



**БІБЛІОТЕКА
ДЛЯ ГЕРОЯ**



Департамент культури і туризму
Полтавської обласної військової адміністрації
Обласна бібліотека для юнацтва ім. Олесея Гончара

Бібліотека для героя

Бібліографічний покажчик

Полтава – 2024

УДК 016:027:355.1(477)

Б 62

Укладач: *Ольга Пошибайло*

Бібліотека для героя : бібліографічний покажчик. / Полтавська обласна бібліотека для юнацтва імені Олесея Гончара ; уклад. О. Пошибайло. – Полтава, 2024. – 32 с.

Порадити книжки нашим захисникам – найменше, що ми можемо для них зробити. І водночас – це те, що під силу кожному з нас. Бо книжка така маленька, але тепла річ. Когось вона можливо поверне до життя. Бо слова теж лікують. Інколи швидше і краще, ніж найкращі у світі ліки.

В даному покажчику висвітлено книги про військове мистецтво, тактику бою, поради, що читати, аби не втратити віру та оптимізм, як справлятися з надмірними емоціями, як краще зрозуміти, що відбувається та сформувати чітку громадянську позицію.

З М І С Т

Передмова	С. 4-5
Проект «Військо читає» та інші програми ГО «Реформація»	С. 6-9
«Бібліотека для героїв»: українським військовим надають безоплатний доступ до сучасних книг	С. 9-11
Прочитати війну: книги для військових	С. 11-17
Що почитати: книжки від письменників і письменниць із військовим досвідом	С. 17-21
Книги, які допоможуть пережити війну: поради психологів	С. 21-29
Література	С. 30-31

Передмова

Сьогодні ми у пошуках адекватних слів для позначення досвідів, що їх переживаємо. Є потреба порівняти війну, на якій і якою ми живемо, з тими, які лише бачили в кіно чи про які читали в новинах. Про кожну з воєн пишуть і чимало книжок, кожна війна набуває свого звучання, кожен автор виробляє свої смисли і руйнує уявлення про війну як про неперсоніфіковане абстрактне зло. І кожна війна вимагає своєї мови.

Ганна Улюра

Книги про війну та спецслужби завжди відігравали величезну роль для оборони держави, її історії та успіху. Військове мистецтво та тактика бою усюди значущі для ведення дій з наступу або захисту, тож відповідна література й взагалі інформація цінується справжніми воїнами.

24 лютого 2022 року життя кожного українця перевернулося з ніг на голову. Ми зіткнулися з пеклом війни, про яке абсолютна більшість із нас знала лише з книг та фільмів. Щоб допомогти воїнам пережити ці страшні дні та віднайти втрачені опори, психологи та психотерапевти безкоштовно надають консультаційну допомогу та радять читати книги.

Книги про війну: як ми дізнаємося про хід бойових дій

Так чи інакше, але всі великі імперії світу домагалися панування завдячуючи загарбницьким настроям, коли кулак та меч допомагали здобувати нові землі та владу. Твори про війну завжди відображають, яким неповторним та самобутнім мистецтвом воювати славилася та чи інша держава. Військова історія в книгах свідчить про досягнення не тільки українських козаків, але й японських самураїв або середньовічних лицарів, французьких легіонерів або конквістадорів.

Тому й історія військової справи цікава для пересічного читача, але й складна, створена не для всіх:

- Читати про війну та битви означає вивчати не тільки війни, які траплялися з людством у минулі роки, але й замислюватися про хід воєнних дій сьогодення.
- Ми знаходимо історію ворогуючих сил та опис воєнної техніки, стежимо за розвитком військового мистецтва та насолоджуємося бравадою могутніх армій.
- На сторінках військових книг перед нами постають непереможні полководці та звичайні воїни, ми споглядаємо на мистецтво воювати та знаходимо унікальні тактики бою.
- Теорії й дослідження, документальні підтвердження та розповіді про війну зустрічаються саме в цій літературі.

Книги з військової історії та спецслужб: розкриваємо секрети полководців та агентів

- Читати книгу про війну означає ще й те, що ви можете перетворитись на певний час на людину, яка вирішує долі. Успішно ведете військової операції або стежите за кимось у ролі таємного посланця. Намагаєтесь зосередитися на завданні та зрозуміти, чому одні перемагають, а інші терплять фіаско.
- Книги з військової історії, вчать досягати ідеальної військової дисципліни, спостерігати за непереможністю армій Стародавнього Риму, відстежувати ідеально складені тактики, армійські стратегії та філософії війни від відомих полководців.
- Література про війну розповість не тільки про гучні перемоги, гурі стратегічного ведення бою та майстрів військової думки. Адже величезну роль в процесі виборювання земель відіграє зброя та технічні можливості армії. Книги з історії військового мистецтва також відкривають нам двері у світ незнаних засобів, що допомагали отримувати воїнам гучні перемоги.
- Книги про військову розвідку та про агентів спецслужб додають читачеві талентів та навичок, які згодяться і в звичайному житті офісного робітника.

Тож, що читати, задля того, щоб подивитися на війну інакше, учитись розставляти пріоритети. Сотні авторів зі всього світу, маючи освіту психологів та коучів, створюють неоціненну літературу, яка здатна змінювати життя мільйонів людей. Пропонуємо вам добірку літератури, де кожен зможе знайти щось під власний запит.



Проект «Військо читає» та інші програми ГО «Реформація»

Допомогти війську можна на різних рівнях. Хтось закуповує дрони, збирає на потужні «корчі», хтось опікується ветеранами. Команді ГО «Реформація» у цій місії випала робота з книжкою. За три з гаком роки активної «реформаційної» діяльності понад 105 тисяч книг помандрували у різні куточки України: 60+ тисяч у межах програми «Статути та посібники для ЗСУ» та 45+ тисяч – «Військо читає». А минулого року програма «Військо читає» була номінована на Премію **Читомо** та пройшла технічний відбір у категорії «За книжкову ініціативу, що сприяє промоції читання».

До повномасштабного вторгнення команда програми здебільшого поповнювала полиці бібліотек військових навчальних закладів і частин, а тепер стоси охайно складених видань прямують до захисників на ротації, до військових госпіталів чи на передову.

Як працює «Військо читає» та інші програми ГО «Реформація»

Проект «Військо читає» стартував 2020-го з місією розповсюджувати якісну літературу серед українських військових. У фокусі були бібліотеки військових частин, навчальних осередків або медичних центрів, чії книжкові фонди здебільшого проймали затхлість «радянського». Зусиллями ГО «Реформація» такі осередки почали поповнюватись сучасними україномовними книжками, які могли б зацікавити чи то бувалих військових, чи то курсантів, чи то військових медиків.

Нині у проекті бере активну участь його ідейник й zarazом керівник ГО «Реформація» – Владислав Кириченко, Анна Бондарчук та її дві колежанки – Тетяна Леонова й Софія Коренева. Попри те що від початку повномасштабного вторгнення команда розпочала ще одну програму – «Статути й посібники для ЗСУ» (забезпечує майбутніх військових бойовими статутами, посібниками, підручниками сержанта тощо), попит на книжки у межах програми «Військо читає» все одно не зменшився. Про це розповідає Анна Бондарчук: «Проектом «Військо читає» знову активніше почали займатися восени 22-го року. Раніше ми збирали книги на поповнення ліцеїв: складали список, розраховували кошти, відкривали збір або знаходили спонсорів, закуповували книги. Тепер же такий список сформувався разом з «Бібліотечною країною», і у вересні отримали від них майже 6000 книжок».

Команді сподобалась така практика, тому тепер вони заздалегідь складають книжкові списки, стежать за новинками, дослухаються до експертів чи просто закуповують 2–3 найменування по 50–100 книжок, які могли би бути до вподоби захисникам. Так за 2023 рік команда передала понад 5 тисяч книжок для 59 військових підрозділів і 4 госпіталів.

Після повномасштабного вторгнення команда дещо змінила й формат і географію розповсюдження книг. Як зізнається Анна, відправлення почастишали, але стали значно дрібнішими. До вторгнення це могли бути 3–5 тисяч книжок, приміром, для військових частин, а тепер – по 50–60 книг на передову. Щомісяця

дюжина таких книжкових посилок прямує не лише на великі військові формування, а й до маленьких підрозділів на лінії фронту.



До вторгнення також функціонувала програма «**Бібліотека сержанта**», у межах якої великі партії книжок, по 2–3 тисячі, передавали у військові навчальні заклади. Команда вирішила інтегрувати її у «**Військо Читає**» і сфокусуватись на одній програмі, не розділяючи навчальні заклади та бойові військові частини.

Звітність, акти та «донація» літератури

Один із найбільших викликів ГО «**Реформація**» – бюрократія. Попри величезне бажання команди, не завжди вдається доправити книжки військовим. Тому передусім відправляють ті примірники, що закупаються за донорські кошти чи допомогу благодійників. Відповідно до законодавства, команда зобов'язана передавати книги лише за актом прийому-передачі від військової частини, списувати їх та ставити на облік (працює, як із будь-якою гуманітарною допомогою). Оскільки не усі підрозділи з тих чи інших причин мають змогу передати акти, кількість захисників, які отримують книжкові пакунки, зменшується, Анна каже, що альтернатива – «донація» літератури: коли окремі люди або спільноти передають власні книжки для програми «Військо читає». Крім того, повсякчас «донатери» залишають листівки або записки, які разом із книгами прямують на передову – це дуже тішить захисників. Основні вимоги – хороший стан і українська мова видань. Книжки іноземною мовою теж приймають, якщо це не російська.

