

**УПРАВЛІННЯ БОЖИМИ ДАРАМИ –
християнський спосіб життя**
Практичний poradnik для парафіян

Львів – 2015

Передмова Глави і Отця Української Греко-Католицької Церкви

Слава Ісусу Христу!

Дорогі браття і сестри!

З великою радістю пропоную вашій увазі цей Практичний поради́ник для парафіян «Управління Божими дарами – християнський спосіб життя». Синод Єпископів УГКЦ розглядав цю тему на своїй сесії у вересні 2014 року, а робоча група для впровадження Стратегії розвитку УГКЦ на період до 2020 року зібрала найголовніші думки, висловлені на Синоді, і оформила їх для практичного втілення в життя наших парафій.

Велика заслуга в цьому владики Кена (Новаківського), який очолює згадану робочу групу від жовтня 2011 року і який відповідальний за це чергове видання в нашій програмі «Жива парафія – місце

зустрічі з живим Христом». Також бажаю подякувати владиці Давидові (Мотюку) з Едмонтону, владиці Павлові (Хомницькому) зі Стемфорда та о. д-ру Андрієві Онуферку за тематичне опрацювання поодиноких частин цього порадника.

Кожна людина чимось обдарована. Разом із цими дарами Господь Бог дав кожному відповідальність правильно ними розпоряджатися, тобто ділитися на славу Божу і на добро ближніх.

Дорогі браття і сестри, бажаю, щоб цей Практичний порадник допоміг вам глибше зрозуміти суть і значення Божих дарів у розбудові Царства Божого та щоб ви могли зобов'язатися до щедрішого дарування свого часу, власних талантів та матеріальних ресурсів для добра своєї парафіяльної спільноти.

Хай усе діється на славу Божу і на добро Божого люду!

Благословення Господнє на вас!

+ Святослав

УПРАВЛІННЯ БОЖИМИ ДАРАМИ – ХРИСТИЯНСЬКИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

*«Твоє від Твоїх Тобі приносимо
за всіх і за все»*

(Божественна Літургія св. Івана
Золотоустого)

ВСТУП

«Пом'яни, Господи, тих, що дари приносять і добро творять у святих Твоїх церквах, і тих, що пам'ятають про вбогих, і на всіх нас милості Твої зішли».

(Божественна Літургія св. Івана
Золотоустого)

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- На Синоді у вересні 2014 року єпископи УГКЦ присвятили багато часу

темі «Управління Божими дарами – християнський спосіб життя». Вони бажають поділитися основними аспектами цих напрацювань з духовенством і мирянами нашої Церкви.

- Набуття правильного розуміння християнського управління дарами допоможе нам не тільки зміцнити наші парафіяльні спільноти, а й поглибити особисте духовне життя, життя наших сімей і Церкви в цілому.
- У контексті секуляризації суспільства управління дарами сприятиме скріпленню тих християнських основ та цінностей, які сьогодні часто забуваються та занедбуються.

I. УПРАВЛІННЯ ДАРАМИ – ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ

1. Кожний дар – від Бога

Управління Божими дарами зароджується в усвідомленні, що все походить від Бога і все остаточно належить Богові та повинно приносити Йому славу. На Божественній Літургії ми молимося: «Бо всяке добре давання і всякий звершений дар з висоти є, що сходить від Тебе, Отця світла». Разом із цим, у своїх богослуженнях Церква заохочує нас словами: «...самі себе, і один одного, і все життя наше Христу Богові віддаймо».

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Управління дарами – це **мудре використання людських** (природних і

духовних) та матеріальних ресурсів для розбудови Божого Царства.

- Управління дарами розпочинається з усвідомлення, що **все походить від Бога** і все остаточно належить Богові.
- Найцінніший Божий дар, даний людству, – це **спасіння** в Христі Ісусі.
- **Відповіддю на цей дар повинна** бути наша жертовність, посвята і відчуття співвідповідальності за життя Церкви та її місію на землі.

Питання для роздумів:

1. Моє життя – не моє, я належу Богові. Чи я в цьому переконаний/переконана?
2. Чи стараюся пам'ятати про те, що світ є власністю Бога? Як можу берегти цю пам'ять «живою»?

