

«НАЙКРАЩА ТЕРАПІЯ ДЛЯ МЕНЕ – ЦЕ ЗАНЯТТЯ СПОРТОМ»: ІСТОРІЯ ВЕТЕРАНА З ВОЛИНИ, УЧАСНИКА ІГОР НЕСКОРЕНИХ-2025

21 Січня 2025 08:11

Коментарів: 0

0



Костянтин Копелюк – із Ковеля. Отримав поранення і втратив частину стопи на Донеччині внаслідок артилерійського обстрілу у липні 2022 року. Волинянин обожає поїздки в гори і відчуття спокою там. До повномасштабної війни працював барменом.

Історію ветерана, який нині готується до Ігор нескорених 2025, що в лютому відбудуться у Канаді, розповідає **Invictus Games**.

Про захоплення.

Обожнюю поїздки в гори. Мені подобається душевний спокій, який я там відчуваю. Люблю жити у невеличких будиночках серед полонини, щоб виходити зранку і відчувати колорит цієї місцевості.

Мене дружина підсадила на гори. Вона дуже любить подорожувати, не може всидіти на місці. В горах відчувається відновлення.

Читати ще: «Травми – не перешкода для нових рекордів», – учасник «Ігри нескорених» з Волині

За спеціальністю я лісник, але працював барменом у місцевому закладі. Мені дуже подобалася барменська справа з усіма трюками з пляшками. Але після травми не можу повернутися у професію – потрібно 14 годин бути на ногах, для мене це вже складно.

Про армію і війну.

У 2019 році я закінчив лісовий коледж і одразу призваний в армію. З 2019 до 2024 року, коли я звільнився, цивільного життя мав лише дев'ять місяців – між строковою службою і війною.

Мені було не надто тяжко знову повернутися до війська – я молодий, та й часу відвикнути було небагато.

З перших днів повномасштабної війни я опинився на Київщині: Бородянка, Макарове, Буча. А потім ми поїхали на Миколаївщину, звідти в Ізюм, а вже потім Бахмут, Соледар.

Війна неслася з такою силою і швидкістю, що не було часу думати про те, як її сприймати. В мене по десять діб не було можливості виходити на зв'язок з рідними, усіх загиблих і поранених сприймаєш, як наслідок війни. Налаштовуєшся так, що війни без загиблих не буває. Інакше – витримати неможливо. Не було часу думати про підтримку. На той час підтримкою було моє відділення, хлопці, які були поряд. Вони стали дуже рідними. Вони ж були і мотивацією йти вперед. А ще мене мотивували хлопці, які залишалися у боях на «Азовсталі» – у повному оточенні, але продовжували битися.

Зі мною служив побратим з моїх країв, він час від часу панікував і його забирали з позицій, то він допомагав тим, що дзвонив батькам, казав, що зі мною все нормально.

Читати ще: Волинянин виборов золото у стрільбі із лука на змаганнях «Ігри нескорених»

Ця війна така страшна, що дзвінок додому міг коштувати життя. Я намагався дзвонити, коли не було активних боїв, щойно хтось брав слухавку, казав, що живий і завершував дзвінок. Перед виходами попереджав рідних, що буду не на зв'язку.

Але якось біля Ізюма нас підняли вночі, наказали швидко збиратися. Я був кулеметником, тож зібрав речі, кулемет, патрони і навіть не мав часу написати повідомлення. Вимкнув телефон. Тоді мене не було на зв'язку одинадцять діб. Ми були в Ізюмському лісі, там зовсім не було зв'язку.

Але там був свій кайф. Першого ж дня ми наткнулися на групу противників. Це було 1 травня – одне з улюблених росіянами свят. Вони приїхали цивільними машинами в ліс просто смажити шашлик. В нас тоді був один загиблий, а в них, мінімум, троє і двоє поранені.

Той ліс був настільки густим і щільним, що росіяни чіпляли між деревами датники, повз які коли хтось проходив, то вони їм спрацьовували і зав'язувався бій. То я додумався одного датника накривати фольгою від пачки цигарок, щоб не було сигналу. Так ми й пересувалися.

