

Опис особистих вражень щодо повномасштабного вторгнення:

Я студентка першого курсу соціології, моє життя кардинально помінялось 24.02, коли російські війська вторглись в Україну і поставили під сумнів життя кожного українця.

Я була шокована, і можливо досі, мозок не може освідомити всі події, що трапились протягом цих днів.

Того пекельного ранку я проснулась від дзвінка подруги, вона приїхала 23.02 з Німеччини в гості, але вже знаку о 9 годині стояла на кордоні з Польщею, ця війна зруйнувала плани, мрії, психіку і душі людей, але вона дала зрозуміти, що життя це великий подарунок і матеріальні речі далеко не найголовніше. В пріоритети стали прості обійми, час з рідними, розмови. Єдність і підтримка - це те, що тримає мене в тонусі і не дає загубитись в потоці інформації та шокуючих новин.

Вже в обід 24 числа ми відправили мою сестру з сином в Польщу до чоловіка, ще з 2014 року вони двоє були активними в плані бойових дій, Софія волонтерила і волонтерить зараз, Назар військовий доброволець, захищав нашу Неньку до 2017 року. Наша сім'я ще з часів майдану Незалежності відчула, що таке війна, вісім років ми не забували про військові дії, в певній мірі ми чекали, коли наша Україна буде відвойовувати подаровану незалежність.

Тепер ця війна зачепила нас ще більше, я кожного дня роздумую, що буде далі, та що нас чекає.

Перші три тижні війни, я пам'ятаю дуже туманно, згадую, що кожного дня проливала сльози і молилась за рідну землю, а ще я відволікала себе написанням віршів, малюванням і розмовами з сестрами, батьками і друзями.

Я перестала сприймати російських виконавців пісень, я почала цінувати нашу культуру ще більше.

В мене появилась не притаманна мені агресія до цілого народу...

В мому оточенні дуже багато волонтерів, ЗСУ, ТРО та ППО, багато татів і братів готові віддати своє життя за майбутнє своїх і чужих дітей.

Найважче було чути історії про гвалтування, знущання і насильство, смерті людей стали звичною інформацією, від цього мені морально дуже важко і боляче, але я знаходжу підтримку з мому оточенні і стараюсь сама проявляти емпатію до чужих переживань.

Також хочу розказати про біженців, ми приймали вдома за весь час близько 10 людей, у двох квартирах, я чула багато історій, я бачила безліч зболених душ, але попри людей з складними долями, є й такі, хто приїжджають у Львів мов на курорт, вони відносяться зухвало та не цінують нашу культуру, колорит мого міста зник, від цього мені сумно, але я надіюсь на повагу і розуміння.

Також я недавно відвідала сестру в Польщі, я чула від всіх свої подруг за кордоном, що нас підтримують і допомагають, побачити таке відношення в живу було дивно і дуже приємно, відчуття, ніби вся планета об'єдналась, щоб зупинити лапи насильника.

Тепер я більше розумію людей, що рвуться додому, я була в Польщі лише тиждень, але дуже скутила за татом, сестрою, хлопцем, друзями і собачкою, скутила за нашими вулицями, скверами і парками.

Я зрозуміла, що краще сидіти під час сирени дома, ніж бути десь далеко і переживати як мої рідні.

Я дуже вірю в нашу ПЕРЕМОГУ! Я дуже надіюсь, що це пекло закінчиться і ми відбудуємо нову державу, нову єдність, ми перетворимо пост травматичний розлад у пост травматичне зростання.

Все буде Україна !

Напевно, варто почати з того, що до 24 лютого я не вірила у можливість початку повномасштабної війни. З моменту появи чуток про скупчення військових і техніки на кордонах я була впевнена, що все це – не більше, аніж гра м'язами. У розмовах з родичами та друзями я всіляко намагалася переконати їх у неможливості нападу з боку росії. Швидше всього, така моя впевненість була обумовлена наївною вірою в силу міжнародних законів і конвенцій.

Знаковими були й події 23 лютого. Наукове товариство історичного факультету організувало перегляд фільму «Зима у вогні» з Олегом Дудяком. Кінокартина є документальною, розповідає про події Революції Гідності. Коли Олег Анатолійович почав говорити про швидку війну, то я не сприйняла ці слова всерйоз. Закінчення вечора я провела з друзями та, пізніше, з сім'єю, що перші тижні гріло і не дозволяло падати духом.

24 лютого, близько 07:30.

Прокинулася я від того, що мама намагалася пояснити сестрі, що від сьогодні в школу вже надовго ніхто не піде. На нас напали. Бомблять Київ, Хмельницький, Харків, Одесу, Івано-Франківськ, Золочів. Опісля її слів чую сирену, зовсім не розумію, що відбувається. Намагаюся заземлитися, рахую кількість лампочок в домі. Розуміючи, що не виходить, вмикаю телефон, пишу друзям, пробую знайти хоч якесь пояснення.

24 лютого, близько 08:00.