Окрім фінансової підтримки проєктів чи «донації» книжок, люди можуть долучатись до «**Військо читає**», закупаючи видання для конкретної військової частини, але за умови, що захисники потребують щонайменше 1–2 тисяч книг.

Що читають захисники: від «Вогняних брам» до «Абрикосової книгарні»

Про «книжкові» потреби військових команда дізнається спілкуючись телефоном або листуючись. На сайті теж діє форма замовлення, хоча вона призначена насамперед для програми «Статути та посібники для ЗСУ». Але комунікуючи з військовими в межах останньої, команда пропонує перелік книг «Військо читає».

«Зазвичай військовим надсилаємо перелік книг, який вже маємо. Вони обирають те, що їм цікавіше або просто кажуть: «надсилайте, що є». Книжки їдуть зазвичай поштою, але інколи їх забирають самовивозом зі складу. Якщо посилки невеликі, ми залишаємо їх для військових у книгарнях.

Захисники повсякчас потребують книг про військову справу. Та, окрім вузько спеціалізованої літератури, до їхніх рук потрапляють науково-популярні й навіть художні книги.

«Запам'яталось, як одного разу ми відправляли книжки на Часів Яр, і військові попросили докласти їм «Абрикосову книгарню» Орести Осійчук. Це розчулює: ти одразу уявляєш бійця, який сидить на передовій і читає цю книгу. Ми зрозуміли, що не варто її забирати із переліку», – говорить Анна Бондарчук.

Про літературу, яка зрощує особистість та навички критичного мислення, додає і координаторка програми «Військо читає». Мета команди – не лише забезпечити захисників книгами, а й дати змогу глибше зануритись в історію, покращити ерудицію і сприяти формуванню військового лідера.

Анатолій Симовонюк, один із військових, який брав участь у програмі «Військо читає», а ще – долучався до «реформаційних» проєктів як благодійник і громадський діяч до прочитання командирам як обов'язкове радить: «Вогняні брами» Стівена Прессфілда.

«Для нас книги – не про лише дозвілля, а й про змістовність. А цю «змістовність» ми вже визначаємо завдяки нашим експертам» – говорить Анна.

З думкою про «реформаційні» проєкти

До книгорозповсюдження в межах програми «Військо читає» долучаються й інші організації: зокрема, «Бібліотечна Країна» та «Культурний десант», які часто бувають на лінії фронту та передають книжки програми.

Найактивніше програма співпрацює з «**Нашим Форматом**», що допомагає закуповувати, перекладати й додруковувати необхідні книжки.

«Все, що робить «**Наш Формат**», – з думкою про «реформаційні» проєкти. Це часто бачимо у книжках, закликах підтримати програми чи зорганізованих подіях, зокрема KyivBookFest, що збирав кошти на наші додруки», – ділиться Анна.

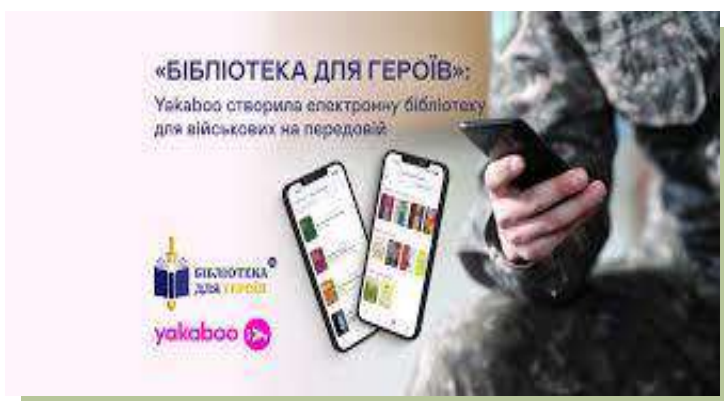
Окрім «Нашого формату», команда співпрацює з іншими видавничими спільнотами – усе залежить від потреб й асортименту. Анна каже, що партнери роблять величезні знижки, щоб «Реформація» мала змогу придбати якнайбільше книжок для «Військо читає». Серед них «Фоліо», «Залізний тато», «Астролябія», «Видавництво Старого Лева», Vivat, «Лабораторія», «Апріорі». Окреме місце має

партнерство із Валерієм Маркусом, військовим і письменником, у якого організація закупає його самвидавну книжку «Сліди на дорозі».

Загалом на 2024-й рік ГО «Реформація» хоче надсилати захисникам більше україномовної літератури з військового лідерства, психологічної допомоги, реабілітації тощо. А ще – провадити очевидні, але амбітні «книжкові» плани – придбати кілька тисяч книг, вщерть заповнити новою літературою склад і надалі інтелектуально «живити» військо.



«Бібліотека для героїв»: українським військовим надають безоплатний доступ до сучасних книг



Електронна *«Бібліотека для героїв»* – це новий етап реалізації однойменного проєкту, який Yakaboo ініціювала після 2014-го року. У його межах компанія передає паперові книги у військові частини на запит самих військових. Разом з тим у воїнів на фронті не завжди є можливість отримувати, збирати та зберігати паперові

видання. Тож, щоб доступ до книг став швидшим, простішим та зручнішим, Yakaboo створила у своєму мобільному застосунку електронну полицку для військових на передовій. Доступ до електронної «Бібліотеки для героїв» здійснюється за промокодами і є безкоштовним для учасників бойових дій.

Своєю чергою вже понад рік «Культурний Десант» за підтримки Міністерства культури та інформаційної політики України реалізує проєкт *«Книга на фронт»*, метою якого є морально-психологічна підтримка наших військових через читання. За цей період на передовій під час заходів «десанту» було розповсюджено більше двадцяти п'яти тисяч книг. До проєкту долучилися як

книгарні з видавництвами, так і відвідувачі книжкових крамниць, які разом з книгами надсилають на фронт і листи вдячності нашим героям.

Як працює застосунок «Бібліотека для героїв»?

- Будь-хто може завантажити додаток. Треба зареєструватися на головній сторінці, отримати код, ввести його – і ви вже зареєстровані. Потім, в розділі бібліотеки, є дві опції. Вибираєте «Бібліотека для героїв», вводите промокод. Промокоди надаватимуться через громадські організації, фонди, установи тощо, які безпосередньо взаємодіють з військовими та братимуть участь у проєкті. Це дозволить забезпечити контроль та цільове використання промокодів. Перелік таких організацій опублікований на сайті та в соцмережах компанії.
- Після введення промокоду у застосунку відкривається безоплатний доступ до всієї бібліотеки, в якій містяться спеціально підібрані книги. Їх підбирали, аналізуючи запити попереднього проєкту «Книга на фронт».

Що читають наші військові?

- Запити дуже різні. Це бізнес нон-фікшн, історія, військова тематика, художня література. Військові частіше просять книги на військову тематику, бо вони вчать. Зараз багато підприємців воюють, вони мають і свої запити. Їх цікавлять різні речі – від історії до підприємництва.

Які книги доступні в «Бібліотеці для героїв»?

В електронній «Бібліотеці для героїв» вже доступно 473 книги, які поділені за різними тематичними категоріями: «Художня література», «Класична проза», «Сучасна проза», «Саморозвиток, мотивація», «Бізнес, економіка», «Історія», «Психологія, стосунки», «Біографії, мемуари», «Здоров'я», «Навчальна література» та ін.

Безкоштовний доступ до свого електронного контенту надало видавництво YAKABOO PUBLISHING та ще 7 українських видавництв:

- Видавництво Анетти Антоненко
- Discursus
- Видавництво 21
- Meridian Czernowitz
- Видавництво «Чорні Вівці»
- Видавництво «Ніка-центр»
- Видавництво Львівського медіафоруму

Співзасновник **Yakaboo** **Юрій Кривошея** зазначає: «Наш проєкт «Бібліотека для героїв» є дуже важливим для нас, вже має суттєву історію, та ми продовжуємо постійно його розвивати. Ми особисто були в Маріуполі, в Яворові, в багатьох військових частинах. З «Азовом» співпрацювали. Також формували бібліотеки за запитом. Запити були дійсно різноманітні. Це і військова тематика, бізнесові книги, література різними мовами. Сьогодні ми продовжимо цей проєкт. Він соціально відповідальний. Якраз «Бібліотека для героїв» отримала новий етап

– застосунок. Долучилися наші партнери, видавництва. Цей проєкт дозволяє в іншому масштабі надати необхідну літературу для наших військових. Поличка у нашому застосунку «Бібліотека для героїв» – це можливість миттєво отримати доступ до різноманітного важливого контенту, а також перезавантажитись і трішки відволіктись у будь-якому місці у будь-який час. Ми також розуміємо, що книга – це не тільки можливість відпочити, це в якомусь сенсі позитивна зброя, зброя героя. Є ще один напрямок – це співпраця з «Соборною». Ця організація опікується дітьми загиблих героїв. Це понад дві сотні родин. Ми також допомагаємо фонду Ксенії Лебедевої. Це реабілітація дітей, які пройшли Бучу та Ірпінь, поховали своїх батьків. Ми передавали фонду книги, які вибирали психологи в межах тих протоколів за якими працюють з цими дітьми. Також у нас є спільний проєкт з Асоціацією ветеранів».

Як підтримати проєкт?

Створення електронної бібліотеки відбувається виключно за кошти книжкової платформи Yakaboo та видавців-партнерів. Тому чим більше людей дізнається про проєкт та чим більше ви читатимете книжок разом з платформою Yakaboo, тим масштабнішою буде підтримка читачам із ЗСУ.

