

Зміст

Через здійснення мрій до пізнання себе. <i>Маркіян Прохасько</i>	11
Прислухайся до природи	45
Знайди власний полюс	53
Найважливіше — встати зранку	60
Оптимізм — риса, набута тренуванням	65
Не бійся власної величі	73
Часто це все-таки можливо	82
Відвагу в термосі не зберегти	89
Це трохи небезпечно	104
Чи я щасливий?	113
Затишна самотність	126
Мистецтво споживати малими шматочками	132
Гіркі невдачі	143
Лише той, хто здатен звалити на себе ношу, може насолоджуватися свободою	153

Данина звичці	159
Можеш тішитися везінням, скільки заманеться	170
Мета може переслідувати вас	179
Чому мені сняться сни, коли я не сплю	189
 <i>Подяки</i>	 200
<i>Література</i>	202
<i>Ілюстрації</i>	206

*Присвячується
Інґрід, Сольвейґ і Нур*







Через здійснення мрій до пізнання себе

*Маркіян Прохасько,
учасник сезонної антарктичної експедиції,
автор книжки «Мрія про Антарктиду»*

Я дійшов висновку, що нічого у світі не має сенсу. Якщо тільки конкретно ви не бачите для себе сенсу в чомусь. Ерлінг Каґге, автор книжки, яку ви тримаєте у руках, обмірковує мотивації мандрівників вирушати у складні подорожі, сповнені холоду, нестач, фізичного виснаження й часто навіть небезпечних випробувань. Як приклад він наводить слова альпініста, якому журналіст поставив запитання: «Навіщо ви дряпаєтесь по скелях?» Той відповів: «А ви чому не дряпаєтесь?»

У найбухливішому місці світового океану — протоці Дрейка — я запитав на яхті своїх колег, з котрими плыв до Антарктиди, яка у них мотивація побачити льодовий континент? Мені здалося, що їхні відповіді — це раціоналізація. У кожного,

як і у мене, було кілька причин: відкрити щось нове, побачити автентичну природу і неймовірних тварин, любов до холоду, бажання перетнути протоку Дрейка і досягти чогось незабутнього у житті. Але, судячи з себе, я переконаний, що можна придумати безліч пояснень. Це я і робив, коли мені не раз доводилося пояснювати свою мотивацію журналістам і читачам. Водночас справжню мотивацію окреслити важко: просто є такий поклик, бажання, іскра, вогонь, пристрасть. Що ж тут скажеш: мрія, одне слово.

Ця книжка, на перший погляд, розповідає про здійснення великих яскравих мрій, таких, як досягнення полюсу чи сходження на Еверест. Але насправді це не лише так. Мандри неначе приводять людство до першоджерел, а природа і єднання з нею дозволяють уважному мандрівникові пізнати себе і довідатися, яким ти є і яким хотів би бути. Велика подорож — дуже яскравий приклад пізнання себе і світу. Але таке саме чи принаймні подібне щастя може з'явитися від здійснення інших мрій: завершення рукопису або відкриття власної кав'ярні.

Мені по-своєму поталанило в тому, що, коли я був на станції «Академік Вернадський», там іще не було безлімітного зв'язку. У мене був доступ до

інтернету лише одну годину раз на дві доби. Я ту-жив за близькими, але це те, чого ми практично позбавлені в інформаційному світі. Інколи навіть у тузі треба побути наодинці з собою, щоб дізнатися більше про себе і про те, що насправді для тебе важливо. Така розкіш рідко трапляється у цивілізації. Людство так поспішає, що змушує тебе бути на зв'язку, навіть коли в цьому немає необхідності. Змушує говорити, навіть коли тобі зараз немає що сказати. Один із дослідників на станції у розмові поділився думкою, що через таку гонитву людство не має часу на великі ідеї. І хоча цивілізація досягла неймовірних висот, однак у багатьох сферах розвиток — це сукупність роботи багатьох людей, коли кожна людина додає маленьку частинку до цілого, але не має часу подумати над чимось власним великим.

Коли я повернувся з Антарктиди, то деякий час міг чіткіше розрізняти, що у житті важливе, а що ні, мав менше стресу і більше впевненості. Певний час мене не полишало приємне відчуття спокою: якщо у борті корабля немає пробоїни, то, значить, і проблем немає. Таким я подобаюся собі більше. У такому стані більше речей приносить задоволення. Наприклад, їжа. Взагалі, їжа у сучасній цивілізації стала культом для поклоніння, бо це вже

не просто позбавлення себе голоду і навіть не трапеза чи кулінарне мистецтво. Це також статуси і витребеньки. Однак якраз це позбавлено великого значення у поході. Там хліб часто має немовби виразніший смак, і страви, які не дуже любиш удома, приносять тепло і радість. Виникає відчуття, що все добре: ти відпочив і поїв. Ти посеред природи, і завтра буде ще один цікавий день.

Однак якщо розвивати цю думку, то можна прийти до висновку, що життя у цивілізації обтяжливе, якесь штучне і неправильне. Ерлінг Каґге каже, що коли він надто довго не вирушає у мандри, то світ стає для нього «плоскішим». Це дуже суголосно з моїми відчуттями. Коли я повернувся з Антарктиди до Львова і чекав на зупинці біля аеропорту на тролейбус додому, то мене охопив страх. «Що, як я більше ніколи не здійснию таку мандрівку?» Звісно, можна досягти всього, чого забажаєш, але зовнішні обставини також мають вплив на життя: менш як за рік почалася пандемія коронавірусу. І не встигла вона завершитись, як Росія здійснила повномасштабне вторгнення в Україну. Мандри перестали бути можливими як фізично, так і значною мірою морально. Кілька років я спостерігав за тим, як світ немовби зменшується до розмірів міста й інколи сусідніх теренів. Світ за

вікном почав здаватися нецікавим. Більшої радості приносило занурення у вигадані світи власних майбутніх книжок.