3. Яким чином на моє християнське життя впливає усвідомлення того, що все, ким я є і чим володію, – Божий дар?

4. Яке значення має для мене дар спасіння в Христі Ісусі? Чи є щось важніше в моєму житті?

5. Чи промовляє до мене особисто заклик на Літургії «самі себе, і один одного, і все життя наше Христу Богові віддаймо»?

2. Посланництво Церкви

Слово Боже заохочує нас до навернення і до життя у вірі. Літургія дає нам можливість таїнственным чином приєднатися до єдиної Господньої жертви, принесеної на Хресті, і своє життя віддати в жертву Господу Богу. Ділами милосердя – діяконією – ми даємо

іншим нагоду пізнати, який добрий Господь.

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Шість складових живої парафії, поданих у Стратегії розвитку УГКЦ **«Жива парафія – місце зустрічі з живим Христом»** повинні завжди бути «перед очима» наших думок і сердець.
- Кожна парафіяльна спільнота, навіть дуже мала, покликана зробити ці перші три складові пріоритетними для свого життя і посланництва: **Боже Слово і катехизація, Літургія і молитва, служіння ближньому** через діла милосердя і справедливості.
- Наступні складові впливають із трьох перших. Вони зосереджуються на тому, хто виконує посланництво

Церкви та на потрібних для цього ресурсах (**провід/управління дарами**), на духові й меті посланництва (**єдність/сопричастя**), на покликанні поширювати Боже Царство у світі (**місійний дух**).

- Це посланництво здійснюється не теоретично чи абстрактно, а конкретно в нашому часі, там, де живемо, і живими людьми, тобто **НАМИ!**
- Нашим покликанням є віддати одержані Божі дари на служіння Богові.

Питання для роздумів:

1. Чи складові «Живої парафії» (Боже Слово і катехизація, Літургія і молитва,

служіння ближньому, провід/управління дарами, сопричастя/єдність, місійний дух) стали пріоритетом для мого особистого й сімейного життя? Яким чином?

2. Чи я розумію, що моє покликання – допомогти будувати Царство Боже сьогодні й там, де я живу?

3. Чи я вмю світ, даний нам Богом, віддавати на служіння Господеві?

3. Управління Божими дарами укорінене в Святому Письмі

«Служіть один одному, кожен тим даром, що його прийняв, як добрі домоуправителі різноманітної Божої благодаті».

1 Пт. 4, 10

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Наше розуміння християнського управління дарами бере початок у Святому Письмі.
- Такі тексти, як притча про справедливого і несправедливого слугу (Лк. 12, 42-46) чи притча про таланти (Мт. 25, 14-30, пор. Лк. 19, 11-27) повчають, що ми є управителями дарів Божого Царства, а не власниками.
- Грецьке слово *ікономос* (дослівно: «домоуправитель») вживається у таких текстах, як 1 Пт. 4, 10 (добрі *домоуправителі* різноманітної Божої благодаті) і 1 Кор. 4, 1-2 (як *завідувачів* тайн Божих.... вимагається від завідувачів, щоб кожний із них був вірний).

- У Новому Завіті ми також натрапляємо на слово *ікономія*, яке вживається стосовно: 1) Божого плану спасіння людського роду, 2) здійснення цього плану в Христі Ісусі, 3) нашої участі та відповідальності за здійснення цього плану.

ПИТАННЯ ДЛЯ РОЗДУМІВ:

1. До котрого зі слуг у притчі про таланти (Мт. 25, 14-30) я найбільше подібний?
2. Моє життя і все, чим володію, позичене мені Богом. Що це для мене означає?
3. Чи я є «добрим домоуправителем різноманітної Божої благодаті» в особистому, сімейному та парафіяльному житті?

4. Управління Божими дарами – наша спільна праця

«Бо як в одному тілі маємо багато членів і всі члени не виконують ту саму роботу, отак і ми: численні – одне в Христі тіло, кожен один одному член. Маючи ж, згідно з даною нам благодаттю, різні дари: коли то дар пророцтва, виконуймо його мірою віри; хто має дар служіння, нехай служить; хто навчання, нехай навчає; хто напоумлення, нехай напоумляє. Хто дає – у простоті; хто головує – дбайливо; хто милосердиться – то з радістю».