Прочитати війну: книги для військових

Військові щодня мусять вдосконалюватися. Особливо зараз, коли на війні чимало людей без воєнного досвіду. Зараз бійці відчувають гостру потребу у методичній та професійній літературі: статuti, посібники, підручники. Книги про війну та спецслужби однозначно стануть у пригоді тим, хто сьогодні боронить нашу країну.

Видання «Рубрика» та видавництво «Наш формат» підготували добірку книг для військових, які допоможуть краще зрозуміти, як працює військо, які бойові тактики існують і як повторювати досвіди найуспішніших бойових операцій.



Ларсен К. Тактика легкої піхоти для малих підрозділів / К. Ларсен ; пер. з англ. Андрій Пилипенко, Максим Федяй, Наталія Мелешкова та ін. – Київ : Наш Формат, 2022. – 328 с. : іл.

Посібник від доктора Крістофера Ларсена дуже детально описує тактику за певних ситуацій та обставин під час виконання тактичних та бойових операцій.

Посібник призначений для бійців та командирів малих груп від 3 до 30 осіб та розповідає про застосування камуфляжу, маневри піхотинців, сигнальні жести, розвідку, засідки та вихід з них, зони небезпеки та способи їх подолання тощо.

Посібник стане у нагоді не тільки новачкам у

військовій справі: описана інформація здатна підвищити злагодженість та ефективність досвідчених військових, які виконують операції без підтримки воєнної техніки та підтримуючого вогню артилерії або авіації.

Представлена книга написана за стандартами НАТО та у всьому світі вважається однією з найкращих схожих посібників.

Про автора:

Доктор Крістофер Е. Ларсен – викладач мистецтва лідерства, автор доктрини тактичних операцій, навчальний конструктор для оборонної промисловості та дослідник когнітивної науки про нові педагогічні моделі.

Крістофер Ларсен – доктор філософії в університеті Міссурі у галузі технологій навчання з акцентом на педагогічній психології.



Посібник рейнджера. Не для слабких чи легкодухих / пер. з англ. – Київ : Наш формат, 2023. – 480 с.

Посібник Рейнджера є однією з книг, обов'язкових для прочитання у підрозділах Сил спеціальних операцій армії США.

Ця книга – для високопрофесійних піхотинців, що спеціалізуються на складних і небезпечних місіях, десантних рейдах, захопленні летовищ, знищенні особового складу та техніки в тилу ворога, книга, що описує прийоми й тактики, за допомогою яких солдати стають найкращими у своїй справі.

За основу посібника взято досвід бойових дій та спеціальних операцій впродовж двох століть. Книга ефективно поєднує уроки минулого та сучасний досвід з важливими ідеями для майбутнього, щоб допомогти зробити армійських лідерів найкращими. У посібнику йдеться про введення ворога в оману, винахідливість, скритність, зв'язок, відступ та ухилення, засідки, захист периметра, контррозвідку та багато іншого.

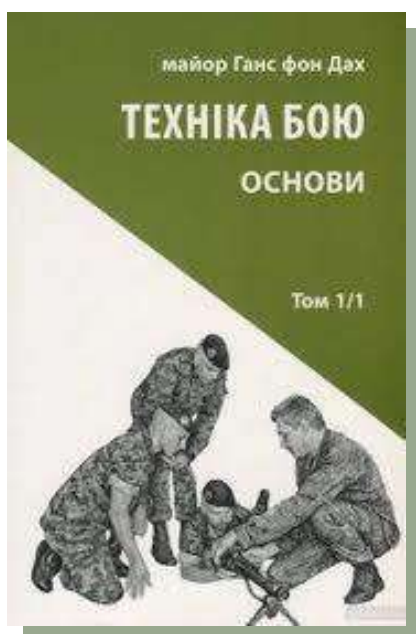
Ця книга – для тих, хто хоче знати, як мислять та діють рейнджери. Український переклад зроблено з оновленого видання, тож наші бійці отримають найновішу інформацію – про військову тактику і планування операцій, розвідку, керівництво особовим складом та розвиток лідерських якостей.



Ганс фон Дах. Тотальний опір. Інструкція з ведення малої війни для кожного Ч. 1 / Ганс фон Дах. – Київ : Астролябія, 2014. – 116 с.

Як навчитись перемагати за будь-яких обставин? Ця легендарна книга швейцарського військового експерта майора Ганса фон Даха є чудовим посібником, який навчає, як перемагати навіть тоді, коли супротивником є, здавалося б, непереможна і переважаюча військова потуга.

Автор розкриває моральні засади, стратегічні цілі, тактику і бойові техніки так званої малої війни. Вихідним принципом служить переконання, що боротьба за свободу не завершується після нищівної поразки ворога у регулярній війні, навіть після цілковитого розгрому армії. Суттєву увагу автор приділяє принципам організації руху опору, створення формацій малої війни, забезпечення їх зброєю, боєприпасами, харчами, здійснення диверсій, засідок, методам протидії каральним заходам ворога тощо. Також книга проілюстрована численними рисунками автора, які, зображуючи зразки бойових акцій та технік опору, значно полегшують засвоєння матеріалу. Книга має першу та другу частини.



Ганс фон Дах. Техніка бою. Основи. Т.: 1. Ч. 1 / Ганс фон Дах. – Київ : Астролябія, 2021 – 160 с.

Фундаментальний швейцарський підручник з основ загальновійськового бою від автора «Тотального опору» Майора Ганса фон Даха. Автор детально і доступно описав техніки ведення сучасного бою і командування військовими підрозділами, розвідки та диверсійної роботи, особливості застосування зброї, створення фортифікаційних споруд й інженерних загороджень, правила організації маршу та розквартирування, постачання війська, санітарної служби, військового вишколу тощо.

Ця книга – професійний, але пристрасний текст військового фахівця, тож має потужний мотиваційний потенціал. Книга доповнена схемами, рисунками і таблицями, тому матеріал легко засвоїти.

Підручник зацікавить офіцерів, сержантів, солдатів Збройних Сил України, а також усіх, хто хоче належним чином підготуватися до оборони своєї країни від збройної агресії ворога та збільшити свої шанси на виживання у бою.

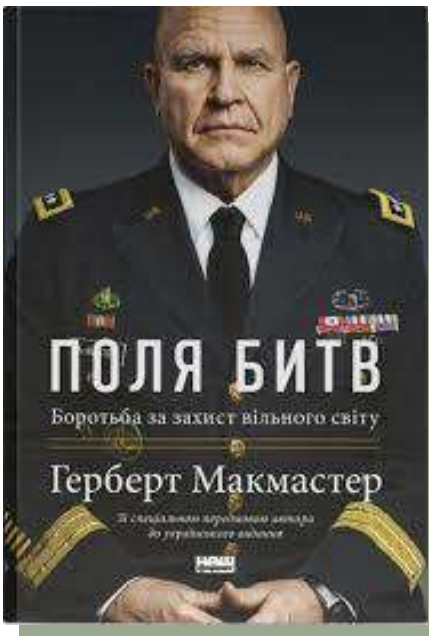
У першому томі розкриваються основи організації служби, бойового вишколу, а також техніка віддавання наказів.



Бойовий статут механізованих і танкових військ сухопутних військ збройних сил України. Ч. ІІІ. : Взвод, відділення, екіпаж. – Київ : Алерта, 2022. – 250 с.

Тут викладено основні положення підготовки та ведення загальновійськового бою взводом (відділенням чи екіпажем) у взаємодії з підрозділами родів військ і спеціальних військ Сухопутних військ. Важливо, що положення, які містяться у Бойовому статуті, слід застосовувати творчо відповідно до ситуації, яка склалася, тобто не допускаючи шаблонності. Викладена тут інформація є основою для розробки тактичних прийомів і способів дій у кожному конкретному випадку.

Це видання призначене для військовослужбовців Збройних Сил України та курсантів військових навчальних закладів.



Макмастер Г. Поля битв. Боротьба за захист вільного світу / Г. Макмастер ; перекл. Н. Коваль. – Київ : Наш Формат, 2023. – 424 с.

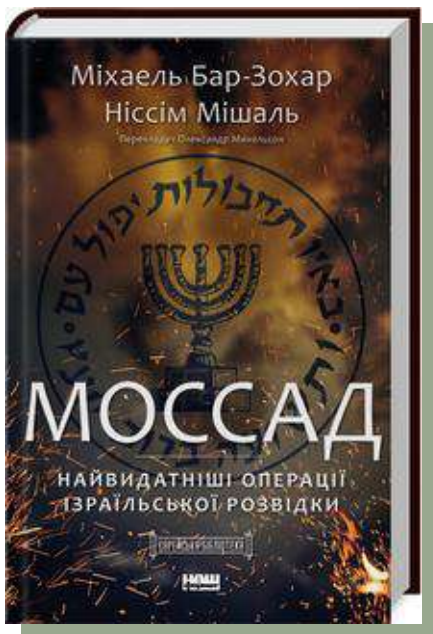
«Хочеш миру – готуйся до війни». Ні, це сказав не Герберт Макмастер: цим словам уже 15 століть. Але американський генерал-лейтенант і радник президента з нацбезпеки добре знає уроки історії і як зробити так, щоб вони не повторилися.

У книжці він висловлює щирю підтримку українцям, детально аналізує «російську війну нового покоління», експансіоністську політику Китаю, проксі-війни Ірану, ситуацію на Близькому Сході, в Афганістані та Східній Азії. Також він відверто говорить про помилки НАТО і США протягом останніх десятиліть. А ще – як подолати проблеми світової безпеки, захистити свободу і приборкати тиранію.

