



ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ
КОНКУРС ЕСЕ
ІМЕНІ СЕРГІЯ
КЕМСЬКОГО
ДО ДНЯ ГІДНОСТІ
ТА СВОБОДИ

ЗБІРКА

РОБІТ ПЕРЕМОЖЦІВ
ВСЕУКРАЇНСЬКОГО
КОНКУРСУ ЕСЕ
ІМЕНІ СЕРГІЯ КЕМСЬКОГО
ДО ДНЯ ГІДНОСТІ
ТА СВОБОДИ
ЗА 2024–2025 РОКИ



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ НАУК УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ЦЕНТР «МАЛА АКАДЕМІЯ НАУК УКРАЇНИ»

**Збірка робіт переможців
Всеукраїнського конкурсу есе
імені Сергія Кемського
до Дня Гідності та Свободи
за 2024–2025 роки**

Київ
Національний центр
«Мала академія наук України»
2026

УДК 82-4
3-41

Редакційна колегія:
Н. Легка, А. Чумак, М. Назаренко,
О. Сулима, О. Хімченко

Збірка робіт переможців Всеукраїнського конкурсу есе 3-41 імені Сергія Кемського до Дня Гідності та Свободи за 2024–2025 роки. — Київ : Національний центр «Мала академія наук України», 2026. — 56 с.

Видання містить роботи переможців Всеукраїнського конкурсу есе імені Сергія Кемського до Дня Гідності та Свободи за 2024–2025 роки. Захід проводиться щорічно для вшанування пам'яті журналіста, політолога, Героя Небесної Сотні Сергія Кемського, а також з метою формування та розвитку вмінь і навичок літературної діяльності учнів, підтримки талановитої молоді та творчої праці педагогів.

Творчі роботи друкуються в авторській редакції з незначними правками. Відповідальність за зміст і якість поданих матеріалів несуть автори.

УДК 82-4

© Національний центр
«Мала академія наук України», 2026

ЗМІСТ

Довгий Станіслав	
<i>Вітальне слово</i>	4
Чумак Анна, Назаренко Марія	
<i>Передмова</i>	6
2024 рік	9
Линевич Богдан	10
Назарова Фатіма	14
Новосвіт Маргарита	18
Парфьонов Ярослав	22
2025 рік	27
Беркар Софія	28
Білоусов Володимир	31
Бокова Аліна	
<i>Маленька вічність і урок присутності</i>	35
Командиренко Максим	39
Кравченко Аня	45
Літута Олександра	49



ВІТАЛЬНЕ СЛОВО

Питання щодо сприйняття себе іншими, а також ставлення до поняття часу, над якими розмірковували учасники останніх двох років конкурсу есе, є наріжними для будь-якої людини, особливо молодій, яка тільки відкриває для себе дорослий світ і вчиться жити в ньому. Для когось зазначені теми видаються цілком тривіальною сутністю, життям тут і тепер, у миттєвості цього дня, умінням вловити момент, побачити себе крізь призму оцінки інших, а хтось орієнтований на тяглість часу та розмірковує про його важливість у довгостроковій перспективі. Учасники пробували працювати із запропонованими цитатами та міркувати над ними у своєму особистісному зрізі крізь призму болючих соціальних проблем.

Тішить, що есе, представлені на сторінках цього збірника, містять різні ракурси й підходи, оптики, через які розкрито тематику запропонованих на конкурс цитат. Це особливо важливо в час, коли, як зазначили організатори, учасники дедалі частіше звертаються по допомогу в написанні робіт до ШІ. Однак попри всі спокуси, якими приваблюють сучасні технології, молоді люди не шукають легких шляхів, а самі рефлексують на задані теми, намагаються пропустити сенси крізь себе, прожити їх, а ще — поділитися своїм досвідом. Це надзвичайно цінно для інтелектуального майбутнього країни, що вкотре переживає період боротьби за існування нації.

Переконаний, що ця збірка стане значущим кроком в інтелектуальному зростанні молодих авторів, а також своєрідним документом, що відображає думки та настрої молоді. Тому, як президент

Малої академії наук, у якій ми два десятиліття працюємо над виявленням обдарованої молоді й розвитком її потенціалу, хочу побажати юним авторам подальших шукань, знахідок і звершень, адже саме від них залежить майбутнє, зокрема інтелектуальне, України! Висловлюю подяку організаторам, усім учасникам і всім причетним до проведення конкурсу та упорядкування його результатів.

Слава Україні! Героям слава!

Станіслав Довгий,
президент Малої академії наук України,
доктор фізико-математичних наук, професор,
академік НАН і НАПН України



ПЕРЕДМОВА

Відбулися чергові конкурси есе імені Сергія Кемського. Ми попросили учасників поміркувати над темами сприйняття себе іншими людьми, а також розуміння поняття часу. Вперше за кілька років ми зустріли справді глибокі рефлексії, які мали як соціальні, так і антропологічні виміри. Якщо говорити про міркування стосовно питання часу, то конкурсанти й конкурсантки багато писали про індивідуальне сприйняття і про модуси часу: минуле, майбутнє та теперішнє. Не оминули навіть проблеми сприйняття часу тваринами, що стало оригінальним, а головне — не лише людиноцентричним наповненням теми. Загалом часто згадували про суб'єктивність часу, його плинність, лінійність, циклічність та інші характеристики. Нерідко зверталися до психології. Наводили приклади з улюблених книг і фільмів, тим самим розширюючи зміст есе до рівня власної обізнаності та ерудиції, а не лише послуговуючись суб'єктивними судженнями. Вважаємо це гарною ознакою.

Проте логічні та аргументативні частини майже всіх текстів за ці роки залишаються простором для подальшого вдосконалення. Сподіваємося, що ми вже стоїмо на шляху до більш раціонального стилю письма з аналітичним підходом. Багато речей, які нас оточують і приносять швидке задоволення сьогодні, на жаль, сповільнюють цей процес або й зовсім йому не сприяють. Але немає іншого шляху для пізнання дійсності, ніж виважене, логічне послідовне, аргументативне мислення. Також есе

все ще бракує цілісності, досягнутої завдяки наявності концепції, що формується заздалегідь, а не в процесі написання тексту.

Згадуючи наші попередні пропозиції цитат і з огляду на набутий досвід доходимо висновку, що деякі теми стають ближчими. Мабуть, мислити про більш абстрактні речі видається легшим, ніж відповідати на виклики історичного сьогодення, особливо етичні, які іноді породжують ще глибші запитання, що потребують додаткового розмірковування, але не приносять ясності. І це цілком зрозуміло. Сфера етичного сьогодні нерідко вбачається сумнівною в українських реаліях, адже так часто доводиться сумніватися в ідеалах і цінностях сучасного світу.

Приємно бачити, як дослухаються до порад, які ми щороку надаємо охочим брати участь у конкурсі. Очевидні та грубі помилки зустрічаються тепер значно рідше, але водночас дедалі рідше можна зустріти стиль, який би вирізнявся індивідуальністю. Нам не хотілося б, щоб у намаганні дотриматися формальних вимог губилося те, що робить тексти по-справжньому унікальними: ваше «я» та ваша креативність. Варто нагадати, що тексти, написані штучним інтелектом, хоч і матимуть правильні інтонації, акценти, конотації, формально відповідаючи вимогам до такого виду завдання, водночас залишатимуться бездушними, формалізованими й завжди будуть поза контекстом. Тексти, написані ШІ, ніколи не міститимуть навіть частини живого людського досвіду, чутливості до ситуації та емпатії. Тому, якщо вас досі цікавить, чи вміємо ми визначати тексти, написані у такий спосіб, то можемо вас запевнити, що завжди це відчуємо за сукупністю чинників.

Конкурс імені Сергія Кемського — це гарна можливість перевірити власні здібності, здобути перемогу над собою та розвинути навички письма. І навіть якщо вам не вдалося опинитися серед тих, чії прізвища є у збірці, це зовсім не привід розчаровуватися в писанні,

а навпаки — привід до зростання і праці над собою, чіткого розуміння власної схильності до створення тих чи інших видів текстів. Поширеною є помилка, коли людина з літературним чи поетичним талантом намагається запропонувати свої есе для цього конкурсу, а потім неминуче зіштовхується з реальністю, нашими вимогами, нашим баченням, соціальним спрямуванням конкурсу. Це означає лише одне: до різних текстів потрібні різні підходи. І це нормально — ви ж не приходите за хлібом у будівельний магазин. Приблизно так само це працює й тут. Тому бажаємо вам ніколи не зупинятися та дедалі більше відкривати й пізнавати себе на шляху до вашого найкращого тексту, хоч коли і де він був би написаний чи опублікований.

Неодмінно чекаємо на всіх охочих випробувати себе в конкурсі есе наступного року!

Анна Чумак,

голова експертної комісії конкурсу,
кандидатка філософських наук;

Марія Назаренко,

членкиня експертної комісії,
кандидатка філософських наук



2024

Есе на тему
«Якщо ви не усвідомлюєте,
як вас сприймають інші,
ви наражаєте себе
на небезпеку»

Джейсон Стенлі



Збірка робіт переможців Всеукраїнського конкурсу есе
імені Сергія Кемського до Дня Гідності та Свободи
за 2024–2025 роки

Линевич Богдан,

учень 10 класу

закладу загальної середньої освіти

I–III ступенів № 9 Торецької міської

військово-цивільної адміністрації

Бахмутського району Донецької області

Ніким не очікувана війна внесла корективи в життя мільйонів українців. Особливо її наслідки відчули люди, яким довелося переїхати в інше місто чи регіон України. Залишаючись в Україні, ставши саме внутрішньо переміщеною особою, кожен був упевнений, що всі ми – українці, тому суттєвої різниці між нами немає. В більшості випадків так і є. Але два з половиною роки повномасштабної війни показали, що люди з категорії ВПО не завжди усвідомлюють, як їх сприймають місцеві, чим можуть наражати себе на небезпеку.

З одного боку, здається, що регіони України та люди, які в них мешкають, дуже схожі. Однак, виявляється, дехто з людей сприймає біженців як загрозу. На це є не одна причина. По-перше, хтось ставиться до внутрішньо переміщених осіб з недовірою через мову або стереотипи щодо східних регіонів. Здається, що суржик – він і в Африці суржик. Але коли ним спілкується людина зі сходу України, то, до прикладу, мешканці невеликих містечок та сіл центральної України, які теж часто розмовляють суржиком (але інакшим), починають дивитися на свого співрозмовника скося. Вони одразу помічають відмінності в мовленні й насторожено питають: «А ви не місцевий? Звідки ви приїхали?». Далі можуть спілкуватися досить стримано, боячись сказати зайве, бо невідомо, які думки має отой переселенець.



По-друге, можуть виникнути проблеми, тому що люди потрапляють в інше середовище, наприклад, з міста в село або навпаки. Це може стати на заваді пошуку спільної мови через різні інтереси. Хоча, за результатами всеукраїнського опитування внутрішньо переміщених осіб та мешканців приймаючих громад 2016 року, приблизно 75 % відсотків переселенців не відчували, що вони чимось відрізняються від інших, і приблизно стільки ж не відчували, що місцеві суттєво відрізняються [1, с. 9].