На такі датники наткнулася наша третя група, яка йшла до нас на допомогу. Близько п'яти хлопців тоді загинули.

Я не вірю у відчуття долі, але знаю одне – якщо Бог перевернув сторінку на твоє ім'я, значить щось станеться. Ти ніколи не знатимеш, коли він переверне цю сторінку.

Про поранення.

Це сталося 1 серпня 2022 року. Я просто відпочивав і почався артобстріл. Ще подумав, раз почався артобстріл, значить п***ри не лізтимуть. Я почув приліт і відчув свербіння в нозі. Подивився, і побачив, що з ноги сталася розочка – наклав турнікет. На адреналіні дійшов до поста спостереження, попросив викликати евак.

Перша машина еваку заглохла. Її трохи підшаманили. Та дорогою нас накрили касетними бомбами і машина стала остаточно. Але приїхала інша машина, куди мене перенесли. Від отримання поранення до евакуації минула година.

Читати ще: 17 захисників та захисниця з Волині взяли участь в «Іграх Нещорених»

Я розумів, що в мене буде ампутація, бо з того, що сталося з ногою, не вийде її вберегти. Сам собі сказав: «Чого горювати? Що сталося, те сталося. Я розумів, куди йду і що може статися». У перший день повномасштабної війни я сам собі сказав: «Якщо не моя війна, то не моя країна». Я не хотів прожити марне життя. І розумів, що з війни можна повернутися або пораненим, або загиблим.

Про вплив війни.

Перший час я відчував, що участь у бойових діях на мене вплинула. Я був нервовим, міг різко чи голосно говорити, не спав ночами через переживання і флешбеки. Мені казали, що коли засинав, уві сні говорив: «Туди не їдьте, туди не йдіть».

Я працював з психологом, який також мав досвід бойових дій. Він допоміг впоратися з цим нервовим станом. Він просто слухав, розумів, про що я говорю.

Найкраща терапія для мене – це заняття спортом. Настільний теніс, де треба концентруватися на м'ячі, і

командні види спорту. Я люблю такі двіжухи. Колись я грав у пляжний волейбол, тож вирішив грати у волейбол сидячи. А коли на відборі побачив баскетбол на кріслах колісних, зрозумів, що я його колись спробую. Це такий осередок свого. Коли навіть я сидів на трибунах, просто дивився на гру, розумів, що моя душа з ними. Я це все відчував.

А ще полюбив сплав річками.

Про прийняття травми. Я намагався налаштуватися на те, що все буде добре. Мені дуже допомагала дружина, яка підтримувала, підказувала, створювала все для того, щоб мені було комфортно. Вдома був ковчег доброти і спокою. Родина мене підтримувала і побратими, які залишилися воювати. Хлопці казали: «Ми розуміємо, що ти не повернешся на фронт, але нам потрібна підтримка з тилу». А ще дуже допомогло те, що я майже одразу став на протез і пішов на тренування з настільного тенісу. В січні я повернувся із США після протезування і після свят вже займався тенісом.

Читати ще: У Ковелі вперше відбувся турнір з петанку для ветеранів війни

Настільним тенісом я займався й до війни. У 2019 році, якби не пішов в армію, був би вже кандидат в майстри спорту. Мені дуже подобалось тренуватися ще й тому, що мій тренер, який привів мене в школу, колишній військовослужбовець, учасник АТО, ООС. Ветеранське оточення – це острівець розуміння.

Після Ігор Нескорених хочу розвиватися у настільному тенісі. У нас в Ковелі має відкритися ветеранський простір, хочу допомагати ветеранам. Хочу просто продовжувати жити.

Ці Ігри стануть сьомими в історії та триватимуть з 6 до 17 лютого 2025 року в двох містах Канади: Ванкувері й Вістлері. Перші Invictus Games відбулися у 2014 році в столиці Сполученого Королівства Лондоні. Змагання заснував герцог Сассекський, принц Гаррі.

Україна вп'яте змагатиметься на Іграх нескорених.