Видання для всіх, кого хвилює доля світу, національна безпека та уроки минулого. Усі читачі знайдуть відповіді, чому ми живемо в тих реаліях, що зараз є, історики побачать залаштунки ключових угод і рішень, військові – помилки минулого, на яких варто вчитися.

Чому ця книжка Герберта Макмастера:

Це мемуари одного з найавторитетніших американських генералів. Щоб пояснити витoki сучасних протистоянь, автор робить важливі екскурси в історію, завдяки досвіду радника президента США з нацбезпеки показує закулісся міжнародних перемовин найвищого рівня.



Бар-Зохар М. Моссад. Найвидатніші операції ізраїльської розвідки / М. Бар-Зохар. – Київ : Наш формат, 2021. – 384 с.

Ізраїльський «Моссад» відомий як одна з найефективніших спецслужб світу. Але хто і як ще на зорі існування відомства намагався перетворити його на інструмент зведення особистих поррахунків і чому цього таки не сталося? Коли й чому «Моссаду» доводилося діяти всупереч інтересам США та інших союзників Ізраїлю? Як банальний недогляд спецслужб призвів до викриття найбільшої таємниці Ізраїлю, а надмірний фанатизм ледь не завадив порятунку тисяч юдеїв в Африці? Історик Міхаель Бар-Зохар і популярний телеведучий Ніссім Мішаль

дають відповіді на ці та багато інших питань і розповідають, як насправді відбувалися операції «Моссаду». Їхніми джерелами були не лише офіційні дані, а й спогади безпосередніх учасників подій, що допомогло створити надзвичайно захопливу історію спецслужби.



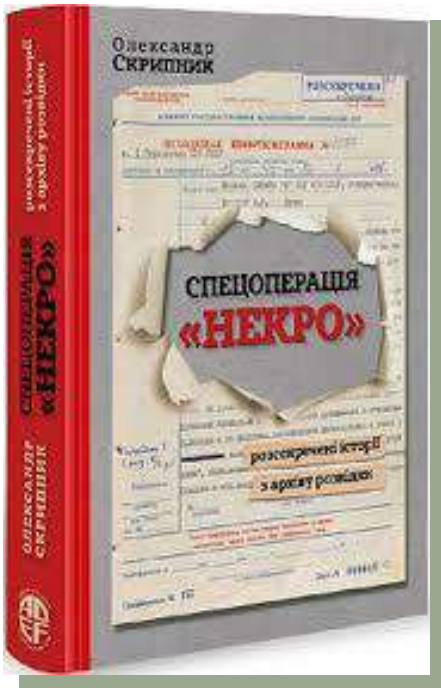
Бартецко Р. Сморід війни. Поради з поля бою / Р. Бартецко. – Київ : Фоліо, 2024. – 157 с.

Книжка «Сморід війни. Поради з поля бою» спочатку була надрукована англійською, кілька разів доповнювалась, адже автор дослухався до порад читачів, і нарешті вийшла друком українською.

Саме військовий досвід Роланда і все пережите лягли в основу видання.

Це збірка історій з військового життя і практичних порад – як вижити на війні для військовослужбовців на передовій та цивільного населення, зокрема в окупації.

Це книга, яку читають солдати в окопах і госпітальних палатах, і читають цивільні, щоб краще зрозуміти, що таке армія і бойові дії.



Скрипник О. Спецоперація «Некро». Розсекречені історії з архіву розвідки / О. Скрипник.
– Київ : Адеф-Україна, 2023. – 608 с.

Пів сотні нарисів ґрунтуються на унікальних розсекречених документах із архіву Служби зовнішньої розвідки України. Вони дають змогу дізнатися про досі невідомі епізоди спецоперацій ГПУ/НКВД/МГБ/КГБ СРСР за кордоном проти визначних діячів українського національно-визвольного руху.

Зокрема, про першу спробу ліквідувати Андрія Мельника і Степана Бандеру ще у 1944 році в Берліні; про нові обставини убивства Євгена Коновальця; про те, як впроваджували агентів НКВД у близьке оточення гетьмана Павла Скоропадського за кордоном; про наміри завербувати начальника

розвідки УНР Всеволода Змієнка, міністра закордонних справ УНР Олександра Шульгина, голову ОУН(м) Олега Штуля-Ждановича, борця за українську справу Василя Вишиваного та інших діячів і що з цього вийшло; про одну з перших спроб застосування надсекретних спецзасобів – проти військового міністра уряду УНР в екзилі Миколи Капустянського; про те, як КГБ здійснював широкомасштабну спецоперацію під назвою «Некро» проти голови ОУН(б) Ярослава Стецька.



Жирохов М. Операція «Азовсталь». Маріуполь, березень-квітень 2022 / М. Жирохов. – Київ : Patriot Book, 2024. – 168 с.

Тема боїв за Маріуполь 2022 року вкрай не популярна для висвітлення. Незважаючи на те, що в інформпросторі є багато інтерв'ю різних учасників подій, зробити загальну картинку не береться ніхто.

Війна ще триває, а різних міфів і легенд навколо подій цієї війни з кожним днем все більше. Ось, наприклад, легендарний повітряний міст. Вже «устаканено» в літературі що вильотів було 7, а вертольотів 16. Насправді вильотів було 6....

Для того щоб дати приблизно об'єктивну картину подій і була написана ця робота.



Паттерсон Дж. Прогулянка в моїх бойових черевиках / Дж. Паттерсон – Київ : КНТ, 2023. – 290 с.

Книга «Прогулянка в моїх бойових черевиках» – потужна колекція, створена із сотень оригінальних інтерв'ю Джеймса Паттерсона, письменника № 1 у світі бестселерів, і першого сержанта армії США (у відставці) Метта Еверсманна, частини підрозділу рейнджерів, зображеного у фільмі «Знищення чорного яструба».

Це жорстоко чесні історії, якими зазвичай діляться лише товариші по зброї. Тут, у голосах чоловіків і жінок, які воювали за кордоном, від В'єтнаму до Іраку та Афганістану, можна побачити,

як насправді носити форму, воювати, втрачати друзів і повертатися додому.

Читачі, які наступного разу подякують військовослужбовцям за їх службу, нарешті розуміють, за що ця подяка.

Що почитати: книжки від письменників і письменниць із військовим досвідом

Це репортажі, щоденники, есеї, вірші, художні тексти, що фіксують та осмислюють нашу сьогодишню реальність. І хоча читати їх важко й навіть фізично боляче, ми думаємо, що це варто робити – щоб пам'ятати міста, людей, події, злочини кривавої росії. Пам'ятати й ніколи не пробачити.



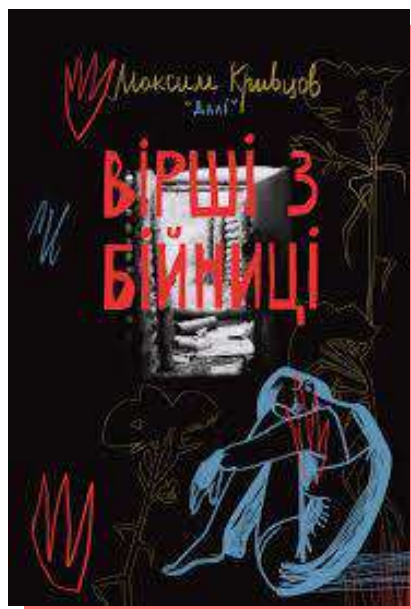
Дронь Артур. Тут були ми (Видавництво Старого Лева)

Артур «Давид» Дронь у цивільному житті працював менеджером подій у «Видавництві Старого Лева», а з початком повномасштабного вторгнення пішов добровольцем і відтоді несе службу в 125 окремій бригаді територіальної оборони ЗСУ.

У грудні 2023 року в рідному «Видавництві Старого Лева» вийшла друком його збірка віршів «Тут були ми», проілюстрована роботами Катерини Сад, а також уривками листів, які військові отримали від дітей.

Вірші цієї поетичної збірки написані на фронті, але вони не про війну. Вони про людей, які люблять більше, ніж бояться. Які були тут і не пішли звідси. Такою мовою солдати згадують своїх, а діти

пишуть листи на аркушах шкільного зошита. Нею говорять про біль і надію. Прощаються і люблять.



Кривцов Максим. Вірші з бійниці (Наш Формат)

Максим «Далі» Кривцов працював ментором для дітей у проєкті «Строкати єноти», контент-менеджером у Центрі реадптації та реабілітації учасників АТО та ООС «ЯРМІЗ» та у Veteran Hub.

Він пішов на війну добровольцем у 2014 році, а після повномасштабного вторгнення у лютому 2022-го повернувся до лав ЗСУ.

У 2023 році Кривцов видав збірку поезій «Вірші з бійниці».

Незабаром її визнали однією з найкращих українських книжок 2023 року за версією «Українського ПЕН». У виданні вміщено світлини

автора та записи поезій.

7 січня 2024 року стало відомо про смерть Максима Кривцова на фронті. З ним загинув і рудий кіт, про якого Далі написав одну зі своїх останніх поезій.

Максим писав на фронті роман, який залишився незакінченим.