Рим. 12, 4-8

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Християнське управління дарами стосується всіх членів Церкви, а не тільки єпископів і душпастирів.
- Святий Павло навчає, що ми всі – члени одного Тіла (пор. Рим. 12, 4-8)

та що в Церкві кожна людина має своє призначення.

- Усі маємо дари і благословення, але також обмеження, недосконалості й слабкості. Саме тому потрібно разом працювати, доповнюючи одне в одному те, чого кому бракує.
- Потрібно довіряти Святому Духові, котрий завжди подає Церкві все, що потрібне для здійснення її посланництва.
- Маємо різні дари, виконуємо різні служіння та завдання. Кожному дається виявлення Святого Духа, «на спільну користь» (пор. 1 Кор. 12, 4-7).

Питання для роздумів:

1. Як я розумію своє покликання бути активним членом Тіла Христового?

2. Чи знаю свої дари і чи молюся за те, щоб Господь вказував мені, як правильно їх використовувати?

3. Апостол Павло наводить приклад християн, котрі служать своїми дарами «на спільну користь» (пор. 1 Кор. 12, 7). Як ці слова стосуються мене?

II. УПРАВЛІННЯ ДАРАМИ – ЧАСОМ, ТАЛАНТАМИ І «СКАРБАМИ»

1. Управління даром часу

«Як співробітники, ми закликаємо вас, щоб благодаті Божої не приймати марно. Бо каже: «Сприятливого часу я вислухав тебе, і в день спасіння я допоміг тобі.» Ось тепер – час сприятливий, ось тепер – день спасіння».

2 Кор. 6, 1-2

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Час є унікальним даром, даним кожному, хоча й різною мірою.
- Час є невідновним ресурсом: його не можна повернути чи замінити. Від нас залежить, чи його мудро використаємо, чи змарнуємо.

- Святе Письмо говорить про час не тільки в хронологічному сенсі, а й з перспективи Божої вічності. У Христі хронологічний час треба преобразити у надприродній час, час запрошення і спасіння, тобто Божий час. Часто грецьке слово *керос* (що іноді перекладається як «пора») вживається саме в такому значенні.
- Є моменти, коли ми можемо пережити це преображення, особливо в літургійному житті Церкви: вічне спасіння в Христі Ісусі стає доступним *тут, тепер, для нас*.
- Нам слід перевірити, як ми управляємо даром часу в особистому житті.
- Треба *знаходити час* для Бога, кожного тижня присвячуючи частину його Божій спільноті вірних.

Питання для роздумів:

1. Чи сприймаю я, як християнин, час як Божий дар?
2. Чи намагаюся добре керувати особистим часом? Може іноді марную його на речі несуттєві?
3. Чи присвячую частину особистого часу для служіння ближньому?
4. Чи жертвую свій час задля розбудови своєї парафіяльної спільноти?

2. Управління талантами

«Приступив той, що узяв був п'ять талантів, і приніс других п'ять талантів: Мій пане, – каже, – ти мені дав п'ять талантів, – ось я придбав других п'ять талантів. Сказав до нього його пан: Гарзд, слуго добрий і вірний. У малому

ти був вірний, поставлю тебе над великим. Увійди в радість пана твого».

Мт. 25, 20-21

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Бог обдарував нас різними талантами, але варто молитися про мудрість, щоб могли якнайкраще використати ці таланти на Його славу.
- Ми маємо *природні* таланти, інтелектуальні та фізичні, які можемо й повинні розвивати впродовж усього свого життя.
- Святий Дух наділяє нас *духовними* талантами. Вони дозволяють діяти, виходячи не з нашої, а з Божої волі, і спонукають служити ближньому Євангелія ради.

- Церква говорить про дари Святого Духа (Іс. 11, 1-3) та подає нам деякі вказівки, як розпізнати, коли Святий Дух приносить плід через нас та через інших (Гал. 5, 22-23).
- Християнська спільнота потребує духовних і природних дарів для сповнення свого посланництва.
- Нам треба жертвувати свої таланти для добра християнської спільноти. Жодне вміння чи спосібність не є занадто мізерними, щоб не можна було присвятити їх Богові.
- Хоч би що ми жертвували Богові, треба це робити з вдячністю, з відчуттям, що Він є джерелом всього доброго в нас.