Усвідомлювати себе інакшою, не такою, як оточуючі, людина може й не одразу після зміни місця проживання, а згодом, за якихось конкретних обставин. Так, найбільшу небезпеку ВПО відчують, коли йдеться про матеріальні цінності. Часто права порушуються у сфері отримання соціальних виплат від держави – з цим зіштовхнулася понад половина переселенців. Другою за порушенням прав є сфера оренди житла. Звичайно, були всілякі випадки, але варто розуміти, що погані люди є всюди, однак це твердження як аргумент дуже часто використовують саме стосовно переселенців. Майже третина з них зіштовхнулася з порушенням своїх прав через статус ВПО, і приблизно стільки ж заявили про порушення прав своїх родичів, друзів, знайомих [2, с. 10–11].

Зараз здається, що відчуття постійної небезпеки виникає у вимушеного переселенця не лише через масовані обстріли та страх окупації країною-агресором, а й через несприйняття місцевим населенням. І в більшості випадків причина одна – ти просто чужий. Досить часто траплялося, що люди з інших регіонів «охрещували» всіх переселенців зі сходу або півдня сепаратистами чи ще якимись неприємними, образливими прізвиськами. Особливо вразливими в таких ситуаціях є діти, бо дорослі завдяки життєвому досвіду морально підготовлені до сприйняття подібних слів. Діти ж, не розуміючи, що вони можуть якимось чином відрізнитися від інших дітей, у певні моменти відчують вороже ставлення однолітків та сприймають такі ситуації занадто негативно, близько до серця.



Нерідко трапляються випадки, коли мешканці приймаючих громад підкреслюють статус переселенців у суперечках, наприклад, говорячи: «Якщо щось не подобається, то їдьте туди, звідки приїхали». На жаль, з'ясуванню причин подібних ситуацій майже ніхто не приділяє особливої уваги. Причини ж можуть бути різними. По-перше, дуже великий вплив на сприйняття біженців у інших регіонах України створює російське ІПСО, адже ворог зацікавлений у тому, щоб в Україні були внутрішні конфлікти. І як би сумно не було, але це справді працює, бо більшість людей поглинає інформацію, не застосовуючи критичного мислення. По-друге, значний негативний ефект створили стереотипи про мешканців сходу та півдня, які багато років формувалися через серіали, фільми, соціальні мережі та інше. Звичайно, це теж відбувалося не без допомоги росії, адже Україна багато років була в російському інфопросторі, через який і здійснювався вплив. По-третє, нерідко ЗМІ, використовуючи певні ситуації, роблять наголос на статусі людини задля більшого розголосу. Такий акцент миттєво привертає увагу тих, хто не вміє аналізувати інформацію, і лише підсилює їхню негативну думку про переселенців.

Цікаво, що теперішня ситуація зі сприйняттям переселенців не є винятковою. Подібні події відбувалися сто років тому на українських землях під час Першої світової війни. Дослідивши це питання, можна провести чимало паралелей і водночас віднайти багато відмінностей, що зумовлено різними епохами та іншими причинами. У часи Першої світової війни події розгорталися так: люди із західних губерній України їхали до східних або взагалі до російських. Незважаючи на те, що розселення відбувалось у межах однієї й тієї самої країни, люди дуже сильно відрізнялися, як мінімум, тому, що імперія була багатонаціональною. Також значним фактором, як і зараз, був різний менталітет, що пояснювалось, зокрема, особливостями економічного розвитку, адже деякі регіони мали статус промислових, а деякі — сільськогосподарських. Вдалу на той час ідею запропонував Микола Урусов — вона полягала в тому, щоб людей з одного регіону селити



разом [1, с. 48]. Неважко здогадатися, що це було зроблено з метою полегшення адаптації для переселенців. Таке рішення справді могло сильно допомогти, адже під час стресових ситуацій, як-от вимушене переселення, хочеться спілкуватися з людьми, що опинилися в ідентичній ситуації, бо вони зрозуміють набагато краще, ніж місцеві.

Звичайно, зараз зробити подібне – на рівні неможливого, та й потреба в цьому теж незначна, адже в багатьох людей є транспорт для вільного пересування. Також сьогодні велику роль відіграють сучасні технології, які дають змогу спілкуватися з родичами та близькими, навіть якщо вони перебувають за кордоном. Сучасні люди можуть почуватися більш безпечно, адже майже завжди є можливість зателефонувати рідним, поспілкуватися з ними, відчуті підтримку, через що моральний стан значно покращується.

Отже, проблема несприйняття внутрішньо переміщених осіб мешканцями приймаючих громад насправді існує. Дехто відчуває її більш критично, а дехто майже зовсім не відчуває. Реальністю є й те, що переселенці можуть не відчувати себе інакшими, тому ризикують потрапити в ситуацію, небезпечну для себе. Але з іншого боку, будь-яка людина, яка має критичне мислення, скаже, що в небезпечні ситуації потрапляють люди різного соціального становища, віку, статі, національності тощо. А конфліктну ситуацію найчастіше створюють особи, які самі по собі мають конфліктну натуру й отримують задоволення від суперечок і скандалів. Тож варто максимально уникати спілкування з такими токсичними людьми, а в найближче коло обирати однодумців або тих, хто, маючи протилежні погляди, поважає вас як особистість, індивідуальність і ніколи не образить грубим висловлюванням або вчинком.

Список джерел

1. Звіт за результатами всеукраїнського опитування внутрішньо переміщених осіб та мешканців приймаючих громад. Київ : Київський міжнародний інститут соціології, 2016. 62 с.



2. Минуле і сучасне Волині та Полісся. Перша світова війна на Волині та Волинському Поліссі : матеріали 58 Міжнар. наук. конф., присвяч. 100-річчю подій Першої світової війни на Волині, смт Маневичі, 5–6 липня 2016 року. Науковий збірник / упоряд.: Г. Бондаренко, А. Силук, П. Хомич. Луцьк, 2026. Вип. 58. 261 с.

Назарова Фатіма,

учениця 10 класу

Криворізького Центрально-Міського ліцею

Криворізької міської ради

Дніпропетровської області

На мою думку, Джейсон Стенлі у своїх лекціях порушує дуже важливе питання — про маніпуляції свідомістю, які впливають, перевертають та змінюють напрям поглядів звичайних людей так, як це зручно іншим. Відсутність критичного мислення у населення сприяє формуванню хибних суджень щодо будь-яких глобальних питань, а сьогодні особливо болючого значення набувають тема війни та те, як нас, жителів України, сприймають мешканці сусідніх країн. Саме через хибне сприйняття нас війна триває вже третій рік.

Проаргументую свою позицію. По-перше, ми можемо спостерігати багатовіковий відточений механізм впливу на суспільне життя людей, а саме: спонукання до певних дій, обіцянки, накази, прогнози, нагороди, вмовляння, заохочення або надійніший спосіб — переконання.

95 % населення вірять усьому тому, що говорять у засобах масової інформації, а також, особливо зараз, у системі масових каналів в інтернеті. Це своєрідне «накачування» людей певною точ-



кою зору. В результаті маси втрачають здатність до критичного мислення й віддано вірять голосу з мережі. Маніпуляції полягають у знанні правил і законів логіки, які правильно було б застосовувати на благо цивілізації. Послідовники Джона Дьюї, видатного філософа, активно впроваджують майстерне відповідальне мислення, що сприяє доброму судженню. Але, на жаль, потрібен час, щоб воно дійшло до мас.

Для початку давайте пригадаємо Другу світову війну, під час якої пропаганда Гітлера спрямовувалася проти єврейського народу, який, на його думку, був відповідальним за ЛГБТ, за занепад, за рівність жінок, що, на його погляд, призводило до зниження рівня розвитку та втрати традиційних християнських цінностей. На жаль, схожі методи маніпуляцій використовуються й сьогодні для формування образу України в очах світу. За таким самим принципом побудована пропаганда Росії, спрямована на захист Європи та її давніх цінностей. При цьому в Росії нав'язана думка, що Україна — це антицивілізація. Але ми всередині країни повинні навчитися визначати, хто такі українці. Якими вони були і якими будуть. Ми маємо навчитися визначати свою ідентичність з огляду на досвід позитивного й негативного минулого. Щодня українці стикаються з потоком пропаганди та фейків, які впливають на формування негативного іміджу України в очах усього світу. Тенденція поширювати наратив про Україну як «недолугу державу» ставить під сумнів її суверенітет і послаблює національну єдність. Джейсон Стенлі наголошує, що такі маніпуляції знижують здатність людей до критичного мислення, що є особливо небезпечним під час війни. Потрібно поглянути на свою історію, зазирнути у минуле та визначити позитивні й негативні сторони. Тривалий час в Україні не було відчуття державності, і це призвело до того, що ми, українці, не відчуємо відповідальності за вчинки націоналістів-українців у минулому. Пригадаємо Українську повстанську армію та ставлення українців до її діячів, таких як Степан Бандера чи Роман Шухевич. Для частини суспільства вони є символами боротьби за незалежність, тоді як інші



згадують їхню причетність до жорстоких дій, а саме репресій проти поляків і євреїв під час Другої світової війни.

Тривалий час в СРСР тема УПА була під грифом «заборонено» і трактувалася виключно в негативному контексті, що робило неможливим об'єктивне осмислення цих постатей. Радянська пропаганда зображувала український націоналізм як злочинне явище. Це призвело до того, що суспільство не знало справжньої правди й втратило зв'язок із реальними обставинами та мотивами цих подій. Деякі угруповання націоналістів були жорстокими і безкомпромісними, що вплинуло на криваві терори проти євреїв та й поляків. Але при цьому не можна не погодитися з Джейсоном Стенлі, що Україна є однією з двох країн світу, звідки походять євреї, та, починаючи з VII століття, мала найбільшу популяцію євреїв. Але українська самосвідомість навіть не містить думки про те, що Україна є багатоетнічною державою.

По-друге, усвідомлення того, ким ти є, необхідно розпочати зі своєї расової приналежності. Расові проблеми набули обертів саме у часи робітничого прогресу. Багаті використовували питання расовості для розколу робітничого класу, щоб темношкірі та білі не могли об'єднатися. Це вплинуло на людей із білою шкірою, які ставлять себе вище за людей із темною шкірою, хоча рівень бідності або багатства в них буде однаковий. Стенлі намагається пояснити цю проблему з психологічної точки зору. Але ми можемо провести паралель між расовими проблемами та проблемами в Україні. Наприклад, білі американці намагались винищити корінних американців, Британія намагалася винищити ідентичність людей в Африці під час європейської колонізації, доводячи світові, що Африка — це дикуни, у яких немає історії. Фільтраційні табори були одним із основних методів боротьби з народом Африки. Вони нагадують табори на окупованих територіях України, де Росія намагалася винищити українську ідентичність. Як і Британія, Росія намагається довести світові, що Україна не має власної історії. Так відбувається



повне стирання історії України та масове переконання українців у тому, що вони не є українцями.