Чех Артем. Точка нуль (Наш Формат)

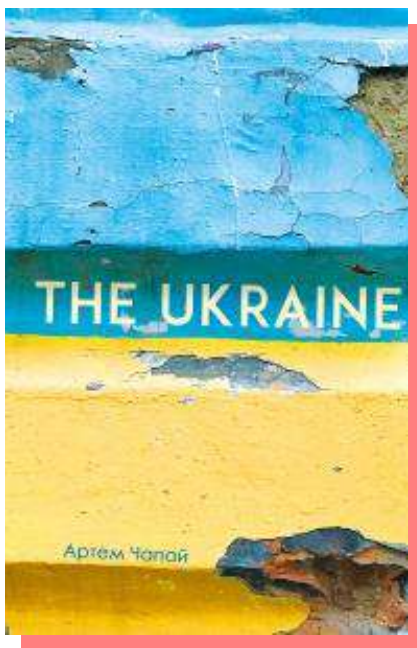
Артем Чех – автор 12 прозових та нефікшн-книжок. Головний редактор проєктів «94 дні. Євромайдан очима ТСН» та «Війна очима ТСН». У 2015 році мобілізований у п'ятій черзі, письменник пробув 10 місяців на передовій. Від моменту повномасштабного російського вторгнення повернувся до лав ЗСУ.

Збірка есеїв Артема Чеха «Точка нуль» вийшла у 2017 році та присвячена його досвіду під час російсько-української війни на Донбасі. Книжка мала три перевидання.

Артем Чех знову написав про війну – і знову не про ту. Тобто не про цю. Тому, з одного боку, «Song of

the Open Road» можна розглядати як жанрово-стилістичну забавку, пригодницько-історичну гру в Америку. Колишній кріпак з українського села у складі Російської імперії, опинившись в епіцентрі американської трагедії, врешті-решт стає втіленням американської мрії. Але, з другого – серйознішого – боку, відкритий шлях головного героя – це й шлях геть від москви, шлях крізь війну до свободи, шлях від росіянина в пролозі до українця в епілозі. А ще з якогось боку, легко

собі уявити знятий за мотивами цього роману ігровий фільм. Чорно-білий фільм про сповнену символічних значень подорож зі Сходу на Захід, до самого себе і свого вічного дому. І саундтрек: слова Волта Вітмена, музика Ніла Янга.



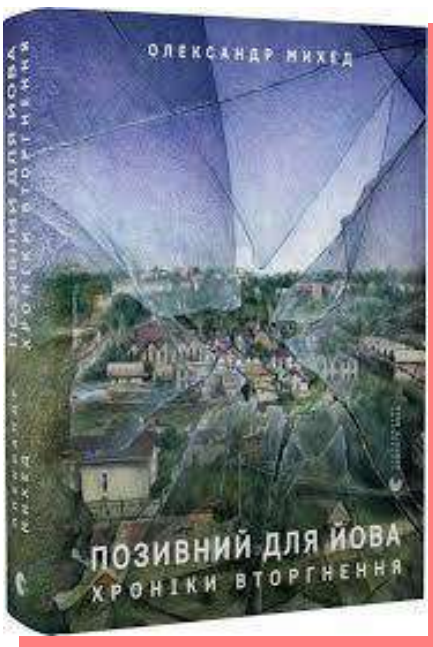
Артем Чапай. The Ukraine (Видавництво 21)

Артем Чапай – український письменник, перекладач, член «Українського ПЕН». З початком повномасштабного вторгнення мобілізувався до Збройних сил України.

Книга присвячена двом головним персонажам, які починають знаходити в Україні ті речі, про які можна сказати «the Ukraine» – саме та Україна, яку знають зараз у світі. У ній поєднано документальні свідчення та витвір уяви автора. Робота над книгою тривала близько восьми років.

До збірки також увійшло оповідання, яке було опубліковане в журналі The New Yorker у 2022 році.

А у Франції друком вийшла книга Чапая «Звичайні люди не носять кулеметів» (Les gens ordinaires ne portent pas de mitraillettes). Її переклала Ірина Дмитришин.



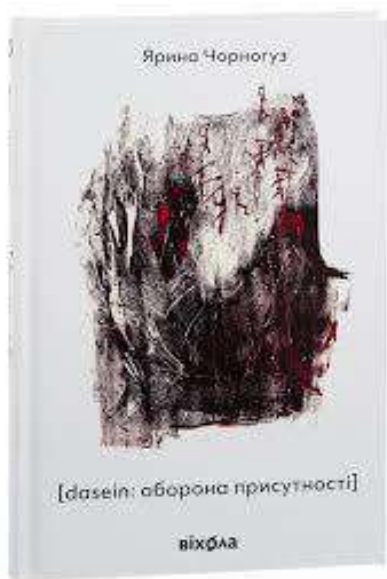
Михед Олександр. Позивний для Йова. Хроніки вторгнення (Видавництво Старого Лева)

Олександр Михед наразі проходить військову службу в Збройних силах України. До повномасштабного вторгнення він працював артдиректором видавництва ArtHuss, створював подкаст про літературу «Станція 451», видавав свої твори.

«Позивний для Йова» – це дев'ята книга автора. У ній письменник розповідає історії зі свого життя та життя своїх друзів під час повномасштабної війни. Над виданням Михед працював впродовж 13 місяців, почавши робити перші записи ввечері 24 лютого 2022 року. У книзі

всі події розміщені в хронологічному порядку. Історіями діляться, зокрема, мати письменника Тетяна Михед, військовий Євген Терещенко, який у 2014 році захищав Донецький аеропорт та повернувся знову на фронт під час повномасштабної війни, а також журналіст Євген Спирін, який допомагав ексгумувати тіла з масових поховань у Бучі.

Михед від початку повномасштабної війни вів фотощоденник, на його основі художник Мітя Фенечкін зробив ілюстрації. Він також підготував обкладинку – це малюнок за світлиною письменника, зробленою в помешканні батьків у Бучі. Вікна з житла виходять на Гостомель та аеропорт.

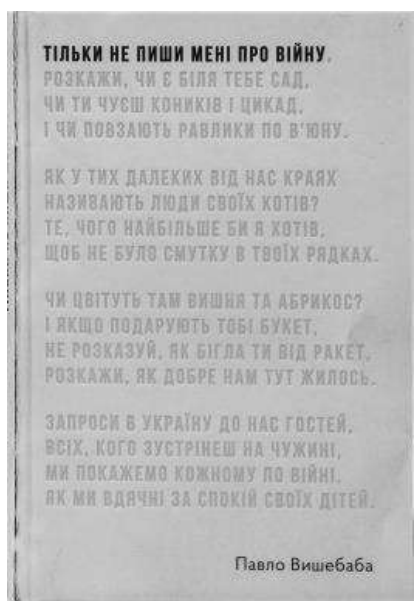


Чорногуз Ярина. [dasein: оборона присутності] (Віхола)

З 2010 року Ярина Чорногуз була активісткою Громадянського руху «Відсіч», а згодом – учасницею Революції гідності, організаторкою акції «Весна на граніті». Служила парамедикинею-волонтеркою на ротаціях у медичному добровольчому батальйоні «Госпітальєри». У 2020 році була бойовою медицинею за контрактом. Коли у 2020 році загинув її коханий, вона зрозуміла, що війна «буде ще» і їй «хотілося в наступний раз бути готовою». Наразі Ярина – єдина жінка в 503 батальйоні морської піхоти.

У 2023-му вона випустила друком поетичну збірку «[dasein: оборона присутності]», що складається з віршів, написаних під час перебування на фронті.

Лавреатка Національної премії України імені Тараса Шевченка (2024) – за книгу поезій «[dasein: оборона присутності]».



Вишебаба Павло. Тільки не пиши мені про війну (Видавництво Однієї Книги)

Павло Вишебаба – родом із Краматорська Донецької області. У 2015 році брав участь у російсько-українській війні в складі добровольчого батальйону «Гарпун». Нині він на передовій – командир відділення 68 ОЄБр імені Олекси Довбуша.

«Тільки не пиши мені про війну» – перша збірка Вишебаби. До неї увійшло 43 поезії на 112 сторінках.

У 2023 за дорученням командування відвідав 15 міст України з благодійним поетичним туром. 100% прибутку, а саме 4 300 000 грн Вишебаба віддав на потреби своєї 68-ї бригади. У концертах взяли участь літератори Любко Дереш, Дар'я Лісіч, артисти Катерина Поліщук (Пташка з Азовсталі), Василь Байдак, Мойсей Бондаренко, гурт «CRY Неба» та інші.

У 2024 році стало відомо, що вірш «Донці» та оповідання «Марсіани» Павла Вишебаби увійшли до Навчальної програми з української літератури для закладів загальної та середньої освіти.



Пузік Валерій. З любов'ю – тато (Лабораторія)

Український письменник, художник та режисер Валерій Пузік на фронті з 2015 року. Брав участь у бойових діях на Донбасі в складі батальйону Добровольчого українського корпусу «Правого Сектору». Наразі служить у лавах Збройних сил України.

Збірка есеїв для сина, написана на війні, вийшла друком у 2023 році. Ця розповідь – розмова із сином, який залишається далеко, але водночас завжди поруч.

За словами автора, збірка є живим свідченням історичних подій, які відбуваються в Україні.



Гуменюк Андрій (Кельт). Африка (Видавництво Старого Лева)

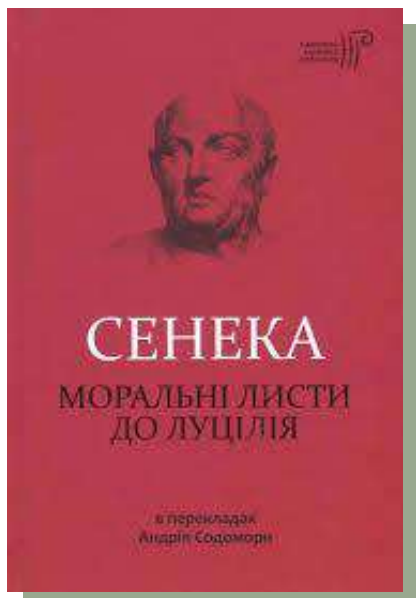
З початком війни у 2014 році став волонтером, згодом парамедиком. З 2016 року – борець Добровольчого батальйону ОУН.

