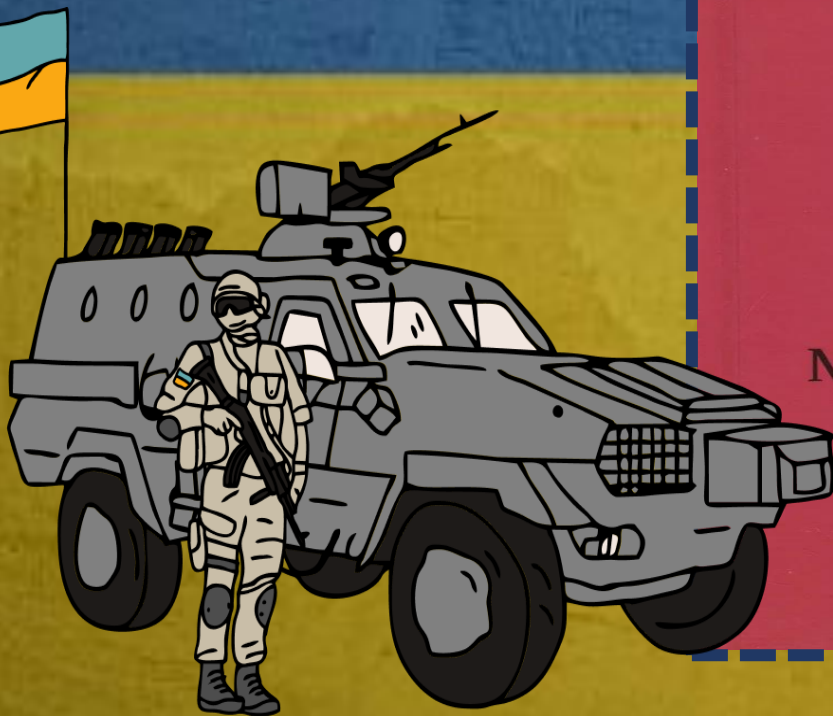
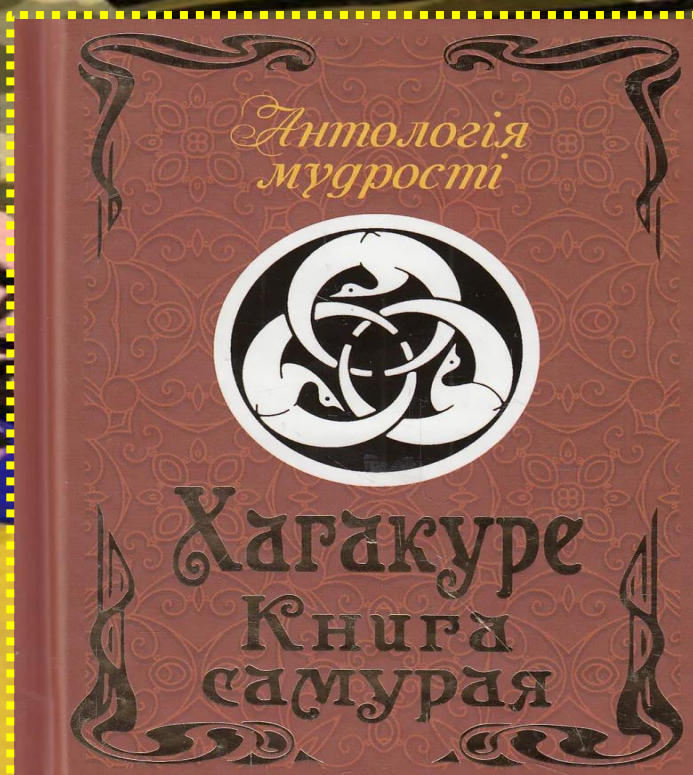


Вистояти до перемоги:
книги, які допомагають
пережити війну.

"Моральні листи до Луцілія" – Луцій Анней Сенека.

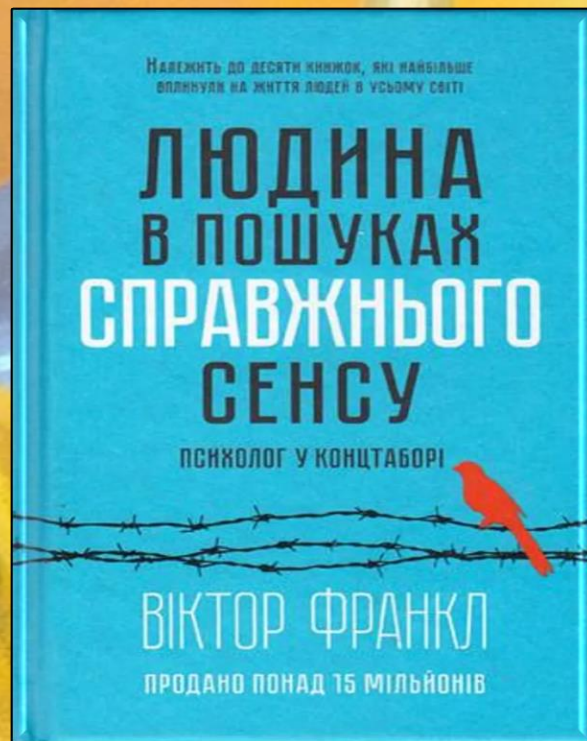
Книга одного з представників філософії стоїцизму пояснює, як впоратися зі скрутою, як ставитися до життя тощо. Вона вчить розуміти: не можна вважати благом матеріальні речі. Більш цінними є моральні цінності, бажання свободи і все те, за що зараз бореться Україна.