Мама збирається йти по продукти. Якщо не знати мою маму, можна подумати, що це паніка, але для неї – це спосіб заспокоїтися і відволіктися. Коли мама щось купує, вона відключається від зовнішнього світу, тому я не можу їй заборонити знайти спокій. Вона йде, а я тиняюся домом без якогось особливого сенсу, просто не знаю куди себе діти. Тата викликали на роботу, сестра досі сонна, бабуся з дідусем, які живуть в іншій частині будинку, дзвонять до родичів і заспокоюють їх і себе. Я починаю збирати тривожну валізу. У першу чергу беру теплі речі, ліки, документи вже поскладала мама. Одягаюся сама, змушую одягтися сестру. В одязі я буду спати наступні 8 днів.

Одягаюся дуже тепло. Ставлю на підзарядку всі павербанки, телефон не буде відключатися від живлення наступні 2-3 дні. Моніторю новини через ноутбук. Мені часто телефонує мама, радиться щодо покупок. Щоб відволіктися, готую семінари.

24 лютого, близько 11:30.

Дідусь декілька разів виходить до мами, щоб забрати продукти, я переглядаю покупки. Багато хліба, води, консерв, олії, макаронів та каш. Коли дідусь приносить мішок з 3,5 кілограмами бубликів, починаю сміятися. Схоже, мама не змогла відключитися від світу і зберегти спокій. Коли вона приходить додому, то каже, що зняла в банкоматі половину грошей, які мала на карті. Допмагаю їй розібрати пакети, мама згадує, що забула купити бабусі тест-полоски для вимірювання цукру.

24 лютого, 12:00.

У нас запланована зум-зустріч з Науковим товариством. Я приєднуюсь, говоримо, звісно, не про науку. Думаємо, чим можемо допомогти зараз. Ця зустріч стає певним каталізатором. Я бачу людей, які робили моє життя буденним, але самі вони змінилися. Замість веселих й ініціативних студентів сидять сумні, мовчазні обличчя. У деяких з них родичі на небезпечних територіях. Їм нема чого казати чи обговорювати. Прощаємось швидко і сухо, бажаючи один одному безпеки. Я починаю усвідомлювати масштаби трагедії, починаю розуміти, що моє життя тепер зовсім інше.

Наступну годину я мало пам'ятаю, тільки те, що дуже хотілося тиші. Приходити в тям я починаю надворі, коли шукаю номер мами. Телефоную їй, пояснюю свій стан, тим самим намагаючись зрозуміти що сталося. Ми говорили 20-30 хвилин, доки вона не прийшла додому. Ми разом заходимо в будинок, я питаю сестри, чого вона вимкнула телевізор, який був включений з самого ранку. Сестра дивиться на мене недовірливо і каже, що це я його вимкнула. Зараз початок травня, але я досі не пам'ятаю, коли і як саме я вимкнула той телевізор.

24 лютого, близько 14:00

Мама каже пройтися і відволіктися, заодно купити шампунь догляд за волоссям. По дорозі бачу чергу по хліб, в якій стоять 50-60 людей старшого віку. В магазинах не працюють термінали, розраховуватися можна тільки готівкою. У мене гроші тільки на карті, тому я просто розглядаю полиці, щоб на наступний раз повернутися з грішми.

По дорозі додому вирішую зайти в церкву. Я не є дуже віруючою, але, коли мені треба тиші і спокою, щоб щось обдумати, можу піти в храм або на територію духовної семінарії. У церкві священник править молебень за мир, в приміщенні людей 10. Я встаю скраю і намагаюся прислухатися до молитви. Збоку стояла жінка, яка була дуже зосереджена на молебні. В якийсь момент вона починає плакати, і тихий плач перетворюється в ридання. На неї обертаються прихожани, священник збивається з молитви. Я швидко виходжу, бо істерика жінки швидко поширюється на мене. Знову дзвоню до мами, розмовляємо про побутові речі.

24 лютого, близько 16:00.

У Києві оголошується повітряна тривога. Після приходу додому і до кінця вечора сиджу в ноутбучі, читаю кожну новину. Виписую адреси найближчих бомбосховищ, хоча розумію, що сенсу йти в до них мало — на Сихові будинки старі, звичайні панельки. Домовляємося у випадку тривоги залишатися вдома. Швидко лягаю спати, бо раннє пробудження дає про себе знати.

25 лютого, близько 03:00.

Прокидаюся від шуму літаків і поїздів. Я живу поблизу станції і колій, часто їздять вантажні та пасажирські поїзди, але таких важких не їхало, певно, ніколи. Знову вмикаю

ноутбук, але новин небагато. Швидко перечитую їх і йду на кухню. Вмикаю телевізор і розумію, що останній раз їла перед засіданням Наукового товариства. Слухаю телемарафон і п'ю чай разом з купленими вранці бубликами. Світло не вмикаю, тільки настільну лампу. Ближче до 04:00 приходить бабуся, яка теж прокинулася чеАрез шум. Сидимо, дивимося відео з передової, декілька разів переглядаємо відео з Херсона, де жінка радить російським військовим покласти в кишені насіння. Втома бере своє і ми розходимось спати.