По-третє, можна розглянути конфлікт у Палестині, який триває вже десятиліттями й пов'язаний із національними, релігійними та політичними протиріччями. У такій складній ситуації критично важливо усвідомлювати, як кожна сторона сприймається іншими учасниками, оскільки на сприйняття часто впливає розвиток подій. Слова Джейсона Стенлі підкреслюють значущість усвідомлення кожною зі сторін реакції на свої дії, оскільки сприйняття може безпосередньо вплинути на дії у відповідь і на ескалацію конфлікту. Палестино-ізраїльське протистояння — це не просто військові зіткнення, а складна палітурка думок і очікувань. Кожна зі сторін аналізує свої дії та реакції міжнародної спільноти з урахуванням можливих наслідків. Поведінка Ізраїлю часто сприймається палестинцями як ігнорування їхніх прав, тоді як ізраїльтяни нерідко вбачають у цій ситуації необхідність захисту. У конфлікті між Україною та Росією ми можемо побачити подібне. Росія, зі свого боку, обґрунтовує власні дії, стверджуючи, що нібито захищає російськомовне населення в Україні та свої інтереси. Отже, обидві сторони опиняються у замкнутому колі, де кожен крок сприймається як загроза. Крім того, зовнішні актори, такі як США, ООН та арабські країни, відіграють важливу роль у розвитку конфлікту. Їхні думки й стратегії помітно впливають на динаміку подій. Також важливо пригадати ситуацію в Китаї — геноцид уйгурів. За останні десятиліття уйгури зазнали систематичного тиску з боку китайської влади, яка вбачає в них потенційну загрозу національній безпеці. Китайський уряд, сприймаючи уйгурів як загрозу для своєї стабільності та єдності, вживає жорстких заходів — масових затримань, обмежень у культурних та релігійних правах, політичних кампаній з асиміляції. Їхнє прагнення захистити свої права та зберегти культурну ідентичність не завжди знаходить належну увагу в світових ЗМІ, а ті, хто їх підтримує, іноді стикаються з нерозумінням або навіть засудженням.



Збірка робіт переможців Всеукраїнського конкурсу есе
імені Сергія Кемського до Дня Гідності та Свободи
за 2024–2025 роки

Тож у підсумку ще раз наголошую, що ми, українці, постійно маємо пам'ятати, що те, як бачимо себе ми, зовсім не відповідає тому, як бачать нас інші. Суспільство є живим організмом, який перебуває у постійному русі, воно еволюціонує, змінюючи свою ідентичність та свою українську свідомість. Якщо кожен українець не усвідомить, що він українець, то небезпека у нашої країні буде тільки зростати.

Новосвет Маргарита,
*учениця 11 класу
Красилівського ліцею
Красилівської міської ради
Хмельницької області*

Як сказав Джейсон Стенлі, відсутність розуміння того, як вас сприймають інші, може бути небезпечною. Філософ наводив приклад з темношкірими, а згодом з українцями та росіянами під час інтерв'ю з Наталією Гуменюк у подкасті «Коли все має значення» [1], наголошуючи, що співрозмовники пропускають крізь призму стереотипів усе, що ви робите, якщо ваша національність, релігія бодай у дрібних колах, але засуджується. Тому потрібно бути обережним, добирати слова під час розмови, щоб вони не мали подвійного значення, аби знизити ймовірність непорозуміння. Однак це також можна трактувати по-іншому: історія людства доводить, що самовпевненість правителів призводить до повалення їхніх режимів, а сліпа самовідданість громадян — до знищення цілої нації.

Проблему наївності народів описано в безлічі творів, що мають історичне підґрунтя. Одним із таких став літопис «Повість



минулих літ», який розповідає нам легенди про створення Києва, а також про помсту Ольги: деревляни, що до кінця не усвідомлювали розпач удови, наражали себе на небезпеку чотири рази, кожен з яких відбувся за схожим сценарієм. Найвідомішою помстою стало спалення Іскоростеня: жителі міста тішилися, коли дізналися, що конфлікт вирішено, отож без жодних сумнівів віддали данину в розмірі декількох голубів та горобців з кожного будинку, не очікуючи підступу. Це і стало їхньою найбільшою помилкою: хитра правителька втілила в життя план знищення деревлян з їхньою ж допомогою, а причиною стало недооцінення гніву Ольги. Загалом в історії України таких прикладів удосталь. Щодо необачності правителів, то доречно згадати період національно-визвольної війни 1648–1657 років під проводом Богдана Хмельницького. Адже саме цей гетьман був неодноразово зраджений союзниками: Кримським ханством, московією. А все тому, що Хмельницький не знав справжнього ставлення керівників цих держав до національно-визвольної війни та Речі Посполитої. Після смерті гетьмана настав період Руїни. З історичного роману-хроніки Пантелеймона Куліша «Чорна рада» ми дізнаємося про вибори в Ніжині 1663 року. Особливо яскраво описується протистояння двох кандидатів: Івана Брюховецького та Яким Сомка. Люди, що не усвідомлювали, як до них ставляться, наразили себе на небезпеку: повірили Брюховецькому та в образ бідної людини, яку він із себе вдавав, щоб зблизитися з народом, аби той повірив у його обіцянки виборця. Згодом українці знову стали об'єктом обману. Після ліквідації Запорозької Січі в 1775 році російська імперія маніпулювала селянами, коли це було вигідно: щоразу, як чергова війна з Османською імперією наближалася, одразу ж повертався соціальний стан «козаки» та з'являлося багато обіцянок від влади. Звичайно, тоді про лихі наміри не думали: люди раділи появі можливості змінити свій статус з кріпака на воїна, тому йшли воювати та вмирати не за свої інтереси. Вони справді сподівалися, що після закінчення збройного конфлікту влада виконає свої обіцянки



щодо війська, але цього жодного разу не сталося. Селянство просто використовували як шматок м'яса, яке саме рвалося на поле бою з однією метою: здобути волю. Та це ніяк не відповідало меті тогочасної росії, адже обіцянки про волю були головним інструментом для контролю населення. На жаль, досягнути це міг далеко не кожен. Під час чергової російсько-турецької війни, що завершилася 1812 року, відбулося також захоплення Москви, яке очолив Наполеон I Бонапарт. Перемогу француза можна було прирівняти до поразки: він повернувся майже без війська, адже воно полягло через несприятливі погодні умови, відсутність продовольства та хаотичні набіги росіян на армію, що відступала. За деякий час, у 1815 році, в Європі відбулася битва під Ватерлоо – фінальна сутичка правителя, що ознаменувала кінець Наполеонівських війн. Бонапарт недооцінював, як його амбітні загарбницькі дії сприймали інші європейські держави. Впевненість у собі як непереможному імператорі, який планує захопити світ, зрештою призвела до об'єднання його ворогів та поразки. Схожа самовпевненість повторилася приблизно через сто років: планування швидкого завершення Першої світової війни «до Різдва 1914 року» виявилось лише маренням Німеччини та Австро-Угорщини. Союзники не розраховували складність ведення війни з такою кількістю суперників одночасно й недооцінили прагнення до незалежності на Балканах. Подібна ситуація нагадує чимось чудернацький план «Київ за три дні». Повне непорозуміння настало під час Другої світової війни, тому що Франція та Велика Британія прагнули об'єднання з СРСР задля спільної боротьби проти нацизму, у той час як радянський союз вирішив навпаки: підписати пакт Молотова – Ріббентропа, у якому зазначено про 10 років миру, а також передбачено поділ «сфери впливу» на територіях Польщі, Фінляндії та країн Балтії. Проте такий, на думку СРСР, хитрий план, обернувся для нього ж катастрофою: 22 червня 1941 року нацистські війська перетнули кордон «союзника». Це стало сильним неочікуваним ударом, незважаючи на неодноразові попередження розвідки



про наявність плану «Барбаросса». Адже документ мав назву «договір про ненапад», тож радянський союз був переконаний у гарантії безпеки. Тобто СРСР знехтував інформацією, бо сподівався на здоровий глузд, як і Україна свого часу знехтувала попередженням французької розвідки про повномасштабне вторгнення в 2022 році, бо сподівалася, що військова техніка на кордоні — це російські планові навчання. Так незнання того, як Німеччина сприймала СРСР, призвело до глобальних втрат: як людських, так і матеріальних. Ще одним прикладом політичного злочинця стала Японія, яка проводила мілітаризацію, виправдовуючи це тим, що хоче стати захисником інтересів свого континенту, під лозунгом: «Азія для азіатів». Звичайно, такі наміри не викликали протидії, а навіть отримали часткове схвалення. Та це була лише картинка, аби ніхто не заважав країні Далекого Сходу досягти своєї мети: підготуватися до війни з Китаєм.

Отже, можна дійти висновку, що дипломатія, прихована завісою, і те, що за нею відбувається, стають оприлюдненими через сотню років, якщо взагалі не знищуються одразу. Тому політичні відносини країн є найяскравішим прикладом для підтвердження цитати, яка стала назвою есе. Внутрішня політика країн теж насичена таємницями та обманом: так, до 1938 року з 66 квартир будинку «Слово» в Харкові, спеціально побудованого для літераторів, радянська влада репресувала жителів 40 осель [2]. Спочатку жест комуністів здавався великодушним, проте лише згодом виявилось, що вся турбота про комфортні умови для письменників використовувалася проти них: телефон прослуховувався, а кімнати, що заздалегідь планувалися для облаштування кабінетів, мали вентиляційну витяжку, аби можна було підслуховувати літературні вечори, які їхні колеги проводили регулярно, а також контролювати думки митців про владу. Схожу тактику застосовували щодо вчених, акторів. Загалом це відбувалося не тільки у Харкові, а й усюди, де панував тоталітарний режим, з метою придушення будь-яких демократичних, націоналістичних поглядів, які могли



Збірка робіт переможців Всеукраїнського конкурсу есе
імені Сергія Кемського до Дня Гідності та Свободи
за 2024–2025 роки

суперечити ідеології керівників. А найефективніший спосіб позбутися «ворогів народу» — це шпигунство та жорстка пропаганда, що й використовував на практиці СРСР.

Отож нерозуміння того, як вас сприймають інші, дійсно може призвести до жакливиx наслідків — і це не безсенсові чи метафоричні слова, а справжня аксіома політичної складової всіх часів і народів.

Список джерел

1. Здоровий націоналізм бачить в історії власної країни погані речі, які вона зробила, — Джейсон Стенлі. URL: https://youtu.be/c_2ysekheyQ?si=4kP6cVpW9UY_4OAs.
2. Вовк К. Будинок «Слово». Як Розстріляне Відродження вплинуло на культурну ідентичність Харкова? *Свігомi*. 2023. URL: <https://svigomi.in.ua/page/budynok-slovo-yak-rozstriliane-vidrodzhennia-vplynulo-na-kulturnu-identychnist-kharkova>.

