

ОСТАННІ НОВИНИ

- 18.06 23:57** ЧС-2026: результати та відеоогляди матчів, розклад телетрансляцій в Україні
- 18.06 22:00** Пікантне сало: незвичайний інгредієнт вас точно здивує
- 18.06 21:30** Розбите серце: Кеті Перрі розповіла про важкий рік
- 18.06 21:01** Випийте чашку відразу після їжі: шлунку одразу стане легше
- 18.06 20:46** «Світ змінюється, і розуміння щастя стає дещо інакшим», — експертка з прогнозування майбутнього Сесіль Пойньян
- 18.06 20:35** Всі гарячі точки війни відчув на собі «Якут»: близько тижня лікарі боролись за життя бійця з Хмельниччини, але не врятували
- 18.06 20:07** Тарт з овочами: ідеально підходить для сімейної

## Я поставила крапку: популярна співачка звернулася до мережі

14:37 — 9 червня 2026



Тайсія БАХАРОВА, «ФАКТИ»

Популярна співачка **Тауанна** (Тетяна Решетняк), яка пройшла рідкісний ритуал, звернулася до мережі. Відомо, що артистка приділяє багато уваги східній культурі, займається йогою. Нещодавно вона здійснила подорож до Непалу, де побувала у рідкісних місцинах.

На своїй сторінці у соціальній мережі Тетяна поділилася досвідом триденного підйому на священну гору Кайлаш, яка знаходиться у важкодоступному регіоні Західного Тибету. За словами співачки, дні, які вона провела у дорозі, змінили її сприйняття самої себе. Артистка поділилася світлинами та відео зі свого складного шляху на гору.

«Це була, без перебільшення, найкраща подорож мого життя, — написала Тетяна. — Хоча я не відчувала якоїсь особливої ейфорії чи тисячі мурашок по шкірі. Це була подорож, де я просто йшла. Загадувала себе минулу, бачила себе теперішню і відчувала себе майбутню.

Для мене це була священна хода.

За три дні ти бачиш проекцію свого життя. Починаєш розуміти, хто ти, що ти, як тебе змінювали, як тебе ламали і як ти сама дозволяла це робити через недостатню самооцінку, через нестачу знань, через зраду власним відчуттям».

За словами артистки три дні вона працювала зі своїми думками, агресією і любов'ю.



«Коли ми наближаємося до максимального відчуття себе і справжнього розуміння себе — тоді ми на своїй річці й у своєму човні, — додала співачка. — Тоді ми цілісні. Тоді ми живемо, а не існуємо... Лише після повернення я змогла поставити крапку там, де вона давно мала стояти. Відмовитися від того, що мені більше не підходить.

Магія? Диво?

Можливо».

«Щаслива за тебе і вітаю тебе», — підтримала артистку співачка **Вера Брежнева**.

«Клааас! — додали коментар. — Які круті усвідомлення! Молодець».

**nastyamarkova** 32 мин. · ❤️ от автора

Танюша, це неймовірний досвід.. вітаю тебе , сердечна людина ❤️ обіймаю 🙏❤️

Ответить

**tauyanna\_reshetnyak** 16 мин. · Автор

@nastyamarkova дяка велика ❤️

Раніше популярна співачка **шокувала** виконанням складної вправи.

Читайте нас у [Facebook](#) 1302

До змісту розділу Помітили помилку? Виділіть її та натисніть CTRL+Enter

Друкована версія Лист редакторів Покारжитися

Поділитися 0 Поділитися Твітнути

### ЗАРАЗ ЧИТАЮТЬ

- Українцям можуть ускладнити вихід на пенсію: у парламенті заговорили про жорсткіші умови
- Близнюкам загрожує нервовий зрив, а Левам не варто витрачати гроші: гороскоп на 18 червня
- Як правильно використовувати капсули для прання: помилки та корисні лайфхаки
- Газ для українців різко подорожає: тарифи зростуть вже цієї осені

### Новини партнерів

**Мапа сайту**

- Новини
- Україна
- Політика
- Гроші
- Події
- Світ
- Пряма лінія
- Блоги
- Спорт
- Футбол
- Культура
- Шоу-бізнес
- Фігурка дня
- Суспільство
- Стиль життя
- Книга рецептів
- Люди та звірі
- Життєві історії
- 25 років потому
- Історія сучасності
- Наука та технології
- Клуб словивачів
- Залпайте у Фактів
- Іменинники дня
- Гороскоп
- Курс валют
- ФотоФакти
- Погода

### ПОПУЛЯРНЕ

- 1 Українські пенсіонери не чекатимуть на свої пенсії 40 років: суд поставив крапку у справі про скандальну постанову уряду 11 червня 2026 12:54
- 2 Археологічна сенсація: унікальні шапка та пояс скіфської доби, яким більше 2500 років, знайдені на Більському городищі 14 червня 2026 12:24
- 3 «Вона мучить мене вже багато років»: тасмниця загибелі Діна Ріда, який кинув виклик США і СРСР, не розкрита і через 40 років 12 червня 2026 12:25
- 4 «Я стріляв по машині з літерою „Z“, але вигадав, що там були цивільні, аби тільки припинили мене катувати»: колишній полонений «азовець» написав книгу «Окраєць» 13 червня 2026 11:25
- 5 «Після влучання „Шахеда“ з-під завалів ми витягли десь 15 собак і котів»: волонтери спільноти «Київські кажани» допомагають постраждалим людям 9 червня 2026 12:24

Погода Київ вологість: тиск: вітер: Погода на 10 днів від sinoptik.ua

### БІЛЬШЕ У РОЗДІЛІ

- Розбите серце: Кеті Перрі розповіла про важкий рік 18 червня 2026 21:30
- Мої гроші і моя свобода: популярна танцівниця вразила коштовною покупкою 18 червня 2026 19:21
- «Опа», «шо ти», «прикол»: Леся Нікітук публічно висміяла Цимбалюка 18 червня 2026 16:03
- Зірка культового «Дзвінка» померла у 35 років: що стало причиною смерті «найстрашнішої дівчинки у світі» 18 червня 2026 12:59
- «Після 2022 року я по-іншому подивився на історію України», — зірка серіалу «Пригоди козака Виговського» Артем Пльондер 18 червня 2026 12:25