ყოველკვირეული ჟურნალი. გამოდის ოთხშაბათობით
ფასი: 1 ლარი
№38
18-24.IX 2013

სარკე

ბორმენტალი

გვ.17

„ბორმენტალის“ ფსიქოლოგი წონაში დაკლების მეთოდის მთავარ საიდუმლოს ამხელს!

„მშვიდი ცხოვრება რომ მდომებოდა, სახლში დავჯდებოდი და ხაჭაპურებს გამოვაცხობდი“

„კოდუების დრო ჩემთვის არასოდეს დამდგარა“

„მიშა სააკაშვილზე გადაცემა ჩემს კარიერაში ერთ-ერთი საუკეთესო იყო“

გვ.10

რა საფასურს იხდის ნანუკა ჟორჟოლიანი პოპულარობისთვის

გვ.8

როგორ შეურიგდა ლევან ყოჩიაშვილი სახლიდან წასულ ცოლს

გვ.9

გეგა ფალავანდიშვილი: „ქალებთან დათმობაზე არ მივდივარ“

გვ.14

როგორ გრძნობს თავს ნინო თოლორდავა თეა სიჭინავას ადგილზე

გვ.30

მანუჩარ მარკოიშვილი: „ანჟელა ჩემ გვერდით ყოფნას იმსახურებდა“

გვ.15

ნუკი კოშკელიშვილი: „ექსკლუზიურად თქვენ გეტყვით — შეყვარებული მყავს!“

გვ.23

ჯანეტ ქერდიყოშვილმა „ხაჩუ 3 ვია გრუ“-ს ქიური სინაზით და სიმორცხვით დააბნია

„ჩემი გოგონა ერთი შეცდომის გამო დედა ვერასოდეს გახდება“ გვ.28

ISSN 1987-9369
9 771987 936002

myaccount.silknet.com

მართეთ თქვენი ანგარიში ონლაინ

გაიარეთ რეგისტრაცია მისამართზე* www.myaccount.silknet.com

- მართეთ პირადი ანგარიში
- შეამოწმეთ ბალანსი
- ნახეთ ანგარიშის კოდური სიტყვა, სილქტივის ვიდეოთეკის პინ კოდები
- ისარგებლეთ ანტივირუსით
- გაიაქტიურეთ ტურბო ღილაკი, რომელიც საშუალებას მოგცემთ ოპტიკური ქსელის მომხმარებლებს გააქტიურებიდან 2 საათის განმავლობაში ისარგებლოთ 100 მბ/წმ სიჩქარი ინტერნეტით სულ რაღაც 1,50 ლარად

*ამ ეტაპზე რეგისტრაციის გავლა მხოლოდ ინტერნეტის აბონენტებს შეუძლიათ.

2 100 100
www.silknet.com

სილქნეტი
SILKNET

ნომერში

რთული პერიოდი

როგორ შეურიგდა ლევან ყოჩიაშვილი სახლიდან წასულ ცოლს 8

ტელესახე

- გეგა ფალავანდიშვილი: „ქალებთან დათმობაზე არ მივდივარ“ 9
- ნანუკა ჟორჟოლიანი: „კოდუების დრო ჩემთვის არც არასოდეს დამდგარა“ 10

გულახდილი საუბრები 12

ახალი ამპლუა

- როგორ გრძნობს თავს ნინო თოლორდავა თეა სიჭინავას ადგილზე 14
- ნუკი კოშკელიშვილი: „ექსკლუზიურად თქვენ გეტყვით — შეყვარებული მყავს!“ 15

პოლიტიკა

- დავით საგანელიძე: „ჩემში არის ორი დათო, ერთი ფიქრობს, რომ ვადამდელი საპარლამენტო არჩევნები უნდა ჩატარდეს, მეორე — არა“ 16
- მამუკა კუდავა: „ფრთხილად უნდა ვიყოთ, რომ ჩვენი მუსლიმი მოსახლეობა არ გამოიყენონ“ 19
- ზურაბ ხარატიშვილი: „ქართული ოცნების“ წევრებს გიორგი მარგველაშვილის გამარჯვება არ სურთ“ 21

აურზაური არაფრის გამო

შიშველი ცოლების ფოტოები — ახალი ტრენდი ქართველი ფეისბუქელებისთვის 19

კონკურსანტი

ჯანეტ ქერდიყოშვილმა „ხაჩუ ვ ვია გრუ“-ს ჟიური სინაზით და სიმორცხვით დააბნია 23

ცოლ-ქმრის კლუბი

გაშორდა თუ არა ცოლს ვახო ბიჭიკაშვილი 24

გოგონა შოუდან

ეკა აბშილავა: „ვნანობ, რომ ჩემს პირად ცხოვრებაზე ჟურნალისტებთან ვილაპარაკე“ 25

სიყვარულის ლეგენდა

58 წელი გიზო ნიშნიანიძის გვერდით 26

მოზარდები 28

მოედნის მიღმა

მანუჩარ მარკოიშვილი: „ანჟელა ჩემ გვერდით ყოფნას იმსახურებდა“ 30

ავტომოყვარული

გიგი გაჩეჩილაძეს ქალი მძღოლები ეპრანჭებიან 31

მოლოდინი

ანი ქორქია: „სამ თვეში ჩემს ბიჭს გულში ჩავიკრავ“ 33

შოპინგთერაპია

ხატია სიჭინავამ გათხოვების შემდეგ საკუთარ თავს შორტების ჩაცმა აუკრძალა 34

სახე სერიალიდან

გიორგი ნაზარიშვილი: „ოჯახის წევრები ეკრანზე რომ მხედავენ, ეცინებათ“ 35

პირადი გამოცდილება

ანი გიუნტერმა თაფლობისთვე გათხოვებიდან 4 წლის შემდეგ მოიწყო 37

სარკის წინ

ნინო ქორიძე: „ზუსტად ვიცი, რომ კანს არასოდეს გადავიჭიმავ“ 38

ცხოვრება ჩემოდნებზე

გია ჯაჯანიძე: „ამერიკის კონსულთან საკუთარი შვილების ასაკი ვერ გავიხსენე“ 43

მეგზური

ნიქოზია — კვიპროსის სიძველეთა საუნჯე 45

№ 38 (803) 18–24 სექტემბერი, 2013

ჟურნალი სტამბას დასაბეჭდად გადაეცა 16.09.2013, 21.00 სთ-ზე.

მარტოხელა

„იმ საგვარეულოს ქალები კაცებთან ბედნიერებას ვერ ეღირსნენ“ 46

მხოლოდ ქალებისთვის 48

დედიკოების სკოლა 49

მწვანე გარემო

თბილისურ ეზოებში ასწლოვანი ხეები დგანან 50

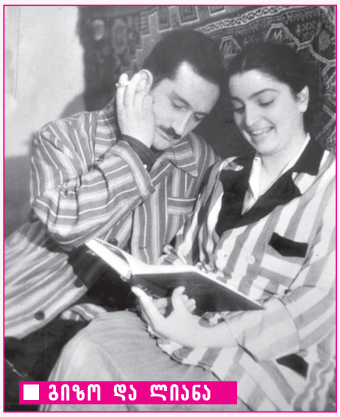
სპორტის მიღმა 51

ადამიანის ინსტიტუტი 52

ცოტ-ცოტა ყველაფერზე 53

58 წელი გიზო ნიშნიანიძის გვერდით

„თავისი შეუპოვრობით ყველაფერი გააკეთა, რომ მისი ცოლი გავმხდარიყავი“



■ გიზო და ლიანა

მათი სიყვარული უნივერსიტეტის კედლებში ჩაისახა — პირველკურსელ გოგონასა და ახალგაზრდა ჟურნალისტ ბიჭს შორის. მის გვერდით ცხოვრება მართლაც არ აღმოჩნდა იოლი. ლიდერი, ნიჭიერი, პირველობის მოყვარული ქმრის გვერდით აუცილებლად დამთმობი, მისი უპირატესობის მაღიარებელი ქალი უნდა ყოფილიყო. პოეტის ცოლმა ეს კარგად გააცნობიერა, ისინი ერთმანეთის ნამდვილ ნახევრებად იქცნენ და საკუთარი სიყვარულის ლეგენდა შექმნეს. მას ქალბატონი ლიანა კეჭაყმაძე გვიამბობს.

„გიზოს გვერდით ცხოვრება იოლი არ იყო, რადგან ძალიან რთული პიროვნება გახლდათ. ყველაფერში ვგრძნობდი მის უპირატესობას და ნიჭიერებას და პატივს ვცემდი. ამიტომაც ვიცხოვრეთ ერთად ამდენი წელი...“.

იხ. 26-ე გვერდზე

შეშლილი, შეშლილი, შეშლილი მსოფლიო 54

სახალისო 56

იყავით ჯანმრთელი 58

კროსვორდები 60

ჭრელაჭრულა 62

სიცილის გვერდი 63

უცხოური დეტექტივი

ალან ალექსანდრ მილნი. წითელი სახლის საიდუმლოება 64

ქალური მოთხრობები 68

SMS განცხადებები 70

წმინდანები

ღვთის შესაძლებლობების არათუ ხილვა, წარმოდგენაც და გააზრებაც კი წარმოუდგენელია ჩვენთვის 72

კითხვები მოძღვარს

„კაცკაცობა სასულიერო პირების სისუსტეებზე გამოკიდება კი არა, საკუთარი თავის განკითხვაა“ 73

გზა ტაძრისაკენ

არგენტინაში ფეხბურთის სათამაშოდ წასულმა ბიჭმა საკუთარ თავში მღვდელმსახური აღმოაჩინა 74

საბავშვო გვერდი 76

კულინარიული შედევრები 77

ხელსაქმე 78

ბიძინა ივანიშვილმა პატრიარქი ჰესების აშენების აუცილებლობაში დაარწმუნა

აჭარაში ახალი ჰიდროელექტროსადგურის მშენებლობა იწყება. შუახევჰესის მშენებლობას საქართველოს პრემიერმინისტრმა ბიძინა ივანიშვილმა ენერგეტიკისა და ეკონომიკის მინისტრებთან ერთად ჩაუყარა საფუძველი. სადგურს ნორვეგიული კომპანია „ქლინ ენერჯი ჯგუფი“ ააშენებს. პრემიერმა ადგილობრივ მოსახლეობას მადლობა გადაუხადა იმისთვის, რომ ჰესის მშენებლობა მშვიდ ვითარებაში დაიწყო.

— მინდა, ადგილობრივ მოსახლეობას მადლობა გადავუხადო ასეთი გაგებისათვის, რომ უხმაუროდ ვახერხებთ ასეთი მასშტაბური მშენებლობის დაწყებას. აქ სკოლა უკვე დაარსდა. დაწყებულია სტუდენტების გადამზადება. ეს დასაქმების კუთხით შეღავათი იქნება რეგიონისათვის. მოგეხსენებათ, ბევრი პოლიტიკოსი სპეკულირებდა ჰესების მშენებლობით. ხშირად ახერხებდნენ ძალიან მოკლე ვადით მოსახლეობის დარწმუნებას, მაგრამ სტრატეგიულად ჩვენ ძალიან გვჭირდება ჰესები და ეს კარგად უნდა გავაცნობიეროთ. არ გვაქვს ისეთი საექსპორტო საშუალებები, რომ ელექტროენერგია გარედან ვიყიდოთ, ენერგოდამოუკიდებლობა კი ქვეყნის დამოუკიდებლობის ერთ-ერთი საფუძველი იქნება, — აღნიშნა პრემიერმა.

ბიძინა ივანიშვილის გამოსვლიდან ასევე ცნობილი გახდა, რომ მოსახლეობის ნაწილმა პატრიარქის შუამდგომლობით მთავრობას ორი ჰესის მშენებლობაზე სთხოვა უარის თქმა. როგორც ივანიშვილი აცხადებს, საუბარია ხუდონჰესსა და ღვთის ხეობაში დაგეგმილ პროექტებზე.

— პატრიარქიც კი შეაწუხეს და ორი თხოვნა გამოატანეს, რომ ორ ადგილზე ჰესი არ აგვეშენებინა. პატრიარქს კარგად ავუხსენი, მისმა უწმინდესობამ ძალიან კარგად გაიგო და პირიქით, მე ვთხოვე მას, რომ მხარი დაეჭირა. ეს არის ჩვენი ქვეყნის განვითარების საფუძველი. ჩვენ აუცილებლად უნდა მოვახერხოთ და ავაშენოთ რაც შეიძლება მეტი ჰესი, რომ საქართველოში გამომუშავდებოდეს მეტი ენერგია, ეს კი თავის მხრივ სხვადასხვა ტიპის საწარმოების გახსნის შესაძლებლობას შექმნის. ეკონომიკასა და სამუშაო ადგილებს სჭირდება ენერგია, — განაცხადა პრემიერმა.

შუახევჰესის მშენებლობა 2016 წლის ზაფხულში უნდა დასრულდეს. ნორვეგიულ „ქლინ ენერჯი ჯგუფთან“ ერთად, პროექტში ინვესტიციას ინდური „ტატა ფაუერი“ და საერთაშორისო საფინანსო კორპორაცია განახორციელებენ. კონტრაქტის მიხედვით, ჰიდროელექტროსადგურში ელექტროენერგიის გამომუშავება 3 წლის შემდეგ უნდა დაიწყოს.

ილია II: „უმრავლესობასაც უნდა დაცვა“

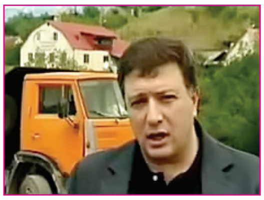
საქართველოს პატრიარქმა ილია II-მ 15 სექტემბერს სამების საკათედრო ტაძარში წირვის დასრულებისას თავის საკვირაო ქადაგებაში რამდენიმე საკითხზე გაამახვილა ყურადღება, მათ შორის, უმცირესობისა და უმრავლესობის უფლებებზე.

— მოსახლეობის უმრავლესობა ხშირად უფრო დაჩაგრულია, ვიდრე უმცირესობა. ჩვენ ნაკლებად ვფიქრობთ პასუხისმგებლობაზე და ყურადღებას ვამახვილებთ უფლებებზე. უფლებები კარგია, საჭიროა და ისინი დაცული უნდა იყოს, მაგრამ ყველამ ჩვენგანმა პასუხისმგებლობაც უნდა იგრძნოს. ძალიან ხშირად საუბრობენ მოსახლეობის უმცირესობის უფლებების დაცვაზე და იშვიათად ფიქრობენ, რომ უმრავლესობასაც უნდა დაცვა. ხშირ შემთხვევაში, უმრავლესობა უფრო დაჩაგრულია, ვიდრე უმცირესობა, — ბრძანა პატრიარქმა.

მან ახალგაზრდობასაც შეახსენა მოვალეობის გრძნობა. პატრიარქის თქმით, ახალგაზრდობა ნაკლებად ფიქრობს პასუხისმგებლობაზე და თავისუფალი ცხოვრებით ცხოვრობს. უწმინდესმა მათ ურჩია, არ დაივიწყონ ღვთის, ოჯახისა და სამშობლოსადმი პასუხისმგებლობა.

გვჭირდება თუ არა თბილისის შემოვლითი რკინიგზა, გარკვეული არ არის

ამ დღეებში ხელისუფალთა გამოსვლებში აქტუალური გახდა თბილისის შემოვლითი რკინიგზის მშენებლობის თემა. მშენებლობა, როგორც ცნობილია, ახალმა ხელისუფლებამ გარკვეული მოსაზრებებით დროებით შეაჩერა, რასაც მძაფრად ეწინააღმდეგებიან საქართველოს პრეზიდენტი მიხეილ სააკაშვილი და თბილისის მერი გიგი უგულავა. „ბიძინა ივანიშვილს ვურჩევ, აზრზე მოვიდეს!“ — ჩვეული ემოციურობით განაცხადა სააკაშვილმა, ხოლო უგულავა ამტკიცებს, რომ რკინიგზის პროექტს ალტერნატივა არ აქვს სამი ძირითადი კომპონენტის გამო.



— პირველი, ეს არის 100 ჰექტარი გამოთავისუფლებული ტერიტორია, სადაც რეალურად არის თბილისის განვითარების რესურსი. მეორე არის ის, რომ რკინიგზის გარშემო მცხოვრები ადამიანებისთვის უბრალოდ გაუსაძლისია ცხოვრება, რადგან პრაქტიკულად რელსზე გძინავს და იქ ძირითადად ყველა სახლი ავარიულია. მესამე და მთავარი კომპონენტი არის უსაფრთხოება. ყოველდღიურად დაახლოებით ათიათასობით ტონა ნავთობპროდუქტი გადაიზიდება მთელი ქალაქის მასშტაბით. სამწუხაროდ, 5 თვის წინ იყო შემთხვევა, როდესაც ლილოსთან ეს ნავთობპროდუქტი დაიღვარა. ღმერთმა დაგვიფაროს და ქალაქში ეს რომ მოხდეს, ფაქტობრივად ქალაქის ცენტრში იღებ ეკოლოგიურ კატასტროფას, — განაცხადა თბილისის მერმა.

უგულავა ირწმუნება, რომ სიმართლეს არ შეესაბამება გავრცელებული ხმები, თითქოს ეს რკინიგზა თბილისის ზღვასთან ახლოს არის.

— ის მთლიანად მოშორებულია თბილისს და თბილისის წყალმომარაგებასაც. ეს რომ არ ყოფილიყო დაწყებული, შეიძლება ფურცლებზე გველაპარაკა, მაგრამ მთავარია ის, რომ დაახლოებით 7 გვირაბი, 9 ხიდი და მთლიანად მთელი მაგისტრალი გაკეთებულია. დარჩენილია ბოლო სამუშაოები და ეს არის თვითონ რკინიგზის ტერიტორიის მოწყობა, — განაცხადა უგულავამ.

რაც შეეხება მთავრობის გადაწყვეტილებას, რომლის მიხედვითაც პროექტის კონსერვაცია მოხდა, უგულავა თვლის, რომ ეს ფულის გადაყრაა.

საქართველოს ეკონომიკის მინისტრი გიორგი კვირიკაშვილი უგულავას პასუხად განმარტავს, რომ თბილისის შემოვლითი რკინიგზის მშენებლობის საკითხი ჯერ გადაწყვეტილი არ არის.

— ტექნიკური დეტალებია დასაზუსტებელი, რამდენიმე პრობლემა იყო ამ კუთხით. თუ შეიძლება, რომ პროექტის მოდიფიკაცია ისე გაკეთდეს, რკინიგზის ხაზი ძალიან მნიშვნელოვნად არ გაიზარდოს და არ შენელდეს მოძრაობა, მაშინ, პრინციპში, თეორიულად შესაძლებელია გაგრძელდეს პროექტი, მაგრამ დღეს ამაზე საუბარი ნაადრევია. კიდევ ერთხელ განვმარტავ, საბოლოო გადაწყვეტილება არ მიგვიღია. ღია კარის მტვრევა და პიარშოუების გამართვა ამ თემაზე საჭირო არ არის. ჩვენ ვმუშაობთ საკითხის გადასაწყვეტად, — აღნიშნა გიორგი კვირიკაშვილმა.

სარკე

ჟურნალი გამოდის 1998 წლის 23 იანვრიდან

დამფუძნებელი — შპს „სარკე“
მთავარი რედაქტორი — მედეა სანაია
კომერც. დირექტორი — ვაჟა შენგელია

მთავარი რედაქტორის მოადგილეები — ირინე მჭედლიძე, ირმა გოგინაძე, ავთო ხიტიძე.

პოლიტიკა — მანანა გეგია. საზოგადოება, სამართალი, შოუბიზნესი — ირინე მჭედლიძე, რუსუდან ადვაძე, ლანა კიკნაძე, სოფიო ბოჭორიძე, მანანა ნოდია, ავთო ხიტიძე, ქეთი დონოშვილი, ეკა ლომონჯავა, თამთა ბოჭორიძე. მედიცინა — აზა გაგოშიძე, ნათია ტოტიკაშვილი. ფოტო — ქეთი ყორიმლიშვილი. მხატვარი — ქეთი ხარატიშვილი.

კომპიუტერული მომსახურება: დაკაბადონება — ირმა გოგინაძე, ნონა კანდელაკი. ოპერატორი — მარინა ჟღენტი, მაია ფიფია. კორექტურა — ლანა გაბუნია, მაია ფიფია.
სარეკლამო სამსახური — მზეკა ბარბაქაძე; 599 975-699; e-mail: mgb7@mail.ru
მდივანი — იზა ბარბაქაძე.

მისამართი: თბილისი, ჩუბინაშვილის ქ. №50, მე-3 სართული.
ტელეფონი: 296-75-43. ფაქსი: 296-75-43.
ელ.ფოსტა: SARKE@MAIL.RU ვებგვერდი: SANA.GE

რედაქციაში შემოსული მასალები არ რეცენზირდება და ავტორებს არ უბრუნდება. სტატიაში მოყვანილი ფაქტების სიზუსტეზე პასუხს აგებს ავტორი. ჟურნალისტის მიერ ჩაწერილი აუდიო მასალა ინახება 14 დღის განმავლობაში. ამ ვადის გასვლის შემდეგ სტატიის შესახებ პრეტენზიები არ მიიღება. „სარკეში“ გამოქვეყნებული ნაბეჭდი და ფოტომასალის გამოყენება რედაქციასთან შეუთანხმებლად აკრძალულია.

Cyan Magenta Yellow Black

საქართველოს საგარეო უწყება რუსეთს საპროტესტო ნოტას უგზავნის

საქართველოს საგარეო საქმეთა სამინისტრომ რუსეთის ფედერაციას საპროტესტო ნოტა გაუგზავნა. ნოტა ეხება რუსეთის პრეზიდენტის მიერ გაცემულ დავალებას, რომლის მიხედვითაც რუსეთის საგარეო საქმეთა სამინისტრომ ოფიციალური ხელშეკრულება უნდა მოამზადოს ე.წ. სამხრეთ ოსეთთან სახელმწიფო საზღვრის შესახებ.

ქართული მხარე აღნიშნულ გადაწყვეტილებას საერთაშორისო ნორმების დარღვევად აფასებს, ამიტომ მის შესახებ ყველა დასავლელ პარტნიორსა და საერთაშორისო ორგანიზაციას ეცნობება.

— ყოვლად მიუღებელია, რაც ადმინისტრაციული საზღვრის გასწვრივ ხდება. არანაირი სახელმწიფო საზღვარი იქ არ არსებობს, როგორც რუსეთის მხარეს სურს, შეგვაგუოს ამ იდეას. ბუნებრივია, დასავლელი პარტნიორები, საერთაშორისო ორგანიზაციები კიდევ ერთხელ უნდა ჩავაყენოთ საქმის კურსში იმ პოზიციის თაობაზე, რაც ჩვენ გვაქვს და იმ მიუღებელი ქმედებების თაობაზე, რაც იმ რეგიონებში ხდება, — განაცხადა პრემიერმინისტრის სპეციალურმა წარმომადგენელმა რუსეთთან ურთიერთობის საკითხებში ზურაბ აბაშიძემ.

საგარეო საქმეთა მინისტრის მოადგილე დავით ზალკალიანის განმარტებით, საპროტესტო ნოტა რუსეთს შვეიცარიის საელჩოს მეშვეობით გაეგზავნა.

— ეს არის საერთაშორისო ნორმების დარღვევა, ამიტომ ამ დოკუმენტს არანაირი იურიდიული ძალა არ აქვს და, საერთაშორისო ნორმების შესაბამისად, ბათილად იქნება ცნობილი, — აღნიშნა ზალკალიანმა.

ოფიციალური თბილისი უკანონობის გაგრძელებას უწოდებს ცხინვალის საოკუპაციო რეჟიმის გადაწყვეტილებას 18 სექტემბრიდან ახალგორის მიმართულებით გადაადგილების აკრძალვასთან დაკავშირებით. საგარეო საქმეთა მინისტრის მოადგილის, დავით ჯალაღანიას თქმით, ახალგორში მოსალოდნელი შეზღუდვები ჟენევის მოლაპარაკებებზე განიხილება.

რეინტეგრაციის საკითხებში სახელმწიფო მინისტრი პაატა ზაქარეიშვილი საგარეო საქმეთა სამინისტროს წარმომადგენლების საჯარო განცხადებებს უწუნებს.

