

## Передмова від українського військовослужбовця

**Я пишу** цю передмову в перерві між бойовими діями, у яких бере участь мій підрозділ.

Так сталося, що книжку, яку ви тримаєте в руках, ми згадаємо десь раз на декілька тижнів. Іноді серйозно, посилаючись на неї чи цитуючи, або жартома, коли треба розрядити напружену обстановку, яка час від часу складається у тих, хто разом переживає важкі часи.

Декілька років тому, коли я вперше прочитав «Плем'я», то одразу ж придбав з десяток примірників і розіслав своїм друзям, адже мені хотілося поділитися з ними ідеями, які автор виклав у своїй роботі. Коли мене питали, про що книжка, яку вони від мене отримали, я казав: «Про нас із тобою. Про всіх наших».

Я радив прочитати «Плем'я» дуже багатьом своїм знайомим, учням та підписникам. Особливо тим, хто проходив через особисті випробування. Із 24 лютого 2022 року ми всі, українці, зіткнулися з пітьмою: хтось уперше, хтось просто по-новому. Багато хто запитував себе: як це пережити, як впоратися з тим, що принесла нова реальність ракетних обстрілів, безлюдних вулиць, холодних осель, розлуки з рідними, страху і гніву? Є багато способів відповісти на ці питання. Один із них — прочитати «Плем'я».

Ця книжка — не підручник, тож тут немає задач, але є деякі відповіді. Тут небагато чого можна вивчити, але багато чого можна навчитися. Автор веде нас від прикладу життєвого ладу американських індіанців, через розповідь про війну в Югославії,

випробування стійкості військових в Іраку чи Афганістані до проблем депресії, ПТСР та космічної самотності, що її переживає сучасна людина. Усе це через особистий досвід автора, його роздуми і висновки.

Свого часу «Плем'я» допомогло мені краще зрозуміти, через що я проходив, свій біль від втрати дорогих мені людей, свій гнів та розпач. Іноді, читаючи цю книжку, я ловив себе на думці, що вона написана саме для мене – наче автор знав усе, що було в мене на серці, все, про що я хотів запитати, якби хтось міг знати потрібні відповіді: від помірної апеляції до психофізіології і дії гормонів до посилення на ідеї великих мислителів. Було зроблено все, щоб потрібні думки дісталися людині, що їх потребувала.

Зараз саме той час, коли ідеї із «Племені» можуть бути корисними всім нам: тим, хто мерзне в окопах, хто збирає і везе волонтерську допомогу, тим, хто чекає на повернення додому, і тим, хто просто хоче знайти шлях у тіні, що впала на долю українців. Я щиро вірю, що ця книжка стане вам у пригоді, що частково пояснить вам себе, що зможе зробити в ці темні часи ваш шлях трохи легшим.

Костянтин (Вальде) Ульянов,  
військовослужбовець,  
автор книжки  
«Броньований Розум»,  
член Племені

## Передмова до українського видання

**Н**ароду України.

Ви воюєте вже рік, і у вашій країні смерть торкнулася, мабуть, фактично кожної родини. Ваша боротьба нагадує мені про Сараєво, де я вперше отримав досвід війни як журналіст у 1993 році. Армія боснійських сербів оточила прекрасну боснійську столицю, і звичайні громадяни, серед яких було багато підлітків, вимушені були оволодіти військовими знаряддями, щоб захищати свої родини й домівки. Ситуація була шляхетною і трагічною водночас, надихала та засмучувала. Вона пробуджувала в мені бажання бути сараєвцем. Завдяки їй я хотів мати в житті велику ціль, яка спонукала б мене ставити інших людей вище за себе самого. Здається, що коли чиниш так, то стаєш безсмертним, стаєш недосяжним до болю, страху та сумнівів.

Мій батько був біженцем від двох воєн. У 1936 році він та його родина втекли з Мадриду, коли до влади прийшли фашисти на чолі з генералом Франсіско Франко, а потім вони знову тікали, коли нацисти вторглися до Франції. Здавалося, фашизм збирався захопити світ, але дехто знав, що йому це не вдасться. Чеський лідер Томаш Масарик, спостерігаючи за зростанням Гітлера в 1930-х роках, як відомо, зауважив: «Диктатори завжди мають добрий вигляд, крім останніх п'яти хвилин». Після Другої світової війни впали всі авторитарні режими Європи. Це стало можливим лише тому, що всюди є сміливі люди, готові ризикувати життям, кидаючи виклик злу.