"Хагакуре. Книга самурая" – Ямамото Цунетомо.

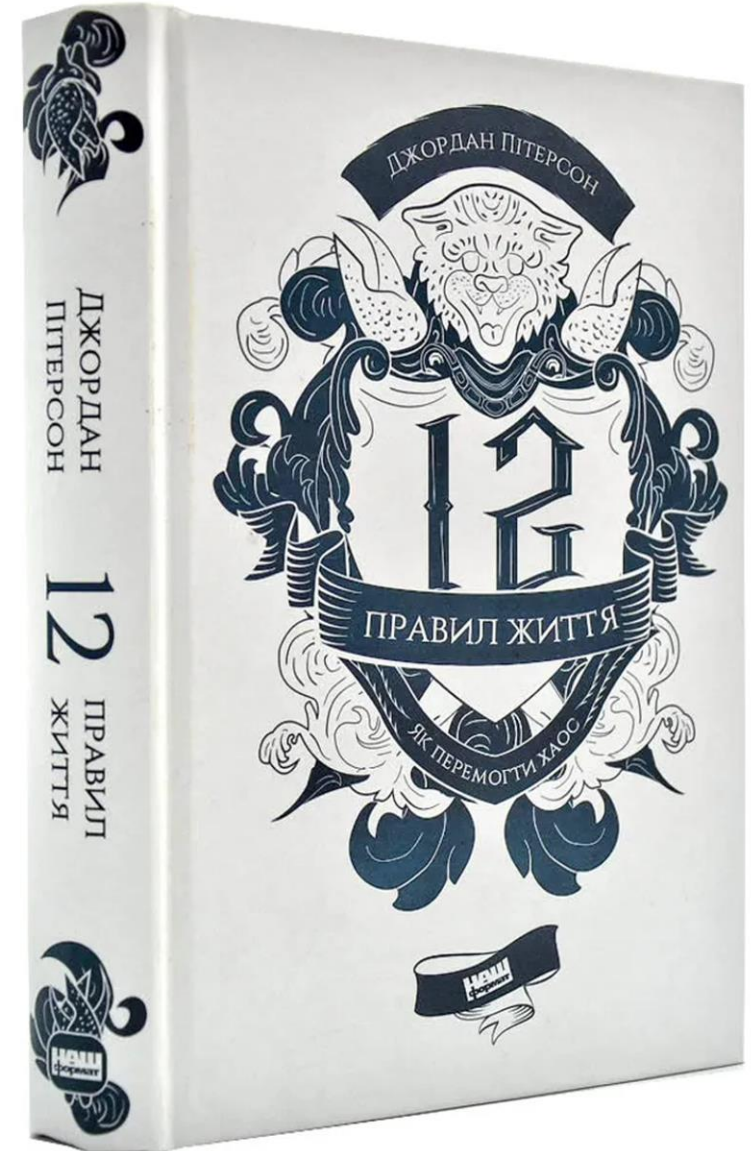
Цю книгу варто прочитати при можливості нашим захисникам. Вона допомагає знайти нові сенси у війні. Також по-іншому сприймати смерті воїнів на полі бою.



Це книга відомого психотерапевта і психолога. Він залишився у зоні активних бойових дій під час Другої світової війни, потрапив у концтабір, провів там кілька років і вижив. У цій книзі Франкл описав свій досвід перебування у концентраційному таборі. При цьому акцентував на тому, що йому допомогло вижити у тотальній скруті. Книга буде корисною для тих, хто відчуває розчарування та втрачає віру у майбутнє.

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

Внаслідок війни ми можемо втратити роботу, не мати можливості бачити рідних та жити, як раніше. Часто у людей змінюється уявлення про світ і розвивається страх невідомості. Ця книга допоможе відновити контроль над своїм життям і йти до перемоги.





"Подорож в Ікстлан. Уроки дона Хуана" –
Карлос Кастанеда.

Це видання можуть читати ті, хто хоче навчитись сприймати смерть по-іншому. Тобто не як щось вороже та страшне, а те, що може допомагати. Автор цієї книги ділиться своїми підходами до розуміння смерті й переоцінки цінностей. Також розповідає, що є справді важливим і як навчитися це відрізнати.

Бенджамін ФРАНКЛІН

Волтер
Айзексон

Benjamin Franklin



Бенджамін
Франклін.
Автобіографія" –
Бенджамін
Франклін.

Це книга про
прагнення людини
досягати того, чого
вона хоче. Видання
надихає і допомагає
почати щось робити
та знайти своє місце
у світі.