— ჯობია, დაველოდოთ 18 სექტემბერს. წინასწარ ლაპარაკით საქმეს ვერ ვუშველით, მაგრამ იმედია, რომ თუ არ მოხდება ჩვენი მხრიდან ამაზე აპელირება ასე საჯაროდ, შეიძლება სულ სხვა შედეგი მივიღოთ. მიმაჩნია, რომ მინისტრმა ნაკლები საჯარო განცხადებები უნდა აკეთოს, როდესაც მას უფრო სხვა რესურსები აქვს ამ საკითხებზე ზემოქმედებისთვის, — აცხადებს ზაქარეიშვილი.

ცრუ შეტყობინების ავტორს 3 წლამდე პატიმრობა ემუქრება

ტერორიზმის შესახებ ცრუ შეტყობინებაზე კანონი გამკაცრდება. ამის მიზეზი ბოლო დროს სხვადასხვა ორგანიზაციის შენობაში ბომბის არსებობის შესახებ ცრუ ანონიმური შეტყობინებების გახშირება გახდა. ეს მოხდა ტელეკომპანიებში „რუსთავი 2“ და „იმედი“, ასევე პარლამენტში. ზარის ავტორი კი არასრულწლოვანი აღმოჩნდა. ანონიმური ზარი ბომბის არსებობის შესახებ თბილისის საერთაშორისო აეროპორტშიც გაისმა, რამაც აეროპორტის მუშაობაში შეფერხება გამოიწვია.

საკანონმდებლო ცვლილება შინაგან საქმეთა სამინისტრომ მოამზადა. ცვლილებები შევა ასევე ადმინისტრაციულ სამართალდარღვევათა კოდექსში და ცრუ შეტყობინების ავტორ არასრულწლოვანთა მშობლების მიმართ სოლიდური ჯარიმა დაწესდება.

საკანონმდებლო ცვლილებებს პარლამენტი უახლოეს მომავალში განიხილავს. დანაშაული ჯარიმას ან 3 წლამდე პატიმრობას ითვალისწინებს.

თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტში სწავლა აქციის ფონზე დაიწყო

16 სექტემბერს საქართველოს განათლებისა და მეცნიერების მინისტრმა თამარ სანიკიძემ თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის პირველი კორპუსის წინ შეკრებილ სტუდენტებს ახალი სასწავლო წლის დაწყება მიულოცა. მასთან ერთად ახალი სასწავლო წლის დაწყება მათ საქართველოს პატრიარქმა ილია II-მ და უნივერსიტეტის რექტორმა ლადო პაპავამაც მიულოცეს.

— მე მინდა, გაგახსენოთ დავით აღმაშენებლის სიტყვები, როცა მან გელათის აკადემია გახსნა. მაშინ თქვა, რომ აკადემია უნდა ყოფილიყო ახალი იერუსალიმი და მეორე ათინა, იერუსალიმი — თავისი სულიერებით და ათინა კი — თავისი აკადემიურობით. მე მინდა, ბიბლიიდან ციტატა შეგახსენოთ. სოლომონი როცა ავიდა სამეფო ტახტზე, უფალს სთხოვა, რომ სიბრძნე და გული გონიერი მიეცა. აი, ამას გისურვებთ, რომ ღმერთმა გული და გონება გაგიხსნათ. როცა ღმერთი ადამიანთანაა, ის ბედნიერია. მაღალი სულიერებითა და დიდი გამარჯვებით თქვენ უნდა ემსახუროთ საქართველოს, — მიმართა პატრიარქმა სტუდენტებს.

რექტორის, პატრიარქისა და მინისტრის გამოსვლის პარალელურად თსუ-ის ეზოში მიმდინარეობდა აქცია „სპილო ოთახში — პრობლემები თსუ-ში“. სტუდენტები ხარისხიან სწავლას და იმ პრობლემების მოგვარებას ითხოვდნენ, რომლებიც უნივერსიტეტში წლების განმავლობაში დაგროვდა. უნივერსიტეტის ახალი რექტორი ვლადიმერ პაპავა აქციის მონაწილეებს პრობლემებში გარკვევას დაჰპირდა.

ბათუმში დაკავებული იუსუფ ლაკაევი ექსტრემისტულ საქმიანობაშია ეჭვმიტანილი

13 სექტემბერს, დაახლოებით 23:00 საათზე, ქალაქ ბათუმში, პუშკინისა და გრიბოედოვის ქუჩების კვეთაზე, საპატრულო პოლიციის ეკიპაჟმა შეაჩერა პირი და პირადობის დამადასტურებელი დოკუმენტაციის წარმოდგენა მოსთხოვა. პირმა ხელჩანთიდან ცეცხლსასროლი იარაღი ამოიღო და პოლიციელების მიმართულებით რამდენჯერმე გაისროლა. თავდამსხმელმა მიმალვა სცადა და კიდევ რამდენჯერმე ისროლა, რის შედეგადაც დაიჭრნენ ბათუმის საქალაქო სამმართველოს უბნის ინსპექტორ-გამომძიებელი ი.დ. და მოქალაქე ე.ხ. პოლიციამ საპასუხო ცეცხლი გახსნა და თავდამსხმელიც დაიჭრა.

სამართალდამცველებმა ადგილზევე დააკავეს თავდამსხმელიც და მისი თანმხლები პირები — 1993 წელს დაბადებული ფირუზ წულუკიძე და 1969 წელს დაბადებული თემურ ბახუნტარაძე. დადგინდა, რომ თავდამსხმელი რუსეთის ფედერაციის მოქალაქე, საქართველოში არალეგალურად მყოფი, 1988 წელს დაბადებული იუსუფ ლაკაევია. ლაკაევი სოჭის ოლიმპიადისთვის საფრთხის შემცველ პირთა შორის აღმოჩნდა. ის 81 კაციან სიაში 48-ეა. სიაში, ფიზიკური პირების გარდა, შეყვანილია რამდენიმე ორგანიზაცია. ყველა მათგანზე არსებობს ცნობები, რომ ექსტრემისტულ საქმიანობასა და ტერორიზმში არიან ჩართული.

გამოძიება ცეცხლსასროლი იარაღის მართლსაწინააღმდეგო შეძენა-შენახვა-ტარების, საზოგადოებრივი წესრიგის დამცველის ან ხელისუფლების სხვა წარმომადგენლის მიმართ წინააღმდეგობის, მუქარის ან ძალადობის გაწევისა და პოლიციელზე ან ხელისუფლების სხვა წარმომადგენელზე თავდასხმის ბრალდებით მიმდინარეობს.

ახალი სასწავლო წლის დაწყება ბავშვებს „ნესქვიქმა“ მიულოცა

ახალი სასწავლო წლის დაწყებამდე კომპანია „ნესქვიქმა“ „თბილისი მოლში“ ბავშვებს დღესასწაული მოუწყო. ღონისძიება ყველასათვის საყვარელმა ტელეწამყვანმა ბაბილინამ გახსნა. მან პატარებს ახალი სასწავლო წელი მიულოცა და ათიანები უსურვა. შემდეგ კი ისინი ააცეკვა, აამღერა და თითოეული მათგანი შოუს მონაწილედ აქცია.

ბავშვები ჯამბაზებმა გააკვირვეს, უამრავი საინტერესო და სასაცილო ნომრის შემდეგ მათ პატარებს გაწვრთნილი ძაღლების შოუ შესთავაზეს. ღონისძიება მხოლოდ სანახაობრივი არ ყოფილა. „ნესქვიქმა“ ბავშვებს ვიქტორინა შესთავაზა, გამარჯვებულებს კი პრიზები გადასცეს. იმ საღამოს უსაჩუქროდ არც სხვები დარჩენილან, პრომოგოგონები ყველას ასაჩუქრებდნენ თავიანთი პროდუქციით, სასკოლო ნივთებითა და უგემრიელესი სასმელით. „ნესქვიქის“ საღამო დაუვიწყარი გამოვიდა.

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი
მიიღეთ
ლაქტო-ჯი
www.laqto.ge
გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

Apifito PHARM

ბალზამი 100% ნატურალური პროდუქტი !

პრომიოდი

როცა თვით ბუნება კურნავს...

ბალზამი „პრომიოდი“ — ბუნების მიერ ნაჩუქარი ჯანმრთელობა!

ლეგენდებით მოცული კარპატის მთები, რომელსაც უმღერიან ხალხურ გადმოცემებში, განთქმულია არამხოლოდ მიწისქვეშა განძეულით. ჩვენ არც კი ვფიქრობთ იმაზე, თუ როგორი საოცარი იდუმალი ძალაა ჩამალული მთის უმდიდრეს ფლორასა და ფაუნაში. კარპატის მთების დიდებული ბუნება ამოუწურავი სასიცოცხლო ენერგიის და ნამდვილი ჯანმრთელობის წყაროა, რომელსაც ასე ხშირად უსურვებდნენ ერთმანეთს საბჭოური დროის მისალოც ბარათებში.

ჩვენ სხვა ეპოქაში ვცხოვრობთ, სხვა ქვეყანაში, მაგრამ ერთი კი უცვლელი დარჩა — ძლიერი ჯანმრთელობის სურვილი თქვენთვის და თქვენი ახლობლებისთვის და ამისათვის სულაც არ არის საჭირო გაემგზავროთ კარპატებში. მთების მკურნალი ძალა ინახება ჯადოსნურ ბალზამში „პრომიოდი“. იგი 100%-იანი ბუნებრივი პროდუქტია.

ბალზამის უნიკალურობა მდგომარეობს იმაში, რომ თითოეული მისი შემადგენელი კომპონენტი მრავალფუნქციურია თავისთავად.

მის შემადგენლობაში შედის: თაფლი, პროპოლისი, კედრის ზეთი, გოგრის თესლის ზეთი, ქაცვის ზეთი, ფუტკრის ცვილი. პრაქტიკულად ნებისმიერ მათგანს ხალხში უწოდებენ „ურალის ოქროს ფესვს“.

მხედველობაში აქვთ სამკურნალო თვისებათა უნივერსალობა. ხოლო ერთ ბალზამად შეკრული, დაპატენტებული ტექნოლოგიით ურთულესი დამუშავების გავლის შემდეგ, ისინი იძლევიან კუმულაციურ ეფექტს და წარმოადგენენ უზარმაზარ ძალას, რომელიც გამაოგნებელ შედეგებს იძლევა და აღადგენს ჩვენს ორგანიზმს.

ხანმოკლე დროის მანძილზე „პრომიოდი“ უკვე დაეხმარა ათასობით ადამიანს თავიანთ დაავადებებთან გამკლავებაში.

მისი გამოყენების შედეგები შესამჩნევია უკვე პირველსავე დღეებში, შეინიშნება ჯანმრთელობის მდგომარეობის აშკარა გაუმჯობესება, განსაკუთრებით დაავადებათა მწვავე ფორმების დროს.

ბალზამი „პრომიოდი“ ხელს უწყობს სისხლის კაპილარების გაფართოებას და ავსებას, რაც აძლიერებს ვენოზურ გადიდებას, აუმჯობესებს სისხლის მიკროცირკულაციას და შველის ორგანიზმს გულ-სისხლძარღვთა დაავადებების დროს, როგორიცაა იშემია, არითმია, სტენოკარდია, ასევე არტერიული წნევის ხტომების დროს. იმ ადამიანებისთვის, რომელთაც ამინდის ცვლილებებზე დამოკიდებულება აწუხებთ, ეს შეუცვლელი საშუალებაა. ბალზამი ხსნის თავის ტკივილს, სტაბილურს ხდის წნევას, შველის სახსრებში ტეხვისას და, მაშასადამე, საყრდენ-სამოძრაო აპარატის მრავლობითი დაავადებების დროს (ართრიტი, ართროზი, რადიკულიტი, ოსტეოქონდროზი, რევმატიზმი, ნევრიტი, მალთაშორისი თიაქარი, ქუსლის დეზი და ა.შ.). გარდა ამისა, „პრომიოდი“ არბილებს სისხლძარღვთა კედლებს. ხდის მათ უფრო ელასტიკურს და ამცირებს თავის ქალის შიდა წნევას. „პრომიოდი“ ხელს უწყობს ორგანიზმის აღდგენას ტრავმების შემდეგ, მათ შორის — თავის ტრავმის, ინსულტების, ინფარქტების შემდეგ. კარგი შედეგებია ისეთი დაავადებების დროს, როგორიცაა ფარისებრი ჯირკვლის დაავადებები, თვალის დაავადებები (კონიუნქტივიტი, გლაუკომა, კატარაქტა, ახლომხედველობა), შაქრიანი დიაბეტი.

„პრომიოდი“ ეფექტურია ნებისმიერი მწვავე ინფექციური დაავადების მოხსნის დროს (გრიპი, მწვავე რესპირატორული ვირუსული ინფექციები, მწვავე რესპირატორული დაავადებები, ჰაიმორიტი, პაროდონტოზი, ყურის და სამწვერა ნერვის ანთებები, ოსტეომიელიტი, დისბაქტერიოზი და ა.შ.), ქრონიკული დაავადებების და ინფექციების რეციდივების (ასთმა, ბრონქიტი, პნევმონია, პროსტატიტი და ა.შ.) დროს.

გამოსცადეთ თქვენს თავზე ჯადოსნური ძალა ბალზამისა, რომელიც თვით ბუნების მიერაა შექმნილი.

მის დამზადებაზე იმუშავა ათასობით ფუტკარმა, რომლებიც დაუღალავად დაფრინავდნენ ყვავილიდან ყვავილზე. მზრუნველმა ხელებმა თაფლის კომპოზიციას დაუმატა სამკურნალო ზეთები იმ მცენარეებისა, რომლებიც დედამიწის წვენებს და სტიქიის ენერგიას შეიწოვენ.

შეიგრძენით „პრომიოდ“-თან ერთად კარპატების მაცოცხლებელი სუნთქვა.

მაწუხებდა სახსრები,სიარული მიჭირდა და აუტანელი ტკივილებიც მქონდა და პროსტატაც მაწუხებდა, რის შედეგაც ღამის განმავლობაში რამოდენიმე ჯერ ადგომი მიწევდა. ბალზამ „პრომიოდიტ“ მკურნალობის შემდეგ ტკივილები აღარ მაქვს,სიარული აღარ მიჭირს და ღამეც მშვიდად მძინავს. ახლა თავს ბევრად უკეთ ვგრძნობ და სიტყვები არ მყოფნის რომ გამოვთქვა ჩემი მადლიერება!

ვერძაძე ხასან. 80 წ.ქ. ბათუმი.

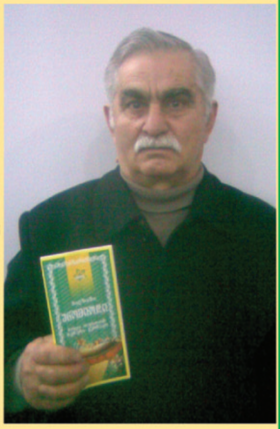
მაქვს რთული ქრონიკული კანის დაავადება-ფსორიაზი. კანი მექერცლებოდა და მექავებოდა. რომ შევიტყვე ბალზამ „პრომოიდის“ შესახებ მისი მიღება გადავწყვიტე,ვიღებდი შინაგანად და გარეკანზე(დაზიანებულ ადგილებზე) ვისმევდი. მკურნალობის 3 დღის შემდეგ ქავილი მომეხსნა,ორი კვირის შემდეგ კი გამონაყარიც გაქრა. მიღებული შედეგით გაოცებული ვარ.ბალზამის მიღება ახლაც ვაგრძელებ!

მაია კუკულაძე. 43წ.ქ. რუსთავი.

ძალიან მაწუხებდა ტკივილები სახსრებში, ამის გამო თითქმის ყოველდღე ტკივილგამაყუჩებელს ვღებულობდი, გარდა ამისა მაღალი წნევა,უძილობა და რინიტი (ქრონიკული სურდო) მაწუხებდა,რის გამო სუნთქვა მიჭირდა. ბალზამ ,,პრომიოდის,, პირველი კურსის შემდეგ ტკივილებმა სახსრებში გამიარა, საერთო მდგომარეობა გამიუმჯობესდა, ხოლო მეორე კურსის მიღების შემდეგ არტერიული წნევა დამირეგულირდა 120/70,ძილი გამიუმჯობესდა და ქრონიკულმა სურდომ გამიარა. მიღებული შედეგით ძალიან კმაყოფილი ვარ! ულრმესი მადლობა თქვენ და ბალზამ ,,პრომიოდს,,!

აბურჯანია რუსუდანი 57 წ. ქ.ფოთი.

ერთი წლის წინ დამიდგინეს დიაგნოზი-გლაუკომა. პერიოდულად თვალის წნევა მიწევდა ხოლმე.საოპერაციო ვიყავი,მაგრამ არ დავთანხმდი და ჟურნალში წავიკითხე ბალზამ პრომიოდზე, შინაგანად მიღება დავიწყე თვალის ირგვლივ და საფეთქლებზე ვისმევდი.4 ქილის მიღების შემდეგ შევატყვე,რომ თვალის წნევამ დაიწია,ექიმი კი გაოგნებული იყო შედეგით,რადაგნ საოპერაციო ვიყავი,ეხლა კი ოპერაცია არ მესაჭიროება! დიდი მადლობა თქვენ და ბალზამ პრომიოდს!!!



დავიდ ლაფიაშვილი 73წ.თბილისი.

Cyan Magenta Yellow Black

ძალიან შეუძლოდ ვიყავი, მდგომარეობა იმდენად გაუარესებული მქონდა რომ სიცოცხლის ხალისიც კი არ მქონდა.ნერვოზი,გაღიზიანობადობა,სახსრებში ტკივილები მაწუხებდ,ამის გარდა 2010 წელს გადავიტანე 1 ინფარქტი, 3 მიკროინფარქტი და 1 ინსულტი, მქონდა ხშირი, აჩქარებული გულისცემა და საერთო სისუსტე, სახეზე ფერიც კი არ მქონდა იმდენათ დასუსტებული ვიყავი,ძალა არ

მქონდა.ერთ თვიანი კურსის მკურნალობის შემდეგ, სიარული დავიწყე,სახსრებში ტკივილები მომეხსნა, გაღიზიანობადოდა მომეხსნა,ძალა,ენერგია მომემატა,გულის რითმი დამირეგულირდა, აჩქარებული და ხშირი გულისცემა მომეხსნა,ეს ხომ საოცრებაა,ეხლა კი სიცოცხლის ხალის ვგრძნობ,თქვენმა ბალზამმა ფეხზე დამაყენა და უღრმეს მადლობას მოგიხდით ასეთი სასწაულისათვის!

ნარგიზი როსტიაშვილი 61წ.წეროვანი.

ბალზამ პრომიოდის 4 ქილა შევიძინე, მომეხსნა ტკივილები ხერხემალში, ასთმური შეტევაც კი არ მქონია,რომელიც ხშირად მაწუხებდა. მკურნალობამდე კი ძლიერი ტკივილები ხერხემალში მქონდა,რის გამოც გადაადგილება ძალიან მიჭირდა.ეხლა კი საერთო მდგომარეობა გამიუმჯობესდა და თავს ბევრად უკეთ ვგრძნობ, თქვენი უღრმესი მადლობელი ვარ!

ლეილა ბრეგვაძე.65წ. ქ.თბილისი

ბალზამის მიღების შემდეგ ჯანმრთელობის მდგომარეობა გამიუმჯობესდა.მაქვს ჩიყვი და ქვედა კიდურების ართროზი,ტკივილების გამო სიარული ძალიან მიჭირდა.ახლა ვიღებ ბალზამ პრომიოდს და სულ მივიღე 7 ქილა,შევატყვე რომ სახსრები აღარ მტკივა და ჩიყვი დამიპატარავდა,ეს ხომ ჩემთვის არც ისე უმნიშვნელოა,
გმადლობთ ბალზამი ნამდვილად დამეხმარა!

მაყვალა კვაჭაძე.74წ.თბილისი.

ჩემი მდგომარეობა გამიუმჯობესდა 4 ქილის მიღების შემდეგ.მაქვს შაქრიანი დიაბეტი,ართროზი, ოსტეოქონდროზი,რომელიც 35 წელი მაქვს და ნაღველაც მაწუხებს.ბალზამის წყალობით შაქრის დომენ სისხლში დაიწია,მკურნალობამდე 400 მქონდა ,მთელი ზამთარი ლოგინად ვიყავი ჩავარდნილი,ეხლა კი ვდგები და ნელ-ნელა დავდივარ ,როგორც ადრე,ტკივილები სახსრებში აღარ მაქვს,შაქრის დონემ სისხლში დამირეგულირდა და ნაღველაც არ მაწუხებს.
დიდი მადლობა !

ელგუჯა გოგატიშვილი.78წ.საჩხერე.

რამოდენიმე წლის წინ დამიდგინეს დიაგნოზი-ჰიპერტონია.წამლების მიღება დავიწყე.ამის გარდა ვარიკოზიც აღმომიჩნდა,ქვედაკიდურებში სიმძიმის შეგრძნება მქონდა.გაზეთში ამოვიკითხე ინფორმაცია პრომიოდის შესახებ,მისი შემადგენლობა ძალიან მომეწონა და გადავწყვიტე მიღება.ბალზამს ვლებულობდი შინაგანად და გარეკანზე ანუ ვენებზეც ვისმევდი თხლად. რამოდენიმე კვირაში(8 ქილა მივიღე) სიმსუბუქე ვიგრძენი ქვედაკიდურებში და არტერიული წნევამ დამირეგულირდა.ამის ფონზე წამლების მიღება შევცყვიტე.დიდი მადლობა თქვენ და ყველას ვურჩევ ბალზამის მიღებას,რადგან ის ნამდვილად შედეგიანია!

მურაჩაშვილი ზურაბი. 52წ.ქ.თბილისი.

ყველაზე მთავარია იმ ხალხთა გულწრფელი წერილები, რომლებმაც თავის თავზე გამოსცადეს ბალზამ „პრომიოდ“-ს კეთილისმყოფელი მოქმედება.

ჩემი ახლობლებისგან გავიგე ბალზამის თაობაზე , მეც მირჩიეს ეს პროდუქცია და გადავწყვიტე თქვენს ლეკციაზე მოსვლა და ბალზამის შეძენა.უკვე დიდი ხანია როგორც მაწუხებს ოსტეოონდროზი,ვერ დავდიოდი,კოლიტი ,თირკმელების პრობლემები და ჰაიმოროტი მაქვს,ამის გამო სუნთქვა მიჭირდა და ცხვირიდან გამონადენი მქონდა.2,5 თვიანი კურსის მკურნალობის შემდეგ(10 ქილა) შევატყვე,რომ წელის და ფეხების ტკივილმა გამიარა,თირკმელებიც აღარ მაწუხებს ,კუჭის მოქმედება დამირეგულირდა,ცხვირიდან ჩირქოვანი გამონადენი მქონდა და გამისუფთავდა , სუნთქვაც აღარე მიჭირს,არ მჯერავს,რომ ამის საშველი დადგა! უღრმეს მადლობას მოგიხდით თქვენ ყველას!

თამარი ტყეშელიაძე.

„პრომიოდი“-ს გამოფენა-გაყიდვა, აგრეთვე დაწვრილებითი კონსულტაცია მისი გამოყენების შესახებ გაიმართება შემდეგ მისამართებზე:

ყურადღება!!! განრიგში ცვლილებებია!!!

თბილისი, 18, 19, 20, 21, 22, 23 სექტემბერი, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 ოქტომბერი
მის.: ბახტრიონის 22. 15.00-17.00 სთ.
ვარკეთილი – 3, 2 მ/რ, სუხიშვილის ქუჩის ბოლოს, სესილია თაყაიშვილის 1. 167 და 150 მარშრუტკების ბოლო გაჩერება, „ავერსის“ აფთიაქის თავზე. ყოველდღე, 10.00-20.00 სთ.

თელავი, 21 სექტემბერი, 5 ოქტომბერი. მის.: 26 მაისის ქ. 5. ჭადრაკის სახლი. 11.00-12.00 სთ.

რუსთავი, 22 სექტემბერი, 6 ოქტომბერი. მის.: მეგობრობის 32, სასტუმრო „რუსთავი“. 12.00-13.00 სთ.

გორი, 23 სექტემბერი, 7 ოქტომბერი. მის.: სტალინის გამზ. 26. სასტუმრო „ჯორჯია“. 12.00-13.00 სთ.

ბათუმი, 24 სექტემბერი, 8 ოქტომბერი. მის.: ზუბალაშვილების 18. სასტუმრო „თიკო“, 10.00-12.00 სთ.