Парфьонов Ярослав,

учень 9 класу

Комунального закладу

«Харківська обласна Мала академія наук

Харківської обласної ради»

Самоусвідомлення — головна складова психологічної та особистісної зрілості. Воно дає нам змогу не тільки краще розуміти себе, а й покращувати комунікацію зі світом. Про самоусвідомлення і те, як нас сприймають інші, писав Вільям Дюбуа, афроамериканець, громадський



діяч, соціолог та історик. Він першим серед американців, що мали африканське походження, здобув у Гарварді ступінь доктора філософії [1].

Вільям Дюбуа присвятив багато своїх робіт вивченню проблем, пов'язаних із правами темношкірих, формуючи концепції ставлення білошкірих до афроамериканців. Перша — це психологічна плата за білий колір шкіри. Ідеться про бідних білих людей, які нічого не мають, окрім гордості за колір своєї шкіри. Друга концепція розповідає про подвійну свідомість: якщо ти темношкірий, то повинен зрозуміти, що коли ти заходиш у кімнату, білі люди дивляться на тебе по-особливому. Вони бачать загрозу, хоча ти вважаєш себе в безпеці [2; 3]. Якщо переробити другу концепцію на сучасний лад, то буде дуже добре видно, як росіяни сприймають українців. Це пов'язано зі свободою використання сучасних інтернет-джерел і різницею в тому, за якими критеріями ми сприймаємо людей.

Справді, на думку росіян, українці є загрозою. Таке уявлення про нас тісно пов'язане із широкою пропагандою, яку здійснює влада в Росії, використовуючи різні джерела інформації й стверджуючи, що в Україні живуть фашисти, нацисти, націоналісти тощо. Крім того, путінський режим проводить заходи щодо обмеження доступу населення до різних соціальних мереж: Telegram, Instagram, TikTok, Facebook тощо. Ця влада робить так, щоб росіяни дивилися тільки своє телебачення, користувалися лише російськими браузерами, зокрема Яндексом. Звісно, населення, яке потрапляє під такий тоталітарний вплив, стає маріонеткою в руках режиму.

Такої самої думки дотримується політтехнолог і письменник Михайло Шейтельман, котрий, ґрунтуючись на дослідженні, яке провела одна українська компанія щодо того, скільки людей підтримують Путіна, казав: «Як і раніше, Путіна підтримують ті ж 85–86 %. До речі, різною мірою підтримують Путіна, але не обов'язково війну. Щоб це все роззобувати, потрібна просто свобода засобів масової інформації. Чому українці не зазомбовані, а росіяни — так? Тому що в росіян одне джерело інформації — держава. Вона все й повідомляє» [4].



Інша проблема такого сприйняття українців росіянами та навпаки полягає в тому, що ми, як нормальні люди, судимо певну людину не за національністю, віросповіданням тощо, а за її діями. Більшість же росіян просто не думає логічно. Вони не замислюються, чому українець є загрозою. Це, знову-таки, пов'язано із пропагандою ненависті з перших років життя дитини, якій говорять, що наш народ – завжди загроза (пригадаймо, наскільки мілітаризованою зараз є сфера освіти в Росії). Змоделюємо ситуацію: мешканець України йде дорогою і бачить, як до нього наближається чоловік зі зброєю в руках. Зрозуміло, що українець буде розцінювати цю людину як загрозу, і найголовнішим маркером, який укаже на небезпеку, буде саме зброя, а не колір шкіри, релігійні переконання чи національність подорожнього.

Узагалі ми не повинні були б зважати на ставлення до нас росіян, якби не було однієї проблеми: ставлення до українців в африканських і в більшості азійських країн формується під впливом кремлівської пропаганди. Анна Меленчук, співзасновниця ГО «Інститут інноваційного врядування», згідно з дослідженнями, які вона провела зі своєю командою, щодо впливу Москви на країни Європи зазначала: «Ми можемо собі уявити цей російський вплив як такий трикутник. Він починається з російського посольства <...>, далі є така структура, як федеральне агентство «Россотрудничество», через яке Росія (це вже на другому рівні цієї піраміди) фінансує різні організації різних напрямів. Це можуть бути культурні організації, громадські організації, які займаються політичною роботою, медіа...» [5]. Звісно, що попри це, з початком повномасштабного вторгнення більшість країн Заходу й деякі держави Індो-Тихоокеанського регіону підтримали Україну в її боротьбі. Виразником цього є, зокрема, приїзд журналістів зі всього світу, щоб писати про події війни з об'єктивного ракурсу й із позиції беззаперечної правоти українців у збройному протистоянні. Однак, як я вже згадав, є ті країни, що, на жаль, залишаються на боці агресора. Так, основним наслідком повномасштабного



вторгнення для нашої дипломатії стало розуміння неабиякого значення країн Африки, Азії та Латинської Америки для здобуття переконливої перемоги над Росією. Держави цих регіонів мають специфічний погляд на нашу війну, зважаючи як на історію взаємодії з Москвою, так і загалом на ставлення до західного світу. Країни Африки часто ототожнюють Росію з Радянським Союзом, заднім числом завдячуючи їй за здобуття незалежності.

Складна ситуація і з Індією та Китаєм. Китайські медіа називають російсько-українську війну просто кризою. Отож ставлення до України теж формується під впливом російської пропаганди. Тим часом в Індії ці події сприймають більше як ядерну небезпеку, ніж боротьбу з фашизмом. Тобто індійців насамперед тривожить згубний вплив війни на їхню економіку.

Тішить, що Захід прагне долучитися до боротьби з російською пропагандою на Глобальному Півдні. Наприклад, Франція вже на офіційному рівні визнала, що Росія за допомогою вагнерівців дестабілізує ситуацію в колишніх французьких колоніях у Африці (Малі, Буркіна-Фасо). Тепер Захід разом з Україною шукає інші аргументи для Глобального Півдня і намагається пояснити, чому російська агресія проти нашої держави має припинитися та бути засуджена.

Отже, ставлення росіян до українців безпосередньо залежить від свободи у використанні сучасних джерел інформації. Росіяни, які цієї свободи не мають, довіряють лише державі, що є єдиним джерелом інформації в країні. Саме це дає нам можливість зрозуміти, у який спосіб влада сусідньої країни може маніпулювати своїм народом. І все було б нічого, якби російська пропаганда не впливала на ставлення до України в інших державах. Через це деякі країни Африки й Індо-Тихоокеанського регіону досі залишаються на боці агресора, свідомо чи несвідомо піддаючись таким впливам. На сьогодні, на жаль, ми не бачимо їхнього усвідомленого бажання змінювати свій світогляд і рішуче чинити опір російській експансії як в інформаційній сфері, так і в культурній, економічній тощо.



Збірка робіт переможців Всеукраїнського конкурсу есе
імені Сергія Кемського до Дня Гідності та Свободи
за 2024–2025 роки

Список джерел

1. Вільям Едуард Беркхардт Дюбойс. *Вікіпедія*. URL: <http://surl.li/qtnbb>.
2. Du Bois W. E. B. Black Reconstruction in America. URL: <https://cominsitu.wordpress.com/wp-content/uploads/2019/02/w-e-b-du-bois-black-reconstruction-an-essay-toward-a-history-of-the-part-which-black-folk-played-in-the-attempt-to-reconstruct-democracy-2.pdf>.
3. Du Bois W. E. B. The Souls of Black Folk. URL: <https://www.gutenberg.org/files/408/408-h/408-h.htm>.
4. Шейтельман М. «Росіяни зазомбовані, їхнє єдине джерело інформації – держава». *Інтерв'ю в телепроекті FREEDOM*. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=1Nnf6O1la8>.
5. Меленчук А. Російська пропаганда в Європі. Хто і як її поширює. *Інтерв'ю для ТРК «Перший Західний»*. URL: <https://www.facebook.com/watch/?v=770097138434447>.



2025

Есе на тему
«А час — дивовижна річ.
Більшість із нас живе
тільки тим часом, який
маячіє прямо
перед нами...»

Фредрік Бакман
«Чоловік на ім'я Уве»



Збірка робіт переможців Всеукраїнського конкурсу есе
імені Сергія Кемського до Дня Гідності та Свободи
за 2024–2025 роки

Беркар Софія,

учениця 11 класу

Комунального закладу

«Безлюдівський юридичний ліцей імені І. Я. Підкопая

Безлюдівської селищної ради»,

вихованка гуртка «Педагогіка»

Комунального закладу

«Харківська обласна

Мала академія наук Харківської обласної ради»

Час є важливим інструментом нашого життя, який його вимірює та демонструє певні цінності. Він швидко плине, і його не повернути назад, його маячіння не є тривалим, і не полишає відчуття, що треба встигнути, наздогнати, не запізнитися. Сьогодні можна почути про важливі навички тайм-менеджменту, тобто вміння ефективно управляти своїм часом, вести хронометраж, фіксувати свої дії та час, витрачений на їх виконання.

Навичка управління своїм часом спонукає нас дивитися у майбутнє, формувати цілі й отримувати свій сьогоденний досвід. Дивовижність часу полягає в цінності подій, які відбуваються, а в певний період часу — в їхній унікальності, неможливості повного відтворення. Час виступає як володар та індикатор значущості подій і згадок про них. Є велика могутня сила і право — користуватися часом як тим, що дано нам від народження, тому час є даром і водночас тим, що не утримати, не повернути, не прожити заново, лише подумки, за допомогою довготривалої пам'яті.



Час, який минув, подарував спогади, а сьогодення — як метелик, що пролетів надто швидко. Маячіння часу в кожного своє. Скоріш за все, воно буде пов'язане з короткочасною метою. Тут можна дійсно погодитися, що ознака дивовижності часу полягає в тому, що він спонукає рухатися вперед, оскільки його маячіння не можна зупинити, і людина рухається до мети, шукає ресурси та можливості для її досягнення.

У психології існує поняття «сприйняття часу», воно є індивідуальним, тому й досить специфічним. Це сприйняття залежить від контексту подій, в якому цей час протікає. Він може протікати повільно, коли ми очікуємо на якусь подію, готуємося до неї, а може промайнути надто швидко, непомітно. У сучасному світі є потреба в усвідомленні часу, його цінності, адже війна вносить свої корективи і робить його цінність іншою, він маячить з війною, але це маячіння не таке швидке й незабутнє, і цей час не загоєє рани.