Як і більшість фашистів, Путін зазнає краху у своїх прагненнях. Він не просто зазнає поразки — це знищить його. У результаті інші диктатори по всьому світу візьмуть до уваги той факт, що менші країни часто виграють війни і що вторгнення до нібито слабого сусіда, ймовірно, закінчиться провалом. Історія наповнена подібними надихаючими прикладами. Османська імперія знову і знову вторгалася в Чорногорію в 1600-х роках, маючи чисельну перевагу над чорногорцями у співвідношенні 12 до 1. Щоразу цей дикий гірський народ виганяв загарбників, часто завдаючи їм великих втрат. Англійці мали абсолютну чисельну та збройну перевагу над ірландськими повстанцями, але ті скинули англійське правління в роки після Великоднього повстання 1916-го. Приблизно в той же час американські робітники перемогли об'єднану міць уряду США, корпоративної влади та Національної гвардії, щоб здійснити важливі реформи у сфері трудового права, які формують основу сучасного суспільства.

Я досліджував успішні групи аутсайдерів і дійшов висновку, що часто вони мають три спільні риси: лідери, які готові віддати життя заради справи, ворог, який хоче позбавити їх базової свободи та гідності, й висока залученість жінок. Відтоді як почалися протести на Майдані та вторгнення на Донбас, боротьба України проти Росії є прикладом всіх трьох цих ознак. Завдяки вашому успіху Китай може не зважитися на атаку Тайваню. Північна Корея може двічі подумати, перш ніж оголошувати війну Південній Кореї. Росія може відмовитися від зазіхань на країни Балтії.

Люди — це єдиний вид істот, у якому менша особина чи група може перемогти більшу, інакше у світі домінували б фашистські супердержави, а свобода була б неможливою. Але світ має зовсім інший вигляд. Менші країни, як-от Україна, можуть дати відсіч могутнім диктаторським режимам і загнати їх у глухий кут. Якщо Україна збереже свободу, інші країни також залишаться вільними,

оскільки фашистським лідерам по всьому світу доведеться зрозуміти, що сила не завжди перемагає.

Насправді, зазвичай вона зазнає поразки.

СЕБАСТЬЯН ЮНГЕР,

Нью-Йорк

16 листопада 2022 року

## Від автора

**О**сновою цієї книжки стала стаття «Як ПТСР став проблемою далеко поза межами поля бою» (How PTSD Became a Problem Far Beyond the Battlefield), яку я написав для червневого видання журналу Vanity Fair у 2015 році. Деякі уривки з неї наводяться в тексті фактично дослівно.

Усі джерела, які я використовував у процесі роботи над цією книжкою, вказані наприкінці. Виносками тут не послуговуюся, оскільки це не академічна книжка й вони можуть заважати легкості читання. Проте я відчував, що окремі наукові студії, присвячені проблемам сучасного суспільства, бойових дій та посттравматичного стресового розладу, можуть викликати у деяких читачів значний подив або навіть смуток. Пам'ятаючи про це, я вирішив бодай побіжно згадати джерела, використані в цьому тексті, щоб у певних випадках читачі мали змогу швидко перевірити інформацію.

І книжка, і стаття містять фрази, які деякі люди можуть вважати проблематичними або навіть образливими. Перший такий вислів — це «американські індіанці». Багато людей віддає перевагу терміну «корінний американець», хоча коли я намагався використовувати його під час інтерв'ю з апачі на ім'я Грегорі Гомес, він зазначив, що цей вислів власне стосується людей будь-якої етнічної належності, які народилися в Сполучених Штатах. Він наполягав, щоб я використовував замість цього «американські індіанці», тож я так і вчинив.

Інша проблемна фраза — це «посттравматичний стресовий розлад». Деякі люди цілком виправдано вважають, що слово «розлад» містить ризик стигматизації тих, хто продовжує боротися з травмою війни. Зрештою я вирішив залишити це формулювання, оскільки будь-які довгострокові травматичні реакції, схоже, підпадають під кваліфікацію «порушення нормальних фізичних або психічних функцій», як визначає слово «розлад» Оксфордський американський словник. Більшість медичних працівників та військових погодилися з такою позицією.

