися.** Оскільки нещасні люди песимістичні і вважають, ніби не контролюють власне життя, то вони схильні сидіти склавши руки і чекати, поки з ними щось станеться. Замість того, щоб ставити цілі, вчитися, вдосконалюватися, вони лише задаються питанням, чому нічого не змінюється.

**10. Звичка гнатися за кимось.** Ревнощі і заздрість не сумісні зі щастям. Тому, якщо ви постійно порівнюєте себе з іншими, то настав час зупинитися. В одному дослідженні більшість учасників зізналися, що відчували б себе нормально, заробляючи менше грошей, але лише в тому випадку, якби дохід оточуючих також був невисоким. Остерігайтеся такого мислення, адже воно не зробить вас щасливими.

**Повний текст:**  
журнал «Новое время».

## ● ЖИТТЄВА СИТУАЦІЯ

## Діалог жінки та мозку

Вона — притча во язицех. Як багато їй присвячено наукових доказів і трактатів, а скільки анекдотів придумано на її честь! Ми — про жіночу логіку. І на підтвердження цих слів — історія про те, як завдяки їй у наших панянок життя змінюється на краще!

**Жінка:** Господи, ВІН іде, йде, йде від мене! (Плаче).

**Мозок:** Позитивніше, позитивніше...

**Жінка:** Куди ж тут позитивніше? Речі збирає, сволота...

**Мозок:** Не плач, усміхайся... Загадково усміхайся... І не розмахуй руками, як вітряк!

**Жінка:** Сволота, валізу збирає... Порядний чоловік, ідучи, забирає тільки шкарпетки і труси, а ця сволота ще й сорочки складає... (Плаче).

**Мозок:** Усміхайся!

**Жінка:** Може, кинуться йому на шию?

**Мозок:** Дурна!

**Жінка:** Може, повалитись перед ним на коліна?

**Мозок:** Дурна!

**Жінка:** А може, його того?

**Мозок:** Що — «того»?

**Жінка:** Ну... Сковорідкою по голові тихенько?

**Мозок:** ???

**Жінка:** Потім годувати його, бідолаху, бульйончиком... Так два місяці можна протягнути... Може, звикне, не піде...

**Мозок:** А ти кримінальщина... А якщо силу не розрахуєш?

**Жінка:** А я трохи краще замахнусь і я-а-а-к дам!

**Мозок:** Я не в цьому сенсі. Баба ти сильна, ще вб'єш, а це стаття!

**Жінка:** То що ж робити, скажи, якщо ти такий розумний?

**Мозок:** Усміхайся!!! Позитивніше, позитивніше...

**Жінка:** Ну, що в цьому можна знайти позитивного? Я одна-а-а-а зали-и-и-шусь! (Плаче).

**Мозок:** Усміхайся! По-перше, не одна, а вільна жінка...

**Жінка:** І для чого мені така свобода?

**Мозок:** Усміхайся! Свобода — це прекрасно: будеш займатись тільки собою!

**Жінка:** Навіщо? (Хлипає носом).

**Мозок:** Потрібно! Португальську вивчиш — ти завжди так мріяла дивитись бразильські серіали без перекладу. Запишешся у гурток гри на ударних — з твоєю ж величезною силою!..

**Жінка:** Часу все якось не вистачало...

**Мозок:** Сама будеш фінансами розпоряджатися без всяких безглузких покупок американських вудочок і постійних ремонтів несправного автомобіля!

**Жінка:** Шубу куплю і босоніжки... Ну, ті... з бантиком... (Витирає сльози).

**Мозок:** Із тим хлопцем з юридичного відділу сходиш повечеряти — він на тебе так дивився...

**Жінка:** (Усміхається) Ага, в «Макдональдс» сходимо — він, між іншим, уже пропонував. Шубу одягну, босоніжки з бантиком... (Загадково усміхається).

**Мозок:** Не потрібно ні готувати комусь, ні прати...

**Жінка:** Тільки манікюр-педикюр-маски-масажі! (Усміхається від щастя) На екскурсію поїду... (Замріяно).

**Мозок:** Ось, а ти не бачила позитиву...

**Жінка:** Ой, ото почну жити! (Переможно усміхається). ОООО-ОООИ!!!!

**Сволота, валізу збирає... Порядний чоловік, ідучи, забирає тільки шкарпетки і труси, а ця сволота ще й сорочки складає...**

**Мозок:** Що?

**Жінка:** Він на колінах стоїть з валізою, коліна цілує!

**Мозок:** Кому?

**Жінка:** Ну, не валізі ж! Каже, ніколи такої як я, не знайде... Просить вибачення... Хоче залишитись!

**Мозок:** Ой!

**Жінка:** А як же вільна жінка? (Плаче). А як же гурток гри на ударних? Шубка, оті босоніжки? (Плаче) Вася з юридичного відділу?

**Мозок:** Позитивніше, позитивніше...