Час дає змогу відчувати цінність подій, здатність подорожувати думки, мріяти, планувати, досягнути те, що відбувається. Час дає можливість проєктувати своє життя, отримувати досвід, враження. Витрати часу на досягнення мети допомагають усвідомити значущість цього досягнення. Іноді можна переоцінити свої можливості й не досягти бажаної мети через те, що час не було розраховано раціонально. Відсутність досвіду роботи з власним часом, його усвідомлення є надто важливою для випускників. З власного досвіду знаю, що це зробити не так легко. Час часто асоціюється з тим, чого не вистачає, проте це дуже стереотипне сприйняття. Адже час — категорія філософська, тому й містить у собі ціннісні виміри та можливості; це більше, ніж те, що маячить перед нами. Варто зазначити, що час є ресурсом, його тривалість цінна: від нього залежить, наскільки швидко можна зорієнтуватися під час надання допомоги, виконання тестових завдань, пошуку нових ідей для реалізації завдання. Час визначає наше вміння орієнтуватися у ситуації, бути гнучкими, послідовними, лаконічними та мати розвинене прогностичне мислення. Усі ці навички людина



здобуває з часом. Є відповідний таймінг під час виступу, презентації під час конкурсу, і тому важливо у нього вкластися, бо це теж показник підготовки та вміння цінувати час інших спікерів. Іноді захоплення ідеєю й бажання донести і продемонструвати її іншим можуть забрати певний час у слухачів, організаторів конференції або конкурсу, тому час – важливий індикатор успішного виступу.

Про те, що більшість живе тим часом, який маячіє, можна частково погодитися з автором цитати. Як було зазначено вище, функція маячіння часу дає змогу чітко прогнозувати, а не просто займатися ворожінням: «вийде чи не вийде цього разу виграти конкурс». Вміння прогнозувати та розраховувати час на перспективні й важливі види робіт сприяє усвідомленню бажання досягти успіху, а не просто «відбути» навчальне заняття, конкурс та спалити час не на свою користь.

Час можна цінувати, а можна й знехтувати, ним можна встигнути захопитися, а можна й пропустити. Це залежить від того, кому він наданий і у чиїх руках є наразі.

Не зовсім точно вважати час річчю. Це скоріше феномен, невичерпний і незбагненний. Його не досягнути людським розумом, не відчувати на дотик і смак, хоча й він може залишити емоції, почуття та асоціації. Час дивовижний своїми, здавалося б, несумісними діями: він лікує та раниць, допомагає позбутися болю й загострює його. Це ще раз підтверджує його цілком виправдану належність до філософських категорій. Діалектика в його сприйнятті та впливі на людину, неоднозначність у його оцінці, суб'єктивність сприйняття. Час може тримати у напруженні, мобілізувати та спрямовувати, спонукати до дії та зупиняти. Це такий модератор та посередник для життя, який, якщо не спрацює вчасно, може призвести до того, що не встигнеш і зробиш помилку.

Для випускника закладу освіти час якнайкраще показує свою сутність, важливість та надає багато прикладів для спостереження за ним. Своєчасна підготовка до складання тестування, чіткий розподіл часу надто важливі. У перенасиченому інформаційному вирі подій,



коли чуєш погані новини, час починає знову нагадувати про себе, щоб не впадати у відчай, жити й робити свої поточні справи. Тому час не дає іноді зупинитися, він орієнтує на мету, нехай і короткочасну, що маячіє перед очима, але біль і смуток можуть затуляти очі, а час їх відкриє, бо немає вибору. Час допомагає йти там, де вже хочеться зупинитися, бігти там, де немає сил, працювати, бо треба не підвести себе та інших. Тому він є ресурсом і важливим чинником, що змушує жити, боротися, справлятися.

Отже, усвідомлення часу та індивідуальність його сприйняття дають змогу бачити контекст подій і раціонально їх оцінювати. Дивовижність часу в тому, що його можна як переоцінити, так і недооцінити. Його сприйняття є унікальним для кожного. Для тих, хто переживає травму і втрату, він плине повільно, бо болісно і важко пережити кожну секунду за секундою. Тим, у кого життя наповнене творчістю, ідеями, відкриттями, властиві свої виміри, оскільки людина може не встигнути реалізувати власний творчий задум.

Білоусов Володимир,

учень 10 класу

Лисичанського ліцею № 8

Сєвєродонецького району

Луганської області

Час — це найдивовижніше, що існує в нашому житті. Ми його не бачимо, не можемо зупинити чи впіймати, але відчуваємо постійно. І хоча здається, що ми керуємо часом, а отже, й своїм життям, насправді саме час керує нами. Він непомітно змінює нас, наші



звички, наші мрії. Ми живемо в ньому, але рідко замислюємося, що саме з ним робимо.

Ми звикли поспішати, планувати, виконувати безліч справ. Здається, що часу завжди бракує: ми не встигаємо вчитися, відпочивати, спілкуватися, просто бути наодинці з собою. Проте, якщо замислитися, ми часто витрачаємо час не на те, що справді важливо. Занурюємося в дрібниці, не помічаючи справді важливого. Постійно кудись поспішаємо, але не завжди розуміємо, куди. Ми живемо часом, який «маячіє прямо перед нами», не замислюючись, як він насправді керує нами.

Час має дивовижну властивість: він здатен змінювати нас навіть тоді, коли ми цього не помічаємо. З роками ми стаємо іншими: ті, хто колись здавався нам близьким, можуть стати чужими; події, які здавалися важливими, втрачають значення. Проте з кожним роком краще розуміємо, що час — не ворог, а вчитель. Він лікує, заспокоює, дає змогу побачити те, що колись ми не цінували. Але так само час може бути жорстоким: стирає спогади, забирає молодість, позбавляє можливості виправити вчинки. І саме в цьому його парадокс: час забирає, але водночас дарує змогу змінюватися.

Про це пише Фредрік Бакман у романі «Чоловік на ім'я Уве». Головний герой — старий чоловік, який втратив сенс життя після смерті дружини. Уве живе у своєму маленькому світі, що завмер разом із її смертю. Для нього час ніби зупинився: дні тягнуться однаково, без радості, без мети. Він не бачить для себе майбутнього. Але все змінюється, коли до його двору переїжджає нова сім'я. Її поява, хоч і дратує Уве, поступово повертає його до життя. Маленькі щоденні події — допомога сусідам, турбота про дітей, навіть дрібні сварки — стають для нього знаком: життя триває, а час не стоїть на місці.

У цій історії автор показує, як сприйняття часу може змінити людину. Уве, який жив лише минулим і теперішнім, поступово починає дивитися й у майбутнє. Він поступово усвідомлює, що навіть після великих втрат час дає шанс почати спочатку. Його минуле —



це частина його життя, яка допомагає йому зрозуміти себе. Уве вчиться не просто проживати дні, а наповнювати їх змістом. Це і є істина: не боротися з часом, а приймати його як частину свого життя.

Мені здається, цей роман — чудовий приклад того, як час може бути і випробуванням, і порятунком. Іноді ми застрягаємо у своїх спогадах або в рутині. Живемо автоматично, повторюючи дні, і не помічаємо, що життя проходить повз. Але варто зробити крок уперед або подивитися на себе збоку — і розумієш: усе, що було, не зникло, воно стало частиною тебе. Минуле формує нас, теперішнє випробовує, а майбутнє дає сенс і надію.

Час дивовижний ще й тим, що він дає нам можливість вибору. Ми не можемо його зупинити, але можемо вирішити, як його прожити. Люди часто кажуть: «Мені не вистачає часу». Але, можливо, проблема не в тому, що його мало, а в тому, як ми ним користуємося. Ми витрачаємо години на речі, які нічого не змінюють, і відкладаємо те, що справді важливо, на потім. Не замислюємося над тим, що це «потім» може й не настати. Час не чекає, поки ми зберемося. Він рухається далі — спокійно, впевнено, але невблаганно.

Час можна порівняти з річкою: вона постійно тече, і неможливо двічі увійти в ту саму воду. Як і в житті: не можна повернути жодної миті, навіть якщо ми цього дуже хочемо. Тому важливо навчитися не лише існувати, а й справді жити: відчувати, думати, помічати красу в найменших дрібницях. Лише тоді час перестає бути ворогом і стає нашим союзником.

Іноді я думаю: якби час можна було бачити, він, мабуть, виглядав би як нитка, яку ми тчемо власноруч. Хтось робить її міцною, переплітаючи любов, працю й спогади, а хтось — тонкою, бо боїться помилятися. Але нитка часу завжди продовжується, навіть коли нам здається, що вона обірвалася. Як у випадку з Уве, який думав, що все вже скінчено, а насправді його життя тільки починалося заново.

Час не належить нікому, але кожен може зробити його своїм другом. Ми можемо прожити життя, озираючись назад або думаючи



лише про майбутнє, але справжнє щастя — у здатності жити зараз, пам'ятаючи про вчора і мріючи про завтра. Бо саме тоді час перестає бути просто стрілками на годиннику і перетворюється на живе свідчення нашого буття.

Якщо замислитися, то головна дивовижність часу — в тому, що він не просто минає, а змінює наше сприйняття світу. Те, що колись здавалося важливим, із роками стає лише спогадом. Ми ростемо, дорослішаємо, і разом із нами змінюється наше розуміння життя. Коли ми маленькі, то нам здається, що час іде повільно, що до літа, канікул чи свята ще вічність. А коли стаємо старшими, усе летить так швидко, що не встигаєш і озирнутися. Це не просто суб'єктивне відчуття — це доказ того, що час і справді живе всередині нас, у наших думках і почуттях.

Час впливає на кожного по-різному. Комуś він допомагає загоїти рани, а когось, навпаки, змушує постійно озиратися назад. У кожній хвилині закладено певний сенс. Іноді мені здається, що час — це дзеркало, у якому відбивається наша душа. Людина, яка живе поспіхом, бачить лише події, але не бачить сенсу. Той, хто зупиняється, аналізує, думає — починає бачити у своєму часі закономірність. У романі Фредріка Бакмана це видно дуже чітко: Уве, який спочатку ненавидить світ за те, що час забрав у нього дружину, поступово починає розуміти, що саме завдяки часу він знову відчуває себе живим.

Його історія — це приклад того, як людина може віднайти себе у плині часу. Уве спочатку намагається боротися з ним, ніби хоче його перемогти, але згодом розуміє, що ця боротьба марна. Неможливо зупинити хід годинника, але можна змінити ставлення до нього. І це — головна аналітична ідея: час не залежить від нас, але наше життя залежить від того, як ми його сприймаємо. Той, хто живе лише теперішнім, втрачає майбутнє; той, хто вміє пов'язати своє минуле з майбутнім через теперішнє, розуміє справжню цінність часу.

З філософської точки зору, час — це не просто рух уперед. Це внутрішній розвиток людини. Ми можемо прожити однакову кількість



днів, але для когось це буде просто існування, а для когось — яскраве життя. І справа не у тривалості, а в тому, як ми наповнюємо свій час. Людина, яка вміє аналізувати свій досвід, робить кожну мить частиною власного зростання. Саме тому час можна назвати не лише мірилом подій, а й показником зрілості душі.

Коли ми приймаємо час таким, який він є, ми починаємо менше боятися. Ми перестаємо шкодувати про минуле чи хвилюватися за майбутнє, бо розуміємо: усе, що відбувається, здійснюється саме у свій момент. Це не означає, що треба просто плисти за течією. Навпаки, треба навчитися відчувати ритм часу. І коли цей ритм стає гармонійним із нашими діями, ми живемо по-справжньому. Можливо, саме в цьому полягає головна істина: усе має свій час — і зустрічі, і втрати, і розуміння самого себе.