ოზურგეთი, 24 სექტემბერი, 8 ოქტომბერი. მის.: იოანე პეტრიწის 1. რეტორანი „იზაბელა“. 11.00-12.00 სთ.

ქობულეთი, 24 სექტემბერი, 8 ოქტომბერი. მის.: აღმაშენებლის გამზ. 388. სასტუმრო „რივიერა“, 13.00-14.00 სთ.

ფოთი, 24 სექტემბერი, 8 ოქტომბერი. მის. 9 აპრილის 10. „ბალუ“. 15.00-16.00 სთ.

ზუგდიდი, 24 სექტემბერი, 8 ოქტომბერი. მის. გამსახურდიას 26. „ატრიუმი“. 17.00-18.00 სთ.

სამტრედია, 25 სექტემბერი, 9 ოქტომბერი. მის.: შ. რუსთაველის 21. რესტორანი „ჭურტავა“, 10.00-11.00 სთ.

ქუთაისი, 9 ოქტომბერი. მის.: კოსტავას 25. სასტუმრო „ლია“. 12.00-13.00 სთ.

ზესტაფონი, 25 სექტემბერი, 9 ოქტომბერი. მის.: მ. ჭანტურიას 42. ბაზრის მიმდებარე ტერიტორია, 14.00-15.00 სთ.

ჭიათურა, 25 სექტემბერი, 9 ოქტომბერი. მის.: აღმაშენებლის 91. სასტუმრო „ნელი ტაბატაძე“. 16.00-17.00 სთ.

ახალციხე, 26 სექტემბერი, 10 ოქტომბერი. მის.: კოსტავას 4/24. ბარი „სტუმრად ნუკისთან“. 12.00-13.00 სთ.

ბორჯომი, 26 სექტემბერი, 10 ოქტომბერი. მის.: რუსთაველის 101. სასტუმრო „ოლიმპი“. 14.00-15.00 სთ.

ხაშური, 26 სექტემბერი, 10 ოქტომბერი. მის.: კოსტავას 6. აფთიაქი. 16.00-17.00 სთ.

ერთი შეფუთვის მასა: 120 გრამი
მინიმალურ შეკვეთა — 2 შეფუთვა
არ წარმოადგენს მედიკამენტს. მიღებამდე გაიარეთ ექიმის კონსულტაცია, საქონელი სერთიფიცირებულია.

www. apifito.net

გამოსცადე ბალზამის სამკურნალო თვისება, ბუნების საჩუქარი.

საინფორმაციო:
571 22 98 98

Cyan Magenta Yellow Black

როგორ შეურიგდა ლევან ყოჩიაშვილი სახლიდან წასულ ცოლს

მარინა ყაჭაშვილი: „ჩვენ იმან გაგვაბრაზა, რაც შეიძლება სხვა ოჯახებში ყოველდღე ხდება“

მსახიობ ლევან ყოჩიაშვილის ცხოვრებასა და საქმეში საოცარი დამთხვევები მოხდა. სერიალსა და რეალობაში მოვლენები ისე განვითარდა, სინამდვილესა და მოგონილ სიუჟეტს შორის ზღვარის გავლება თავადაც უჭირდა. ჯერ რეალურ ცხოვრებაში დაშორდა ცოლს, შემდეგ — სერიალში. მას მერე, რაც სცენარისტებმა ეკრანულ ცოლს, ნინას შეარიგეს, თავის ჭეშმარიტ მეუღლესთან, მარინა ყაჭაშვილთანაც მოაგვარა ურთიერთობა და ცოლ-ქმარმა ძველებურად ერთად გააგრძელეს ცხოვრება.

სხვათა შორის, მარინაც დიასახლისია ნინასავით. აქამდე მთელ დროს ორი შვილის გაზრდას უთმობდა, ახლა კი სურს, მუშაობა დაიწყოს და საქმეში რეალიზებული ქალი გახდეს. პროფესიით უცხო ენების სპეციალისტია.

ოჯახს ბზარი ცოტა ხნის წინ გაუჩნდა. მარინა კახეთში, მშობლებთან წავიდა და შვილებიც წაიყვანა. როცა ეს ამბავი გავრცელდა, ყველა ამბობდა, მათ შორის მესამე ჩადგაო. ლევან ყოჩიაშვილმა მაშინ ეს ინფორმაცია უარყო. უსიამოვნება სულ სხვა რამის გამო მოგვივიდაო, გვითხრა.

„კინოში თუ გერევა ცხოვრება, რეალურ ცხოვრებაშიც გერევა ყველაფერი. ეს პროფესია ემოციებზე, გრძნობებზეა დამყარებული. შეიძლება ჯერ ცხოვრებაში დაგემართოს რაღაც და მერე ის ფილმში გამოიყენო. ემოციურად იხსენებ, როგორ იყავი იმ დროს. აჰყვება ხოლმე ერთმანეთს ცხოვრებისეული პერსონაჟის დეტალები... სერიალში ნინასთან დაშორებამდე მოხდა ჩვენი ამბავი“, — გვითხრა ლევან ყოჩიაშვილმა მაშინ, როცა ცოლთან დროებით იყო განშორებული.

ახლა კი, როცა ოჯახური იდილია დაიბრუნეს, მარინა ყაჭაშვილი „სარკეს“ უამბობს, როგორ დაძლიეს მან და ლევანმა რთული პერიოდი.

— მარინა, სერიალ „ჩემი ცოლის დაქალების“ დასაწყისში, სანამ ლევანი ძალიან პოპულარული გახდებოდა, ერთმანეთზე უზომოდ შეყვარებულები ჩანდით. რატომ აირია ურთიერთობა?

— არაფერი არეულა. უბრალოდ ვიჩხუბეთ და დროებით ცალ-ცალკე ვიყა-

„ლევანს კარგი კბილები აქვს. ასე რომ, ამ მხრივაც თავი ქუდში მაქვს“.

ვით. ახლა კი ისევ ერთად ვართ. ჩხუბიც არ ერქვა, ჩვეულებრივი უთანხმოება იყო ცოლ-ქმარს შორის.

— ეტყობა, მაინც უფრო მეტი იყო, ვიდრე ჩვეულებრივი უთანხმოება, თორემ სახლიდან არ წახვიდოდით.

— ჩვენ გადავწყვიტეთ, სანამ ერთმანეთი ძალიან არ მოგვენატრებოდა, ცალ-ცალკე ვყოფილიყავით. მე-16 წელი დაიწყო, რაც ერთად ვართ. სხვა დროსაც გვქონია უთანხმოება, მაგრამ ალბათ გავიზარდეთ და ასე იმიტომ მოვიქეცით.

— ლევანი პოპულარობამ შეცვალა?

— არა, არ შეცვლილა და ჩვენი უსიამოვნება სულაც არ იყო დაკავშირებული მის პოპულარობასთან. თავისი საქმის პროფესიონალია, კარგი ადამიანია და ისე არ მომხდარა, რომ პოპულარობა თავში ავარდნოდა. ქუჩაში ვერ გაივლი ლევანთან ერთად, ისეთი ამბავი ხდება მის გარშემო, მაგრამ ცხოვრებაში არაფერი შეცვლილა. ეს იყო ჩვეულებრივი ოჯახური უსიამოვნება. არანაირი მესამე პირი ჩვენს ურთიერთობაში არ ყოფილა. ასეთი კითხვაც კი არ დასმულა. უაღრესად ერთგული, პატიოსანი ადამიანია, საუკეთესო მამაა. როგორი მსახიობია, თქვენც ხედავთ.

— ისე აქებთ, ამით აღიარებთ, რომ ეს უსიამოვნება თქვენი ბრალი იყო. როგორი იყო ის პერიოდი თქვენთვის, რომელიც ლევანის გარეშე გაატარეთ?

— როცა საყვარელ ადამიანთან ერთად არ ხარ, რა თქმა უნდა, რთულია.

— შესარიგებლად პირველი ნაბიჯი რომელმა გადადგით?

— ჩვეულებრივად, ბუნებრივად შევრიგდით. არც ჩხუბითა და აყალმაყალით დავშორებულვართ და არც შერიგება ყოფილა განსაკუთრებული.

— სერიალში მისმა გმირმა ცოლს შესარიგებლად უზარმაზარი სიურპრიზი მოუწყო.

— მსგავსი არაფერი ყოფილა. დაიწერა კიდეც, სერიალის მსგავსად მოხდა ლევანის პირად ცხოვრებაშიო. ჩვენს ურთიერთობას იმ პრობლემასთან საერთო არაფერი აქვს, რაც ფილმში იყო და მთელი საქართველო გააგიჟა.

— ზაფხული როგორ გაატარეთ?

— ზაფხულში ერთად ვიყავით მთელი ოჯახი დედოფლისწყაროში. იქ ლევანის მამამ სახლი აგვიშენა და გაგვირემონტა. ჩვენ კი ავეჯით მოვაწყვეთ. მთელი ზაფხული მე და ლევანი ამ სახლის მოწყობით ვიყავით დაკავებული. ლევანს ყველაფერი ეხერხება. რაც შეძლო, ყველაფერი თავად გააკეთა. სახლში რაც უნდა გაფუჭდეს, ხელოსნის მოყვანა არ გვჭირდება. ონკანიდან დაწყებული, ყველაფრის შეკეთება შეუძლია. ერთად ვწყვეტდით, რა გვეყიდა და სად რა დაგვედგა. ლევანი საოცრად მოწესრიგებულია. თუ სახლში ყველაფერი თავის ადგილზეა, მშვიდად არის და პრობლემა არ აქვს.

მეც და ლევანიც დედოფლისწყაროდან ვართ. იქ ბევრი მეგობარი გვყავს და მათთან ერთად ვატარებდით დროს. თან დავისვენეთ, თან სახლის მოწყობაც დავამთავრეთ, რომელიც ძალიან ლამაზია. ასე რომ, კარგი და შედეგიანი ზაფხული იყო.

ლევანს ქეიფი უყვარს. კახეთში როგორი ქეიფიც იციან, მოგეხსენებათ. ისეთი შეგრძნება მაქვს, თითქოს ჩვენს ცხოვრებაში არანაირი უსიამოვნება არ ყოფილა. ზაფხულის შემდეგ ჩამოვედით თბილისში და ჩვეულებრივად გრძელდება ცხოვრება.

ჩვენი ჩხუბის შემდეგ დედოფლისწყაროში წავედი და ბავშვებიც წავიყვანე,

„არანაირი მესამე პირი ჩვენს ურთიერთობაში არ ყოფილა. ასეთი კითხვაც კი არ დასმულა. უაღრესად ერთგული, პატიოსანი, საუკეთესო მამაა“.

რამდენიმე თვე იქ დადიოდნენ სკოლაში. გოგონა, კესო, დედოფლისწყაროში დავტოვეთ. კარგი სკოლა გვაქვს და გადავწყვიტეთ, იქ ისწავლოს. პატარა კი წამოვიყვანეთ. კესოს დედოფლისწყაროში ყოფნა უნდა. იქ კარგი მეგობრები ჰყავს.

— მამა როგორ ეგუება ქალიშვილის ცხოვრებას სხვაგან?

— ლევანი 19 წლის იყო, კესო რომ გვეყოლა. მამას არ ეძახის. კესოსთვის ლევანი ლევანია. თბილი, მეგობრული ურთიერთობა აქვთ. გარეგნულადაც ძალიან ჰგვანან ერთმანეთს. დედოფლისწყაროში ყოველ კვირას ჩავდივართ. გაგებით შევხვდით კესოს ამ სურვილს.

— „ჩემი ცოლის დაქალების“ გადაღება დაიწყო. ლევანი ძალიან დაკავებულია?

— დილიდან საღამომდე გასულია.

— რაც ალბათ თქვენს ნერვებზე მოქმედებს.

— არანაირად. პირიქით, რაც →71

Cyan Magenta Yellow Black

გეგა ფალავანდიშვილი: „ქალებთან დათმობაზე არ მივდივარ“

პოპულარულ ტელეპროექტ „ნიჭიერის“ ჟიურიში გეგა ფალავანდიშვილს და ნიკა გვარიამიას ორი ქალი დაუმშვენებთ გვერდს — მსახიობი ია ფარულავა და პიანისტი ხატია ბუნიათიშვილი. ჟიურიში მშვენიერი სქესის მომრავლება ობიექტურობით ცნობილ გეგაზე არ მოქმედებს. კონკურსანტებთან ისევ ისეთი პრინციპულია, როგორიც აქამდე იყო, თუმცა იმასაც აღიარებს, რომ მონაწილის შეფასებებისას ზოგჯერ ცოლის აზრიც კი გაუთვალისწინებია.

ახალი სეზონის ჩანაწერები უკვე დაწყებულია, ტელემაყურებელი შოუს ოქტომბერში იხილავს. რითი იქნება განსხვავებული ახალი „ნიჭიერი“ ძველისგან და როგორ გრძნობს თავს ჟიურის „ვეტერანი“ წევრი გეგა ფალავანდიშვილი სრულიად ახალ პარტნიორებთან, ამის შესახებ „სარკის“ მკითხველებს თავად უამბობს.

— გეგა, „ნიჭიერის“ ახალი სეზონი, თქვენი პროგნოზით, როგორი იქნება?

— იმედი მაქვს, ეს პროექტი ამ სეზონზე გაცილებით რეიტინგული იქნება, ვიდრე ადრე. უამრავი მონაწილე გვყავს და საინტერესო სიახლეც ბევრია. წინა სეზონის მსგავსი ნომრებიც ალბათ განმეორდება, მაგრამ ამჯერად უფრო გაუმჯობესებული იქნება. მოგეხსენებათ, პროექტს უკვე ოთხი ჟიურის წევრი ჰყავს, რაც ერთგვარად ართულებს კონკურსანტების გადასვლას მომდევნო ტურში, მაგრამ, მეორე მხრივ, ეს ძალიან კარგია, რადგან მონაწილეს გადასასვლელად უფრო დახვეწილი ნომერი და მეტი „კი“ სჭირდება.

— წინა სეზონში ჟიურიში სოფო ნიჟარაძისა და ვანო ჯავახიშვილის გვერდით იჯექით. შეჩვეულ პარტნიორებთან განშორება არ გაგიჭირდათ?

— რა თქმა უნდა, გული დამწყდა, რომ მათთან ერთად აღარ მომიწევს ჟიურიში ყოფნა, მაგრამ ყველა ცვლილება უკეთესობისთვის ხდება. მე გადახალისებას ვემხრობი. ეს იმისთვისაა საჭირო, რომ მაყურებელს ინტერესი და მოულოდნელობის განცდა ჰქონდეს. სოფოც და ვანოც ძალიან გვგულშემატკივრობენ ისევე, როგორც მალე სოფოს მე ვუქომაგებ. მგონია, რომ პროექტში „ცეკვავენ ვარსკვლავები“ ძალიან კარგად წარმოაჩენს თავს, რადგან ის საოცრად მიზანდასახული და პასუხისმგებლობის მქონე ადამიანია. ჩემი აზრით, უფრო დიდ სირთულეს შეეჭიდა, ვიდრე ჟიურიში ჯდომაა. „ცეკვავენ ვარსკვლავებ“-ში საკუთარი შესაძლებლობები უნდა დაამტკიცო, მით უმეტეს, როცა შემდგარი ვარსკვლავი ხარ და თავს სხვა ჟანრში სცდი. ვიცი, რომ მაქსიმალურად დაიხარჯება იმისთვის, რომ საუკეთესო იყოს. ჩვენ ტელევიზიის გარეთაც ვმეგობრობთ, არაჩვეულებრივი ურთიერთობა გვაქვს. გული დამწყდა, რომ სოფო ჟიურის წევრი აღარ არის, მაგრამ ახალ წევრებთან ერთად ყოფნაც ძალიან გამიხარდა.

— პარალელები რომ გავავლოთ, როგორი იყო ჟიურის ძველ შემადგენლობასთან მუშაობა და ახალთან როგორია?

— როგორც ადამიანები განსხვავდებიან ერთმანეთისგან, ასევე განსხვავდება სხვადასხვა სეზონის მუშაობის პროცესები. ვერ გეტყვით, რომელი სეზონი უფრო საინტერესო იყო, მაგრამ ჩემთვის საინტერესოა ახალი გამოწვევა, ჟიურის ახალი წევრები, რომლებსაც ჯერჯერობით ახლოს არ ვიცნობ.

ვფიქრობ, რომ ეს სეზონი მაყურებლისთვისაც საინტერესო იქნება. ყველაზე მეტად მაყურებელი ტელეეკრანიდან ია ფარულავას იცნობს და ნაკლებად — ნიკას და ხატიას. ძალიან რთულია, ნომერი ჟიურის ოთხივე წევრს მოგვეწონოს, ამიტომ შერჩევის კრიტერიუმებიც გართულდა, რასაც, ჩემი აზრით, ის შედეგი მოჰყვება, რომ შემდეგ ტურში საუკეთესო მონაწილეები გადავლენ. კონკურსანტები უფრო კარგად მომზადებულები უნდა მოვიდნენ, ჩვენს ჟიურიში დემოკრატიაა, ყველას ჩვენ ჩვენი აზრი გვაქვს. რთული ამოცანაა, ოთხ განსხვავებულ ადამიანს მოაწონო ნომერი, რადგან ხშირად ვერ ვთანხმდებით.

— ჟიურის მამაკაცი წევრების აზრზე ორი ქალი გავლენას არ ახდენს?

— აქ საუბარია კონკურსანტზე. შეიძლება ქალებს კონკურსანტის ნომრიდან რაღაც დეტალი მოეწონოთ და მათი აზრი გავითვალისწინო, მაგრამ აქ დათმობაზე ნამდვილად არაა საუბარი. ეს არხისთვისაც მიუღებელი იქნება და პროდიუსერების ჯგუფისთვისაც. ჟიურიში ოთხი ადამიანი იმიტომ ზის, რომ ოთხივეს საკუთარი აზრი უნდა ჰქონდეს. თუ ერთმანეთის ჭკუაზე ივლიან, ცუდი იქნება. ქალების აზრი შეიძლება მოვისმინო და გავითვალისწინო კიდეც, ისევე, როგორც ნიკასი, მაგრამ, როცა საქმე კონკურსანტს ეხება, „ქალთან დათმობაზე“ საუბარი არც უნდა იყოს.

— ია და ხატია ერთმანეთს რამდენად უჭერენ მხარს, ჟიურიში ქალური სოლიდარობა იგრძნობა?

— ამ ყველაფერს ეთერში გასვლისთანავე ნახავთ. ვერ გეტყვით, რომ ისინი ერთმანეთს ემხრობიან. ხანდახან მე და ნიკაც ვერ ვთანხმდებით. მაგალითად, ხშირად დამცინიან, თანამედროვე ცეკვის მიმდინარეობები მოგწონსო, რაც არ არის სწორი. მომწონს ის, რაც ახალი და თანამედროვეა: ცეკვა, სიმღერა ან თუნდაც გათანამედროვებული ტრადიციული ცეკვა.

„ჭკვიანი ქალები მომწონს. ხშირად შეიძლება ჩემი მეუღლე ჩემს გადაწყვეტილებას არც დაეთანხმოს. მისი აზრი შეიძლება გავითვალისწინო, შეიძლება — არა. როცა მართალია, ეს მიღიარებია კიდეც“.

— ია ფარულავა ცნობილია, როგორც პირდაპირ მთქმელი. სხვა კონკურსის მონაწილეებთან მისი სკანდალური დაპირისპირებაცაა ცნობილი. თქვენ მკაცრ და მოუსყიდველ შემფასებლად გიცნობენ. თქვენი და იას ეს იმიჯი შენარჩუნებული იქნება?

— ვერ ვიტყვი, რომ მე და ია კრიტიკულები ვართ. ჩვენი შენიშვნები ობიექტურია. კონკურსანტს მაშინ ვაკრიტიკებ, როცა ვიცი, რომ მას მეტის გაკეთება შეუძლია, თუმცა ეს უფრო რჩევაა, ვიდრე კრიტიკა. იას ასეთი ხასიათი აქვს, რასაც ფიქრობს, იმას ამბობს. ჩემთვის ასეთი ადამიანი მისაღებია, ოღონდ კრიტიკა ნორმის საზღვრებში უნდა იყოს. ჩვენგან უზრდელობას არ ჰქონია ადგილი და არც ექნება, ტელევიზიით ასეთი რამ დაუშვებელია. უზრდელი ადამიანები არ მომწონს, პირდაპირობა კი ნამდვილად მისაღებია ჩემთვის.

— რა სისუსტეს იჩენს ჟიურის მშვენიერი სქესი?

— ხატიასა და იაზე ვერ ვიტყვი, რომ სუსტები არიან, პირიქით, ისინი ძლიერი ქალები არიან.

— რა მიგაჩნიათ მათ ძლიერ მხარედ?

— მათი პიროვნული თვისებები. საკუთარი თავი ორივემ თვითონ შექმნა, მიაღწიეს იმას, რომ ასეთი ცნობილები, წარმატებულები, ჭკვიანები ყოფილიყვნენ. თავიანთ საქმეში საუკეთესონი არიან. ამას რომ მიაღწიო, დიდი ნებისყოფა და ბევრი მუშაობა სჭირდება. ამიტომაც მათზე ვერ ვიტყვი, რომ სუსტი სქესია.

— ბევრი მამაკაცი თვლის, რომ ძლიერ და ჭკვიან ქალთან ურთიერთობა რთულია. თქვენ როგორ ფიქრობთ?

— ზოგადად ასეა, ნებისმიერ ადამიანთან, რომელიც ჭკვიანი, ძლიერი და წარმატებულია, ურთიერთობა უფრო რთულია, ვიდრე უჭკუოსთან. ასე რომ, ეს არამხოლოდ ქალთან მიმართებაში ხდება. ქალი, რომელსაც თავისი აზრი აქვს, ძლიერია და შეუძლია ეს დაამტკიცოს. რთულია ასეთი ადამიანი შენს აზრზე გადმოიყვანო. ის კი, ვისაც თავისი აზრი არ გააჩნია, ნებისმიერის ჭკუაზე გაივლის. თავისზე სუსტს, მხოლოდ სუსტი ადამიანი ირჩევს.

მეც ჭკვიანი ქალები მომწონს. ხშირად შეიძლება ჩემი მეუღლე ჩემს გადაწყვეტილებას არც დაეთანხმოს. მისი აზრი შეიძლება გავითვალისწინო, შეიძლება — არა. ვიღაცაზე უთქვამს კიდეც, ეს სხვა ტურში არ იყო გადასაყვანიო, ან პირიქით. როცა მართალია, ეს მიღიარებია კიდეც. მისი აზრი შეიძლება გავითვალისწინო, შეიძლება გადავარწმუნო. შოუს ჟიურიში ყოფნის შემთხვევაშიც შეიძლება ნებისმიერი ადამიანის, კოლეგის, პროდიუსერის ან თუნდაც დარბაზის აზრიც გავიზიარო ან არა. ყოფილა შემთხვევა, როცა კონკურსანტის ნომერი არ მომწონებია, მაგრამ დარბაზი აღფრთოვანებულა და მეც „კი“ მითქვამს.

— ამ პროექტმა რა გაჩვენათ, მამაკაცებს უფრო შესწევთ უნარი, წარმოაჩინონ საკუთარი ნიჭი თუ ქალებს?

— ესეც ჭკვიან ადამიანებსა და მათ გამბედაობაზეა დამოკიდებული. რეალურად, ჭკვიანი უფრო ბევრ შეკითხვას უსვამს საკუთარ თავს და ნებისმიერ გადაწყვეტილებას ეჭვქვეშ აყენებს. რაც უფრო ჭკვიანი და ნიჭიერია ადამიანი, მით უფრო თვითკრიტიკულია და თავისი შესაძლებლობების სააშკარაოზე გამოტანას ერიდება. უჭკუოებს ეს პრობლემა არ აწუხებთ.

— ნიკა გვარამია თქვენი შეფია. ჟიურიში მასთან ერთად ყოფნა რამდენად კომფორტულია თქვენთვის?

— ნიკა სამსახურში შეიძლება ჩემი უფროსია, მაგრამ აქ ყველა თანაბარუფლებიანია.

— წინა სამ სეზონში მუსიკალური ნომრები ჭარბობდა. წელს რა მდგომარეობაა ამ მხრივ?