Питання для роздумів:

1. Які мої природні таланти і чи я ділюсь ними зі своєю парафіяльною спільнотою?
2. Чи молюся за те, щоб зростати в духовних дарах і бути готовим ділитися ними з іншими?
3. Чи здатний я розгледіти духовні дари свого пароха і співпарафіян? Які це дари? Як я виявляю мою вдячність за ці дари?

3. Управління «скарбами» (матеріальними надбаннями)

«Хто скупю сіє, скупю буде жати; хто ж щедро сіє, той щедро жатиме. Нехай дає кожний, як дозволяє серце, не з жалю чи примусу: Бог любить того, хто дає радо. А Бог спроможний обсіпати вас усякою благодаттю, щоб ви у всьому мали завжди те, що вам потрібне, та щоб вам ще й зосталось на всяке добре діло...»

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Якщо час і таланти є даром, то слід сприймати матеріальну компенсацію, яку отримуємо реалізуючи їх, також як дар.
- Церква діє в матеріальному світі і не може сповнити свого посланництва без матеріальної бази.
- Християнська спільнота часом одержує матеріальні ресурси просто як подарунок. Вона також може щось створювати або надавати певні послуги, за які одержує компенсацію. Однак зазвичай Церква змушена просити пожертв.
- Не тільки парафія залежить від фінансової та матеріальної підтримки

її членів, а й кожна єпархія і Церква загалом.

- Святий Павло заохочував перших християн до щедрості: «...Бог любить того, хто дає радо» (2 Кор. 9, 6-8).
- Християнська спільнота приймає кожний дар з вдячністю, ніколи не оцінюючи жертовність за розміром пожертви.

Питання для роздумів:

1. Чи вважаю Божим даром також і те, що я набув чесною працею?
2. Чи маю відчуття відповідальності за свою парафію і чи вважаю своїм обов'язком допомагати у здійсненні її посланництва?

3. Яка моя відповідь на збірки ініційовані єпископом, Патріархом, чи Святішим Отцем?
4. Чи оцінюю інших на підставі того як багато чи мало вони жертвують?
5. Чи привчаю моїх дітей до щедрого жертвування і чи подаю їм добрий приклад у цьому?

III. КОНКРЕТНІ ПРИКЛАДИ УПРАВЛІННЯ ДАРАМИ В ПАРАФІЇ

1. Десятина: чотири години на тиждень для розбудови Царства Божого

«Всяка десятина від землі, чи від засівів із поля, чи від плодів із дерева, буде Господеві, вона свята Господеві».

Лев. 27, 30

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Біблійної практики десятини (віддавати одну десяту заробітку Господеві) дотримувалися християни древньої Русі-Україні, і до сьогодні ця практика функціонує в деяких християнських спільнотах. Можливо, варто повернутись до неї, переосмисливши в контексті ширшого розуміння управління дарами.

- Святий Павло заохочує до щедрості, як ми вже згадували, але він не визначає суми. Все таки, завважається, що рання Церква зберігала традицію Старого Завіту, згідно якої перша і найкраща частка здобутих благ належить Богові (пор. 1 Кор. 16, 1-2).
- Чи не можемо сьогодні зобов'язатися давати своєрідну десятину? Наприклад, чотири години на тиждень присвятити Божим справам. Чого не можемо дати в грошовому еквіваленті – пожертвувати часом і талантами.

Питання для роздумів:

1. Можливо, варто й мені наслідувати приклад св. князя Володимира, даючи десятину?

2. Якою може бути моя особиста відповідь на те, що «перше і найкраще належить Богові»?

3. Чи вважаю нормальним, що я мав би дарувати одну десяту мого часу, талантів і благ для розбудови Царства Божого?

4. Чи довіряю Богові, коли йдеться про моє фінансове забезпечення (Мт. 6, 34: «Шукайте перше Царство Боже, а все те вам докладеться»)?