МАЛЕНЬКА ВІЧНІСТЬ І УРОК ПРИСУТНОСТІ

Бокова Аліна,
учениця 9 класу
Харківського ліцею № 102
Харківської міської ради

«Перспектива рано померти змусила мене зрозуміти, що життя варте того, щоб його прожити», — сказав Стівен Хокінг в одному з інтерв'ю. Це слова сильної людини, яка понад півстоліття боролася з хворобою, присвячуючи своє життя дослідженням на благо людства. Вони про героїзм, незламність, рух уперед, перемогу над собою,



неординарну особистість. Але головним мірилом щастя для Стівена Хокінга був час. Два з половиною роки, як прогнозували лікарі, або п'ятдесят п'ять, як сталося насправді.

Час. Його не можна побачити, почути чи торкнутися. Він сплітає минуле і майбутнє, створюючи павутину життя. Якщо представити таємницю часу у вигляді пазла, то побачимо, що деякі шматочки цієї картини вже зібрано. Люди створили годинники й календарі, навчилися вимірювати і планувати час, систематизували погляди на феномен часу людей похилого віку та молоді, описали дивні випадки потрапляння в інші часи.

Наступною часткою цього пазла може бути думка про те, що *ми живемо у межах власного сприйняття часу*.

Більшість живих істот, на відміну від людини, сприймає час інакше. Одним із яскравих прикладів такого сприйняття є життя домашніх тварин. Для них час вміщується в проміжок між днем, коли познайомився зі своєю Людиною, і днем, коли згасаючим поглядом намагався востаннє побачити її обличчя. Цей проміжок часу для тварини — вічність, усе життя, зосереджене навколо однієї постаті, одного серця, одного голосу. Для людини чотирилапий друг — лише частина життя. Кожна тварина — це новий ритм, новий характер, нові пригоди.

Людський час визначається віком, рефлексією над минулим, планами на майбутнє. Тварина живе моментом, узгоджуючи своє життя з ритмом життя людини і не плануючи завтра. Коли господар залишає будинок, для тварини час сповільнюється, а простір сповнюється тишею. Очікування стає її буттям. Етологи зазначають, що тварини переживають розлуку не як відсутність людини, а як очікування її присутності. Коти здебільшого дрімають або спостерігають за світом з вікна. Собаки тривожаться більше, й інколи це призводить до хаосу в оселі.

Тварини чудово знають, коли повинен повернутися хазяїн, і близько цієї години вдивляються у двері, дослухаються до кожного звуку, сідають біля взуття. А коли людина не повертається вчасно, вони продовжують чекати. Цей феномен яскраво ілюструють численні історії



вірності. Найвідомішою є історія японського собаки Хатіко, який щодня протягом дев'яти років чекав на свого господаря на залізничному вокзалі. Професор Хідесабуру Уено поїхав на роботу, але раптово помер в університеті від інсульту. Хатіко не дочекався хазяїна і від того дня аж до самої смерті приходив на станцію, а ввечері повертався на ганок професорського будинку, щоб переночувати. Через війну це ім'я перетворилося на загальну назву тварин, які залишаються біля покинутих осель, чекаючи на своїх господарів. Для людей такі історії здаються дивом, а у сприйнятті тварин час не закінчується. Чотирилапі не мислять категоріями минулого і майбутнього, не планують і не згадують, вони живуть теперішнім, у якому треба дочекатися хазяїна.

Людина часто намагається «вирватися» з часу або підпорядкувати його собі. Вона поспішає або, навпаки, прокрастинує в очікуванні кращого моменту, відкладає радощі «на потім». Поряд із тваринами з'являється відчуття, що немає сенсу керувати часом, якщо можна просто жити. Коли собака радісно грається на галявині або лягає біля ніг, коли кіт заліз на руки і муркоче, тоді час ніби зупиняється і перестає бути лінійним — він стає колом, у якому є лише присутність.

Велика кількість роботи, виконана за короткий проміжок часу, високі результати, досягнута роками праці мета, безперечно, викликають повагу в оточуючих і відчуття щастя та задоволення собою. Зазвичай таких людей вітають, а досягненнями захоплюються. Тварина, яка спілкується з господарем, відчуває таке ж саме щастя і задоволення. Але воно не вимірюється у здобутках, кількості пройдених кроків чи виконаних завдань.

Тобто це не результат принесеного в жертву часу, а стан, не підсумок, а момент. Тварина не чекає майбутнього «кращого дня» — вона його вже має зараз. Коли настає старість, сприйняття часу змінюється. Людина знає, що життя добігає кінця, і починає замислюватися над минулим. Результати численних соціологічних розвідок показують, що найчастіше люди шкодують не про те, що зроблено, а про те,



що не зробили. Дослідження Гарвардського університету підтверджують, що люди найбільше жалкують через невисловлені почуття, зруйновані або занедбані стосунки, життя без автентичності. Усі ці сповіді, зібрані під час опитування, об'єднує відчуття, що час минув занадто швидко. Людина розуміє неминучість смерті й намагається уповільнити плин часу. Відчуття старості у тварин влаштоване по-іншому. Потроху зникає цікавість до навколишнього світу, і сил стає менше з кожним днем.

Можна спробувати уповільнити час і наповнити решту буття не боєм, а ніжністю. Людина може зробити останні місяці життя улюбленця теплими і спокійними. Хтось везе стару собаку на море, щоб вона ще раз побачила хвилі. Або готує коту улюблені страви, вкриває ковдрою, пестить частіше, ніж будь-коли. Так само родичі везуть автомобілем своїх старих в «останню подорож» до знайомих краєвидів або до місць, які завжди хотілося відвідати. Літнім людям дарують можливість спробувати те, що відкладалося «на потім»: майстер-клас з живопису або кулінарії, музики, рукоділля або навіть катання на атракціоні.

Смерть домашнього улюбленця, так само, як і смерть людини, знову змінює сприйняття часу. Дім здається більшим і тихішим. Звичні речі стають нагадуваннями. Залишається тиша, у якій звучить пам'ять. Час продовжує йти, поруч вирує життя, але тепер у ньому живе частка іншого часу — часу душі, що дихала поруч.

Пам'ять — це те, що об'єднує сприйняття часу, це спосіб продовжити спільне існування. Люди часто беруть нового улюбленця, щоб продовжувати дарувати любов і перетворити втрату на добро. Так час стає циклічним.

Пам'ять тварини живе не у спогадах, а у відчуттях. Запахи, звуки, улюблені місця назавжди залишають слід у серці тварини. Собака, що раніше прогулювався у парку, і через роки пам'ятатиме знайомі стежки. Кіт, що завжди спав на підвіконні, повернувшись, знову шукатиме там тепло. Для тварини час не лінійний і не циклічний, він скоріше нагадує потік моментів присутності, відданості та радості.



Сприйняття часу людиною і твариною різні, й вони перетинаються в точці, де час набуває філософського змісту. Для тварини кожен день — це маленька вічність, прожита з любов'ю і відданістю, а для людини — урок присутності, який варто засвоїти. Ці два способи сприйняття часу не змагаються між собою, вони доповнюють пазл таємниці часу. Людське розуміння часу дає можливість берегти, а тваринне показує, як варто жити. Час — справді дивовижна річ. Він може бути лінією, колом, потоком. Ми живемо у межах власного сприйняття часу, і домашні тварини допомагають це побачити й зрозуміти. Вони вчать, що час може бути не втратою, а пам'яттю, не рухом стрілок на годиннику, а присутністю.

Командиренко Максим,

студент 2 курсу

Центру підготовки і перепідготовки

робітничих кадрів № 1 м. Кривий Ріг

Не жди «колись», бо час не жде,
Він лине, наче річка плине.
Є тільки мить — твоя, жива,
У ній і сила, і краса.

Микола Дмитренко

Час! Це невидимий наш подорожній, який не зупиняється ні на мить. Він нескінченно тече, безшумно формуючи все навколо нас — наші думки, наші емоції, наш досвід і навіть те, ким ми стаємо. Я часто думав, як дивно, що щось настільки невловиме може мати такий потужний вплив на наше життя. Як студент, я постійно



помічаю, що мені не вистачає часу — на заняття, на друзів, на відпочинок, на сон — але водночас усвідомлюю, що кожна секунда — це частина чогось набагато більшого, ніж я можу зрозуміти.

Як колись сказав Альберт Ейнштейн: «Люди, як ми, які вірять у фізику, знають, що різниця між минулим, теперішнім і майбутнім — це лише вперта ілюзія. Іншими словами, час — це ілюзія» [1]. І все ж ця ілюзія керує кожною нашою дією, емоцією та думкою. Ми плануємо своє життя навколо нього, ми вимірюємо ним свій успіх і боїмося його втратити. Проте більшість із нас живе лише тим часом, який маячить прямо перед нами — у теперішньому, рідко думаючи про безмежність минулого чи безкінечність майбутнього. Коли я думаю про час, я часто уявляю його як річку. Він тече постійно, ніколи не зупиняючись, несе нас уперед, готові ми до цього чи ні. Грецький філософ Геракліт сказав: «Жодна людина ніколи не ступає в одну й ту саму річку двічі, бо це не та сама річка, і він не та сама людина» [2]. Ця ідея ідеально відображає красу та таємницю часу. Кожна мить змінює нас, і щойно вона минає, то ніколи не може повернутися. Однак у нашому повсякденному житті ми часто сприймаємо це як належне, ставлячись до часу так, ніби він нескінченний і його ще багато у нас в запасі.

Більшість із нас живе лише тим часом, який прямо перед нами. Ми хвилюємося про наступний іспит, наступне повідомлення, наступні вихідні. Легко загубитися в хаосі дедлайнів і щоденних справ, забуваючи, що час — це не лише теперішній момент. Це також сукупність кожного минулого досвіду, який нас сформував, і кожної майбутньої можливості, яка ще чекає на нас. Але оскільки ми молоді та нетерплячі, то рідко зупиняємося, щоб подумати про це. Ми ставимося до часу як до чогось нескінченного, до чогось, що завжди буде. «Погана новина — час летить. Гарна новина — ти пілот» [3]. Ця цитата Михайла Альтшулера нагадує мені, що час — це і виклик, і дар. Ми не можемо контролювати його темп, але можемо контролювати те, як ми його використовуємо. Кожна година, кожна секунда дають



нам шанс рости, навчатися, любити, змінюватися. Однак так часто ми марнуємо ці шанси, живучи на автопілоті, зосереджуючись лише на тому, що прямо перед нами: на маленьких задоволеннях чи турботах про сьогоднішній день.