— არა მხოლოდ საქართველოში, სხვა ქვეყნებშიც სიმღერისა და ცეკვის ნომრები რაოდენობრივად მეტია. კონკურსის პირველი ორი დღით თუ ვიმსჯელებთ, მუსიკალური ნომრები შედარებით ნაკლებია. ალბათ მონაწილეები უკვე თვითონ არჩევენ, რომ სიმღერის კონკურსებში მიიღონ მონაწილეობა, სადაც კონკურენციაც უფრო დიდია. ამ პროექტში სიმღერა ძალიან რთულია, რადგან სხვა ნიჭით დაჯილდოვებულ ბევრ ადამიანს უნდა აჯობო.

— პირადად თქვენ რა ტიპის ნომრებს ანიჭებთ უპირატესობას?

— ახლებური, საინტერესო და ცოც- →10

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი
მიიღეთ
ლაქტო-ჯი
www.laqto.ge
გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

ხალი ნომრები მომწონს. არ აქვს მნიშვნელობა, ცეკვა იქნება, სიმღერა თუ ხატვა, შოუ უნდა იყოს, რომელიც მაყურებელს ჩაითრევს და მას მხარდაჭერისთვის განაწყობს. ბევრი მონაწილე ჩვენთვის მართლა აღმოჩენა იყო. წინასწარ ვერაფერს გეტყვით, უმჯობესია, ეთერში ნახოთ.

— **ამბობენ, ამ სეზონზე პროექტში მონაწილეობის მსურველთა რაოდენობა შემცირდაო. მართლა ასეა?**

— ვერ გეტყვით, რომ შემცირდა. ერთნაირ მონაწილეთა რაოდენობა თუ შემცირდა, შეიძლება იმიტომ, რომ საკუთარ თავს უფრო კრიტიკულად უდგებიან. ტყუილად არც საკუთარ დროს ხარჯავენ და არც ჟიურისას. პროექტი ეთერში ოქტომბრიდან გავა და ნახავთ, რომ მონაწილეობის მსურველი საკმაოდ ბევრია.

— **თქვენ გარდა ჟიურიში ყველა შეიცვალა. როგორ ფიქრობთ, ეს რამ განაპირობა?**

— არ ვიცი, ამაზე არ მიფიქრია. დარწმუნებული ვიყავი, რომ ხალხს მოვბეზრდი, ჟიურიში ვიღაც ახალი უნდოდათ და ამ აზრს ვემხრობოდი. ალბათ ჩემში არის რაღაც, რის გამოც არ მცვლიან. როგორც ვიცი, პროდიუსერებმა გამოკითხვა ჩაატარეს და ისე გადაწყვიტეს, რომ ჟიურიში დავრჩენილიყავი. ამ გამოკითხვაში მე არ მიმიღია მონაწილეობა. მე მხოლოდ რჩევის მიცემა შემიძლია, არხისთვის რა შეიძლება იყოს კარგი. დიდი მადლობა მაყურებელს, რომელმაც ჟიურის წევრად ისევ ამირჩია, მაგრამ რეალურად ეს საქმე საკმაოდ რთულია. ზოგს ვეხმარებით, ზოგს კი ცხოვრების გეგმებს ვუცვლით. ასე რომ, ჟიურის წევრობა დიდი პასუხისმგებლობაა.

„ის ასეთი ხასიათი აქვს, რასაც ფიქრობს, იმას ამბობს. ჩემთვის ასეთი ადამიანი მისაღებია, ოღონდ კრიტიკა ნორმის საზღვრებში უნდა იყოს... უზრდელი ადამიანები არ მომწონს, პირფერობა კი ნამდვილად მისაღებია ჩემთვის".

— **საკუთარი თავი გასართობი ან პოლიტიკური ტოქ შოუს წამყვანად წარმოგიდგენიათ?**

— არა, რა სისულელეა! ამის სურვილიც არ მაქვს. ერთადერთხელ მე და ჩემი მეგობარი, გიორგი ქორქია, ვაპირებდით გადაცემის გაკეთებას, რომელიც საქართველოში მოგზაურობაზე და ქვეყნის გაცნობაზე იქნებოდა, თუმცა დროებით გადაიდო. ამგვარი ტიპის გადაცემა ძალიან საინტერესო იქნება, რადგან მიიღებ ინფორმაციას, სად, როგორ ან რატომ უნდა წახვიდე. ეს პროექტი მომავალი წლისთვის იგეგმება. აქამდე გიორგი ამ პროექტს მარტო აკეთებდა, შემდეგ მთხოვა, ერთად გვემუშავა.

რაღაც გადაცემის წამყვანად კი თავი ვერასოდეს წარმომიდგენია, მით უმეტეს, პოლიტიკური შოუსი. პოლიტიკაზე საკმაოდ ნეგატიური შეხედულებები მაქვს და ისედაც მძიმე ეკონომიკურ სიტუაციაში მყოფი ქვეყნისთვის კიდევ ნეგატივის დამატება კარგი არ იქნება. პოლიტიკაში საერთოდ არ ვერთვები, საკუთარ აზრს ჩემთვის ვიტოვებ. არ მიმაჩნია სწორად, რომ დავდგე და ვიღაცას რაღაც ვასწავლო.

— **ის ცრუ შეტყობინებები, რომ თქვენს ტელეკომპანიაში ბომბია, მუშაობაში ძალიან გიშლით ხელს? ალბათ გარკვეული სტრესიცაა.**

— როცა ამ შეტყობინების შესახებ გავიგე, ძალიან ბევრი ვიცინე, ვფიქრობდი, მე არ დამბრალებოდა. წელს მთელი ზაფხული თბილისში გავატარე და პირველად მოხდა, რომ სამი დღით ოჯახთან ერთად ქალაქიდან გავედი. ამ ხნის განმავლობაში ორი ბომბი „დადეს“ და მე აქ არ ვიყავი. ადამიანები, ვინც ამას აკეთებენ, უპასუხისმგებლოდ ერთობიან. ვინც არასრულწლოვანები არიან, მათ მშობლებმა უნდა აუხსნან, რომ სხვა ადამიანების ბედით თუ საქმიანობის ხელისშეშლით გართობა ყველაზე უპასუხისმგებლო საქმეა. თუ ბავშვს არ ასწავლე, დიდობაშიც ისეთივე დარჩება. მეც ძალიან ცელქი ბავშვი ვიყავი, მაგრამ საკუთარი თავის საზიანოდ ვცელქობდი და არა — სხვისი. საბედნიეროდ, ოჯახში თავიდანვე მასწავლეს, რომ სხვისი უბედურებით ან შეწუხებით მხიარულება მიუღებელია.

✓ **სოფიო ბოჭორიძე**

ნანუკა ჟორჟოლიანი: „კოდუების დრო ჩემთვის არც არასოდეს დამდგარა“

ტელეწამყვანი ნანუკა ჟორჟოლიანი ბრძოლისთვის ემზადება — ქართულ ტელესივრცეში მისი კონკურენტი გადაცემები მომრავლდა და როგორმე ყველას უნდა აჯობოს. გასული ზაფხული დასასვენებლად და ენერგიის მოსაკრებად გამოიყენა. ქმართან, ირაკლი კოდუასთან და ქალიშვილ მარიამთან ერთად ევროპაში იმოგზაურა. ნანუკასთან ინტერვიუ სწორედ მის შოუზე საუბრით დავიწყეთ.

— **ნანუკა, ახალ სატელევიზიო სეზონს რა განწყობით და მოლოდინით ხვდებით?**

— ძალიან საინტერესო სატელევიზიო წელი იწყება. კონკურენტებიც უფრო გაძლიერდნენ. ეკა ხოფერია ახალ გადაცემას იწყებს. მიხარია, რომ მხოლოდ მე და მაია ასათიანი აღარ ვიქნებით კონკურენტები. მაინც ვფიქრობ, რომ მე და ვანო ჯავახიშვილიც კონკურენტები ვიყავით. ყველა რეიტინგული გადაცემა ჩემი კონკურენტია. დიდი კონკურენცია იმას ნიშნავს, რომ მუდმივად ფორმაში ვიქნებით.

— **და მაინც, მთავარ კონკურენტად ვის მიიჩნევთ?**

— ჯერ არ ვიცი, ახალი პროექტები როგორი იქნება, ამიტომ ვერ გეტყვით. სერიალი „ჩემი ცოლის დაქალები“ სულ არ არის ჩემი კონკურენტი, მაგრამ ყოველთვის მაინტერესებს, რა რეიტინგი აქვს. მაინტერესებს, რამდენი მაყურებელი მიყურებს და ამას სხვისი რეიტინგებით ვთვლი. შესაბამისად, ყველა მაღალრეიტინგულ გადაცემას კონკურენტად აღვიქვამ. ვფიქრობ, ძალიან ღირსეული და საინტერესო ბრძოლა იქნება.

— **გასული სეზონის ბოლოს მიხეილ სააკაშვილი გყავდათ სტუმრად. რეიტინგის თვალსაზრისით, გამართლდა თქვენი მოლოდინი?**

— გადაცემას სასწაული რეიტინგი ჰქონდა. გახსოვთ ალბათ, მანამდე მიშა ბათუმში ჩავწერე და ისიც წლის ყველაზე რეიტინგული შოუ გამოვიდა. ამ შემთხვევაში ვერც კი წარმოვიდგენდი, ამხელა რეიტინგი თუ ექნებოდა. მიშა სააკაშვილზე გადაცემა ჩემს ჟურნალისტურ კარიერაში ერთ-ერთი საუკეთესო იყო.

— **ამ ინტერვიუს დროს დაძაბული არ იყავით, არ ნერვიულობდით?**

— არა. მიშამ ძალიან კარგად იცის მედიასთან ურთიერთობა. ზუსტად იცის, რა უნდა გითხრას, იმაზე მეტს მაინც არ გეტყვის, რაც თავად უნდა. გადაცემაში ერთი მომენტიც იყო ასეთი, შვილზე ვკითხე და შენობაზე მიპასუხა. ჩემს 5 სასურველ რესპონდენტს შორის ყველაზე სასურველია.

— **ველოსიპედზე შემოგსვათ, საკმაოდ მაღალ შენობაში ფეხით აგიყვანათ...**

— სწორედ ამიტომაც იყო საინტერესო. მივხვდი, ფორმაში ვყოფილვარ, სადმე რომ არ წავიქეცი და ბოლომდე ავედი. ამ გადაცემის მთავარი ხიბლი ეს იყო.

— **თქვენთვის სასურველი რესპონდენტების სიაში კიდევ ვინ არიან?**

— ვიღაცეები გამომრჩებიან და ეწყინებათ. არიან რესპონდენტები, რომლებიც ყოველთვის მაგარ ისტორიებს ყვებიან, ძალიან გულწრფელები არიან და მათ გადაცემაში მიწვევას გარანტირებული რეიტინგი ახლავს. ერთ-ერთი ასეთი არის კახა ბენდუქიძე. ჩემთვის ძალიან საყვარელი რესპონდენტია, რადგან ვიცი, რომ იმ ისტორიებს მოყვება, რომლებიც არსად მოუყოლია. მაქვს ამბიცია, რაღაც ახალი ვაკეთო.

დღეს მაია ასათიანის გადაცემაში ჩაწერაზე გახლდით (ინტერვიუ ჩაწერილია 12 სექტემბერს. ავტ.). იქ ვთქვი, მე ვიყავი ჟურნალისტი, რომელიც ეკრანზე გამოვჩნდი გალაქული თმის გარეშე, დახეული ჯინსით, ფეხშიშველი-მეთქი. ეს ახალი იყო, კარგი თუ ცუდი, ამაზე ნუ ვიკამათებთ.

უცხო იყო და ძალიან რთულიც საკუთარ ოჯახზე გადაცემის გაკეთება. ამისი მაგალითი მხოლოდ ამერიკაში არსებობს. საქართველოში რაღაცეებს ერიდებიან, მალავენ, მით უმეტეს, მაშინ, როცა ოჯახის წევრიც საზოგადოებისთვის საინტერესოა. ასეთ რაღაცეებს არასოდეს ვერიდები, ამიტომაცაა, რომ ყოველთვის კრიტიკის ქარ-ცეცხლში მატარებენ. ამის მიზეზს მე ვაძლევ ხალხს — ხმაურიანი ვარ, არ ვცდილობ, რაღაცეები შევალამაზო, რომ ვიღაცას თავი მოვაწონო. არ ვკეკლუცობ, რაც ვარ, ეს ვარ. ვიღაცეებს თუ არ მოვწონვარ, არ არის პრობლემა, წარმატებებს ვუსურვებ. ზუსტად ვიცი, რა არის აუცილებელი იმისთვის, რომ მაყურებლის 80 პროცენტს მოვეწონო, მაგრამ მე არ ვცდილობ, რაღაცეები დავხვეწო. ჩემი გადაცემა თუ რამით იგებს, ეს ჩემი გულწრფელობაა.

„მივეჩვიე იმას, რომ ოჯახს თვეში ერთხელ მინგრევენ, ჩემს ჩაცმულობას აკრიტიკებენ... თუ გინდა, ცნობადი სახეებისგან გამორჩეული იყო, ახალი თქვა, ასეთი უნდა იყო. მშვიდი ცხოვრება რომ მდომებოდა, სახლში დავჯდებოდი და ხაჭაპურებს გამოვაცხობდი, თუმცა ესეც არაჩვეულებრივად გამომდის".

მეც შემიძლია მაღალფარდოვანი სიტყვებით ვილაპარაკო და 5 წუთში ერთხელ ხაზი გავუსვა, თუ როგორ მიყვარს ლიტერატურა. შვებულების დროს ყველაზე დიდი სიამოვნება სწორედ წიგნების კითხვაა, მაგრამ ამას ხმამაღლა არ ვამბობ. ძალიან ვცდილობ, დავმალო ჯვარი. ჯვარი იმიტომ მიკეთია, რომ ეს არის ჩემი რწმენის ერთ-ერთი ნაწილი და არა იმიტომ, რომ ვიღაცამ მაქოს. ასეთი რაღაცეების გარეთ გამოყრას ყოველთვის ვერიდები.

— **გამოგდით, რომ თქვენკენ მიმართულ ნეგატიურ დამოკიდებულებას იგნორირება გაუკეთოთ?**

— მივეჩვიე იმას, რომ ოჯახს თვეში ერთხელ მინგრევენ, ჩემს ჩაცმულობას აკრიტიკებენ... თუ გინდა, ცნობადი სახეებისგან გამორჩეული იყო, ახალი თქვა, ასეთი უნდა იყო. მშვიდი და წყნარი ცხოვრება რომ მდომებოდა, სახლში დავჯდებოდი და ხაჭაპურებს გამოვაცხობდი, თუმცა ესეც არაჩვეულებრივად გამომდის. რადგან ასეთი ცხოვრება

Cyan Magenta Yellow Black

ავირჩიე, ეს არის საფასური, რომელსაც ვიხდი. ვალდებული ვარ, დაუმსახურებელი, არაობიექტური კრიტიკა მოვითმინო. არტერიის და არტილერიის არ იყოს... ვფიქრობ, მაშინ დაუმსახურებელი კრიტიკა იყო. არ მგონია, ვინმემ არ იცოდეს, რომ ნანუკა ჟორჟოლიანი არტერიას არტილერიისგან ასხვავებს.

სალანძღავ ტექსტებს არ ვკითხულობ, თვალს ვაშორებ. მხოლოდ ის მაბრაზებს, თუ შვილს ცუდად ეხებიან. სანამ სრულწლოვანი არ გახდება, შეეშვან და მერე ყველას თავად უპასუხებს. ერთხელ მარიამის სურათზე ვიღაცას ეწერა, შეხედე, რას ჰგავსო. რაღაცეები მართლა არ „მოსულა", ყველაფერს არ უნდა გადავაბიჯოთ.

— კონკურენტ გადაცემაში სტუმრობას ადვილად დათანხმდით?

— ერთი ზარით. ჩემი „პროფილი" ნამდვილად საინტერესოა. მაიას ვუთხარი კიდეც, ვერასოდეს წარმოვიდგენდი, თუ ჩემს ცხოვრებაზე ექსკლუზივს შენ მოგცემდი-მეთქი. ტელევიზიით პირველად მოვყევი ჩემი ცხოვრება თავიდან ბოლომდე. მათ შორის, ბევრ ისეთ თემაზეც ვისაუბრე, რასაც აქამდე არ ვეხებოდი.

— დიდი ხანია ვცდილობ თქვენი და მაია ასათიანის ერთად ჩაწერას, მაგრამ რატომღაც თქვენგან ყოველთვის თანხმობა მაქვს, მისგან — უარი.

— თუ თქვენ ამას ისევ მოინდომებთ, ნებისმიერ დროს მზად ვარ, მაიასთან ერთად ინტერვიუ მოგცეთ.

— არ გსიამოვნებთ, თუმცა იძულებული ხართ კრიტიკა მოითმინოთ თქვენს ჩაცმულობასთან დაკავშირებით, მაგრამ თავად გაკილეთ კულტურის მინისტრის მოადგილე მარინა მიზანდარი, რომლის ფოტოც „ფეისბუქის" თქვენს გვერდზე დადეთ და წარწერაც გაუკეთეთ, ამის შემდეგ ვინმეს რომ ჩემი ჩაცმულობა გაუკვირდეს, ძალიან გავოცდებიო.

— მარინა ძალიან ორიგინალურად იცვამს. ჩემზე სულ იმას ამბობენ, რა აცვია, ვერ გავიგეთო, მე ვარ ნაძვის ხე, შარვალზე კაბა მაცვია, კაბაზე — ზედატანი... მისი ფოტო დავდე, სადაც ძალიან ეგზოტიკურად აცვია. მე შოუს წამყვანი ვარ და როგორი ვარცხნილობაც მინდა, ისეთს გავიკეთებ, მაგრამ კულტურის მინისტრის მოადგილისთვის ალბათ პიჯაკის ჩაცმა უფრო სასურველია.

— საპრეზიდენტო არჩევნები ახლოვდება. როგორ ფიქრობთ, პოლიტიკური ტოქ შოუები ხომ არ დაიკავებს მთავარ ადგილს სატელევიზიო სივრცეში?

— ვფიქრობ, არაპოლიტიკური შოუები მაინც ყველაზე რეიტინგული იქნება. პოლიტიკურ ტოქ შოუებში „პოზიცია" იყო ყველაზე მაღალრეიტინგული, მაგრამ მასზე მაღალი რეიტინგი ჩემს შოუსაც ჰქონდა, მაიასაც და ვანოსაც. ყველაზე მეტად რაც ჩემთვის საინტერესოა და რასაც სულით და გულით ველოდები, ესაა ინგა გრიგოლიას დაბრუნება სატელევიზიო სფეროში. აუცილებლად ვიქნები ინგას ერთგული მაყურებელი. ინგა გრიგოლია ბრენდია, ამიტომ არ აქვს მნიშვნელობა, სად წავა, რეიტინგი ყველგან გაჰყვება. ცოტა ხნის წინ ინგას ხმა გავიგე, მერე ჩემს „ფეისბუქზეც" გავაზიარე ვიდეო. მისი ხმის გაგონებაზე ცრემლები მომადგა.

— დასვენების დროს თვალყურს ადევნებთ ახალ ამბებს, ჭორებს თუ ამ ყველაფერისგან ისვენებთ?

— ზაფხულში გავთიშე გონება, მაგრამ ტელეფონი — ვერა. რამდენიმე წიგნი წავიღე და წავედი. მარიამთან და ირაკლისთან ერთად ევროპის რამდენიმე ქალაქში ვიყავი. საბა ბაკურიანში ისვენებდა. უმშვიდესად, გემრიელად დავისვენე.

რაც უნდა უცნაურად ჟღერდეს, ჭორები არ მიყვარს. გადაცემაში შეიძლება გავრცელებულ ჭორზეც ვთქვა რაღაც, მაგრამ ცხოვრებაში ამაზე არ ვლაპარაკობ. მე და ჩემი მეგობრები რომ ვსხდებით, არასოდეს განვიხილავთ სხვის პირად ცხოვრებას, საკუთარ თავზეც ბევრი გვაქვს სალაპარაკო. მით უმეტეს, დასვენების დროს მხოლოდ ჭორებს კი არა, ქართული არხების ყურებასაც ვერიდები და ჟურნალ-გაზეთების კითხვასაც.

ზოგჯერ ჩემი დასვენება მხოლოდ გარუჯვით შემოიფარგლება. მძინავს და მეტს არაფერს ვაკეთებ, რომ დახარჯული ენერგია აღვიდგინო. როცა თავისუფალი დრო მაქვს, ვცდილობ, ჩემი მონატრებული მეგობრები ვნახო ან ჩემთვის მშვიდად გავატარო დრო. ჩემი ყველაზე მთავარი სიმშვიდე ირაკლია, ამიტომ ვცდილობ, ყოველი დასვენების დღე მასთან ვიყო.

— თქვენი ოჯახური ცხოვრება როგორ მიმდინარეობს, რა ხდება ან არ ხდება?

— ბოლო დროს შვილებს ძალიან ბევრ დროს ვუთმობ. ბევრ ისეთ რაღაცას ვასწრებ, რასაც აქამდე ვერ ვაკეთებდი, ეს ალბათ იმიტომ, რომ მარიამი გაიზარდა. საერთო ინტერესები გვაქვს, ერთმანეთთან რაღაცეებზე თავისუფლად ვლაპარაკობთ. მარიამი აბიტურიენტია და მთელ თავის დროს სწავლას უთმობს.

ვაკონტროლებ, საბა ბაღში რას შვრება. ინგლისურს სწავლობს და ვგიჟდები, როცა ინგლისურ სიტყვებს იძახის, ეს უკვე ჩემი ჰობია.

ირაკლის მეტი თავისუფალი დრო აქვს და რაღაც ძალიან კარგად ვარ. ირაკლის არასოდეს ვაძლევ საშუალებას, რომ მოვენატროს. რაც შეეხება მეგობრებს, მე და ირაკლი ერთი წრეში ვტრიალებთ. ბევრი ცნობილი

„მოვიხედე და ვიღაცეები ჩემ გვერდით აღარ დამხვდნენ, მათ ადგილას ისეთები იყვნენ, გავოცდი და მათი დაფასება დავიწყე".

პოლიტიკოსი ჩემი მეგობარია. რატომღაც ხშირად ჰგონიათ, რომ ირაკლის მეგობრები არიან, მაგრამ ცდებიან. ჩემს ყველა მეგობარს რომ ჰკითხოთ, გეტყვიან, რომ ირაკლი უფრო საყვარელია, ვიდრე მე, რომ ის ძალიან კეთილია, მე კი ბუა ვარ...

მითები დადის ჩემ შესახებ, ბევრი რამ არარეალურია, რაღაც კი მართალია, მაგალითად, ის, რომ დიდი ენერგია მაქვს. მამისგან მერგო ენერგიულობა, ეს ჩემი ოქროს მემკვიდრეობაა.

— პოლიტიკური ცვლილებები თქვენმა ცნობილმა ოჯახმა როგორ გადაიტანა? ამბობდნენ, კოდუების დრო წავიდაო.

— კოდუების ცნება დავშალოთ. ლაურა ღაჭავა (ნანუკას დედამთილი, ბიზნესმენი. ავტ.) არის ცალკე ადამიანი, მისი შვილები, დათო და გია, ცალკე ადამიანები და ბიზნესმენები არიან. ირაკლი კოდუა იყო და არის პოლიციელი. ირაკლის ჰყავს მამა, პროფესიით ფიზიკოსი, რომელზეც, არ ვიცი, რატომ არავინ ლაპარაკობს. ბიზნესთან დაკავშირებით კოდუებს რომ ახსენებენ, მე იქ ირაკლი კოდუას არ ვგულისხმობ. მათ თავიანთი ბიზნესის შესახებ არასოდეს დაუმალავთ. ჩემი ქმარი საერთოდ ცალკე თემაა.

„დროის წასვლაში" თუ იმას გულისხმობენ, რომ ლაურას, დათოს და გიას ბიზნესი აღარ ექნებათ, მინდა, ობიექტური ვიყო და ვთქვა, რომ მათი ბიზნესები მიშა სააკაშვილის მმართველობის დროს არ დაწყებულა, შევარდნაძის დროიდან მოდის.

სხვა საკითხია, მე რომ ისევ მამაჩემის სახლში ვცხოვრობ ირაკლისთან ერთად და ისევ მამაჩემის ნაყიდ აგარაკზე ვისვენებ. რომ ამბობენ, კოდუების დრო წავიდაო, კოდუების დრო ჩემთვის არც არასოდეს დამდგარა. ჩემი დამოუკიდებელი ცხოვრება, დამოუკიდებელი ბიუჯეტი მაქვს, კოდუების ფინანსები და ბიზნესი არ მეხება, მათი საქმე ჩემი ოჯახის ბიუჯეტზე არასოდეს ასახულა. მე ჩემი ოჯახი მაქვს და მინდა, ეს გავმიჯნოთ.