АЙН РЕНД

ДЖЕРЕЛО

"Джерело" –
Айн Ренд



Ця книга надихає
протистояти
великому та
сильному режиму.
Прочитавши її,
дізнаєтесь, як
боротися за свої
цінності й
перемогти.
"Джерело" надихає
та допомагає
відволіктись від
щоденних
негативних думок.



5 книжок про війну для дітей,
які допоможуть пережити
страшні часи.



1

Жерар – морськосвинський детектив, який до початку повномасштабного вторгнення Росії в Україну розслідував злочини, прикрощі та незбагненні події у рідній Витівці, що на Київщині. Але після 24 лютого, коли орки із Московії припхалися на його хутір, Жерар вирішив діяти хоробро – став воякою та зібрав звірячопартизанський загін. Коти Степан і Тимко, коза Тереза, Соня Горіхова, пес Жульєн, цап Борис Борисович та мишача тероборона об'єдналися, щоб задати жару окупантам-боягузам. І що думаєте? Задали!

2

Починаючи цю війну, ворог хотів нас роз'єднати, але ми об'єдналися так швидко і так сильно, як ніколи до того. І навіть коти та миші, одвічні вороги, стали пліч-о-пліч до боротьби. А ще, попри всі жахи, що сталися, ми не втратили почуття гумору. От і герої цієї книжечки жартують, перегризаючи дроти у ворожих танках.

3

"Жерар-партизан" – це історія про те, що сміливими не народжуються, а стають, і що, коли ми, маленькі люди, гуртуємося, то стаємо великою силою.

Надійка Гербіш, "Яблука війни", видавництво Портал.



Разом із батьками Софія перебралася жити за океан, до Америки. У Жовкві, маленькому українському містечку, вони залишили свій дім, який тепер за ними сумує. А Софія сумує за домом. А ще вона багато плаче, бо у її татка – посттравматичний стресовий розлад, він п'є алкоголь та тримається осторонь від своїх дівчат. Мама Софії прагне зберегти мир всередині їхнього маленького світу, який зруйнувала Перша світова війна, але їй не завжди це вдається.

"Яблука війни" – це щемлива історія про вимушену еміграцію, життя після війни і любов, яка зцілює душевні рани. Вона допоможе вам та вашим дітям відновити втрачений життєвий баланс та навчитися цінувати кожную мить, проведену в колі рідних.

Катерина
Єгорушкіна,
"Мої
вимушені
канікули",
видавництво
Vivat



У Вірі – вимушені канікули, які вона разом із маленьким братиком та батьками проводить у холодному підвалі багатоповерхівки. Бо на вулицях її міста оселилася війна, і раптом Віра опинилася на лінії вогню.

Жити у підвалі складно. Коли зникає вода, доводиться топити сніг. Коли зникає тепло, доводиться зігріватися співом. Але Віра не жаліється, Віра мужньо тримається, і веде щоденник війни.

"Мої вимушені канікули" – це книжечка для дітей та батьків про війну, заснована на реальних подіях. На її сторінках маленька героїня озвучує те, що ми відчували впродовж перших тижнів російського вторгнення, сидячи у різних підвалах України. Повертатися до страшного минулого страшно, але це дозволяє краще зрозуміти самих себе та досягнути глибини нашої сили.

У книжці містяться корисні поради та практики від психологині Світлани Ройз, використовуючи які, ви зможете послабити напругу та знизити тривожність у скрутні моменти.



Цей моторошний і водночас
наснажливий сайлентбук
допоможе вам та вашим
дітям переосмислити війну,
яка досі триває, та
налаштуватися на перемогу
— вона не за горами. Адже у
вільних людей волю не
можна забрати, шкода, що
не всі це розуміють.

**Олександр
Шатохін, "Жовтий
метелик",
Видавництво
Старого Лева**



"Жовтий метелик" — "тиха"
розповідь про гучну війну
без жодного слова. Бо
коли на сторінках дитячої
книжки живуть обгорілі
автомобілі, ракети, убиті
варварами людські душі,
слова не потрібні.

Війна — це життя за
невидимим колючим дротом,
який обмежує волю і права. І
лише жовтим метеликам
байдуже на всі обмеження,
вони летять і летять, осяваючи
дорогу сміливій дівчинці
Україні, яка протестує проти
рабства.

У Полінки – канікули, але не вимушені, як у Віри, а справжнісінькі. І вона гостює у дідуся та бабусі, бешкетуючи, як і годиться чотирирічній дитині. А ще товаришує із сусідським хлопчиком Миколою, який спочатку не хотів знатися із дівчинкою. Вчиться рахувати, читати, кататися на велосипеді і дістає подарунок від справжнісінької зубної феї.



"Полінка" – це книжка не про війну, але написана Віталієм Запекою, добровольцем, бійцем батальйону "Полтава", для своєї онуки Полінки під час перебування на війні на сході України.

Пишучи її, автор створив мирний, радісний світ, де "веселощі хлюпають за краї сторінок". Бо коли за вікном лютує війна, хочеться опинитися у світі, де її не було і ніколи не буде. Це чудова й затишна книжечка для спільних читань у ліжку перед сном або у бомбосховищі під час повітряної тривоги, пронизана світлом і любов'ю.

Віталій Запека, "Полінка", видавництво Vivat