

ний безмедикаментозний метод лікування діабету 2-го типу. (New Books by Dr. Barnard: Dr. Neal Barnard's Program for Reversing Diabetes. (2018: Rodale, Emmaus, PA; Dr. Neal Barnard's Cookbook for Reversing Diabetes (2018: Rodale, Emmaus, PA).

Доктор Майкл Грегер (Michael Greger, MD – New York Times Bestseller Author and founder of nutritionfacts.org) ведучий експерт у ділянці медичного харчування, яке потенційно може допомогти запобігти, лікувати та повністю вилікувати багато недуг. У своїх недавно

надрукованих книгах подає наукову інформацію, як саме зменшити ризик захворіти 15 - ма недугами, які є причиною смертності населення тут в Америці. (New Books by Michael Greger, MD: “How Not to DIE: Discover the Foods Scientifically Proven to Prevent and Reverse Disease.” (2015: Flatiron Books, NY); “How Not to Diet: The Groundbreaking Science of Healthy, Permanent Weight Loss” (2019: Flatiron Books, NY).

Заохочую читачів взяти під увагу вище подану інформацію і разом з професійними порадами з боку ва-

ших сімейних лікарів пробувати зробити певні позитивні зміни щодо підтримки здорового способу життя, яке зміцнить наше здоров'я і потенційно зменшить ризик вразливості до Covid-19 та інших недуг. У випадках психологічного зриву нам усім потрібно негайно повідомити свого лікаря чи психолога, щоб отримати професійну допомогу. Обов'язково звертатися за духовною емоційною моральною підтримкою до місцевих душпастирів у цей важкий час випробування. Стараймося бути до кінця улюбих життєвих обставинах

людьми з великою букви - добрими, чуйними, уважними і відкритими до потреб один до одного у родині, на роботі та у спільноті, щоб зберегти цей потрібний внутрішній спокій, злагоду та надію на краще. У цей спосіб ми на правду станемо живими іконами Христа Господа у цьому світі. З Божою допомогою та взаємною підтримкою ми гідно перенесемо ці випробування, терпіння та тягарі, які впали на наші плечі через пандемію Covid-19.

Портрет Олекси Довбуша

Любов Волинець, куратор Українського Музею у Стемфорді, КТ



Різьблений портрет Олекси Довбуша

Серед численних зразків гуцульської різьби у нашому Музею, маємо один особливо цікавий експонат, - а саме різьблений портрет (барельєфний) на дошці з грушевого дерева, який зображує Олексу Довбуша. Дошка з портретом уложена в раму, прикрашену плоскою різьбою та інкрустацією з мідяних

дротиків. Портрет вирізьбив відомий народний майстер – Василь Якібюк. На протилежній стороні дошки автор портрету подав таку інформацію: “Гуцульщина. Криворівня, пошта Ясенів Горішний, повіт Косів. Мистець різьбар Василь Якібюк, син Григорія. 25 березня 1937 р.”. Цей експонат подарований нашому Музею в ті роки, коли куратором був Отець Лев Чапельський. У 1930-их роках отець Чапельський декілька разів їздив в Галичину, щоб зібрати репрезентативно-мистецькі експонати для нашого Музею.

Олекса Довбуш (18 квітня 1703 – 23 серпня 1745) – народний герой 18-го століття, якого часто прирівнюють до англійського Робін Гуда. Довбуш народився на Гуцульщині в Печеніжині. Разом з братом організував ватагу прихильників – з 50-ти молодих гуцульських “легінів”, яких називали “опришками”. Згідно з історичними даними та чисельним легендами, ця ватага опришків під проводом Олекси Довбуша здійснювала успішні напади-рейди на панські маєтки, жорстоких, людських, деспотичних шляхетських землевласників, які кривдили бідний сільський народ. Опришки грабували панські маєтки та розподіляли награване добро поміж бідними селянам. У ті роки доля українського селянства була нестерпною, зумовлена постійним знущанням з боку дворянства та державних чин-

ників.

За свої успішні подвиги Олекса Довбуш став відомим, популярним героєм серед народу, про нього слава ширилася по всіх Карпатах. Державна влада організувала кілька разів військові рейди проти Довбуша, який зумів їх уникнути ховаючись у гірських печерах. Згодом, через зраду жінки, Довбушевої любаски, його застрелив Стефан Дзвінчук, чоловік зрадниці. Для пострілу, Дзвінчук ужив срібну кулю, бо згідно з переказом, тільки срібна куля могла вбити Довбуша.

На портреті Довбуш зображений у традиційному святковому гуцульському одязі. Він стоїть на камені з рушницею в руках та топором. У широкому шкіряному поясі (чересі) застромлений пістоль. Через плече, в поперек грудей, перекинутий широкий шкіряний пояс, прикрашений металевими мосяжними цвяшками і до нього прикріплена порохівниця.

Василь Якібюк (1865-1945) - автор портрета - народився в Криворівні. Це село було улюбленим місцем, куди з'їздилися на вакації з різних околиць України, а особливо з міст, мистці, письменники, історики. Дехто із цих відпочиваючих винаймав собі гуцульську хату, інші жили на плебанії пароха, а ще інші будували власні вілли, як, наприклад, Михайло Грушевський. До Якібюка часто заходили в гості такі



Гуцульська порохівниця із колекції Українського музею у Стемфорді, КТ

письменники як Іван Франко, Михайло Коцюбинський та інші.

У нашій музейній колекції гуцульського мистецтва маємо подібні, до зображених на портреті, предмети зброї, як от пістоля, топір, шкіряні пояси та порохівниці.

Молодий гуцул - легінь убраний у святковий одяг з додатком збройних предметів, символізував хоробрість, безстрашність, волелюбність, - саме ті якості якими був наділений Олекса Довбуш.



Гуцульський пістоль з колекції Українського Музею у Стемфорді, КТ