აბსოლუტურად ჩვეულებრივად აღვიქვი პოლიტიკური ცვლილებები, არაფერია მუდ-

„ისევ მამაჩემის სახლში ვცხოვრობ ირაკლისთან ერთად და ისევ მამაჩემის ნაყიდ აგარაკზე ვისვენებ. რომ ამბობენ, კოდუების დრო წავიდაო, კოდუების დრო ჩემთვის არც არასოდეს დამდგარა. ჩემი დამოუკიდებელი ცხოვრება, დამოუკიდებელი ბიუჯეტი მაქვს, კოდუების ფინანსები და ბიზნესი არ მეხება, მათი საქმე ჩემი ოჯახის ბიუჯეტზე არასოდეს ასახულა".

მივი. ამ სიტუაციიდან ყველაზე კარგი ის მივიღე, რომ ადამიანები გადავაფასე. მოვიხედე და ვიღაცეები ჩემ გვერდით აღარ დამხვდნენ, მათ ადგილას ისეთები იყვნენ, გავოცდი და მათი დაფასება დავიწყე. რასაც ვაკეთებდი, ისევ იმ საქმეს ვაკეთებ. მსმენია მითები, რომ ყველაფერს კოდუა აკეთებდა ჩემთვის, მაგრამ ახლაც კოდუა აკეთებს?

— ამბობენ, რომ თქვენი ქმრის ფინანსებით და კავშირებით აკეთებთ საზღვარგარეთ გადაცემებს.

— კოდუას ფინანსებით არაფერს ვაკეთებ. ირაკლი დენის და გაზის ფულს რომ იხდის, როგორც ოჯახის უფროსი, ამაში ორი აზრი არ არსებობს. მას სხვა შვილებიც ჰყავს და ისინიც მისახედები არიან. ეს მისი პასუხისმგებლობაა, რომელსაც მთელი ცხოვრება ზიდავს. ის ამ ბავშვების სრულფასოვანი მამაა. მე დამოუკიდებელი ადამიანი ვარ. ამბობდნენ, ნანუკა მივლინებებში რომ დადის, ირაკლი აფინანსებსო, უკაცრავად და, ბულგარეთშიც ირაკლი კოდუამ გამიშვა? მეტსაც გეტყვით, არათუ კოდუა, „რუსთავი 2"-ც კი არ მაფინანსებს.

— სპონსორები გაფინანსებენ?

— დიახ. ორადორი გადაცემაა, რომელსაც სპონსორები აფინანსებენ — „ნანუკას შოუ" და „რა? სად? როდის?". ჩემი გადაცემის ერთი სპონსორიც კი არ ასოცირდება არც ნაციონალურ მოძრაობასთან და არც— ჩემს ქმართან.

✓ **ქეთი დინოშვილი**

გახდომა 5-დან 20 კგ-მდე თვეში
გასუქება 2-დან 5 კგ-მდე თვეში

მარტივად და უსაფრთხოდ, დიეტების, ვარჯიშებისა და აკრძალვების გარეშე. რეგულირდება მადა, ქრება უსიამოვნო სუნი პირიდან, წესრიგდება ნივითერებათა ცვლა და კუჭ-ნაწლავი. ორგანიზმი იწმინდება მთლიანად შლაკებისგან, სისხლძარღვები — ქოლესტერინისაგან. ძლიერდება იმუნიტეტი, კანი ხდება უფრო ახალგაზრდა, ელასტიკური. დადგებით სასურველ წონაზე, შეინარჩუნებთ სტაბილურად შედეგს და საბოლაოდ დაივიწყებთ ამ პრობლემას.

სიმაღლეში ზრდის უახლესი პროგრამები:

სწრაფი და ეფექტიური ზრდა 2-დან 25 წლამდე, კურსით 3-5სმ-ის მომატებით. ინდივიდუალურად შედგენილი პროგრამა-დანიშნულებით. კურსის გამეორება შეგიძლიათ სასურველ შედეგამდე. შედეგები 100%-იანია. ქ-ნი ქეთევანი.

☎ 577-29-37-41, 247-58-83

Cyan Magenta Yellow Black

„მოღალატე ქმართან შერიგებით მომავალი კიდევ ერთხელ დავინგრიე“

8 წლის განმავლობაში ილუზიებში ვცხოვრობდი. მეგონა, მყარი ოჯახი მქონდა, ქმარს ვუყვარდი და ჩვენს სიყვარულს არაფერი ემუქრებოდა.

სიყვარულით გავთხოვდი. ჩემი მომავალი ქმარი სამი წლის განმავლობაში გვერდიდან არ მომშორებია, მთხოვდა, რომ მისი ცოლი გავმხდარიყავი. მისმა ყურადღებამ და იმის რწმენამ, რომ მართლაც თავდავიწყებით ვუყვარდი, გრძნობები მეც გამიღვიძა. შემიყვარდა და, ჩემების წინააღმდეგობის მიუხედავად, მისი ცოლი გავხდი.

ერთი შვილი მეყოლა. მთლიანად ბავშვსა და ქმარზე გადავერთე. საკუთარ თავს ყოველთვის უკანა პლანზე ვწევდი და მხოლოდ ოჯახზე ვფიქრობდი. ვერასოდეს წარმოვიდგენდი, თუ ქმარი მიღალატებდა, ჩემს სიყვარულს სხვაში გაცვლიდა.

ერთ დღეს მეგობარმა მირჩია, ქმრისთვის ყურადღება მიმექცია, რადგან ვიღაც ქალთან ერთად ხედავდა. ეს იმდენად წარმოუდგენლად მივიჩნიე, რომ დაქალს გავუბრაზდი, ჭორებს როგორ ავრცელებ-მეთქი. სამწუხაროდ, ის მართალი აღმოჩნდა, ქმარი მღალატობდა ქალთან, რომელიც ჩვენს სკოლაში სწავლობდა, ჩვენზე ორი წლით უფროსი იყო. იმ გოგოს ფიზიკური ნაკლი ჰქონდა, ყოველთვის ჩაბოღმილი და გაბოროტებული მოსწავლე იყო. მეგობარი არ ჰყოლია. ამიტომ დღემდე მიკვირს, ჩემმა ქმარმა მასში რა იპოვა ისეთი, რასაც ჩაებღაუჭა. ვიფიქრე, მას, როგორც დროებით გატაცებას და გასართობს, ისე ხვდებოდა. ვერ დავუშვი, რომ ჩემს ქმარს ისეთი ქალის შეყვარება შეეძლო.

ოჯახის დანგრევაზე არ მიფიქრია, რადგან ჩემს გოგონას მამა სიგიჟემდე უყვარდა. დედამთილ-მამამთილიც თან მყვებოდნენ, გვერდით მედგნენ და ამიტომ ქმრის ჩემკენ მოსაბრუნებლად ბრძოლა დავიწყე. ამას კი ჩვენ შორის გაუთავებელი ჩხუბი, კინკლაობა მოჰყვა. რაც უფრო ვებღაუჭებოდი, მით უფრო ვკარგავდი. ჩემგან გაგიჟებული გარბოდა, იმ ქალთან კი შვებას პოულობდა. ბოლომდე არ მჯეროდა, რომ მასში გამცვლიდა. ყველა მამშვიდებდა, გონს მოეგება, თვალი აეხილება, ნახავს, გვერდით როგორი გონჯი ჰყავს და ისევ ოჯახს დაუბრუნდებაოო. ჩემი მეტოქე სათანადოდ ვერ შევაფასე და ქმარი დავკარგე. ერთ დღეს ჩემგან გაბრაზებული წავიდა, ღამით კი დამირეკა, არ დამელოდოთ, სახლში აღარ დავბრუნდებიო. იმ ქალთან გადაბარგდა საცხოვრებლად. მასთან შვილიც ეყოლა. მე კი გაოგნებული, შეურაცხყოფილი დამტოვა.

ამ ტრავმას ძალიან დიდხანს ვიშუშებდი. არც მეგონა, ამ დამცირებას ოდესმე თუ გადავიტანდი, მაგრამ ოჯახის დახმარებით, შვილის ხათრით თავს მოვერიე და ფეხზე დავდექი. ამ ამბიდან 2 წლის შემდეგ ჩემს ცხოვრებაში გამოჩნდა ადამიანი, რომლის მიმართაც სერიოზული გრძნობა გამიჩნდა. ძალიან კარგი პიროვნება იყო. ცოლთან დიდი ხნის გაყრილი გახლდათ, შვილი ჰყავდა, რომელიც დედასთან იზრდებოდა. მეუბნებოდა, თუ ოჯახს შევქმნით, ბედნიერ ქალად გაქცევო. დარწმუნებული ვარ, ასეც იქნებოდა, გონივრულად რომ მოვქცეულიყავი.

ის კაცი ჩემიანებს გავაცანი. მართალია, მეორედ ჩემი გათხოვების იდეას დიდი სიხარულით არ შეხვდნენ, მაგრამ არც წინააღმდეგობა გაუწევიათ. მამამ მითხრა, ჩემთვის მთავარი შენი ბედნიერებაა, სხვა ყველაფერს გვერდით გავწევო. საქმე საქმეზე იყო მისული, რომ ჩემს ცხოვრებაში ყოფილი ქმარი გამოჩნდა. რომ გაიგო, ვთხოვდებოდი, მოვიდა და პრეტენზიები წამომიყენა, ჩემი გოგონა მამინაცვალთან არ გაიზრდება, მე წავიყვანო. მისი არგუმენტი ის იყო, რომ მოზარდი გოგონა უცხო მამაკაცის გვერდით არ უნდა ყოფილიყო. კარგი თემა იპოვა იმისთვის, რომ მას ხშირად შევხვედროდი. ერთ დღეს კი გამომიცხადა, იმ ქალს დავშორდი, მინდა, შენთან დავბრუნდე, ჩვენი გოგონა ერთად გავზარდოთო.

ახლაც არ ვიცი, როგორ ვენდე. რატომ დავიჯერე, რომ მატყუარა ადამიანის გამოსწორება შეიძლებოდა. თავბრუ დამახვია, ბოდიში მიხადა, ჩემ წინაშე იტირა კიდეც და დამითანხა, შევრიგებოდი.

ჩემი შვილის მამას დავუბრუნდი. ყველა გახარებული იყო, ამბობდნენ, გონს მოეგო და ცოლ-შვილისკენ პირი იბრუნაო. მე დავორსულდი, მეორე შვილის გაჩენას დიდი სიხარულით ველოდი. ისევ დავიწყე ოცნება, რომ ჩვენს ურთიერთობას ვერავინ და ვერაფერი დაარღვევდა. ვამბობდი, ამხელა განსაცდელს რომ გავუძელით და ისევ ერთად ვართ, ესე იგი ჩვენი გრძნობა მყარია-მეთქი...

8 თვის ორსულს იგივე გადამხდა თავს, ქმარი ისევ იმ ქალთან წავიდა. გამომიცხადა, რა ვქნა, ვეცადე, შენთან ვყოფილიყავი, მაგრამ ჩემი დიდი სიყვარული ვერ დავივიწყეო.

ნერვიულობის გამო ჩემი მეორე შვილი დღენაკლული დაიბადა. ამან ჯანმრთელობის პრობლემები შეუქმნა. მამამისზე ფიქრის თავი აღარ მქონდა. ღმერთს პირობა მივეცი, თუ ჩემი ბიჭუნა კარგად იქნებოდა, სხვაზე არაფერზე ვინერვიულებდი. ღვთის წყალობით, ჩემი შვილი ახლა კარგად არის. შეიძლება არ უნდა ვინანო, რომ ყოფილ ქმარს დავუბრუნდი, რადგან ჩემი ბიჭი მოევლინა ქვეყანას, მაგრამ არ გამომდის. თუ ის ქალი უყვარდა, ჩემთან რატომ დაბრუნდა? მომავალი კიდევ ერთხელ რატომ წამართვა? ახლაც ვერ ვხვდები, რატომ გააკეთა. ზოგჯერ მგონია, იმ ქალს ისე ვძულვარ, ყველაფერს აკეთებს იმისთვის, რომ ქალური ბედნიერება არ მეღირსოს. ვფიქრობ, ჩემი ყოფილი ქმარი დროებით იმიტომ დათმო, რომ ჩემთვის ბედნიერება წაერთმია, იმ კაცს ცოლად არ გავყოლოდი, მერე კი ისევ წამართვა. როგორც აღმოჩნდა, ჩემი მომავალი ქმარი სკოლის ასაკიდან უყვარდა. მისმა საყვარელმა ბიჭმა რომ მე ამირჩია, შეიძლება ამის გამო შემიძულა და გადაწყვიტა, ცხოვრება გამიმწაროს.

თქვენი ერთგული მკითხველი

„ოჯახი ჯადოს მკეთებელმა ქალმა გამინადგურა“

ჯადოების შესახებ არაფერი გამეგო ან საიდან უნდა მცოდნოდა პატარა გოგონას, რომ ქვეყანაზე ასეთი ბოროტება არსებობდა. 14 წლის ვიყავი, როცა ჩვენს ოჯახში საშინელი ამბები დატრიალდა.

დედაჩემს ერთი ქვრივი ქალი დაუახლოვდა, რომელსაც გათხოვება ძალიან უნდოდა და სულ მკითხავებში დადიოდა. თურმე ჯადოებსაც აკეთებდა, რასაც გვიან მივხვდით.

იმ დღიდან, როცა დედა და ის დამეგობრდნენ, ჩვენს ოჯახში ყველაფერი აირია. ჩემი მშობლები მუდმივად ჩხუბობდნენ, გაუთავებელი კონფლიქტები ჰქონდათ. ძალიან მალე კი დედა გარდამეცვალა. მერე გავიგეთ, რომ მას მომაკვდინებელი ჯადო ჰქონდა გაკეთებული. დედით დავობლდი, მაგრამ წინ კიდევ ერთი უბედურება მელოდა. ის ქალი და მამაჩემი შეუღლდნენ. მამაჩემი მოაჯადოვა და ხელში ჩაიგდო. ასე დავობლდი დედითაც და მამითაც. ჩემი გაზრდა ბიძამ და ბიცოლამ ითავეს, ფეხზე დამაყენეს.

ახლა 37 წლის ქალი ვარ და არაჩვეულებრივი ოჯახი მაქვს, თუმცა ბავშვობის ტრავმა დღემდე მომყვება. მართალია, ძნელია ასეთი მისტიკური ამბების დაჯერება, მაგრამ ზუსტად ვიცი, რომ ჩემი ოჯახი ჯადოს მკეთებელმა ქალმა გაანადგურა.

თქვენი ერთგული მკითხველი

გამოხმაურების მსურველები დაგვიკავშირდნენ ტელეფონებზე:
296-75-43 ან 5 (99) 30-93-89. იკითხეთ ირინე მჭედლიძე
ან იზა ბარბაქაძე, 11-დან 16.30 სთ-მდე, ყოველდღე.

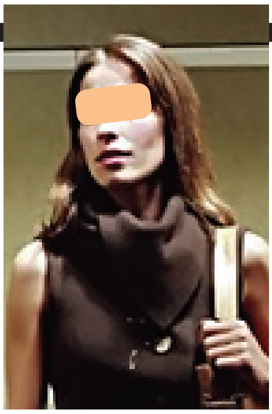
თქვენი ისტორიების გამოგზავნა შეგიძლიათ სამი გზით:

1. ეწვიეთ საიტ sana.ge-ს, დააწკაპუნეთ ღილაკს „მოგვწერეთ“ და დაბეჭდეთ თქვენი ისტორია.
2. გამოგზავნეთ სმს-ით ნომერზე 93887 მაგთიდან და 1779 ჯეოსელიდან.
1 სმს-ის ფასია: მაგთიდან 1 ლარი, ჯეოსელიდან 50 თეთრი.
3. ელფოსტაზე:irmchedlidze@mail.ru

ანონიმურობა დაცულია

Cyan Magenta Yellow Black

„დედამთილმა ქმრის წინააღმდეგ ამამხედრა“



ამ წერილს იმიტომ გიგზავნით, რომ მინდა, ბევრმა ქალმა წაიკითხოს. ჩემი მაგალითით მიხვდებიან, რომ ყველას არ უნდა ენდონ. კარგად დაფიქრდნენ, სანამ რაიმე გადაწყვეტილებას მიიღებენ.

მე და ჩემს მომავალ მეუღლეს ერთმანეთი ძალიან გვიყვარდა. უფრო ადრეც შევუღლდებოდით, ოჯახებიდან წინააღმდეგობას რომ არ გადავყროდით. დედამისი პირდაპირ მითვლიდა, ჩემს ოჯახში ფეხს ვერ შემოდგამ, არ მომწონხარო. ჩემი ოჯახი კი ამბობდა, მათი შესახვეწი რა გჭირს, იმ ბიჭს ახლოს არ გაეკაროო. ჩვენმა სიყვარულმა ყველაფერს გაუძლო და მაინც შევუღლდით. როგორც მოსალოდნელი იყო, დედამთილი ცუდად შემხვდა. მე კი ყველაფერს ვითმენდი. კარგად ვიცოდი ჩემ მიმართ მისი დამოკიდებულება, ამიტომ უკეთესს არც მოველოდი. მერე ერთბაშად მოლბა, ფერება დამიწყო. არ მეგონა, ასე კარგი გოგო თუ იქნებოდი, თურმე როგორ ვცდებოდიო. კალთაში მისვამდა და მკოცნიდა. დედამთილი ძალიან შემიყვარდა. ყველგან ვლაპარაკობდი, საოცარი ქალი ყოფილა-მეთქი. თურმე ეს მისი თამაშის ნაწილი იყო, მაგრამ სიმართლე მერე გავარკვიე.

ერთ დღეს მითხრა, გავიგე, შენს ქმარს საყვარელი ჰყოლია, მაგრამ ეს ამბავი ისე უნდა მოვაგვაროთ, ის ქალი ისე ჩამოვაშოროთ, ვერაფერს მიხვდესო. ვიფიქრე, ჩვენი ოჯახის გადარჩენა უნდოდა და დავიჯერე. რასაც მეუბნებოდა, ყველაფერს ვაკეთებდი. ქმარს პირდაპირ არ ვეუბნებოდი, რომ „სიმართლე“ ვიცოდი, მაგრამ ეჭვიანობის სცენებს ვუწყობდი. დედამთილი მარიგებდა, გაებუტე და ნახე, შენ ირგვლივ როგორ დაიწყებს სირბილსო. მეც დღეები ისე გავიდოდა, ხმას არ ვცემდი. სულ მსაყვედურობდა, რა ცივი ქალი აღმოჩნდიო. მე კი ვპასუხობდი, თბილ ქალებთან წაბრძანდი-მეთქი. დედამთილმა მკითხავებთანაც კი წამიყვანა, რომ ვითომ ჩემი ქმარი მოგვერჯულებინა... გახსენებაც კი არ მინდა იმ სისულელეების, რაც ჩავიდინე. 22 წლის გოგო თავის ჭკუაზე მატარა, ქმრის წინააღმდეგ ამამხედრა. ჩვენს სიყვარულზე კი არ ვფიქრობდი, რომ მეუღლეს მოვფერებოდი, მისთვის გამეღიმა, არა, ვითომ ოჯახის გადასარჩენად ვიბრძოდი. ჩემი ეჭვიანობით და სისულელეებით ქმარი დავღალე და ჩემ მიმართ გაცივდა. ერთ დღეს გამომიცხადა, შეყვარებული სხვანაირი იყავი, მგონია, ცოლად სხვა ქალი მყავსო. ასეც იყო, ახლა რომ ვუკვირდები, ჩემი ატანა ნებისმიერ კაცს გაუჭირდებოდა.

ერთ დღეს ქმართან ძალიან დიდი კონფლიქტი მომივიდა. მან თავისი ხელით ჩამილაგა ჩანთები და სახლიდან გამომიშვა. არასოდეს დამავიწყდება ჩემი დედამთილის გაბადრული სახე. ზურგი მაქცია და წავიდა, ერთი სიტყვა არ უთქვამს შვილისთვის. მერე კი საქვეყნოდ მომჭრა თავი, ლაპარაკობდა, რომ პირდაუბანელი, თმაგაჩეჩილი დავდიოდი, ქმარს ცუდად ვექცეოდი და მისმა შვილმა ამიტომაც ამითვალწუნა. მის ხრიკებს ძალიან გვიან მივხვდი, ქმარს დაველაპარაკე, ყველაფერი ავუხსენი, მაგრამ... ჩვენ ისევ ცალ-ცალკე ვართ. ვატყობ, ჩემს ქმარს შერიგება უნდა, მაგრამ დედამისი კარგად მუშაობს. ყველაფერს აკეთებს იმისათვის, რომ ერთად არ ვიყოთ. ენა მომიტანეს, თურმე სარძლოც ჰყავს არჩეული, შვილს ურიგებს.

თქვენს ჟურნალს ჩემი ყოფილი დედამთილიც კითხულობს. ამ წერილს რომ წაიკითხავს, მიხვდება, რომ ჩემი დაწერილია. მინდა, თქვენი საშუალებით მივმართო, ამიხსნას, ასე რატომ შემიძულა. მითხრას, რა დავუშავე, რისთვის მამწარებს ასე. მიზეზი ხომ უნდა ჰქონდეს მის ასეთ სიძულვილს და სწორედ ეს მიზეზი მინდა, ვიცოდე.

თქვენი მკითხველი

„საცოლე შვილებს ვერ ვუმხელ, რომ ორსულად ვარ“

ჩემი უფროსი გოგონა გათხოვილია, შვილიშვილიც მყავს. ორი ბიჭიც მყავს, რომლებსაც სკოლა აქვთ დამთავრებული და, რომ იტყვიან, საცოლედ არიან გამზადებული. მე 40 წელს ვარ გადაცილებული და აღმოვაჩინე, რომ ორსულად ვარ.

ეს ამბავი იმდენად დაუჯერებელი იყო, ექიმს ვეუბნებოდი, იქნებ კიდევ გადაამოწმოთ, რამე ხომ არ გეშლებათ-მეთქი. ჯანმრთელობის ისეთი პრობლემა მქონდა, რომ ჩემი დაორსულება თითქმის სასწაულია. ეს ამბავი ქმარს კი გავუმხილე, მაგრამ, არ ვიცი, საცოლე ბიჭებს როგორ ვუთხრა. მათი ძალიან მრცხვენია. ეკლესიურად რომ არ ვცხოვრობდე, შეიძლებოდა ბავშვის გაჩენაზე არც კი მეფიქრა, მაგრამ ახლა ამ ცოდვის სიმძიმე კარგად მაქვს გაცნობიერებული და ამას არასოდეს გავაკეთებ. მოძღვარიც მეუბნება, ეს ღვთის საჩუქარია და სიხარულით მიიღეო.

ქმარსაც ძალიან ერიდება შვილების. ასაკით ჩემზე უფროსია. ამბობს, პაპა ვარ და რაღა დროს ჩემი მეოთხე შვილიაო. მპირდება, რომ ბიჭებს ის დაელაპარაკება, მაგრამ ჯერ ვერ გაბედა. ამას წინათ უფროსი ბიჭი გამეხუმრა, დედა როგორ გაპუტკუნდიო. ვიგრძენი, სახეზე ცეცხლი როგორ წამეკიდა. ეგონა, რომ გავბრაზდი და დააყოლა, მაინც ლამაზი დედიკო ხარო.

ჩემს მდგომარეობაში თუ ვინმე ყოფილხართ, იქნებ მირჩიოთ, შვილებს სიმართლე როგორ ვუთხრა.

თქვენი ერთგული მკითხველი

გამოხმაურება

„ჩემზე სხვების დასანახად დაქორწინდა, თვითონ კი საყვარელი ჰყავდა“

ჟურნალ „სარკის“ 37-ე ნომერში გამოქვეყნდა ქალის წერილი, სადაც გოგონებს ურჩევდა, ასაკით უფროსი მამაკაცები არ შეიყვაროთო. მინდა, მის ავტორს გამოვეხმაურო.