«Африка» – це збірка біографічних новел-нотаток про війну. До книжки увійшли також і малюнки автора. Усе, що автор описав у цій книзі, написано на реальних подіях, усі події прямо чи опосередковано пов'язані з війною. Це чесна розповідь від очевидця.

Книги, які допоможуть пережити війну: поради психологів

Зараз українці намагаються відшукати точки опору та підтримку у різних речах, зокрема в книгах. Такий метод в психології називають бібліотерапія або по-іншому – книголікування. Досвід війни народжує численні питання у багатьох українців. Чому все це з нами сталося, що буде далі і якою стане наша країна після закінчення війни?

Варто розібратися у політичних та історичних процесах – це дасть більше впевненості та користі, ніж ефіри багатьох професійних і не дуже коментаторів.

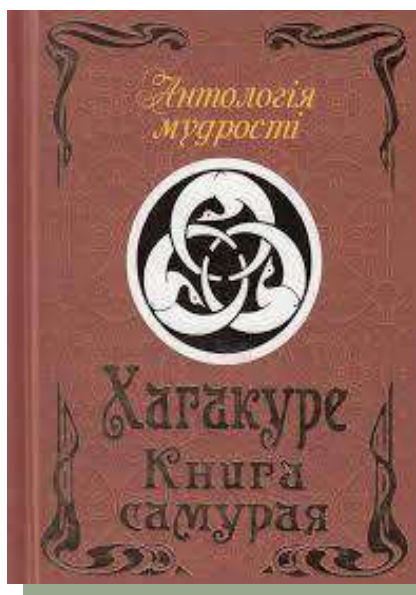


Сенека Луцій Анней. **Моральні листи до Луція**

Коли ми стикаємося з війною та масовими смертями, важливо розуміти, як пережити ці складні часи. Ця книга від одного з представників філософії стоїцизму пояснює, що дозволяє нам впоратися зі скрутою, які внутрішні правила розвиваються в процесі, як ставитися до розкоші та життя загалом. У ній розкривається одне з головних правил філософської течії – не можна вважати благом те, що можна втратити, тобто матеріальні речі. Більш цінними є справжні блага, як-от моральні цінності, бажання свободи і все те, за що зараз бореться Україна.

Такі книги вимагають не лише уважного вдумливого читання, але й ґрунтовного мислення, уміння самостійно робити висновки. А ще – певного культурно-інтелектуального рівня від читача, своєрідного «базису» на який би «нанизувалися» нові знання. Так, подібна література цілком може й не підійти пересічному книголюбові. Однак, якщо ми говоримо про філософську класику, то повинні зауважити, що вона завжди користується попитом. Зокрема – антична спадщина.

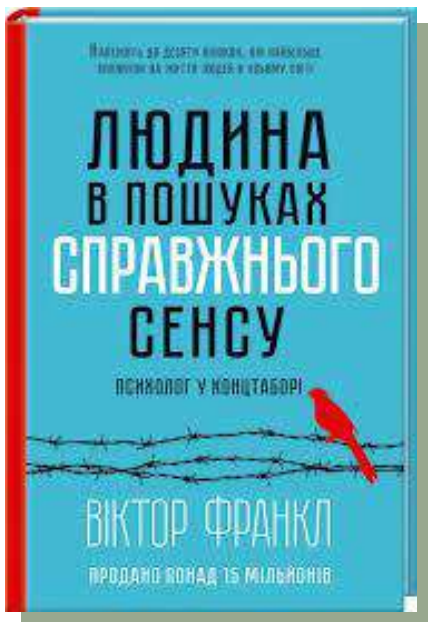
Тому цю книгу я раджу всім українцям, аби зрозуміти, як перенести всі ті жахіття, які з нами відбуваються, і при цьому не втратити людяності, доброти та віри у краще.



Цунетомо Ямамото. **Хагакуре. Книга самурая**

Ця книга є чимось на кшталт кодексу честі самураїв. У першу чергу рекомендую її тим, хто зараз воює. Книга допомагає знайти нові сенси у війні, інакше подивитись на смерті воїнів на полі бою.

Хагакуре (з яп. Приховане в листі) – це один із класичних трактатів, присвячених бусідо – Шляху воїна. Так називали в давній Японії зведення правил і настанов, які регламентують поведінку та повсякденне життя самураїв. Його автору самураю Ямамото Цунетомо (1659-1718) вдалося найбільш повно і водночас стисло й лаконічно викласти основні ідеї бусідо.



Франкл Віктор. **Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі**

Книга від відомого психотерапевта і психолога, який залишився в зоні активних бойових дій під час Другої світової війни, потрапив у концтабір, провів там кілька років і вижив.

Три роки ув'язнення в концентраційних таборах Дахау і Освенцим, голод, приниження, нелюдська жорстокість та страждання – не кожен зміг би вижити в таких умовах, а написати про свій досвід життєстверджуючий твір наважився лише Віктор Франкл, австрійський психолог і філософ, засновник логотерапії.

«Людина у пошуках справжнього сенсу: Психолог у концтаборі» розійшлась накладом в 10 мільйонів примірників і перекладена на 24 мови світу. Книга складається з двох частин: власне ув'язнення, опис життя в концтаборі та роз'яснення, спостереження та виведення нового психіатричного методу – логотерапії і введення поняття проактивності.

Згідно з його теоріями, між подіями, які випали на долю людини, і її ставленням до них лежить вільна воля. Інакше кажучи, ми самі вибираємо, як ставитися до свого життя і навколишнього світу. Сучасна психіатрія й досі спирається на тези, виведені Франклом, і визнає його величезний внесок у пошук сенсу і мотивацію людського існування.



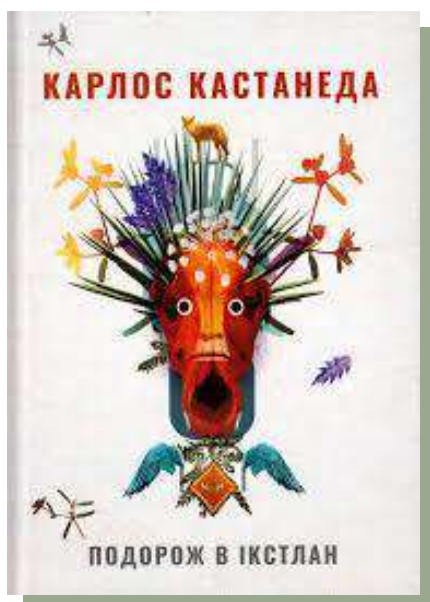
Пітерсон Джордан. **12 правил життя. Як побороти хаос**

Внаслідок війни у нас ламається багато точок опори, губиться когнітивний та соціальний контроль. Ми втрачаємо роботу, не можемо зустрічатися з друзями та рідними, як раніше. У нас змінюється уявлення того, яким має бути світ, й розвивається страх невідомості. Ця книга дозволяє відновити контроль над своїм життям, вибрати ті правила, які допоможуть рухатись далі, йти до перемоги. Хоч конкретно війни вона не стосується, все ж дуже рекомендую, аби відшукати точки опори та спокій.

У своїй книзі Джордан Пітерсон, спираючись на науковий метод, пояснює біохімічні процеси, що лежать в основі людської поведінки (феномен соціальної ієрархії, еволюцію моралі людства та інші основоположні аспекти існування).

Перелік правил, наведених в книзі:

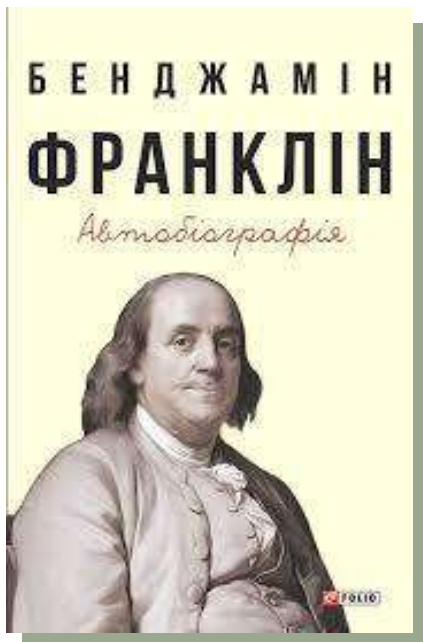
- Спину – прямо, плечі – назад
- Ставтеся до себе так, як до людини, якій маєте допомагати
- Товаришуйте з людьми, які бажають вам добра
- Порівнюйте себе з тим, ким ви були вчора, а не з тим, ким хтось інший є сьогодні
- Не дозволяйте своїм дітям робити те, через що вони вам менше подобаються
- Перш ніж критикувати світ, наведіть лад у власному домі
- Прагніть чогось важливого (а не вигідного)
- Кажіть правду чи принаймні не брешіть
- Припустіть, що людина, яку ви слухаєте, може знати щось невідоме вам
- Нехай ваші слова будуть точними
- Не заважайте дітям, коли вони катаються на скейті
- Якщо зустрінете на вулиці kota, погладьте його



Кастанеда Карлос. Подорож в Ікстлан. Уроки дона Хуана

Ця книга про різні психологічні закони та механізми підійде тим, хто цікавиться питанням смерті та хоче навчитись сприймати її інакше – не як щось вороже та страшне, а як те, що може дуже сильно нам допомагати. У виданні автор ділиться своїми підходами до розуміння смерті, переоцінки цінностей, розповідає, як відрізняє те, що є справді важливим, від того, що здається важливим та насправді таким не є.