Коли я тільки почав своє навчання, я вірив, що маю весь час світу. Я міг відкладати завдання, ігнорувати свої обов'язки та все одно думати, що все якось владнається. Але з кожним семестром час починав летіти швидше. Раптом я зрозумів, що кожен день, який я витрачав даремно, був днем, який я ніколи не поверну. Адже, озираючись назад, можна побачити, що ніщо не вічне — під плином часу змінюються пори року, руйнуються гори, розсипаються будівлі, іржавіє залізо, старіє й помирає все живе. У цій думці є щось одночасно прекрасне і жахливе. Час не зупиняється, що з нами не сталося б, він не жаліє нікого, не дарує подарунків і не дає у борг. Незалежно від того, досягаємо ми успіху чи зазнаємо невдачі, він продовжує йти, байдужий і невинний. Я думаю, причина, чому більшість із нас живе лише моментом: бо це те, що справді належить нам. Минуле може бути сповнене жалю, а майбутнє може здаватися невизначеним або страшним. Коли я думаю про своє власне життя, я помічаю, як легко зосереджуватися лише на тому, що прямо переді мною — на наступному тесті, наступному проєкті, не розуміючи по-справжньому, як ці моменти пов'язані з чимось більшим. Це ніби ми всі мандрівники, які йдуть крізь туман, бачачи лише кілька кроків попереду та забуваючи, що перед нами є ціла дорога...

Однак саме час навчає нас так, як жоден учитель ніколи не міг би. Час показує нам, що ніщо не триває вічно — ні радість, ні біль, ні успіх, ні невдача. Кожна мить, якою б маленькою вона не була, тимчасова. Можливо, саме тому нам слід навчитися цінувати те, що ми маємо, поки це у нас є, жити саме зараз, бо тільки зараз ми сміємося і радіємо, любимо і відчуваємо, помиляємося й робимо вибір. Тепер — реальність, у якій ми дихаємо і діємо. Коли я сиджу з друзями або рідними після довгого дня, сміючись над чимось безглуздим, я іноді думаю:



це теж час. Це життя, яке відбувається просто зараз, і колись ці моменти стануть минулим, за яким я сумуватиму найбільше. Чим старшим я стаю, тим більше усвідомлюю, що час — це не ворог, а дзеркало. Він відображає, ким ми є і що ми цінуємо. Якщо ми витрачаємо весь свій час на хвилювання чи поспіх, саме таке відображення й побачимо. Але якщо ми сповільнимся, якщо почнемо звертати увагу на те, що справді важливо — людей, спогади, саморозвиток — час стане чимось іншим. Він стане другом, який нас веде, а не силою, яка нас лякає.

Час також має неабияку силу зцілювати. Речі, які колись здавалися неможливим подолати, стають далекими спогадами. Розбите серце, розчарування, невдачі — вони зникають. Я зрозумів, що навіть коли щось здається нестерпним, час зрештою пом'якшує біль. Він не стирає його, але перетворює на щось, із чим ми можемо жити далі. Це тиха магія часу — його здатність змінювати нас, навіть якщо ми цього не помічаємо.

А втім, я не думаю, що жити лише сьогоднім — це зовсім неправильно. Сьогодні — це місце, де ми робимо вибір, де ми діємо, де життя справді відбувається. Але, можливо, ключ полягає в тому, щоб жити сьогоднім, пам'ятаючи минуле та мріючи про майбутнє. Ми повинні носити з собою всі три виміри часу, не лише той, що маячить прямо перед нами. Бо коли ми це робимо, життя стає багатшим, змістовнішим. Як студент, я знаю, що мій час зараз присвячений навчанням не лише з книг, а й із помилок, дружби, любові, спілкування та досвіду. У мене, може, вже й ніколи не буде такого життєвого етапу знову. Будуть інші моменти, інші етапи, але цей — з усією його юністю, невмінням, плутаниною, ваганнями і відкриттями — унікальний. Ось чому я намагаюся, навіть якщо не завжди успішно, усвідомлювати час, цінувати його, використовувати мудро. Звичка жити лише сьогоднім, безсумнівно, має свої переваги. «Не зациклюйтесь на минулому, не мрійте про майбутнє, зосередьте розум на теперішньому моменті», — сказав Будда [4]. У цьому є правда. Теперішнє — це місце, де насправді відбувається життя. Це місце, де ми можемо



спілкуватися з друзями, дізнаватися щось нове або робити вибір, який може змінити все. Саме тепер ми можемо побачити проміння ранкового сонця, вдихнути запах дощу, сказати такі важливі слова, обійняти того, хто поруч, пробачити кривдника, здійснити якусь маленьку мрію чи зробити крок назустріч великій. Але якщо ми зосередимося лише на теперішньому моменті, то ризикуємо втратити перспективу. Минуле вчить нас, а майбутнє мотивує.

Однак існує парадокс у тому, як ми сприймаємо час. Коли ми щасливі, він летить. Коли ми страждаємо, він тягнеться. Але насправді секунди не змінюються — змінюється лише наше сприйняття. Нам потрібно навчитися використовувати наш час мудро, тому що це єдине, що ми ніколи не зможемо повернути, як тільки він зникне. Іноді мені здається, що люди живуть лише сьогоднім, тому що альтернатива занадто важка — завтра вже може бути кардинально іншим, а вчора — ніколи вже не повернути. Легше зосередитися на завданнях і задоволеннях сьогодні. Однак, якщо ми ніколи не зупинимося, щоб поміркувати чи помріяти, ми ризикуємо стати в'язнями рутини. Як колись сказав Стів Джобс: «Ваш час обмежений, тому не витрачайте його, живучи чужим життям» [5]. Для мене ця цитата — заклик до дії — взяти під контроль свій час, наповнити його сенсом і жити свідомо.

Час дивовижний, тому що він поєднує все — моменти, які ми пам'ятаємо, ті, які ми проживаємо, і ті, на які ми сподіваємося. Це нитка, що сплітає наші історії разом. Без часу не було б ні зростання, ні змін, ні життя. Але справжній виклик полягає не лише в тому, щоб зрозуміти час, а й у тому, щоб жити в гармонії з ним. Цінувати момент, не потрапляючи в його пастку, вчитися на минулому, не обтяжуючи його, і готуватися до майбутнього, не боячись його. Час вчить нас терпінню. Він загоює рани, але також нагадує нам, що можливості та моменти не тривають вічно. Він спонукає нас рухатися вперед, продовжувати пробувати ще, навіть коли ми зазнаємо невдачі. Він каже нам, що зміни неминучі й що це нормально. Кожен кінець —



це лише початок чогось іншого. Як річка, що постійно тече, час несе нас до невідомого, але такого прекрасного.

Зрештою, час дивовижний не тому, що він дає нам усе, а тому, що нагадує нам, що все тимчасове. Він спонукає нас жити, відчувати, рухатися вперед. Більшість із нас живе лише часом, який прямо перед нами, але, можливо, саме з цього нам і потрібно почати. Можливо, навчитися чітко бачити теперішнє – це перший крок до розуміння краси всієї шкали життя. І коли я думаю про це так, я розумію, що час – це не просто щось, що минає, – це те, що формує нас.

Список джерел

1. Фізика connected people. URL: <https://www.facebook.com/groups/1418977198149923/posts/6910743788973209/> (дата звернення: 15.10.2025).
2. Reddit – американська соціальна платформа новин. URL: https://www.reddit.com/r/Stoicism/comments/j7tqtw/a_man_cannot_step_into_the_same_river_twice/?tl=uk (дата звернення: 15.10.2025).
3. Цитатосфера. URL: <https://citasfera.top/czytaty-pro-chas/> (дата звернення: 18.10.2025).
4. Вчення Сіддхартхи Гаутама – Будди. URL: https://www.threads.com/@m.victoriam_69/post/DCm3A73smCi (дата звернення: 20.10.2025).
5. Steve Jobs' 2005 Stanford Commencement Address. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=UF8uR6Z6KLc> (дата звернення: 22.10.2025).

**Кравченко Аня,***учениця 8 класу**Малобурімської гімназії-філії**опорного закладу освіти «Чорнобаївський ліцей**Чорнобаївської селищної ради Черкаської області»*

Час — простір, у якому відбувається життя. Воно, наче складене специфічною темпоральністю (згадайте, Ляйбніц визначав час властивістю природних тіл [1]), не може існувати поза нею, хоча сама людина вже давно прагне втекти від руйнівної дії часу, звертаючись до різних форм, у яких втілюється буття: хтось зосереджує увагу на минулому як загадкових відголосках завершеного життя, що через свою недоступність здається ідеальним, дехто дивиться в майбутнє, яке ще не почалося навіть, а тому сприймається як недосяжне бажане, що обов'язково має втілитись, однак багатьох людей захоплює теперішнє, найбільш живе та доступне, однак водночас найбільш минуле та невовлиме. Врешті-решт, чому ми так прив'язані до часу, що маячії над нами?

Передусім людина не може відмовитися від теперішнього, адже саме в ньому триває її життя, теперішнє і є основним часом. Попри цікавість до минулого та амбітні бажання щодо майбутнього, вимір людського життя осмислюється тоді, коли минуле вплітається в нитку нашого життя, проте перед цим його формує саме теперішнє, в якому життя оприявнюється.

Найбільш примітним прикладом теперішнього є повсякдення. Згадайте, скільки справ щодня охоплює наша буденність. Наприклад, приготування їжі, навчання та робота — багато хто вважає це рутиною, але саме в ній проходить життя, наповнюючись різними митями, як позитивними, так і негативними, які з часом стають спогадами. Іншими словами, невелика подія повсякдення, що приносить людині яскраві емоції, може сильно закарбуватися в пам'яті.



Побут та буденність, як зазначають антропологи, які досліджують філософію повсякденності, під час сильних суспільних змін можуть розмиватися, однак самі структури повсякденності, що настільки глибоко проникають в людську особистість, почасти й тримають її під час соціальних катастроф типу криз або воєн [2]. Власне, саме тому в перший рік повномасштабного вторгнення психотерапевти радили тим українцям, які могли підтримувати свою довоєнну рутину (як-от відвідування занять для учнів та студентів чи невеликі щоденні ритуали, типу прогулянки з собакою), продовжувати це робити, адже це допомагало їм підтримувати зв'язок із нормальним життям у період переживання екстремального досвіду [3].

Однак річ у тім, що буденність, яка займає значну частину нашого теперішнього, з'їдає життєву чуттєвість. Власне, це спонукає втомленого від нескінченної кількості справ індивіда звертатися до спогадів про минуле або мріяти про майбутнє, шукати сенс або мету в житті, вважаючи, що це може наповнити людину різноманітними дослідями. Частина психологів взагалі стверджує, що сучасна людина переживає кризу сенсу, адже віднайти його самостійно не так просто, а медіа часто робить його нежиттєздатним продуктом, що не може задовольнити екзистенційну потребу в глибині. Парадоксально, але саме структури повсякденності, які складають людське життя щодня, можуть дати втомленому індивіду той сенс, якого він так ревно шукає. Досвід українців, які були змушені під час повномасштабного вторгнення покинути рідний дім, є тому прикладом. Опорою в житті для тих людей стали щоденні справи, які вони зберегли з мирного часу та які пов'язують їх із пам'яттю про їхній дім.