19 წლის ვიყავი, როცა 38 წლის მამაკაცი გავიცანი. მოვიხიბლე იმით, რომ ჩემს თანატოლებს არ ჰგავდა. ზედმეტად სერიოზული იყო და ჩემი თითქმის უსიტყვოდ ესმოდა. უცოლო იყო. გაცნობიდან რამდენიმე თვის შემდეგ ცოლობა შემომთავაზა. ამ დროს მასზე უკვე ისე ვიყავი შეყვარებული, ცხრა მთას იქითაც კი გავყვებოდი. ჩემები ამ ქორწინების წინააღმდეგები იყვნენ. მეუბნებოდნენ, შეიძლება ერთმანეთს ვერ გაუგოთ, კარგად დაფიქრდი, სანამ ამ ნაბიჯს გადადგამო. მე კი ყველას წინააღმდეგ წავედი და ცოლად გავყევი.

ყურადღებიანი შეყვარებული უცებ მოძალადედ ქმრად იქცა. ყველა მეგობარს ჩამომაშორა, სახლში გამომკეტა. თქვენ გგონიათ, ეს სიყვარულით გააკეთა? არა. სხვების დასანახად დაქორწინდა ჩემზე, საჩვენებელი ცოლივით ვყავდი, თვითონ კი ოფიციალური საყვარელი ჰყავდა. ეს მერე გავიგე. როცა მოვთხოვე, იმ ქალს დაშორებოდა, მითხრა, შენამდე ის მიყვარდაო. ახლაც ვერ ვხვდები, რატომ მომატყუა, რატომ მოიქცა ასე.

მისგან წამოვედი. დედამ ვერ გამიგო. მითხრა, პატარა ხარ და უჭკუოდ იქცევი, ცანცარებ, არ იცი, ოჯახი რას ნიშნავსო. იმდენი მიჩიჩინა, ქმართან დამაბრუნა. ცოტა ხანში კი დედას საავადმყოფოდან დაურეკეს, თქვენს შვილს მოხედეთო. ქმარმა ისე მცემა, ექიმების ხელში აღმოვჩნდი. იმის შემდეგ აღარავის უთქვამს, ოჯახი შეინარჩუნეო.

მისგან სამუდამოდ წამოვედი და ახლა მასზე ფიქრიც კი მზარავს. ვერ ვხვდები, როგორ ვერ შევამჩნიე ყველა ის ნაკლი, რაც მას ჰქონდა. ასე რომ, მეც გირჩევთ, სანამ მამაკაცს ენდობით, კარგად დაფიქრდით, თქვენს სიყვარულს იმსახურებს თუ არა.

თქვენი ერთგული მკითხველი

✓ რუბრიკა მოამზადა ირინე მჭედლიძემ

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი

მიიღეთ
ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად
მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

როგორ გრძნობს თავს ნინო თოლორდავა თეა სიჭინავას ადგილზე

„საკუთარ თავს უნდა დავუმტკიცო, რომ ტოქ შოუს წაყვანაც შემიძლია“

გასულ ზაფხულს, ახალი სატელევიზიო სეზონის დაწყებამდე ცოტა ხნით ადრე, ტელეკომპანია „მაესტროს“ ხელმძღვანელმა, მამუკა ღლონტმა, ხმაურიანი განცხადება გააკეთა იმის თაობაზე, რომ არხიდან მასობრივად მიმდინარეობდა ცნობილი სახეებისა და სხვა თანამშრომლების გადაბირება კონკურენტ „იმედზე“. „მაესტროდან“ წავიდნენ ტელესახეები თეა სიჭინავა, ნანიკო ხაზარაძე, პროდიუსერები... საუბარი იყო ასევე ტელესახე ნინო ჟიჟილაშვილზეც, თუმცა საბოლოოდ ის არხზე დარჩა. ასე რომ, ტელემაყურებელმა უკვე იცოდა, რომ „მაესტრო“ საკმაოდ სახეცვლილი დაბრუნდებოდა ახალ სეზონზე. ასეც მოხდა. ერთ-ერთი ცვლილება უკვე ცნობილია — თეა სიჭინავას ტოქ შოუ „არგუმენტებს“ ახლა უკვე ნინო თოლორდავა წაიყვანს — ძველი ნაცნობი საზოგადოებრივი მაუწყებლიდან, რომელიც ერთი წლის წინ გახდა „მაესტროს“ საინფორმაციო გადაცემის წამყვანი.

— ნინო, უკვე ცნობილია, რომ „არგუმენტებს“ თეა სიჭინავას ნაცვლად წაიყვანთ. ოდესმე, თუნდაც მაშინ, როცა საზოგადოებრივ მაუწყებელზე „მოამბე“ მიგყავდათ, გიფიქრიათ, რომ პოლიტიკური ტოქ შოუს წაყვანას შეძლებდით?

— მინდოდა, ოდესმე პოლიტიკური ტოქ შოუ გამეკეთებინა, თუმცა ეს შანსი ასე უცბათ თუ გამიჩნდებოდა, არ მეგონა. დიდი მოტივაცია მაქვს, რომ ამ ადამიანების ნდობა გავამართლო. საკუთარ თავსაც უნდა დავუმტკიცო, რომ მე ეს შემიძლია. ეს ჩემთვის წინგადადგმული ნაბიჯია.

— „არგუმენტები“ თეა სიჭინავას საავტორო გადაცემა არ იყო?

— ეს ტოქ შოუ „მაესტროს“ ბრენდი და კუთვნილებაა. ამიტომ გადაცემის სახელიც იგივე დარჩა.

— როგორ ემზადებით ტოქ შოუს წასაყვანად, ღელავთ თუ არა?

— „არგუმენტების“ ტიპის ტოქ შოუ ჩემთვის ნამდვილად პირველია, თუმცა რესპონდენტებთან ურთიერთობის გამოცდილება გადაცემა „დღის ამბავში“ მივიღე, რომელიც „მაესტრო 24“-ზე გადიოდა. ამ გადაცემაში დღის მნიშვნელოვან ამბებს მიმოვიხილავდი მთავარ სტუმართან ერთად. მაგრამ „არგუმენტები“ ბევრად მასშტაბური, საინტერესო პროექტია. ეს ჩემს ცხოვრებაში კიდევ ერთი გამოწვევა იქნება. რისკზე ბევრჯერ წავსულვარ და ყოველთვის გამართლებია, რადგან ყველა საქმეს პასუხისმგებლობით ვეკიდები. კარიერის თვალსაზრისით, რამდენჯერმე მომეცა შანსი და, ვფიქრობ, ყველა გამოვიყენე. დღეს მონუსხული ვარ ტელევიზიით და მის გარეშე ცხოვრება ვერ წარმომიდგენია.

— თეა სიჭინავასთან როგორი ურთიერთობა გაქვთ, შორიდან იცნობთ თუ მეგობრობთ?

— ერთმანეთთან ძალიან კარგი ურთიერთობა გვაქვს. თეას წარმატებებს ვუსურვებ ყოველთვის და დარწმუნებული ვარ, რომ ჩემი წარმატება მასაც ასევე გაუხარდება.

— მას, როგორც „არგუმენტების“ გამოცდილ წამყვანს, რჩევები არ ჰკითხეთ?

— ამ ტოქ შოუს ფორმატი რადიკალურად იცვლება. გადაცემის გუნდი ამაზე ყოველდღიურად ვმუშაობთ. ძალიან ძლიერ, პროფესიონალ გუნდთან მიწევს მუშაობა. ჯერ კიდევ ჩამოყალიბების პროცესში ვართ, მიუხედავად იმისა, რომ ცოტა დრო დარჩა პირდაპირ ეთერამდე. „მაესტროში“ დიდი შემოქმედებითი პროცესია, ბევრი სიახლე იგეგმება.

— ამბობენ, რომ ნიკა ტაბატაძე იქნება „მაესტროს“ ხელმძღვანელი. მართალია?

— ამის შესახებ ახლა ვერ გავაკეთებ კომენტარს, თუმცა ზუსტ პასუხს საზოგადოება ძალიან მალე მიიღებს.

— რა იცვლება „არგუმენტებში“?

— სტუმართან იქნება დისკუსია, დებატები. ვმუშაობთ, რომ ეს გადაცემა იყოს ადეკვატური იმ რეალობისა, რაც დღესაა. არ გვინდა, რომ იყოს საუბარი საუბრისთვის. გვსურს, გადაცემას შედეგი მოჰყვეს და მაყურებლის შეკითხვას პასუხი გაეცეს. ხალხთან აქტიური ურთიერთობა გვექნება. გვინდა, ადამიანებმა გვითხრან, რა აწუხებთ, რომ სტუმრებისგან იმ თემებზე მივიღოთ პასუხები. თუ რა ფორმით იქნება ეს ჩართულობა, ამას ვნახავთ. გადაცემა კვირაში ორჯერ გავა ეთერში.

„კარიერის თვალსაზრისით, რამდენჯერმე მომეცა შანსი და, ვფიქრობ, ყველა გამოვიყენე. დღეს მონუსხული ვარ ტელევიზიით და მის გარეშე ცხოვრება ვერ წარმომიდგენია".

— ბუნებრივია, მაყურებელი თეა სიჭინავასთან დაიწყებს თქვენს შედარებას. ამისთვის მზად ხართ?

— რა თქმა უნდა, ასე იქნება და შეიძლება იყოს უარყოფითი შეფასებებიც, მაგრამ აუცილებლად იქნება პოზიტიური აზრიც. ეს ყველაფერი ბუნებრივი პროცესია. მაყურებელი აუცილებლად მიგიღებს, თუ ობიექტური იქნები და საქმეს პროფესიონალურად მიუდგები.

— ყველას გვახსოვს „პირველი არხიდან“ თქვენი წამოსვლის მთავარი მიზეზი. მაშინ განაცხადეთ, რომ თქვენს ჟურნალისტურ თავისუფლებას ზღუდავდნენ. ახლა ჯერი თქვენზეა — მაყურებელი თქვენგან ყველა აქტუალური კითხვის დასმას, ობიექტურობას ელის.

— არ აქვს მნიშვნელობა, რა პირობებში გიწევს მუშაობა, როცა ადამიანების წინაშე გამოდიხარ, მაქსიმალურად უნდა გამოიყენო დრო, რომ მაყურებლის ინტერესი დააკმაყოფილო. ეს უდიდესი პასუხისმგებლობაა. თუმცა შეცდომებისგან დაზღვეული არავინ არის. ადამიანები ვართ და შეიძლება რაღაც გამოგვეპაროს ან დაგვავიწყდეს.

— თქვენს მთავარ კონკურენტად რომელ გადაცემას და წამყვანს აღიქვამთ?

— ძნელია ამის თქმა. რეალურად ყველა ერთმანეთის კონკურენტები ვართ. რამდენიმე დღის წინ ინგა გრიგოლიას შევხვდი. ის ძალიან მიყვარს. ჩემთვის ძალიან კარგი წამყვანია და მას, ისევე როგორც ყველა ჩემს კოლეგას, წარმატებებს ვუსურვებ. კარგია, რომ ასეთი კონკურენტული გარემოა დღეს ტელევიზიაში.

— როგორ წაიყვანთ ამ გადაცემას? დაძაბულ, დინამიკურ რიტმში თუ მშვიდი წამყვანის იმიჯს მოირგებთ?

— სიმართლე გითხრათ, ამაზე არ მიფიქრია. თითოეულ ადამიანს განსხვავებული ენერგეტიკა, თავისი წაყვანის სტილი აქვს. არ ვიცი, როგორი ვიქნები ამ გადაცემის წაყვანისას, ეს მეც მაინტერესებს.

— „მაესტროს“ საინფორმაციო გამოშვებაშიც დარჩებით?

— არა, ამ ეტაპზე მხოლოდ ტოქ შოუზე ვიმუშავებ.

— ოჯახმა როგორ შეაფასა თქვენი კარიერული წინსვლა და ახალი ამპლუა?

— მეუღლეს ძალიან მოეწონა და გვერდში მიდგას. მამხნევებს, რომ არაფერზე ვინერვიულო. ეს დიდ სტიმულს მაძლევს. ქმარი და შვილი გვერდით მიდგანან და მგულშემატკივრობენ. დატვირთული ზაფხული მქონდა. მხოლოდ ერთი კვირით მოვახერხე შვილთან ერთად შეკვეთილში დასვენება.

— დაბოლოს, კარიერის თვალსაზრისით, საკმაოდ რთული წელი გქონდათ — ძველი სამსახური სკანდალურად დატოვეთ, ახალთან მოგიწიათ შეჩვევა, მერე მოულოდნელად ტოქ შოუს წამყვანი აღმოჩნდით. რაიმეს ხომ არ ნანობთ ან შეცდომად მიიჩნევთ?

— არ ვნანობ. დრო რომ უკან დაბრუნდეს, ანალოგიურად მოვიქცეოდი. „პირველ არხზე“ მუშაობაც გამოცდილება იყო ჩემთვის. ამ გადმოსახედიდან, იმ ტელეკომპანიაში რაღაცეებს ალბათ სხვანაირად გავაკეთებდი, მაგრამ, რაც შეეხება იქიდან წამოსვლას, ვიმეორებ, არ ვნანობ. ვფიქრობ, რომ ჟურნალისტმა თუ სხვა პროფესიის წარმომადგენელმა, თუკი აქვს საფუძველი და რამე არ მოსწონს ხელმძღვანელებისგან, ეს უნდა დააფიქსიროს.

✓ მანანა ნოდია

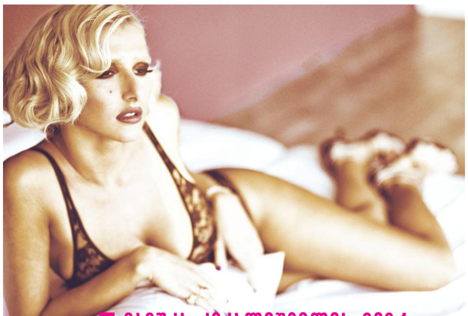
Cyan Magenta Yellow Black

ნუკი კოშკელიშვილი: „ექსკლუზიურად თქვენ გეტყვით — შეყვარებული მყავს!“

ტელევიზიისა და შოუბიზნესის პოპულარულმა სახემ, ნუკი კოშკელიშვილმა, ზაფხულის თავგადასავლები დაასრულა და მალე ეკრანს ახალი გადაცემით და პირად ცხოვრებაში სიახლით დაუბრუნდება. ინტერვიუს წინ გავუსწრებთ და გაცნობებთ — ნუკი კვლავ შეყვარებულია. თავისი რჩეულის ვინაობას არ ამხელს, მხოლოდ იმაზე მიანიშნებს, რომ ის ცნობილი სახე არ არის.

— ნუკი, ჯერ იმაზე გვიამბეთ, რა გადაცემაში გამოჩნდებით.

— „კომედი შოუს“ ბიჭებმა დამირეკეს და მითხრეს, რომ ძალიან უნდოდათ ჩემთან თანამშრომლობა. მითხრეს, რამე გადაცემა გავაკეთოთ და როგორი სტილის გირჩევნიაო. ეს გადაცემა თავად მოიფიქრეს. ჩვენი სტუმრები გადაცემის თემასთან კავშირში არ იქნებიან. მაგალითად, ჟურნალისტ სტუმარს ვესაუბრებით მანქანების შესახებ და ა.შ. ერთად გავარკვევთ, ჩვენთვის უცნობი თემის გარშემო რა ხდება. შეიძლება აღმოჩენებიც გვქონდეს. გვექნება დავალებები ჩვენი რესპონდენტებისთვის, რომლებიც ძალიან სახალისო იქნება. სტუდია ისეა მოწყობილი, რომ შინაურული გარემო იგრძნობოდეს. ჩვენთან პირველად იქნება დაშვებული გადაცემის



■ მამუკა კიკალიშვილის მიერ გადაღებული ფოტოსესიიდან

„ძალიან მალე კიდევ ნახავთ ჩემი და მამუკა კიკალიშვილის ერთობლივ ნამუშევარს, რომელიც ასევე ხმაურიანი იქნება. უნდა გააკეთო ის, რაც გინდა, რა თქმა უნდა, ნორმის ფარგლებში. მშობლებს ჩემი ეს ნაბიჯი ძალიან მოეწონათ“.

ჩაწერისას მობილურზე პასუხი და ეს ეთერში გავა. ეს იქნება შოუ, რომელსაც საღამოს განსატვირთად უყურებენ. ჩვენი სტუმრები იქნებიან ცნობილი სახეები და სწორედ ამიტომ დავარქვით გადაცემას „ფეის ნუკი“.

— კომედიურ ჟანრში მუშაობა როგორ წარმოგიდგენიათ, გამოგივათ?

— ეს ნამდვილად ახალია ჩემთვის. რთულია კომედიურ ჟანრში მუშაობა. როგორც ცნობილია, მაყურებლის გაცინება ბევრად რთულია, ვიდრე — ატირება. არასდროს მიხუმრია და ვნახოთ, როგორ გავართმევ თავს. ამ გადაცემაში სრული იმპროვიზაცია იქნება და არა — დაწერილი ხუმრობები.

— „კომედი შოუს“ ხელმძღვანელ ალეკო მალხაზიშვილს და სხვებს როგორ შეეწყვეთ?

— ალეკო არასდროს არის მკაცრი. როცა ხედავს, რომ მოწყენილი ვარ, ყველანაირად ცდილობს, კარგ ხასიათზე მომიყვანოს. ამ არხზე, შინაარსიდან გამომდინარე, წარმოუდგენელია, ბოლმა და ცუდი ადამიანები მუშაობდნენ.

— რომელი გადაცემა წარმოგიდგენიათ „ფეის ნუკის“ კონკურენტად?

— არ ვიცი. უკონკურენტო გადაცემაა. ეს არხი გათვლილია იმ ადამიანებზე, რომელთაც იუმორი უყვართ და სხვა არაფერი აინტერესებთ. რადგან ამ არხის კონკურენტი არ არსებობს, გამოდის, რომ ჩემს გადაცემასაც არ ეყოლება კონკურენტი.

— მაყურებლები თქვენ და მსახიობ რუსკა მაყაშვილს ხშირად გადარებენ ერთმანეთს. ინტერნეტგამოკითხვებიც დგება: „ნუკი ჯობია თუ რუსკა?“ რა აზრის ხართ ასეთ შედარებაზე ან საერთოდ რატომ გადარებენ?

— ეს მეც მაინტერესებს. ალბათ იმიტომ, რომ ბავშვებს ორივე ძალიან ვუყვარვართ. რუსკა ფანტასტიკური ადამიანი, ძალიან ნიჭიერი და მეგობრულია. მიხარია, რომ მას მადარებენ და არა — ვინმე სხვას.

— რამდენიმე ხნის წინ თქვენი საკმაოდ თამამი ფოტოსესია გამოაქვეყნეთ, რის გამოც ბევრმა გაგკიცხათ. ამ ნაბიჯს ხომ არ ნანობთ?

— არათუ ვინანე, ექსკლუზიურად გეტყვით, რომ ძალიან მალე კიდევ ნახავთ ჩემი და მამუკა კიკალიშვილის ერთობლივ ნამუშევარს, რომელიც ასევე ხმაურიანი იქნება. არ არსებობს, რომ ყველას მოეწონო. მე ყოველთვის ვამბობ იმას, რომ უნდა გააკეთო ის, რაც გინდა, რა თქმა უნდა, ნორმის ფარგლებში. მშობლებს ჩემი ეს ნაბიჯი ძალიან მოეწონათ.

— როგორც ვიცი, წელს საკმაოდ კარგად დაისვენეთ, იყავით ბათუმში, პარიზში, მონტე კარლოში, ნიცაში... ბევრი შთაბეჭდილებით იქნებით დატვირთული.

— დასვენება მაისში დავიწყე. ბათუმიდან ორ დაქალთან ერთად პარიზში წავედი, მერე — ნიცაში, კანში, მონტე კარლოში, სან ტროპეში და მერე ისევ ბათუმში დავბრუნდი. დიდი ხანია ასე კარგად არ დამისვენია. მინდა აღვნიშნო, რომ ნიცასა და ბათუმს შორის ბათუმს ვარჩევდი. პარიზში ბევრი მუზეუმი ვნახეთ. ვცხოვრობდით სამვარსკვლავიან სასტუმროში, რადგან გადავწყვიტეთ, უფრო ბევრი ადგილი გვენახა, ვიდრე ძვირადღირებულ სასტუმროში დაგვეტოვებინა თანხა და ტელევიზორისთვის გვეყურებინა. არ გვიშოპინგია. მოგზაურობისას ღირსშესანიშნაობების დათვალიერება მირჩევნია მაღაზიებში სიარულს. ეს თბილისშიც მეყოფა.

ამ მოგზაურობისას გაგვქურდეს კიდეც, მაგრამ, საბოლოო ჯამში, ნამდვილად კარგი ზაფხული იყო.

— ბოლო პერიოდში თქვენი პირადი ცხოვრება აქტიურად განიხილება. ძველი თემაც კი განახლდა და ერთ-ერთმა ინტერნეტტელევიზიამ გიორგი ქორქიასთან დაკავშირებით გკითხათ, თუ რა ხდებოდა თქვენ შორის წლების წინ. როგორ ფიქრობთ, რატომ დასჭირდათ თქვენი წარსულის გახსენება?

— არ ვიცი, რატომ მკითხეს გიორგი ქორქიას შესახებ. ზოგადად პირად ცხოვრებაზე საუბრის წინააღმდეგი არ ვარ. ისეთი პროფესია მაქვს, რომ ხალხისთვის საჯარო უნდა ვიყო. რაც შეეხება გიორგის, ჩვენ მეგობრები ვართ, უახლოესი — არა, მაგრამ მაინც მეგობრები. თავის დროზე, როცა რეალურ შოუ „კოდში“ ერთად მივიღეთ მონაწილეობა, იყო ბუმი, რომ თითქოს ერთად ვიყავით. დღეს ამის შესახებ კითხვა ალბათ იმიტომ გაჩნდა, რომ დიდი ხანია ჩემს პირად ცხოვრებაზე ახალი არაფერი გაუგიათ. ოთო მარგოშვილს ერთი წლის წინ დავშორდი და მას მერე ჩემ შესახებ ახალი არაფერი გაჟღერებულა. ამიტომ ძალიან ძველი გაახსენდათ.

— ვიცი, რომ ოთოსთან მეგობრობთ. ბევრს უკვირს ყოფილი შეყვარებულების მეგობრობა.

„მე ყოველთვის ვირჩევ ისეთ მამაკაცებს, რომლებსაც ეამაყებათ, მათ გვერდით მყოფი ქალი სხვებსაც რომ მოსწონთ“.

— დიდი განსხვავებაა მეგობრობასა და შეყვარებულობას შორის. შეყვარებულები შეიძლება მეგობრები იყვნენ, მაგრამ მეგობრები ვერ იქნებიან შეყვარებულები. შეყვარებულთან სხვა პასუხისმგებლობა გაქვს. ოთოს დიდ პატივს ვცემ. ვმეგობრობთ, მაგრამ ეს იმას არ ნიშნავს, რომ ყოველდღე ვხვდებით ერთმანეთს.

— ახლა თუ არის სიყვარულის ობიექტი თქვენს ცხოვრებაში?

— ექსკლუზიურად თქვენ გეტყვით — შეყვარებული მყავს! ჯერ სახელს და გვარს არ გავამხელ.

— ცნობილი სახეა?

— არა, ცნობილი სახე არ არის. ასაკსაც არ გეტყვით, თუმცა ჩემზე ბევრად უფროსი არ არის. ეს არც სამსახურებრივი რომანია. მე ამ ურთიერთობას სიყვარულს და გაგიჟებას ვერ დავარქმევ, უბრალოდ ერთად ვართ

„მე ამ ურთიერთობას სიყვარულს და გაგიჟებას ვერ დავარქმევ, უბრალოდ ერთად ვართ და ვნახავთ, რა გამოვა. ერთმანეთი მოგვწონს“.

და ვნახავთ, რა გამოვა. ერთმანეთი მოგვწონს.

— ნუკი კოშკელიშვილის გვერდით დგომა რთულია?

— ალბათ და სწორედ ამიტომ მე ყოველთვის ვირჩევ ისეთ მამაკაცებს, რომლებსაც ეამაყებათ, მათ გვერდით მყოფი ქალი სხვებსაც რომ მოსწონთ. ასეთი კაცი არასდროს ეჭვიანობს.

— ბედნიერი ხართ?

— კი, ბედნიერი ვარ. ეს ძალიან კარგი გრძნობაა, რაც დიდი ხანია არ მქონია.