2. Конкретні приклади управління дарами на основі складових «Живої парафії»

«Пом'яни, Господи, тих, що плоди приносять і добро творять у святих Твоїх Церквах і пам'ятають про вбогих; воздай їм твоїми багатими і небесними даруваннями; даруй, їм замість земного –

небесне, замість дочасного – вічне,
замість тлінного – нетлінне».

(Божественна Літургія
св. Василя Великого)

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Для того, щоб моя парафія стала «місцем зустрічі з живим Христом» я також маю зробити свій вклад. Усі ми можемо щось від себе дати – хто менше, хто більше.
- Наше зобов'язання та нашу діяльність в парафіяльній спільноті найкраще осмислити згідно зі складовими «Живої парафії», а особливо з першими трьома.
- Парафія повинна зважити потреби і можливості для пасторальної діяльності, та заохотити кожного

парафіянина подумати про особисте жертвування часу й талантів.

ПРАКТИЧНІ МОЖЛИВОСТІ ЖЕРТВУВАННЯ ЧАСУ І ТАЛАНТІВ:

Настав час зобов'язатись до чогось. Чи можу я взяти на себе якийсь обов'язок або долучитися до діяльності, запропонованої нижче?

УВАГА: Наведений нижче перелік є лише прикладом. Кожна парафіяльна спільнота може його використати, розширивши чи скоротивши, відповідно до конкретних потреб і можливостей для праці.

Боже слово і катехизація

Катехит

Помічник катехита

Катехит для приготування батьків і хресних
батьків до таїнства хрещення
Помічник у проведенні передшлюбних
наук
Керівник Біблійного гуртка
Провідник катехуменату
Помічник у парафіяльній школі
Лідер молодіжної спільноти
Провідник студентської молоді
Бібліотекар
Відповідальний за медіа-ресурси
Продавець у церковній книгарні/крамниці

Місійний дух

Євангелізаційна група
Спілкування з тими, які відійшли від Церкви
Спілкування з новими членами парафії
Спілкування з військовослужбовцями,
моряками
Свідчення віри перед нехристиянами
Свідчення віри за посередництвом новітніх
технологій

Відповідальність за гостинне прийняття в парафії

Поширення інформації про парафію назовні

Участь у громадських заходах

Літургія і молитва

Член вівтарної дружини

Особа, яка допомагає у підготовці літургійних богослужінь

Паламар

Чтець

Дяк

Хорист

Диригент хору

Керівник молитовної групи

Особа відповідальна за чистоту та ошатність храму (риз, церковна утвар, прибирання)

Просфорник

Родини або групи, які моляться в особливих наміреннях

Особа відповідальна за приготування літургійних текстів (для парафії)

Сопричастя/єдність

Координатор-медіатор парафіяльних заходів

Парафіяльний фотограф

Член братства

Член сестрицтва

Волонтер, відповідальний за частування в парафії

Допомога у праці з мігрантами

Догляд за дітьми підчас проведення парафіяльних заходів

Допомога у добиранні старших та немічних осіб до храму

Допомога в організації екуменічної діяльності парафії

Допомога в організації парафіяльних заходів

Допомога в парафіяльній кухні

Служіння ближньому (дияконія)

Провідник людей похилого віку

Провідник хворих

Апостолят «За життя»

Підтримка осіб, які пережили втрату
близької людини

Допомога бездомним та бідним

Допомога сиротам, дітям в кризових
ситуаціях

Допомога людям з особливими потребами

Провідник ув'язнених

Пасторальна підтримка військових і
постраждалих унаслідок воєнних дій

Допомога молодим сім'ям

Провід/управління дарами

Член пасторальної ради

Член фінансової ради

Відповідальний за управління дарами

Книговод (що тут мається на увазі?)