До того ж ми не здатні зупинити теперішнє та осмислити його в завершеності, як це можна зробити з минулим (ба навіть із майбутнім, якщо сприймати його як концепт, де мають здійснитися наші сподівання, тобто попри ілюзорність майбутнього, людина може принаймні уявити його скінченність, тоді як теперішні миті відчуються нескінченними, взагалі незрозуміло, коли і де вони починаються,



а де їх кінець), тож попри неможливість досягнути теперішнє в завершеності, люди вибирають на ньому зосередитися.

Український філософ Григорій Сковорода говорив: «З усіх утрат втрата часу найтяжча». Саме тому людина почасти прагне віддатися якнайбільше сучасності, адже для здійснення задуманого нам відводиться саме теперішність зі всіма її можливостями та перепонами.

Крім цього, нерідко страх втрати часу походить зі страху швидкоплинності самого життя. Для прикладу можна згадати книгу «Цієї миті завтра» Емми Страуб, головна героїня якої шкодує, що мало проводила часу зі смертельно хворим батьком, бажає повернути час назад, а вже наступного дня прокидається знову шістнадцятирічною, а її батько — здоровий [4]. Страх перед швидкоплинністю життя, як страх перед смертю, звертає людину до теперішньої миті як цінності в її переживанні.

З іншого погляду, не варто забувати, що людям часто бракує часу, тож вони прагнуть витратити свої зусилля, аби продовжити коротку мить життя або невловиму сучасність, як-от у вайльдівському творі про Доріана Грея [5]. Інший яскравий приклад такої гонитви — фільм «Субстанція» 2024 року. Героїня — успішна жінка, одержима бажанням залишатися молододу настільки, що наважилась на експеримент із тілесністю: після вакцини з неї виходить її молода копія, яка згодом убиває її. Прагнення зупинити час абсурдне, адже він ніколи не зупиняється, тож у такій гонитві можна втратити все, що, на жаль, і сталося з героїнею фільму.

Зрештою, така гонитва спричиняє лише витрачання життя на первинні бажання та призводить до деградації, оскільки життя цінне не збереженням молодості чи бажанням вічного існування, а самим своїм буттям у розмаїтті досвіду.

Не варто забувати, що теперішнє, на відміну від минулого та майбутнього, має одну важливу перевагу — чуттєвість, у якій життя екзальтує, а не просто існує як певний артефакт, до якого звертаються, аби побачити минуле, та не має ідейного виміру з його структурованістю



й спрямованістю вперед. Відповідно, людина може відчувати життя тільки в теперішньому, де на перший план виходить подієвість самого життя, тож сама форма часу втрачає свої обриси, врешті-решт, вони стають неважливими та навіть непотрібними, коли ми захоплені життям у його повноті.

Відразу на думку спадає ґетівський Фауст з його «спинися, мить!», бажанням зупинити час через переживання найбільшої насолоди в конкретній миті [6]. Однак парадоксальність людського життя полягає в тому, що теперішнє неможливо зупинити, адже воно, будучи тією часовою формою, яку індивід не має змоги відокремити від минулого та майбутнього, стає чимось перехідним, де народжується подієвість, а відповідно — людське життя. Швидкоплинність задоволень та теперішнього спонукає людину до розуміння часу як однієї з найбільших цінностей, де теперішнє є й межею між тим, що було, та тим, що буде, і, власне, основним часом, який плине, не зупиняючись ні перед чим.

Якщо людина є істотою, екзистенційність якої значною мірою визначається темпоральністю, то теперішнє — єдиний час, у якому вона себе реалізує. Воно доступне для нас у можливостях до чуттєвості та подієвості й водночас таке далеке від людини через швидкоплинність, через що теперішнє взагалі не може існувати, адже кожна майбутня секунда відразу ж стає минулим. Людина прагне вхопити час, саме тому, намагаючись втекти від смерті, живе здебільшого тільки тим часом, що маячіє над нею. Навіть якщо сяйво зір на нічному небі складається із частини зірок, які вже згасли.

Список джерел

1. Практичні аспекти філософії часу : монографія / В. О. Артюх та ін. Суми : Сумський державний університет, 2017. 155 с.
2. Карпенко І. Філософія і світ повсякденності. *Філософські обрії*. 2009. № 22. С. 59–71.



3. Психологічне здоров'я українців під час війни і як його врятувати. *Голос Америки*. URL: <https://share.google/QSN68P3dnpF7iZ5et>.
4. Страуб Е. Цієї миті завтра. Vivat, 2024. 320 с.
5. Вайлд О. Портрет Доріана Грея. Фоліо, 2024. 224 с.
6. Гете Й. Фауст (Бібліотека світової літератури). Фоліо, 2024. 400 с.

Лігута Олександра,
учениця 11 класу
Академічного ліцею «Європейський»
Лубенської міської ради Лубенського району
Полтавської області

Час — річ справді дивовижна. Його завжди бракує, він спливає надто швидко, надто невтомно або ж, навпаки, тягнеться повільно й із зусиллям, мов рожева гумка. Час є текучішим за воду та прозорішим за повітря. У ньому можна жити, ним можна мандрувати, а найбільш заповзятливі знайдуть спосіб перетворити його на гроші. Безжальність часу є мотивом віршів, пісень, балад та інших продуктів людського існування майже настільки ж часто, як нещадність кохання. Натомість найцікавішою, на мою думку, властивістю часу є те, що він сформований з нашого страху та дій, ним умотивованих. Усе ж більшість із нас є його в'язнями.

Для людини поза суспільством єдиними мірлами існування є циклічність дня і ночі, пір року, рух сузір'їв на небесному тлі. Вона підпорядковується цим явищам у своєму фізичному стані й повністю від них залежна. Для людини поза суспільством життя ґрунтується на певності природного ладу в тому, що все змінює свою форму,



згодом набуваючи її знову. Навіть традиційно лінійний процес старіння, який неодмінно призводить до смерті, є лише частиною природного циклу.

Проте для людини в суспільстві мірилом буття є рутина, послідовність і лінійність. Ми часто воліємо ігнорувати цикли чи інші форми, з яких складається наше життя, і вважаємо наше існування чимось подібним до лінії часу. На ній ми позначаємо у чіткій хронологічній послідовності події, які вважаємо важливими. Народження, випускний, весілля, смерть — усе те, що приносить у наше життя зміни.

Тож концепція часу є, за своєю суттю, концепцією зміни. Єдиними спільними рисами для обох згаданих станів людини є підпорядкування певній силі поза межами їхнього контролю та абсолютно природний страх змін. У свою чергу, рушієм змін є досвід, який стається незалежно від нашого вибору. Коли немає його, немає зміни, немає часу. Людина, принаймні її частина поза фізичним, завмирає в просторі, у вічній стагнації. Утім, досвід не конче означає зміну, натомість він лише створює привід для того, аби вона відбулася. Людина має вирішальне слово в тому, чи станеться з нею мутація. Час — це не щось абсолютне. Це індивідуальне явище, яке контролюється нашими діями.

Можна заперечити, зауваживши, що деякі події впливають на нас незалежно від того, чи ми цього хочемо. До того ж можна звернутися до наведеного твердження про те, що люди завжди підпорядковуються певній силі поза своїм контролем. Утім, створені нами самими обставини чи умови є тим фактором, що визначає наше бажання чи небажання зміни. Саме вони мають найбільшу вагу, як і наше ставлення до речей, на які ми вплинути все ж не можемо. Смерть не має жодного шансу поряд із перешкодами, які людина створює самостійно.

Саме тому час — це кайдани. Його ідея є нагадуванням про те, що наше існування, принаймні в теперішній формі, рано чи пізно скінчиться. Для людини в суспільстві це означає абсолютний кінець, останню точку відрізка. Час є кайданами також тому, що все, що залежить від наших дій і має давати нам можливість обирати, рано



чи пізно стає тягарем. Через страх змін. Час прокидатися, час йти, час діяти, час змінюватися. Якщо спільною рисою для людини в суспільстві та поза суспільством є природний страх змін, то головна відмінність між ними полягає у тому, що для «природної людини» змінюватися, міняти форму — звичайний стан. Вона не має вибору, окрім як діяти. Людина ж суспільства кожного дня постає перед моральною дилемою: стагнація чи зміна?

У цьому сенсі ми намагаємося жити кожним наступним моментом. Ми носимо на собі не лише весь попередній досвід, усі зміни, які нам довелося пережити, а й ті, що лише згодом постануть перед нами. Ми розташовуємо наше життя точками на абсцисі, не враховуючи те, що досвід може (і має) набувати форм, інакших від прямої лінії. Ми живемо тим часом, що маячіє прямо перед нами, нібито залишивши в минулому весь той час, який з нами вже стався, намагаємося втекти від нього, скинути його. Ми самовільно перетворюємо час на те, що нас ув'язнює, адже обертаємо досвід на щось, що потрібно «просто пережити», і знаходимо для нього чітке місце у формуванні нашої особистості. Але це місце ніколи не відображає те, чим є ці події: хаосом, що не має форми чи визначених наперед наслідків. Неможливо передбачити, як те, що вже відбулося, вплине на речі, з першого погляду не пов'язані з ним, у майбутньому. Ми намагаємося надати певного напрямку тому, що первинно перебуває у броунівському русі.

Однак зусилля втекти і забути абсолютно марне. Адже скільки б ми не намагалися звести все те, чим є час, до простої послідовності подій, вага попереднього досвіду продовжуватиме гнітити. Ми можемо прагнути жити кожним наступним моментом, шукаючи «там» щастя і новий початок, але все, що в нас вийде — це ховатися від свого минулого. Якщо минуле не має форми та визначеного впливу, страх, навпаки, набуває чітких обрисів циклу. Страх перед тим, що вже відбулося, породжує нездатність до його прийняття. У свою чергу, ми не здатні жити будь-де, крім нашого



минулого, що суперечить концепції часу як чіткої хронологічної послідовності.

Отож час — справді дивовижна річ. Його не існує, принаймні у такому вигляді, у якому ми звикли його уявляти. Утім, люди все ж намагаються підпорядкувати його своєму баченню, своєму страху. Людина, яка не може прийняти те, що щось перебуває поза її контролем, але неспроможна керувати власним страхом, ніколи не буде здатна жити в моменті, що маячіє перед нею. Вона житиме в моменті, на який боїться озирнутися.

ДЛЯ НОТАТОК

ДЛЯ НОТАТОК

ДЛЯ НОТАТОК

Наукове видання

**Збірка робіт переможців
Всеукраїнського конкурсу есе
імені Сергія Кемського
до Дня Гідності та Свободи
за 2024–2025 роки**

Редагування *З. Пономаренко*
Верстання *Л. Северенчук*
Дизайн обкладинки *І. Кирноз*

Формат 60×84 1/16. Папір офс. 80 г/м².
Друк цифровий. Ум. друк. арк. 3,26.
Наклад 300 пр.

Видавництво: Національний центр «Мала академія наук України»,
Кловський узвіз, буд. 8, м. Київ, 01021

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:
ДК № 6999 від 04.12.2019