✓ მანანა ნოდია

ნათელმხილველი
სელინა
მკითხაობს ტაროს
კარტზე და ყავაზე
აკეთებს თილისმებს
და ხსნის ჯადოს
230-68-19
599-37-59-58

დავით საგანელიძე: „ჩემში არის ორი დათო, ერთი ფიქრობს, რომ ვადამდელი საპარლამენტო არჩევნები უნდა ჩატარდეს, მეორე — არა“

საპარლამენტო არჩევნებამდე ერთ თვეზე ცოტა მეტი რჩება. „ქართული ოცნების“ საპრეზიდენტო კანდიდატის, გიორგი მარგველაშვილის საარჩევნო შტაბის ხელმძღვანელი, დავით საგანელიძე, „სარკესთან“ ნიძლავის დადებისთვის მზადაა, რომ მათი კანდიდატი პირველივე ტურში დამაჯერებელი გამარჯვებით პრეზიდენტი გახდება, თუმცა ჟურნალს ამ თემაზე, მასთან დებატები, რა თქმა უნდა, არ გაუმართავს, უბრალოდ ის კითხვები დაუსვა, რაზეც საზოგადოებას პასუხები აინტერესებს. სანამ ამ „ნიძლავის“ ბედი გაირკვევა, უმრავლესობის ლიდერი საარჩევნო სამზადისზე გვესაუბრება და იმ ჭორებსაც პასუხობს, რომელთა მიხედვითაც, ბიძინა ივანიშვილმა საგანელიძე ჩამოაქვეითა.

— **ბატონო დავით, საარჩევნო კამპანია ახლა ხურდება. აქამდე რით იყავით დაკავებული?**

— საარჩევნო კამპანია მართლაც ახლა შედის ძირითად სტადიაში. ის ორი თვე, რაც აქამდე გავიარეთ, 73 ოლქში შტაბების ჩამოყალიბებას მოვახმარეთ. მრავალპარტიული სისტემიდან უნდა აგვერჩია საუკეთესო მენეჯერები, შტაბში მუშაობის გამოცდილების მქონე ადამიანები კარგი ავტორიტეტით. პროცესი საკმაოდ რთული იყო, ამან ბევრი ადამიანი გაანაწყენა, ისინი, ვისაც იმედი ჰქონდათ, რომ თვითონ იქნებოდნენ ხელმძღვანელები. ბოდიში მინდა მოვუხადო მათ და იმედი გამოვთქვა, რომ აქტიურად იმუშავებენ შტაბებში. იყვნენ ისეთებიც, ავანტურისტები, რომლებიც ყველაფერს აკეთებდნენ იმისთვის, რომ არეულობა შემოეტანათ, რადგან თვითონ ვერ გახდნენ შტაბის უფროსები. ამ ადამიანებზე არც მინდა საუბარი, მით უმეტეს, უმრავლესობა პარტიის წევრები არც არიან და არც ვიცი, ასეთი პრეტენზიები რატომ ჰქონდათ.

45.480 ადამიანი დაინიშნა 3.716 უბანზე. ახლა ისინი ტრენინგებს გადიან. ძირითადი ნაწილი ის ხალხია, ვისაც გამოცდილება აქვს, ნაწილი — ახალი სახეებია. ასევე შევქმენით სისტემა, რაც გვაძლევს საშუალებას, თითოეულ რაიონში შევქმნათ მიკროზონები, სადაც უბნების მიხედვით მოხდება მართვა. 15 სექტემბრიდან უკვე ჩაერთო დიდი ტალღა ჩვენი მხარდამჭერებისა და აგიტატორებისა, რომლებმაც „კარდაკარ“ პროგრამა დაიწყეს და მოსახლეობას მაქსიმალურ ინფორმაციას აწვდიან, თუ როგორი პიროვნებაა გიორგი მარგველაშვილი და როგორია მისი ხედვა. ასევე, ოქტომბერში მარგველაშვილს ექნება დარგობრივ ჯგუფებთან შეხვედრები — მედიკოსებთან, სტუდენტებთან, მეცნიერებთან...

პირველი პრეზენტაცია იგეგმება 19 სექტემბერს სპორტის სასახლეში, სადაც თავისი პროგრამით წარდგება. საბოლოო ჯამში, 27 ოქტომბრისთვის ვემზადებით, რომ ქვეყანაში ჩატარდეს უპრეცედენტოდ ობიექტური სამართლიანი არჩევნები. ხარვეზები ალბათ იქნება, მაგრამ ვცდილობთ, რომ მინიმუმამდე იყოს დაყვანილი. მჯერა, საქართველოს პრეზიდენტად ეყოლება ის, ვისაც ქართველი ხალხი აირჩევს და ქვეყანა ერთ ძალასა და კაცზე მორგებული აღარ იქნება.

— **ამბობენ, რომ რეგიონებში მარგველაშვილს ძალიან უჭირს, არც საკმარისად იცნობენ და ვერც პარტია მუშაობს, ივანიშვილის განცხადების შემდეგ კი, რომ ის პოლიტიკიდან მიდის, ამ პატარა შანსსაც კარგავსო.**

— ნათქვამია, მელას რაც ელანდებოდა, ის ესიზმრებოდაო. ამას ის ხალხი ავრცელებს, ვისაც ძალიან უნდა, რომ გიორგის არ ჰქონდეს მაღალი ავტორიტეტი, მასაც არ იცნობდნენ და ა.შ. ეს არის იმის სურვილი, ვინც „ქართულ ოცნებას“ ებრძვის, მაგრამ, უნდა გითხრათ, რომ გიორგის საკმაოდ მაღალი ავტორიტეტი და მხარდაჭერა აქვს ხალხისგან. ხედავთ, როგორი შეხვედრები აქვს რაიონებში. აქვე უნდა გითხრათ, რომ ეს შეხვედრები სპეციალურად მომზადებული არ ყოფილა.

„თუ კოალიცია დაიშლება, არც ეს არის ქვეყნისთვის ცუდი, მაგრამ, სანამ სახელმწიფო ინსტიტუტები მომძლავრდება, ალიანსი საჭიროა, რომ მარგინალურმა თუ დესტრუქციულმა ძალებმა თავი არ წამოყონ“.

რაც შეეხება ბიძინას წასვლას პოლიტიკიდან, ეს მტკივნეული თემაა, რადგან არსებობს ეჭვი, რომ მისი წასვლის შემდეგ პროცესები შეიძლება ისე კარგად არ განვითარდეს, როგორც მისი ამ თანამდებობაზე ყოფნის დროს. მეც რომ მკითხოთ, გიპასუხებთ, რომ კარგი იქნებოდა, რაღაც პერიოდი დარჩენილიყო, მაგრამ მას თავისი შეხედულებები და არგუმენტები აქვს. ამ ადამიანმა რაც თქვა, ყველაფერი გააკეთა და ალბათ ამასაც გააკეთებს. რთული აღსაქმელი და გასაგებია, მაგრამ ეს მისი პოზიციაა და, იმედია, მის წასვლით გამოწვეული უარყოფითი დამოკიდებულება, საბოლოო ჯამში, შეიცვლება იმით, რომ ხელისუფლება დაამთავრებს ამ კოაბიტაციას და ქვეყანა უფრო სწრაფი ნაბიჯებით წავა უკეთესობისკენ.

— **არ მიპასუხეთ, ივანიშვილის ეს განცხადება დააზარალებს თუ არა მარგველაშვილს.**

— არ ვიტყვი, რომ დააზარალებს, მაგრამ ალბათ მეტი ახსნა-განმარტება სჭირდება საზოგადოებას. კარგია, როცა გყავს ლიდერი, რომელიც ასეთი განუსაზღვრელი ავტორიტეტით სარგებლობს, მაგრამ, მეორე მხრივ, პოლიტიკოსებიც და მთავრობის წევრებიც უნდა მივეჩვიოთ იმას, რომ არ ვიყოთ ჩამოკიდებული ერთი ადამიანის ავტორიტეტზე. ბატონი ბიძინაც ამას ამბობს. რომ წარმოვიდგინოთ, ქვეყანაში დემოკრატიული პროცესების განვითარებისათვის რა არის უკეთესი, შეიძლება სწორია მისი ეს გადაწყვეტილება, მაგრამ საზოგადოების დიდი ნაწილი, რომელსაც დიდი პატივისცემა აქვს მის მიმართ, მაინც ვერ ეგუება და მათ შორის — მეც. საბედნიეროდ, ბატონი ბიძინა მიდის თანამდებობიდან და არა — პოლიტიკიდან.

„ჩემი ფიტული დაწვა ვინმე ზურაბ ბიგვავამ. როცა ამას აკეთებდა, მე, როგორც ექიმმა, გავაფრთხილე, რომ ხელი არ დაეწვა“.

— **სწორედ წასვლა, მაგრამ პოლიტიკაში დარჩენა ეჩვენება ზოგს საეჭვოდ, ხომ არ იქნება ის მარგველაშვილის და სხვათა ჩრდილოვანი მმართველი.**

— სამოქალაქო სფეროს გაძლიერებას ფიქრობს და სწორედ ეს არის მისი პოლიტიკა. ის, რომ კულუარულად ჩაერთვება პოლიტიკაში და ჩრდილოვანი კუთხით დაიწყებს ქვეყნის მართვას, სისულელეა. ეს მას ყოველთვის შეეძლო, მაგრამ არ აკეთებდა, სამაგიეროდ, ეხმარებოდა ქვეყანას, საზოგადოებას, გაჭირვებულებს თუ სტრუქტურებს. როცა ნახა, რომ ეს საკმარისი არ იყო, მოვიდა პოლიტიკაში. მან უპრეცედენტო რამ გააკეთა მსოფლიო პოლიტიკაში — კაცი, რომელსაც ნდობის ასეთი მანდატი აქვს, ამბობს, ჩემი ვალი მოვიხადე, მივეცი ქვეყანას დემოკრატიულად განვითარების შანსი და მივდივარო. ეს ისეთი ფაქტია, რომელსაც გააზრება სჭირდება. რამდენად ძლიერი უნდა იყო ადამიანი, რომ ეს გააკეთო.

— **დარწმუნებით შეგიძლიათ თქვათ, რომ მარგველაშვილს აქვს დამოუკიდებლობის ის ხარისხი, რაც პრეზიდენტს სჭირდება?**

— ქვეყნის პრეზიდენტი არ უნდა იყოს რომელიმე პარტიის წევრი, დამაბალანსებელი ფიგურა უნდა გახდეს, რომელიც ისაუბრებს ხალხის სახელით და არა — რომელიმე პოლიტიკური ძალის. გიორგის ამის ნიჭი ნამდვილად აქვს.

— **კითხვა — „რა იქნება ივანიშვილის წასვლის შემდეგ?“ — ყველას აღელვებს, მათ შორის — კოალიციაში შემავალ პარტიებსაც. ამბობენ, თვითონ კოალიციის წევრებსაც არ სურთ, რომ მარგველაშვილი პრეზიდენტი გახდესო.**

— გაზეთში ისეთ რამეს წავიკითხავ, რომ... არ ვიცი, საიდან მოაქვთ. კოალიცია, რა თქმა უნდა, ოდესღაც დაიშლება.

— **ამ პროცესს როდის ვარაუდობთ?**

— ჩემი აზრით, მომავალი საპარლამენტო არჩევნებისთვის. შეიძლება იყოს რესურსი, რომ 2016 წელს კოალიცია ისევ ერთიანი ძალით გამოვიდეს, თუმცა მე დაშლაშიც ვერ ვხედავ რაიმე საშიშროებას. კარგი პარლამენტი არის ის, სადაც →18

მამაკაცებისთვის!

სქესობრივი სისუსტის, პროსტატის დაავადებების: პროსტატიტის, ადენომის, შარდვის პრობლემების (ხშირი შარდვა, შეკავება, შეუკავებლობა, წვა, ქავილი, ტკივილი), ვირუსული და მიკრობული დაინფიცირების მკურნალობა. ასევე, ალკოჰოლიზმისა და ნარკომანიისგან სწრაფი გათავისუფლება, დამოკიდებულების მოხსნა, ნევროზების, დეპრესიის, შიშების, უძილობის მკურნალობა; ორგანიზმის გაწმენდა უჯრედულ დონეზე მცენარეული პრეპარატებით, უკუჩვენებისა და გვერდითი მოვლენების გარეშე. შედეგი და ანონიმურობა 100%-იანია.

ექიმი ქალბატონი მზია

☎ 514-246-446, 218-48-99

Cyan Magenta Yellow Black

„ბორმენტალის“ ფსიქოლოგი წონაში დაკლების მეთოდის მთავარ საიდუმლოს ამხელს!

საქართველოში, როგორც მთელ მსოფლიოში, დიეტების ბუმია. სამწუხაროდ, გასახდომად ყველა იოლ გზას ეძებს. ერიდება სირთულეებს, ზედმეტ ხარჯს. ძირითადად ინტერნეტში მოძიებული დიეტებით ხდება თვითმკურნალობა, რასაც საბოლოოდ უფრო სავალალო შედეგამდე მივყავართ. პოსტსაბჭოთა სივრცეში ყველაზე ცნობილი მეთოდი სასურველი წონის მისაღწევად „ბორმენტალში“ შეიმუშავეს. ეს ბრენდი უკვე 6 წელია საქართველოშია. „ბორმენტალის“ მთავარი მესიჯი „გახდი აკრძალვების გარეშე“, წესით, ტკბილის მოყვარული ქართველებისთვის ყველაზე მომხიბვლელი უნდა იყოს.

რაშია „ბორმენტალის“ საიდუმლო, როგორ შეიძლება მიირთვა ყველაფერი და თან გახდე, ამაზე წონის კორექციის ცენტრის თბილისის ფილიალის წამყვანი სპეციალისტი, ფსიქოლოგი თამარ ლაფაჩი ისაუბრებს. ლაფაჩის თქმით, „ბორმენტალის“ მეთოდის წარმატება მის სიმარტივეშია.

თამარ ლაფაჩი

— თამარ, რთული დასაჯერებელია, რომ აკრძალვების გარეშე შეძლო გახდომა, ქართველები ცოტა ეჭვიანი ხალხი ვართ... რას ნიშნავს სწორი კვება, თქვენ მირღვევთ ყველა სტერეოტიპს, რაც ჩემთვის დღემდე არსებობდა, ანუ შემწვარი, მოხრაკული, ცხარე, მჟავე, ტკბილი — შემიძლია ეს ყველაფერი მივირთვა და გავხდე? რა იცვლება, რა მახდუნებს, თუ ეს ყველაფერი ვჭამე?

— მნიშვნელოვანია რეჟიმი, ჩვენთან არ არის აკრძალვები. რაციონში ყველანაირი პროდუქტია და შესაბამისად ახალი სტრესი ისედაც მძიმე ცხოვრებისეულ გარემოს არ ემატება. რაც შეეხება რეჟიმს, იქიდან გამომდინარე, რომ ადამიანი ამას დამოუკიდებლად ვერ ახერხებს, მას სჭირდება ფსიქოლოგიური მომზადება იმისთვის, რომ მარტივად შეძლოს რეჟიმის მოწესრიგება.

— და თუ მე ისეთი ცხოვრების წესი მაქვს, რომ ამ რეჟიმს ვერაფრით ვიცავ, ანუ ვერ მეხმარებით?

— უმეტესობა ფიქრობს, რომ ვერ შეძლებს, არადა, არ არსებობს სიტუაცია, სადაც ადამიანი სწორად კვებას და რეჟიმის დაცვას ვერ შეძლებს. ქართველებს განსაკუთრებით რეჟიმი და რეგულარული, სწორი კვება ჩარჩოებში ჩასმა ჰგონიათ.

— მინდა გახდომა და მოვედი, რა უნდა მოახერხოთ, რომ წლების განმავლობაში შეთვისებული თუნდაც 4 დღიანი და 4 საათიანი ლექციის შემდეგ შემაცვლევინოთ? თან იქნებ არ მომშივდა იმ ოთხსაათიან შუალედში ან პირიქით, მომშივდა და რა გავაკეთო? რაშია თქვენი მეთოდის საიდუმლო?

— სწორედ ამას გასწავლით „ბორმენტალში“. რომ გააცნობიეროთ, სწორად აღიქვათ, ისწავლოთ თქვენი შეგრძნებები, გააცნობიეროთ შიმშილის გრძნობა და შესაბამისად დააკმაყოფილოთ. რა თქმა უნდა, რთულია მართო ის, რაც წლებით გამოიმუშავე, მაგრამ მეთოდში ჩართულია რეფლექსოთერაპია, რომელიც ხელს უწყობს ორგანიზმში მივიწყებული რეფლექსების აღდგენას, რის შემდეგაც ადამიანი მარტივად ხვდება, როდის მიიღოს საკვები და რა რაოდენობით. რამდენიმე ეტაპია საჭირო, პირველ რიგში აუცილებელია, დადგინდეს, რამდენად არის მზად პიროვნება წონის დასაკლებად.

— იმედგაცრუებული პაციენტები ყოფილან?

— იმედგაცრუებულს ვერ დავარქმევდი, „ბორმენტალის“ მეთოდი ბევრს ჯადოსნური ჯოხი ჰგონია, რომ ჩვენ ერთი ხელის მოსმით ფუმფულა ადამიანისგან შევქმნით ტანადს. მაგრამ იმისთვის, რომ შეიცვალო უკეთესობისკენ, შენც უნდა გააკეთო რაღაც. როგორც წესი, როგორი სტილითაც ცხოვრობენ ადამიანები, ისეთი წესით ცდილობენ წონის დაკლებას. მაგალითად, როცა ადამიანი მიჩვეულია ბევრ სიამოვნებაზე უარის თქმას, ის ამბობს უარს მრავალ საკვებ პროდუქტზე. ადამიანი, რომელიც მიჩვეულია არაფერი აკეთოს და ასე მიაღწიოს მიზანს, მაგალითად, ირჩევს საერთოდ შიმშილს. „ბორმენტალის“ მეთოდი კი გთავაზობთ გემრიელი და ნოყიერი კვებით წონის დარეგულირებას და ასეთივე ცხოვრების უზრუნველყოფას, რისთვისაც უნდა შესრულდეს ის მარტივი რეკომენდაციები, რომლებიც მეთოდშია გამოყენებული.

— რა ჯადოს აკეთებთ ასეთს, რომ აქედან გასული არავინ ჰყვება, რა ხდება ფსიქოლოგიური სეანსების დროს? რას ეუბნებით? არცხვენთ? რა უნდა მითხრათ ისეთი, რაც მე საკუთარი თავისთვის არ მიკადრებია თუნდაც სარკეში ჩახედვისას?

— არანაირი ჯადო და ჰიპნოზი, ეს არის კონკრეტული მიმართულებით წაყვანილი ფსიქოთერაპია. პირიქით, ამ კურსის შემდეგ ადამიანს უბრუნდება საკუთარი თავის რწმენა და თავდაჯერება, რომ დაიბრუნოს ისევ ტანადი აღნაგობა. მთავარია აიღოს ტელეფონი, აკრიფოს ნომრები: 2519997,2326828 ან მოვიდეს გურიელის 9-ში. ჩვენ გვქვს ასევე ოფისები ქუთაისსა და ბათუმშიც. ქუთაისში შეუძლიათ ჩაეწერონ ნომრებზე (0431) 23 55 25, (0431) 23 59 53, ბათუმში (4222) 93 881, (4222) 93 891. ინფორმაციის მიღება შეიძლება ფეისბუქის ჩვენს გვერდზე, ვებ გვერდზე www.bormentali.ge; პირველადი კონსულტაცია უფასოა.

— საქართველოში ნაკლებად გაიგონებ, რომ ვიღაც დადის ფსიქოლოგთან და ამით შველის გარკვეულ პრობლემას, ჩვენთან უფროს სხვა ინსტიტუტებია ძლიერი, დაქალები, ნათესავები, ეკლესია — რაც მთავარია, სადაც ყველაფერს გულახდილად ყვებიან. რამდენად გახსნილები არიან თქვენს ფსიქოლოგებთან აქ მომსვლელები. და აქედან გამომდინარე, რამდენად წარმატებულია „ბორმენტალი“ საქართველოში. იშვიათად გაიგონებ: „ფსიქოლოგთან ვიყავი“. ანუ მოდაში ეს ჯერ არ შემოსულა. პოსტსაბჭოთა სივრცის ყველა ქვეყანაშია „ბორმენტალის“ ქსელი, შეგიძლიათ შეადაროთ?

— მუშაობის სტილით საქართველოში კონკურენტი არ გვყავს, რას შევადარო? სხვა ყველა კუთხით, თამამად შეგვიძლია ვთქვათ, რომ წარმატებულია, ეს მაინც კონკრეტულ პრობლემაზე მიმართული ფსიქოთერაპიაა. აქ დამოკიდებულებებზე ხდება მუშაობა, როდესაც ადამიანი დამოკიდებული ხდება საკვებზე და იღებს მას არამიზნობრივად.

— როცა ადამიანი ცოტას ჭამს და მაინც მსუქანია?

— როცა ადამიანი ერთხელ ჭამს, იქმნება ილუზია, რომ ბევრ საკვებს არ იღებს. აქ მოქმედებს მარტივი ფიზიოლოგია — როდესაც ადამიანი იშვიათად იღებს სრულყოფილად საკვებს, მონელების პროცესები გაზარმაცებულია, ამიტომ ორგანიზმი სწორად ვეღარ ანაწილებს მიღებულ ენერგიას და ყველაფერი გადააქვს ცხიმის მარაგში. იცით, ადამიანი სტრესის დაძლევისთვის ხშირად იყენებს საკვებს. ასევე მნიშვნელოვან როლს თამაშობს სოციალური გარემო — ზოგჯერ ადამიანი იმდენად გადატვირთულია, ნორმალურად ჭამას ყურადღებას არ აქცევს ან პირიქით, უსაქმურად არის და დროის გაყვანის მიზნით იწყებს ჭამას. არის კიდევ ორგანული პრობლემები, რომლის მკურნალობის დროსაც პრეპარატები გაძლიერებულ მადას იწვევს და ა.შ. ეს ყველაფერი ჭარბი წონის მიზეზი შეიძლება გახდეს.

— რამდენად ძვირია „ბორმენტალის“ ცხოვრების წესი. იმის გარდა, რა თანხასაც აქ ვიხდით, გვიწევს კიდევ დახარჯვა?

— რადგან ეს არ არის გარკვეული პროდუქტებით შემოფარგლული კვება, ადამიანი მიიღებს იმას, რაც აქვს სახლში, რასაც მანამდე ჭამდა. შესაბამისად ხარჯი ოჯახს არ ეზრდება, ასევე სახლის გარეთაც.

— 700 ლარი, ეს არის მომსახურების ღირებულება.

— ზოგს აშინებს ეს თანხა, მინდა განვმარტო, კურსი ერთწლიანია და ეს ერთ წელზე გათვლილი თანხაა. წონის დაკლებისთვის 1 წელი არ არის საჭირო, ეს ქართველებს ხშირად აშინებს. ამ ერთი წლის განმავლობაში ხდება წონის დაკლებაც და შენარჩუნებაზე მუშაობაც. რაც შეეხება თანხის გადახდის ფორმას, გვაქვს განვადებაც, 3 თვიდან 1 წლამდე და ეს უკვე საკმაოდ კომფორტულია, როდესაც ერთიანად გადახდის საშუალება არ არის. თუმცა ახლა დავიწყეთ აქცია, ვინც 26 სექტემბრამდე ჩაეწერება, მხოლოდ 599 ლარს გადაიხდის.

მაკაკო კვლიშვილი

Cyan Magenta Yellow Black

←16 პოლიტიკურ აზრთა ჭიდილია, სადაც ერთ პოლიტიკურ ძალას არ აქვს გადაწყვეტილებების მიღების უფლებები. დღეს ეს შეთანხმება კოალიციის შიგნით ხდება, მაგრამ თუ დაიშლება, არც ეს არის ქვეყნისთვის ცუდი, მაგრამ, სანამ სახელმწიფო ინსტიტუტები მომძლავრდება, ალიანსი საჭიროა, რომ მარგინალურმა თუ დესტრუქციულმა ძალებმა თავი არ წამოყონ. ეს არის

„ვწუხვარ, რომ ჩვენმა მხარდამჭერებმა სამსახურები ვერ იშოვეს... რომ ადამიანებმა ვერ დაიბრუნეს წართმეული ქონება... რომ დამნაშავეები ისევ თავისუფლად დადიან ქვეყანაში, მაგრამ ესეც არ არის ჩემი ბრალი".