Член ревізійної комісії

Скарбник-бухгалтер

Особа відповідальна за збір коштів

Фахівці різних професій:

Лікар

Сантехнік

Столяр

Електрик

Спеціаліст з інформаційних технологій

Особа відповідальна за прибирання

Юрист

Спеціаліст у питаннях нерухомості

Механік

Дизайнер

Особа відповідальна за випуск
парафіяльної преси

Секретар

Парафіяльний архівіст

Помічник парафіяльного офісу

3. Парафіяльні ради і пасторальне планування

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Дві парафіяльні структури покликані відіграти особливу роль в житті парафії:
 1. ПАСТОРАЛЬНА РАДА, яка допомагає парохів та підтримує його у плануванні та організації ширшої діяльності парафіяльної спільноти;
 2. ФІНАНСОВА РАДА дораджує та допомагає парохів, підтримує його у фінансових та адміністративних питаннях.
- *Посібник з пасторального планування* є цінним знаряддям, котре допомагає парафії встановити пріоритети у діяльності, яка впливає з її посланництва.
- Важливо, щоб парафіяни знали фінансовий стан своєї спільноти, бо

завдяки цьому вони матимуть краще усвідомлення своєї відповідальності в матеріальних питаннях.

ЗАМІСТЬ ПИТАНЬ ДЛЯ РОЗДУМІВ

Кожна парафія повинна розробити *річний* пасторальний план, залучивши до цього усіх парафіян, особливо на перші дві сесії: *Окреслення наявних у нас Божих дарів* (Що в нас вже є доброго?) та *Прагнення і сподівання* (Що ми б хотіли бачити?).

Також слід попросити парафіян подумати, над тим, хто у майбутньому мав би увійти до Пасторальної чи Фінансової ради.

Практична порада: Якщо велика парафія – варто подумати про створення **робочої групи чи команди управління дарами**, яка б діяла в рамках Пасторальної ради. Така група допомагала б парохіві приготувати списки занять в парафії,

знаходила людей з особливими талантами, які могли б стати членами рад при парафії чи допомагали здійснити пасторальний план. Якщо це менша парафія, то варто принаймні зібрати малу **групу управління дарами** з уже вибраних членів Пасторальної ради. Вони також могли б допомогти у представленні цього Практичного порадики та проведенні щорічного заклику до управління Божими дарами в парафіяльній спільноті.

ІV. УПРАВЛІННЯ ДАРАМИ – СПОСІБ ЖИТТЯ

«Будьте, отже, послідовниками Бога, як любі діти, і ходіть у любові, за прикладом Христа, що полюбив вас і видав себе за вас, як принос та жертву приємного Богові запаху».

Еф. 5, 1-2

ВАРТО ЗАПАМ'ЯТАТИ:

- Християнське управління дарами – це спосіб життя і постійний процес навернення, спрямований на те, щоб на перше місце в нашому житті ставити Бога.
- Християнське управління дарами передбачає духа жертвності і готовності ділитись своїм часом, талантами і благами.

- Не запропоновано тут нічого надто нового, бо Церква завжди управляла різними дарами, часом ефективно, а часом, на жаль, не дуже.
- Християнське управління дарами є Євангелієм в дії, здійснюваним конкретними людьми, в конкретному місці, в певному часі, з тими дарами-ресурсами, які Бог дає.
- Будьмо, отже, добрими управителями Божих дарів, та ділімося ними для розбудови Його Царства.

ЗМІСТ

Передмова Глави і Отця Української Греко-Католицької Церкви

УПРАВЛІННЯ БОЖИМИ ДАРАМИ – ХРИСТИЯНСЬКИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

Вступ

I. УПРАВЛІННЯ ДАРАМИ – ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ

- 1. Кожний дар – від Бога*
- 2. Посланництво Церкви*
- 3. Управління Божими дарами укорінене в Святому Письмі*
- 4. Управління Божими дарами – наша спільна праця*

II. УПРАВЛІННЯ ДАРАМИ – ЧАСОМ, ТАЛАНТАМИ І «СКАРБАМИ»

- 1. Управління даром часу*
- 2. Управління талантами*
- 3. Управління «скарбами» (матеріальними ресурсами)*

III. КОНКРЕТНІ ПРИКЛАДИ УПРАВЛІННЯ ДАРАМИ В ПАРАФІЇ

- 1. Десятина: чотири години на тиждень для розбудови Божого царства*
- 2. Конкретні можливості для Управління дарами на основі складових «Живої парафії»*
- 3. Пасторальна та фінансова ради, пасторальне планування*

IV. УПРАВЛІННЯ ДАРАМИ – СПОСІБ ЖИТТЯ