Також маю зазначити, що ця книжка містить декілька розповідей від першої особи про події, які відбулися багато років тому, в деяких випадках навіть до того, як я став журналістом. Ці сцени я записав з пам'яті, без жодних нотаток — включно з діалогами. Зазвичай пряма мова в лапках має документуватися за допомогою диктофона або записника, а будь-яка подія має бути зафіксована в той час, коли вона відбувалася, або одразу після цього. Проте у випадку з цими декількома історіями я був вимушений поклатися винятково на свою пам'ять. Після ретельного обдумування проблеми я вирішив: якщо проясню для своїх читачів відсутність у мене документації, це відповідатиме моїм журналістським стандартам. Люди з цих історій залишалися в моїй пам'яті все моє життя і часто слугували вирішальними моральними орієнтирами для моєї власної поведінки. Я лише хотів би знати, ким був кожен із них, щоб мати змогу якось їм віддячити.

## Вступ

**В**осени 1986 року, одразу після закінчення коледжу, я подорожував автостопом через північно-західну частину Сполучених Штатів. До цього я майже не бував західніше річки Гудзон, і в моїй уяві в Дакоті, Вайомінгу та Монтані на мене чекала не лише справжня Америка, а й справжній я. Я виріс у передмісті Бостона, де будинки ховалися за щільним живоplotом або були захищені величезними дворами, й сусіди майже не були знайомі між собою. Та вони й не мали в цьому потреби: у моєму містечку ніколи не відбувалося нічого, що вимагало б колективних зусиль. Якщо траплялося щось погане, про це дбала поліція, пожежні чи принаймні комунальні служби. (Я працював на одну з цих служб одного разу влітку. Пригадую, як одного дня я занадто жваво махав лопатою, й бригадир наказав мені працювати повільніше, оскільки, як він сказав, «декому з нас доводиться робити це все життя».)

Повна передбачуваність життя в американському передмісті змушувала мене — дещо безвідповідально — сподіватися на буревій, торнадо або будь-що, що змусить нас об'єднатися заради виживання. На щось, що змусить нас почуватися племенем. Я не прагнув хаосу та розрухи, навпаки — солідарності. Мріяв про шанс довести свою цінність перед громадою та однолітками, — але я мешкав у місті, де на ту пору фактично не траплялося нічого небезпечного. Це точно щось нове в людському досвіді, — думав я. Як ти можеш стати дорослим у суспільстві, яке не вимагає жертви? Як стати чоловіком у світі, що не вимагає сміливості?



Таких випробовувань я точно не зазнав би у своєму рідному місті, але створення ситуації, над якою я мав би дуже мало контролю, як у випадку поїздки автостопом через усю країну, здавалося гідною заміною. Саме так одного ранку наприкінці жовтня 1986 року я опинився біля містечка Джиллетт у штаті Вайомінг, поклавши наплічник біля огорожі й тримаючи в кишені карту автомобільних доріг. Вантажівки гриміли по мосту і мчали в бік Скелястих гір, за сотні кілометрів звідти. Із пікапів, що проїжджали повз, на мене витріщалися чоловіки. Деякі опускали вікно й жбурляли в мене порожні пляшки з-під пива, які розбивалися об асфальт без жодної для мене шкоди.

У наплічнику я мав намет, спальник, набір алюмінієвих кастрюль та шведську плиту для кемпінгу, що працювала на бензині, а тиск у ній треба було нагнітати за допомогою ручного насоса. Цей інвентар та запас їжі на тиждень — оце й усе, що було в мене того ранку, коли, опинившись неподалік від Джиллетта у Вайомінгу, я побачив, як у мій бік по естакаді, що вела з міста на трасу, крокує чоловік.

Зоддалік я завважив, що він був вдягнений у старий стьобаний парусиновий комбінезон і тримав у руці чорну коробку для обіду. Я дістав руки з кишень і обернувся до нього. Він піднявся й зупинився, вивчаючи мене. Його волосся було скуйовджене і стирчало в усі боки, а комбінезон аж блищав від бруду та жиру на стегнах. Чогось недобррозичливого в ньому не завважувалось, але я був молодим і самотнім, тому стежив за ним, наче яструб. Він спитав мене, куди я мандрую.

«До Каліфорнії», — відповів я.

«Скільки маєш їжі?» — поцікавився він.

Я обдумав це. Їжі в мене було повно, та й іншого спорядження, — а в нього, вочевидь, ні. Я поділився б їжею будь з ким, хто б сказав, що голодний, але я не хотів, щоб мене пограбували, — та скидалося на те, що саме це й мало статися.