25 лютого, 06:53.

У Львові тривога. Нас збудила бабуся, яка так і не змогла заснути. Кожен бере свою ковдру і йде в коридор — тут стіни із залізобетону, вікон нема і близько до виходу. Бабуся починає дзвонити свого сина, мого дядька. Він з дружиною та 6-річною дочкою живуть біля аеропорту. Бабуся просить їх приїхати до нас, бодай на декілька днів. Дядько не хоче, але тітка починає панікувати і починає збирати речі. Вони приїжджають після тривоги. Сьогодні на пари не підключаюся, бо в мене підіймається тиск, який ніяк не хоче падати.

25 лютого — 4 березня.

Ми реагуємо на кожен тривогу. Тітка під час сирен починає плакати, а от двоюрідна сестричка завжди спокійна. Смішно і водночас лячно бачити, як шестирічна дитина, чуючи тривогу, одягає курточку, бере свою ковдру та планшет і йде в коридор, де для неї виділене місце. Взагалі в період найстрашніших перших днів війни вона була для мене розрадою, бо при ній я не могла впадати в паніку чи розстроюватися.

5 березня.

З самого ранку до нас приїхали родичі з Кривого Рогу. По місту пішов слух, що можливий напад, тому троє жінок з дітьми вирішили виїхати швидше. Того ж вечора вони поїхали в Польщу.

8 березня – 18 березня.

Після перших родичів приїхали інші, але другі залишились на довше. Це жінка Марина з 14-річним сином. Її батьки знаходяться в окупації, у Мелітополі. Тато – доктор історичних та політичних наук, тому йому сидіти вдома склавши руки було чи не найважче. У Мелітополі часто пропадав зв'язок, тому Марина телефонувала їм постійно, намагаючись зловити момент. Загалом разом нам було весело: хлопець відсвяткував з нами своє 14-річчя, ми постійно грали в карти, щоб відволіктися, багато співали. Навіть було шкода з ними прощатися, але давно хотілося побути тільки з сім'єю.

26 березня.

Вибухи у Львові були й до того, але це були перші, які я відчула. Я сиділа і робила манікюр, коли почалися перші удари по нафтобазі. Їх я чула дуже віддалено, але чітко. Вибухи на бронетанковому заводі чула вже дуже добре. Найстрашнішим для мене було те, що я вже не боялася. Наче перші ракетні удари в моєму житті, але емоцій було нуль. Я просто неохоче

пішла в коридор і сиділа з іншими. Моя сім'я була дуже налякана. Львівський бронетанковий завод знаходиться в 2-3 кілометрах від нас.

3 травня.

Це другі вибухи, який я почула, і перші, який побачила. Була гарна погода, я вийшла надвір посидіти на свіжому повітрі, коли на мої очах була збита ракета. Виглядає як феєрверк – в момент удару в небі починають сипатися золоті іскри. Видовище можна було б навіть назвати гарним, якби воно насправді не було таким страшним. І я знову навіть не поворухнулася.

15 травня.

Позавчора мені виповнилося 18. Сьогодні моєї двоюрідній сестричці 7, ми здобули перемогу на Євробаченні і Яворівський полігон постраждав від ракетного удару. У мене закінчується навчальний семестр, але передчуття щастя нема. Взагалі будь-які відчуття атрофувалися. Коли відбувається щось хороше, ти думаєш, що справжню радість тобі принесе тільки перемога України. Якщо трапляється щось погане, розумієш, що з тобою ще все дуже добре, бо ти в безпеці. Таке враження, що я зараз в якомусь анабіозі, в очікуванні сприятливих умов для існування. Тому в моїй голові досі кінець лютого, тому фільм «Зима у вогні» я дивилася ніби декілька днів тому.

Єдине відчуття, яке не зникло, а навпаки, розгорілося дуже сильно, це ненависть. Я не можу і не хочу пробачати нічого й нікому, я не вірю, що винна у всьому тільки влада. Мені не шкода ані російських військових, ані промитих пропагандою людей, ані псевдо лібералів. Мені шкода тільки людей з Бучі, Охтирки, Гостомеля, Харкова, Херсона, Маріуполя, Одеси, Мелітополя, Ізюма, Краматорська, Чернігова, Рубіжного. Мені шкода кожного українця. Мені шкода свою сім'ю і себе.

Я думала, для мене біль початку війни пройшов. Я часто згадувала 24 лютого, обговорювала з родичами і друзями. Але коли я записувала ці нотатки, то мусила щоречення зупинятися, аби перевести подих і заспокоїтися. Напевно, це наймасштабніша колективна психологічна травма з початку XXI століття. Тішить тільки одне – кожна травма має в собі ресурс для виходу з неї. І ми цим ресурсом скористаємось.

Слава Україні!