Дон Хуан навчає Карлоса Кастанеду вибирати найкраще місце для відпочинку, помічати знаки і згоди світу – адже без згоди світу людині нічого не досягнути; вчить позбуватися особистої історії і ставитися до тварин та рослин як до рівних собі; вчить мистецтву полювання і шляху воїна, вчить накопичувати силу, знаходити своє «місце сили» і «гідного суперника» – бо тільки гідний суперник здатен мобілізувати в нас усі наші знання і навички, необхідні для «зупинки світу».



Франклін Бенджамін. Бенджамін Франклін. Автобіографія

Книга про прагнення людини будь-якою моральною ціною досягати того, чого вона прагне, навіть попри складні зовнішні обставини. Книга надихає на те, щоб почали щось робити, аби знайти своє місце у світі, а в контексті поточних подій – ще й задля наближення перемоги України.

Це чудове історичне полотно, створене на основі особистих записів, листів Франкліна, а також численних свідчень його сучасників.

У цій книзі захоплююче описана біографія одного з батьків-засновників американської держави, людини зі столарової банкноти. Повна вичерпна розповідь про життя Бенджаміна

Франкліна, його наукову діяльність, як фізика-винахідника, географа, історика, формування його особистості, кар'єру політика і державного діяча, його політичні погляди і переконання. Це розгорнуте біографічне полотно створене з особистих записів і листів самого Франкліна, а також на підставі численних свідчень його соратників і сучасників.



Ренд Айн. Джерело

Це надихаюча книга про те, як одна людина може протистояти великому та сильному режимові. У ній автор розповідає, як людина бореться за важливі для неї цінності, перемагає (що найголовніше!) і добивається того, аби все необхідне реалізовувалось.

У книзі увиразнено зіткнення різних поглядів. «Джерело» – це про всіх. Про тих, хто пливе за течією, і про тих, хто будує свою власну реальність. У цієї книги стільки свободи, що часом перехоплює подих. І стільки ж залежності, вигаданих рамок.

В сюжеті розповідається про талановитого архітектора Говарда Рорка, який усіма силами чинить опір суспільству, що тисне на його професіоналізм.

Абсолютна принциповість у всьому – ось його кредо. У той час, як інші знамениті архітектори борються за замовлення, Рорк веде практично самотній спосіб життя, вступаючи в учнівство до одного з найталановитіших, але забутих майстрів.

Надалі Говарду ще не раз доводиться відстоювати своє право на індивідуальність. В численних спробах він намагатиметься довести, що будь-який стиль повинен відображати сучасну епоху. Головна його мораль полягає в тому,

що потрібно слідувати за своїм талантом, ніколи не зраджуючи свої цінності. Навіть якщо весь світ тебе ненавидить.



Грейтенс Ерік. **Стойкість: тяжко виборена мудрість для ліпшого життя**

Ерік Грейтенс, у минулому «морський котик», написав свою книжку насамперед для солдатів, які повернулись додому з війни й не знають, як жити далі.

Автор показує, як протистояти болю, практикувати співчуття, розвинути покликання, знайти наставника і створити щастя. Його поради будуть також корисні кожному, хто хоч раз стикався з життєвими труднощами. «Стойкість: тяжко виборена мудрість для ліпшого життя» допоможе впоратися зі слабкістю, віднайти мужність і знову рухатися вперед.



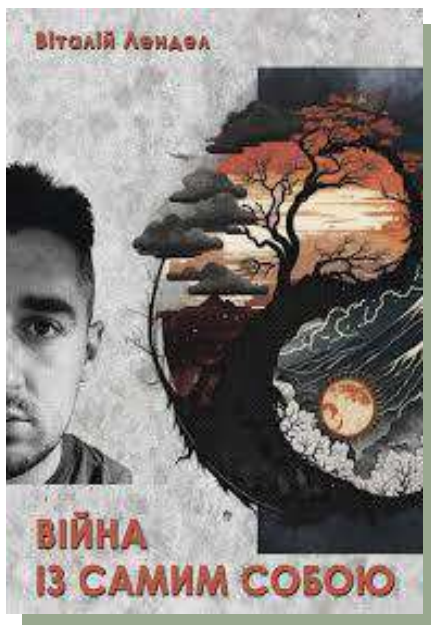
Сенік Є. **Бо болить. Як вийти із жаху війни і залишитися людиною**

Книга про сучасне й минуле, які так тісно переплетені між собою.

Життя партизанки УПА Анни Попович сповнене горя, болю, втрат, незламності, віри у краще, боротьби за незалежність... Авторка, яка веде розмову із минулим, зачіпаючи власні почуття та переживання. Відкриваються двері в минуле, яке чимось схоже до теперішнього. Складається пазл, в якому не можливо обійтися без якоїсь детальки. Розповіді Анни – в саме серце. В думках одразу вимальовується картина наших предків, їхнього нелегкого життя.

І одразу задаєшся питанням. Чому? Для кого?

Для чого українці завжди терплять ці приниження, звірства від якихось нелюдів... Справді, болить... В тексті книги можна легко простежити цю тоненьку ниточку, за котру тримається не одне покоління. Відвертість авторки вражає... Наскільки все життєве, ніби не читаєш, а слухаєш розмову близької подруги, ділиш з нею її горе. Важко заглиблюватися в історії цих жінок, боляче розуміти, що все це правда і таких доль мільйони...



Лендел Віталій. **Війна з самим собою**

Ця книга про подолання внутрішнього конфлікту та певних блоків, які не дають людині спокійно і щасливо жити. Внутрішня війна, яку потрібно виграти і не дати їй жодного шансу знищити людину. Мріяти та втілювати свою мрію в реальність і діяти, а не просто сидіти і жалітися на життя. Змінити формат свого мислення, прокинутися від зайвого негативу. Узяти відповідальність за своє життя, не гаяти свого часу на непотрібні речі. Полюбити себе і не марнувати свого життя, знищуючи його щодень.

Книга вчить, щоб ви дослухалися до себе, вірили в себе, не знецінювали себе та інших. Щоб кожна людина подивилася на себе іншого збоку, не боялася змінитися. Почала діяти, зазирнула всередину себе і віднайшла в собі себе для того, щоб отримувати від свого таланту енергію для життя. І нарешті полюбила себе і вміла віддавати любов іншим, стала корисною і діставала за це винагороду та насолоду. У книзі показано неймовірну та жорстку внутрішню боротьбу!



Генсон Рік. **Незламність. Як закласти міцний фундамент спокою, сили та щастя**

Автор пояснює, як подолати негативну упередженість, як вичавити з себе болісні думки та переживання і замінити їх само співчуттям, почуттям власної гідності, радістю та внутрішнім спокоєм.

Сьогодні важко розраховувати на зовнішній світ. Отже, життєво важливо розвивати такі свої сторони, як вдячність та співчуття, які є ключем до тривалого добробуту у світі, що змінюється.

У своїй книзі, за допомогою свого фірмового стилю подачі матеріалу – суміші неврології та позитивної психології – автор бестселерів Нью-Йорк Таймс, доктор Рік Генсон, показує нам, як розробити дванадцять життєвих внутрішніх сил, закріплених у вашій нервовій системі. Тоді незалежно від того, як і куди кидатиме вас життя, ви завжди будете відчувати себе менш напруженими та впевнено шукати можливості, залишатися при цьому спокійними і зосередженими перед обличчям проблем.

Цей практичний посібник містить конкретні правила, практичний досвід, особисті приклади автора, ефективні способи взаємодії з іншими людьми – відновлення та поглиблення важливих стосунків. Підхід доктора Генсона

базується на науці про позитивну нейропластичність. Він пояснює, як подолати негативність мозку, звільнити хворобливі думки і почуття, і замінити їх на співчуття, тверезу самооцінку, радість і внутрішню гармонію та спокій.



Гоуг Чарльз. **Одного разу воїн – воїн назавжди.**
Як повернутися до звичного життя після бойових дій

Військовий психіатр, полковник Армії США Чарльз Гоуг досліджує психофізіологічні та психіатричні аспекти участі в бойових діях і повернення військових до мирного життя.

Автор розглядає профілактику й лікування бойового стресу, посттравматичного стресового розладу та інших психофізіологічних реакцій на війну.

Книжка містить інформацію та практичні поради, які необхідні військовим для успішного переходу з бойового середовища до мирного життя.

Видання буде корисним учасникам бойових дій, членам їхніх родин, військовим лікарям, психотерапевтам і психіатрам, викладачам та студентам медичних навчальних закладів, а також роботодавцям, працівникам держустанов, громадських та благодійних організацій.