Втім, це зовсім не означає, що я не люблю цивілізацію, чи рідне місто, чи багато інших міст. Все ж таки моя перша книжка була про пошук ідеального міста. В останні дні на станції «Академік Вернадський» ми з колегами, з якими я потоваришував, мріяли про метро, кав'ярню, кінотеатр, салат зі свіжих овочів і велику пляшку «Пепсі». Тож насправді для людини, яка любить мандри, найбільшим викликом є баланс, про який, власне, і пише Каґге. Він говорить про той одвічний пошук рівноваги між дивовижним рукотворним світом людини і безмежним Всесвітом живої природи. Людина не може без інших людей. Їй потрібні як спілкування, так і підтримка, і навіть визнання. Після достатньо довгої мандрівки хочеш скористатися благами цивілізації, які у самій цивілізації тобі не аж так конче потрібні. Але необхідні можливість вибору і причетність до світу людей. На станції я розмірковував і про те, що хоч у Антарктиді по-новому пізнав себе, проте мені дуже приємна і важлива моя ідентичність письменника. Вочевидь, поза цивілізацією письменник не має ніякого значення, тоді як у цивілізації, де є культурна сфера,

інституції й зацікавлені читачі, ти маєш змогу реалізувати себе.

Важко не погодитися з Кагге щодо надміру всього у цивілізації. Мабуть, подібні думки виникають у більшості мандрівників, особливо після повернення. Автор часто згадує у цьому контексті Осло. І хоч подібне враження у мене виникає в усіх великих містах, проте саме Осло мене вразило незвичною кількістю благ. Багаті люди, у яких я зупинився, мешкали в досить великому особняку, захищеному купою всіляких речей, і призначення деяких були мені невідомі.

Можливо, мене можна було б сприйняти ретроградом зі Східної Європи. Проте я часто думаю, як мало речей, які є навіть у мене вдома, насправді потрібні у поході. Та чомусь радості у мандрівці зазвичай більше.

Зрозуміло, що одна з основних ідей цивілізації — зробити наше життя простішим. Мабуть, я ніколи не хотів би все життя рубати дрова і розпалювати багаття, замість того, щоб натиснути кнопку і поставити кавник на конфорку. А тим часом пописати книжку. Але чому у свої тридцять років я написав лише дві книжки, тоді як, наприклад, Іван Франко жив шістдесят років і написав п'ятдесят томів? Франко, звісно, радше виняток.

Проте, розмірковуючи про це, можна дійти думок, схожих на ті, що й у автора книжки, яку ви читаете: про проблему, коли вибору немає, і проблему, коли вибору занадто багато. В часи Франка цивілізація пропонувала менше, але залишала більше часу.

У мандрівці до полюсу та й навіть у простісінькому тижневому поході у Карпати в тебе доволі обмежений вибір з того, що їсти, куди йти, як себе розважати, що вдягнути, що робити. Більше того, Кагге пише, що перед мандрівкою так ретельно все планує ще й тому, щоб думати про побут мінімально, на автоматі, приймати якомога менше рішень. Адже прийняття рішень — досить енергозатратний процес.

В Антарктиді навіть бракувало процесу прийняття рішень щодо багатьох побутових речей: що приготувати їсти, адже на станції ти не впливаєш на те, що буде на обід чи вечерю. Або куди піти прогулятися: на станції можна лише пройтися навколо острова, а вийти за його межі випадає нагода не так часто, і куди саме — вирішуєш не ти. Там відсутній цілий ряд проблем, які слід вирішувати. У певному сенсі це навіть психологічно простіше. Один український дослідник казав, що в Антарктиді «немає мобільного, не думаєш про те, коли отримаєш зарплату і як її розподілити — купити

їжу, дочці пальто або синові іграшку. Тобто абсолютно впевнений і в завтрашньому, і в нинішньому дні. Ти чітко знаєш, що за розкладом о 13:00 в тебе обід, о 19:00 — вечеря, опісля — спілкування з друзями, перегляд кіно, спортзал, а в суботу матимеш святковий стіл і можливість трохи розпужитись».

Швидше за все перед Кагге стоять не такі побутові виклики, як перед українськими науковцями. Але принцип життя, побуту і прийняття рутинних рішень той самий. В експедиції проблема вибору зменшується до мінімуму. Тож, з одного боку, в тебе виникає ностальгія за можливістю цей щоденний вибір робити. Але з іншого — звільняється дуже багато місця для думок про те, хто ти і яким є світ навколо тебе.

Кагге пише, що в мандрівці людина не думає. Я не можу з ним погодитися повністю. Радше він має на увазі, що людина думає абсолютно інакше, це інший тип думання. Таких думок, як у далеких мандрівках, особливо у холоді, в мене майже ніде не було. Холод надзвичайно очищає, й особисто мені прийняти спеку значно складніше, ніж холод. Водночас на холоді думаєш про зелень, кольорові квіти, соковите листя, дерева, життя і сонце. Недарма полярники в Антарктиді, щоб зняти стрес,