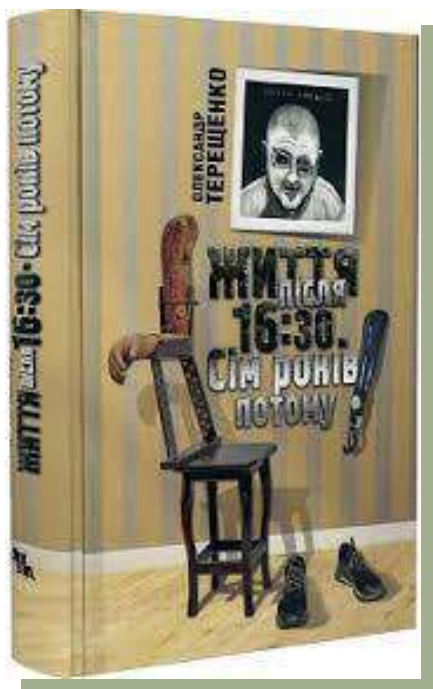


Улюра Ганна. **Писати війну**

«Писати війну» – це твір, що викликає глибокі роздуми і переосмислення сучасної війни, розглядаючи її через призму літературних шедеврів, які знайомлять нас зі світами, наповненими кров'ю та пафосом. Авторка Ганна Улюра вдається до вражаючого підходу, розглядаючи 17 різних воєн, що розгорталися або на зламі століть, або в ХХІ сторіччі. Її робота здатна змінити наше сприйняття війни, розкриваючи багат шарову панораму воєнного досвіду.

Одне з головних досягнень книги – це здатність авторки розповісти про війну як про явище, що вимагає власної мови. Вона не обмежується лише фактами чи статистикою, але проникає глибоко в твори, які покликані висловити і визнати той непередбачуваний характер та важкість воєнного конфлікту. Відзначається, що кожна війна має своє унікальне звучання, і авторка зробила вражаючу роботу, витягаючи ці звуки із творів, що стали своєрідними свідками даних подій.

Особливо цікаво, як авторка розкриває та оцінює твори, які рідко потрапляють в центр уваги, бо описують ті аспекти війни, які загострюють біль та травмують суспільство. Вона підносить їхню цінність, змушуючи читача переосмислити своє ставлення до таких творів та їхнього впливу на наше сприйняття реальності.



Терещенко Олександр. **Життя після 16:30**

Ця книга – феномен травматичного письма. Публікація О. Терещенка, позбавлена штучного пафосу і моралізаторства, лише урок патріотизму, мужності й людяності. Зібрані в книгу нотатки Олександра Терещенка – внутрішній монолог сильної, мужньої і мудрої людини

Олександр Терещенко – журналіст і оператор з Миколаєва; у 2014 році він пішов добровольцем в АТО і захищав Донецький аеропорт. Під час чергового бою боєць врятував життя чотирьом побратимам, а сам втратив око та руки. Життя журналіста розділилося на «до» і «після» у 16:30 – час поранення Олександра.

Ця книга не про війну. Вона про виживання. Про те, як мужній воїн впорався з депресією і як прийняв те, що потребує допомоги інших. Автор відверто та з гумором описує свої найважчі моменти та повернення до життя.



Осійчук Ореста. **Абрикосова книгарня**

Це – історія дев'ятирічного Михайла Фариняка, якого через злидні мама віддає на виховання родичам покійного чоловіка. Так починається історія Міська Фариняка, хлопчика початку XX століття, яка переплітається з історією Михайла Фариняка, чоловіка початку XXI століття. Твір оповідає про особливості дитячої дружби та недитячих зрад, родинних скелетів у шафі та любові.

Вона тягнеться крізь століття і таємничим чином поєднує між собою особливих людей. І, звісно ж, пахне абрикосами. Коли починаєш читати цю книгу, ти ніби попадаєш в інший, фантастичний світ з якимось галицьким присмаком. Тебе огортає пахуча атмосфера книги. Ти відчуваєш запах абрикос, запах цинамону тощо.

Література

Книги

Бойовий статут Сухопутних військ Збройних Сил України. Ч. III : Взвод, відділення, екіпаж танка. – Київ : Видавець А. В. Паливода. – 2015 – 440 с.

Вишебаба П. Тільки не пиши мені про війну / П. Вишебаба. – [Київ] : [Видавництво Однієї Книги], [2022]. – 112 с. : тв.

Гуменюк (Кельт) А. Африка : пісні війни. Нелегальні Солдати Батьківщини / А. Гуменюк (Кельт). – Львів : Видавництво Старого Лева, 2023. – 360 с. : тв.

Дах Г. фон. Тотальний опір : Інструкція з ведення малої війни для кожного. Ч. 1 / Г. фон Дах ; [пер. з нім. Х. Назаркевич]. – [4-те опрацьоване вид.]. – [Львів] : Астролябія, [2018]. – 164 с. : м.

Дах Г. фон. Техніка бою : Основи. Т. : 1. Ч. 1 / Г. фон Дах ; [пер. з нім. К. Котюк]. – [Львів] : Астролябія, [2017]. – 160 с. : м.

Кастанеда К. Путешествие в Икстлан / К. Кастанеда. – Харьков : Фолио, 2004. – 318 с. – (Свет истины).

Михед О. Позивний для Йова. Хроніки вторгнення / О. Михед. – Львів : Видавництво Старого Лева, 2023. – 344 с. : тв.

Осійчук О. Абрикосова книгарня [Текст] : роман / О. Осійчук. – Київ : Наш формат, 2021. – 240 с. : тв.

Пузік В. З любов'ю – тато! / В. Пузік. – Київ : Лабораторія, 2023. – 216 с. : м.

Сенік Є. Бо болить : [документальний роман] / Є. Сенік. – Брустури : Дискурс, 2023. – 288 с. : тв.

Сенека Л. Моральні листи до Луцілія / Л. Сенека ; пер. з латини А. Содомора. – Київ : Основи, 2005. – 603 с.

Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі / В. Франкл ; [пер. з англ. О. Замойської]. – 2-ге вид. – Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2018. – 160 с. : тв.

Чех А. Точка нуль : збірка есеїв / А. Чех. – Харків : Vivat, 2017. – 224 с. : тв.

Чапай А. The Ukraine / А. Чапай. – [Чернівці] : [Книги-XXI], [2018]. – 240 с. : тв.

Чорногуз Я. [dasein : оборона присутності] : вірші / Я. Чорногуз. – Київ : Віхола, 2023. – 128 с. : тв.

Електронні видання

«Бібліотека для героїв»: Yakaboo створила електронну бібліотеку для військових на передовій [Електронний ресурс] // Yakaboo.ua : [блог]. – Текст. дані. – [Б. м.], 2023. – Режим доступу: <https://blog.yakaboo.ua/biblioteka-dlia-heroiv-yakaboo/> (дата звернення: 7.05.2024). – Назва з екрана.

Карачинський О. 7 книг, які допоможуть пережити війну: рекомендації психолога [Електронний ресурс] / О. Карачинський // Happy monday : [сайт]. – Текст. та граф. дані. – [Б. м.], 2022. – Режим доступу: <https://happymonday.ua/7->

[knyg-yaki-dopomozhut-perezhyty-vijnu](#) (дата звернення: 9.05.2024). – Назва з екрана.

Книги про війну: як ми дізнаємося про хід бойових дій [Електронний ресурс] // Наш формат : [сайт]. – Текст. та граф. дані. – [Б. м. : б. в.]. – Режим доступу: <https://nashformat.ua/catalog/viiskova-sprava-spetssluzhby> (дата звернення: 2.05.2024). – Назва з екрана.

Пасенко Н. Що читати про повномасштабну війну в Україні: добірка книжок [Електронний ресурс] / Н. Пасенко // Happy Monday : [сайт]. – Текст та граф. дані. – [Б. м.], 2023. – Режим доступу: <https://happymonday.ua/knyzhky-pro-viinu-v-ukraini> (дата звернення: 8.05.2024). – Назва з екрана.

Прочитати війну: ТОП – 7 книг для військових [Електронний ресурс] // Рубрика : [сайт]. – Текст. та граф. дані. – [Б. м.], 2023. – Режим доступу: <https://rubryka.com/article/7-knyg-dlya-vijskovykh/> (дата звернення: 15.05.2024). – Назва з екрана.

Сарапина А. Що почитати: 8 книжок від письменників і письменниць із військовим досвідом [Електронний ресурс] / А. Сарапина // Суспільне культура : [сайт]. – Текст. та граф. дані. – [Б. м.: б. в.]. – Режим доступу: <https://suspilne.media/culture/691220-so-pocitati-8-knizok-vid-pismennikiv-i-pismennic-iz-vijskovim-dosvidom/> (дата звернення: 9.05.2024). – Назва з екрана.

Царук І. «Військо читає»: не лише про дозвілля, а й про змістовність [Електронний ресурс] / І. Царук // Читомо : [сайт]. – Текст. дані. – [Б. м.], 2024. – Режим доступу: <https://chytomo.com/vijsko-chytaie-ne-lyshe-pro-dozvillia-a-j-pro-zmistovinst/> (дата звернення: 12. 05. 2024). – Назва з екрана.

Шубіна Г. Книги, що допоможуть пережити війну: підбірка від психолога [Електронний ресурс] / Г. Шубіна // hubz.ua : [сайт]. – Текст та граф. дані. – [Б. м.], 2022. – Режим доступу: <https://hubz.ua/zdorove-zhyttya/psychologiya/knygy-shho-dopomozhut-perezhyty-vijnu/> (дата звернення: 9.05.2024). – Назва з екрана.

Бібліографічний посібник

Бібліотека для героя

Бібліографічний покажчик

Укладач:

Ольга Пошибайло

Редактор
Комп'ютерний набір
Комп'ютерна верстка
Відповідальна за випуск

Н. Фенько
О. Пошибайло
О. Якубовський
С. Сичова

Підписано до друку 24.05.2024. 32 стор. Тираж 3 прим.
Обласна бібліотека для юнацтва імені Олеся Гончара
36039, м. Полтава, вул. Олеся Гончара, 25 а
[http:// libgonchar.org](http://libgonchar.org) E-mail: pobugonchara@ukr.net