საჭირო დემოკრატიული პროცესების განვითარებისთვის ქვეყანაში.

— თქვენ 2016 წელი ახსენეთ, ექსპერტები კი კოალიციის დაშლას ადგილობრივ არჩევნებზე ვარაუდობენ. იმასაც ამბობენ, ვადამდელი საპარლამენტო არჩევნები გარდაუვალიაო.

— მეც ვფიქრობ ამ ყველაფერზე და ხან ერთისკენ ვიხრები, ხან — მეორისკენ. რატომ? გეტყვით. ჩემში არის ის დათო საგანელიძე, რომელსაც ნამდვილად არ უნდა, პარლამენტში ხედავდეს იმ ადამიანებს, თან ასე ჭარბად, რომლებიც ქვეყანას ანგრევდნენ და ხალხზე ძალადობდნენ. მეორე მხრივ, ეს პარლამენტი არ ასახავს იმ განწყობას, რაც არის ქვეყანაში. ნაცმოძრაობას 40 პროცენტიანი მხარდაჭერა ნამდვილად არ აქვს. მაგრამ ჩემში არის მეორე დათო, რომელიც თვლის, რომ კანონი არის უზენაესი და ქვეყანა ქვეყანას რომ დაამსგავსო, კანონის უზენაესობა უნდა აღიარო. ჩვენი განწყობები, ემოციები გადავდოთ გვერდზე და უნდა დავემორჩილოთ კანონს. ეს კანონი კი მეუბნება, რომ ვინაიდან პარლამენტი ლეგიტიმურად არის არჩეული, მისი დაშლა ცუდ შედეგს გამოიწვევს.

მეორე მხრივ, არსებობს ფორმები, როდის შეიძლება მოხდეს პარლამენტის დათხოვნა. თუ ეს ყველაფერი ჩაჯდება კანონის ჩარჩოებში და ეს იქნება საზოგადოების მოთხოვნა, ხელს არ შევუშლი.

— არასაპარლამენტო ძალები ამბობენ, რომ ვადამდელი საპარლამენტო არჩევნები კანონს არ ეწინააღმდეგება. არჩევნებზე იმის გამო ხომ არ ამბობთ უარს, რომ პარლამენტში ამ რაოდენობით ვეღარ დაბრუნდებით?

— სხვაზე — არა, მაგრამ ჩემზე გეტყვით — მე პარლამენტის 4 მოწვევის დეპუტატი ვარ, სამჯერ ოპოზიციიდან მაჟორიტარად გავედი, მეოთხედ კი ახლა ვარ. მე დღესვე დავდებ მანდატს, თუ დავინახავ, რომ ეს ქვეყანას სჭირდება. მაგრამ მეორე მხარეც არსებობს, თუ საზოგადოებამ ნდობა გამომიცხადა, ვალდებული ვარ, ეს საქმე შევასრულო. ანუ ისევ დამოკიდებულია იმაზე, როგორი იქნება რეალობა.

— ამბობენ, რომ საკმაოდ საინტერესო არჩევნები გველოდება და ჯერ არ არის დამაჯერებლად გამოკვეთილი, ვინ იქნება პირველი.

— ალბათ სერიოზული დილეტანტები არიან პოლიტიკაში, თუ ვერ ხედავენ, რომ გიორგი მარგველაშვილი გამოკვეთილი ლიდერია. გიორგის პიროვნული ღირსებებიდან და საზოგადოების დამოკიდებულებიდან გამომდინარე, მას კონკურენტი არ ჰყავს. ისე, ვინ ამბობს, რომ ლიდერი გამოკვეთილი არ არის?

— ზურაბ ხარატიშვილმაც თქვა „სარკისთვის" მიცემულ ინტერვიუში.

— ხარატიშვილი კარგად იყო გარკვეული სიყალბეში. იცოდა, როგორ გაეყალბებინა არჩევნები, როგორ დაემალა მოგებული არჩევნები. ხარატიშვილი იყო ადამიანი, რომელიც მხოლოდ ერთის — ნაციონალების დაკვეთას ასრულებდა და, თუ ვერ ხედავს დღეს არჩევნებს ვინ მოიგებს, მისი განვითარების ბრალია. თუ ვინმე იცით, ვინც მისნაირად ფიქრობს, არ მინდა, დაასახელოთ, რადგან მასაც ასეთი „კომპლიმენტებით" შევამკობ. ყველამ თავის თავზე მიიღოს, ვინც ამ განცხადებას გააკეთებს.

— გამარჯვებას რა პროცენტით ვარაუდობთ?

— პროცენტზე არ ვისაუბრებ, ციფრებით არ ვთამაშობ, კაზინოშიც არ დავდივარ, მაგრამ, შემიძლია გითხრათ, რომ გიორგი მარგველაშვილი პირველ ტურში დამაჯერებლად გაიმარჯვებს. ამაზე შემიძლია თქვენს ჟურნალთან სანაძლეო დავდო.

— ყველა იმაზე რომ ლაპარაკობს, „ოცნებას" მხარდამჭერები ნინო ბურჯანაძესთან გაექცაო?

— კი, ყოველდღე ვისმენთ, ბურჯანაძესთან გადადიანო, მაგრამ ორადორი შემთხვევა აღმოჩნდა, რომ მართლა გადავიდა ვილაცა. თუ ეს არის გადასვლა, მე შემიძლია ამ ორს კიდევ ორი ნული მივუწერო, ვინც „ოცნებაში" გადმოვიდა, მათ შორის — ბურჯანაძისგანაც. თუ საუბარია, რომ აქტივისტები გადავიდნენ, დარწმუნებული ვარ, საპარლამენტო არჩევნების დროს ძალიან ბევრმა დაუჭირა მხარი „ქართულ ოცნებას", მათ შორის — ბურჯანაძემაც და მისმა ოჯახის წევრებმაც. ახლა თუ ბურჯანაძის პარტიის სუბიექტი გაჩნდა, მისი პარტიის წევრები, ახლობლები, რა თქმა უნდა, ხმას მას მისცემენ. ეს ჩვეულებრივი მოვლენაა და ამ ფაქტს ასეთი პოლიტიკური დატვირთვა არ

„პროცენტზე არ ვისაუბრებ, ციფრებით არ ვთამაშობ, კაზინოშიც არ დავდივარ, მაგრამ, შემიძლია გითხრათ, რომ გიორგი მარგველაშვილი პირველ ტურში დამაჯერებლად გაიმარჯვებს. ამაზე შემიძლია თქვენს ჟურნალს ნიძლავიც კი დავუდო".

უნდა მივცეთ. ჩვეულებრივი ამომრჩეველი — ვერა, მაგრამ პოლიტიკოსი ადვილად მიხვდება, რა თამაშია.

— მეორე ადგილზე ვის ვარაუდობთ?

— მეორე ადილზე გავა ის, ვინც იქნება მესამე ადგილის წინ. მე დიდ განსხვავებას ვერ ვპოულობ, ვინ იქნება მეორეზე და მესამეზე.

— ბოლო დროს ხშირად ისმის პრეტენზიები თქვენ მიმართ და არამხოლოდ ოპოზიციისგან, რომ გარშემო თქვენს ნაცნობ-მეგობრებს იკრებთ, რომ ვინც იბრძოდნენ „ოცნებისთვის", „ოცნების" მიღმა დარჩნენ.

— როცა ადამიანი რამეს აკეთებს, მის მიმართ ბევრი პრეტენზია ჩნდება. წარმოგიდგენიათ, როცა მმართველი პოლიტიკური ძალა 76 რაიონში შტაბს ხსნის, რამდენი ადამიანი დარჩება ნაწყენი? ზოგი გაგებით მოეკიდა ამას, ზოგი კი შეეცადა, სიტუაცია დაეძაბა.

„ქართული ოცნებისთვის" იბრძოდა დაახლოებით 2 მილიონი ადამიანი და 73 რაიონის ხელმძღვანელი 2 მილიონი ადამიანი ნამდვილად ვერ იქნებოდა. ყველას მიაჩნია, რომ მნიშვნელოვანი საქმე გააკეთა. კი, მართლა გააკეთა და მადლობას ვუხდი, მაგრამ ყველას ადგილი ვერ გამოინახება. რომ ვერ არიან შტაბის წევრები, მე რა გავაკეთო? ვწუხვარ, რომ ჩვენმა მხარდამჭერებმა სამსახურები ვერ იშოვეს, მაგრამ ეს ჩემი, დათო საგანელიძის ბრალი არ არის; ვწუხვარ, რომ ადამიანებმა ვერ დაიბრუნეს წართმეული ქონება, მაგრამ არც ესაა ჩემი ბრალი; ვწუხვარ, რომ დამნაშავეები ისევ თავისუფლად დადიან ქვეყანაში, მაგრამ ესეც არ არის ჩემი ბრალი. თუმცა, ისიც ვთქვი, რომ დამნაშავეები თუ არ დაისჯებიან, მე ამ პარტიის წევრად ვერ დავრჩები. ამიტომაც, სულ რომ არ ვიცოდე, ვინ არის მარგველაშვილი, მარტო იმის გამო მივცემდი ხმას, რომ 27 ოქტომბერს დამთავრდება კოაბიტაცია.

პარლამენტშიც ყველა არ არის კმაყოფილი სიტუაციით, ზოგს რაღაც ფუნქცია არ აქვს, ზოგს თანამდებობა არ უჭირავს, ზოგი ითხოვს ჩართვას სტრუქტურებში და შეიძლება ჩემ მიმართ მათი პოზიცია იყოს კრიტიკული. მათ მე დიდ პატივს ვცემ, მაგრამ, პირველ რიგში, ვცდილობ, შევასრულო ის ფუნქცია, რაც კოალიციამ და მარგველაშვილმა დამაკისრა. ის, რომ თურმე არ ვარ ხშირად პარლამენტში, ეს ბუნებრივია. ორი კვირაა, შტაბიდან არ გავსულვარ. ღამე თუ მივალ სახლში. ჩემს საქმეს ვაკეთებ და, როცა ეს ყველაფერი დამთავრდება, მერე შეაფასონ.

— ანუ არ ჩამოუქვეითებიხართ, როგორც წერენ?

— ...(იცინის). არსებობენ პარლამენტის წევრები, რომლებიც ამაზე ოცნებობენ, რადგან საგანელიძე არის მკაცრი, პრინციპული და ხშირ შემთხვევაში ძალიან მომთხოვნი.

— მართლა გაგიწყრათ პრემიერმინისტრი?

— ერთ-ერთ პოლიტსაბჭოს სხდომაზე გაბრაზებული ვიყავი, რომ მარტვილში მომხდარი ფაქტის გამო (მარტვილში დავით საგანელიძის ფიტული დაწვეს. ავტ.) შესაბამისი რეაქცია არ მოხდა. ვთქვი, იმ ბიოგრაფიის ადამიანები ასეთ თანამდებობაზე არც შეიძლება დაინიშნონ-მეთქი. მაშინ ბიძინამ გაიცინა და მითხრა, გაჩერდი, კაცო, ილია ჭავჭავაძე რომ მოკლეს, მაშინაც არ ამოუღიათ ხმაო. ეს საუბარი მართლა იყო და გავიცინეთ. მეორე დღეს კი ამ ვიწრო წრეში ნათქვამი გაზეთში დაიწერა შეცვლილი ტონით და ქვეტექსტებით. ესაა უფრო მეტად დამაფიქრებელი. ეს იმის სინდისზე იყოს, ვისაც ინფორმაციები გარეთ გააქვს, თან — შეცვლილი. არ ვაპირებდი ამაზე საუბარს, მაგრამ რადგან ჩამეძიეთ, გიპასუხეთ.

— როცა მარტვილში თქვენს ფიტულს წვავდნენ, რას გრძნობდით?

— ჩემი ფიტული ვინმე ზურაბ ბიგვავამ დაწვა. როცა ამას აკეთებდა, მე, როგორც ექიმმა, გავაფრთხილე, რომ ხელი არ დაეწვა. ასეთი ინტელექტის და განვითარების ადამიანები ასანთთან ახლოს არ უნდა მიუშვა, რადგან არამარტო თავიანთ თავს, სხვასაც დააზარალებენ. რაც შეეხება პიროვნებას — ზურაბ ბიგვავა 2010 წელს რუსეთში იყო ძებნილი თაღლითობაზე, საქართველოში გამოიქცა და კობა სუბელიანის სამინისტროს მიერ გამოცხადებულ 22 მილიონიან ტენდერში გაიმარჯვა. მასზე საინტერესო ინფორმაცია არსებობს და ალბათ ამას სპეცსამსახურები შეისწავლიან.

Cyan Magenta Yellow Black

სირიის ომი — ახალი საფრთხე საქართველოსთვის

მამუკა კუდავა: „ფრთხილად უნდა ვიყოთ, რომ ჩვენი მუსლიმი მოსახლეობა არ გამოიყენონ“

მსოფლიო ახალი ომის მოლოდინშია. სამოქალაქო ომმა, რომელიც სირიაში 2 წელია გრძელდება, 100 ათასი ადამიანი შეიწირა, მსხვერპლის რაოდენობა ყოველდღიურად იზრდება, მილიონები კი ლტოლვილებად იქცნენ. ომის საშიშროება კიდევ უფრო მოაახლოვა ინფორმაციამ, რომ სირიის მთავრობამ 21 აგვისტოს ოპოზიციის წინააღმდეგ ქიმიური იარაღი გამოიყენა, რასაც აშშ სასტიკად გმობს და სამხედრო ოპერაციით სირიის პრეზიდენტ ბაშარ ასადის დასჯას აპირებს, რუსეთი კი კატეგორიულად უარყოფს ქიმიური იარაღის გამოყენების ფაქტს და სირიის მთავრობის დასახმარებლად ემზადება. სირიის სამოქალაქო ომი ორი იმპერიის შეტაკების საბაბად შეიძლება იქცეს, ხოლო თავად ქვეყანა— პოლიგონად. შუა აღმოსავლეთი დენთის კასრზე ზის, რომლის აფეთქება როგორ შემოუტრიალდება მსოფლიოს, ამაზე მხოლოდ ვარაუდი შეიძლება.

როგორ ჯდება ამ კონტექსტში საქართველო, როგორ აისახება ეს ყოველივე ჩვენს ქვეყანაზე, რომელსაც მსოფლიოს ყველაზე ცხელი წერტილიდან 1000 კილომეტრიც კი არ აშორებს? ამ თემაზე სასაუბროდ „სარკემ“ საქართველოს ყოფილ ელჩს საფრანგეთში, ინტერნეტგაზეთ iveria.biz-ის დამფუძნებელს **მამუკა კუდავას** მიმართა.

— **ბატონო მამუკა, რა ინტერესი აქვს რუსეთს სირიის მიმართ?**

— რუსეთისთვის სირიას ისეთი დიდი მნიშვნელობა არ აქვს, როგორიც მის სურვილს, კიდევ ერთხელ გახდეს სუპერსახელმწიფო და მას აზრს ეკითხებოდნენ, როგორც მსოფლიო პოლიტიკის ერთ-ერთ მოთამაშეს. თუმცა გარკვეული მოკავშირეობა მართლა აქვს. მის ტერიტორიაზე, ხმელთაშუა ზღვაზე, ტარტუსში, აქვს სამხედრო ბაზა, ასევე დიდი როლი ენიჭება სამხედრო ტექნიკურ და სამხედრო ინდუსტრიულ თანამშრომლობას. სხვადასხვა მონაცემებით, 4-8 მილიარდი დოლარის სავაჭრო ბრუნვაა ამ სფეროში. ყველაზე მთავარი მაინც ისაა, რომ რუსეთს

„რუსეთი ამღვრეულ წყალში შეეცდება თევზის დაჭერას. ჩვენს შემთხვევაში კი ეს „თევზი" იქნება ხელისუფლების შეცვლა ან პრორუსული ძალების დაფინანსება, რომ მომძლავრდნენ".

სურს, ახლო აღმოსავლეთში ისევ სერიოზული როლი ითამაშოს და ამიტომ წარუდგინა პუტინმა (ლავროვის პირით) დასავლეთს სიტუაციიდან გამოსასვლელი გეგმა, რაც ითვალისწინებს ქიმიური იარაღის აკრძალვის ორგანიზაციაში სირიის გაწევრებას. ანუ ბაშარ ალ ასადის მთავრობა მიმართავს გაერო-ს, რომ გაწევრდეს მასში და ამის შემდეგ მისი ყველა სახის ქიმიური იარაღი იქნება საერთაშორისო მონიტორინგის ქვეშ.

— **რამდენად რეალისტურია პუტინის გეგმა?**

— ბევრი ექსპერტი ამბობს, რომ ეს განუხორციელებელია, რადგან სირიაც და რუსეთიც შექმნიან მრავალ ბარიერს, რათა ეფექტური კონტროლი არ განხორციელდეს. მაგრამ პუტინმა მიაღწია იმას, რომ მშვიდობისმყოფელის მანტია მოისხა და ფაქტობრივად შეუძლია იამაყოს, რომ ობამას და მის ადმინისტრაციას უკან დაახევინა — ისინი უკვე ვეღარ განახორციელებენ საჰაერო დარტყმებს სირიაზე. ფაქტი სახეზეა, პუტინმა ამ ნაბიჯით — პირველი, მოიგერია ამერიკის ჩარევა რეგიონში და მეორე, ასადი დასჯისგან გაათავისუფლა. მათ კი, ვინც აქამდე ქიმიური იარაღის გამოყენებისთვის სასჯელს აწესებდნენ, ნდობა დაკარგეს.

ზოგი ექსპერტი ფიქრობს, რომ ამაში კარგი არის ის, რომ მეტი ხალხი აღარ დაიხოცება და დასავლეთის ჩარევის შედეგად მიღებული უარყოფითი გარემოებებიც თავიდან იქნება აცილებული (დასავლეთის დარტყმა აღიქმებოდა, როგორც მხარდაჭერა ოპოზიციისთვის, რომელიც რადიკალურ ისლამთან არის ასოცირებული), ოპოზიცია ვერ მოვა ხელისუფლებაში. არის მეორე მოსაზრებაც, რომ სირიის მოსახლეობა იმდენად სამოქალაქოა, არც დაუშვებენ ხელისუფლებაში ისლამისტების მოსვლას. ანუ შიში ხელისუფლებაში ალქაიდას ან ისლამისტების შესაძლო მოსვლის შესახებ — გადაჭარბებულია.

— **ამერიკის კონგრესს სირიაში სამხედრო ოპერაციის დაწყების შესახებ გადაწყვეტილება გასულ კვირას უნდა მიეღო, თუმცა პრეზიდენტ ობამას თხოვნით გადაიდო. ობამას პოლიტიკა რა არის?**

— ობამას ფრთხილი პოლიტიკა იმითაა განპირობებული, რომ, ამერიკელების გამოკითხვით, 60 პროცენტზე მეტი არ უჭერს მხარს ამერიკის ჩარევას ამ პრობლემაში და მეორე, არ სურს თავი აიტკივოს ისეთ რეგიონში, როგორიც ახლო აღმოსავლეთია. არის ერთი სერიოზული მომენტი, ასადის რეჟიმმა ბოლო ერთ წელიწადში დიდი უპირატესობა მოიპოვა მოწინააღმდეგესთან ბრძოლაში. ამიტომ ვეთანხმები იდეას, რომ, თუ ჩარევა იყო საჭირო, ეს უნდა მომხდარიყო ერთი წლის წინ. მაგრამ მაშინ ობამას საარჩევნო კამპანია ჰქონდა, არც ქიმიური იარაღი იყო გამოყენებული და ძნელი იქნებოდა საერთაშორისო მოკავშირეების მობილიზაცია. ამით ისარგებლა სირიამ, რომელსაც ეხმარება რუსეთი და „ჰეზბოლა“, რომლის უკან ირანი დგას. როგორც ჩანს, ობამა და მისი ადმინისტრაცია ცდილობს, ისე იპოვოს გამოსავალი, რომ დიდ კონფლიქტში არ გაყოს თავი. ამიტომაც დაეთანხმა პუტინის ცბიერ ნაბიჯს. ასე ცდილობს, თავიდან აიცილოს სამხედრო ოპერაცია.

— **როგორ შეიძლება განვითარდეს მოვლენები?**

— ძნელია რამის თქმა. პირველი, შეიძლება ასადის მხრიდან მიღებული დაპირება მართლაც შესრულდეს და შესაძლებელი გახდეს კონტროლი ქიმიურ იარაღზე. მეორე ვერსიით, შეიძლება სირიის მხრიდან მოხდეს დროის გაწელვა. მესამე — საბოტაჟი სირიის მხარდამჭერთა მხრიდან და ამერიკას კვლავ მოუწევს განახორციელოს ის, რასაც აპირებდა. ერთი კი ფაქტია, სირიის პრობლემა თვეების განმავლობაში დარჩება მსოფლიოსთვის აქტუალური. სირიის საკითხზე განსაკუთრებით აქტიურობენ თურქეთი, კატარი, საუდის არაბეთი. ამ პროცესს მომავალი წლების განმავლობაში არეულობა მოჰყვება და ეს არის ის, რაც ჩვენ, საქართველოს, ძალიან გვაღელვებს.

— **მივადექით ყველაზე საინტერესო კითხვას — როგორ აისახება ეს პროცესები საქართველოს შიგა თუ გარე საქმეებზე, პოლიტიკურ-ეკონომიკურ მდგომარეობაზე.**

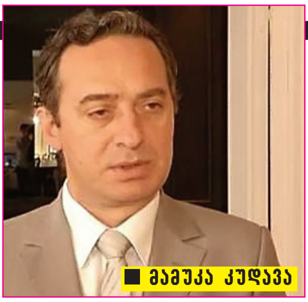
— პირველი, ამ რეგიონიდან შორს არ ვართ და მეორე, ქვეყანას არ დავასახელებ, კორექტული ვიქნები, მაგრამ შუა აღმოსავლეთის ბევრი ქვეყნის პოლიტიკურ ისტებლიშმენტში არიან ძალები, რომლებსაც წარმოუდგენიათ, რომ ქვეყნები უნდა იყვნენ დაფუძნებული ისლამურ მმართველობაზე. ეს არ იქნება შარიათზე დაფუძნებული წყობა, მაგრამ ხელისუფლებაში იქნება ისლამისტების ძლიერი კომპონენტი. ამის საშიშროება ყველა მუსლიმურ ქვეყანაშია, როგორც შუა აზიაში, ისე ჩვენს სამეზობლოში. ეს ძალები სერიოზულად ფინანსდებიან და თითქმის ყველა ქვეყანაში მეტნაკლებად მომძლავრებული არიან. ამიტომ ფრთხილად უნდა ვიყოთ, რომ ჩვენი მუსლიმი მოსახლეობა არ გამოიყენონ. ამიტომაც გვჭირდება შემწყნარებლობა და ტოლერანტობა, რათა ჩვენგან გარიყულები არ მიეტმასნონ იდეოლოგიებს, რომლებიც უცხოეთიდან შემოაქვთ. არ აქვს მნიშვნელობა, ქართველი იქნება თუ აზერბაიჯანელი, თუ კარგად იგრძნობენ ჩვენთან თავს — არარეპრესირებულად და ინტეგრირებულად — ეს ქვეყნისთვის საფრთხეს შეამცირებს.

მეორე, რაც გვაშფოთებს, ეს არის რუსეთი, რომელიც, ვიცით, რომ ნებისმიერ ამღვრეულ წყალში შეეცდება თევზის დაჭერას. ჩვენს შემთხვევაში კი ეს „თევზი“ იქნება ხელისუფლების შეცვლა ან პრორუსული ძალების დაფინანსება, რომ მომძლავრდნენ. მიზანი ცალსახაა, პუტინის ხელისუფლება ნათლად აყალიბებს თავის იდეოლოგიას, რომ 2015 წელს ევრაზიული კავშირი შეიქმნას, რაც ეწინააღმდეგება როგორც ევროკავშირს, ისე ნატო-ს. როგორც კი ვილნიუსის სამიტი მოახლოვდა და უკვე საუბარია ასოცირების შეთანხმების ხელმოწერაზე, ხედავთ, რომ გააძლიერეს წნეხი მოლდო- →20

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი
მიიღეთ
ლაქტო-ჯი
www.laqto.ge
გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად
მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

ვაზე, უკრაინაზე, აზერბაიჯანზე. სომხეთი კი საბოლოოდ დაითანხმეს საბაჟო კავშირზე. ევროკომისარმა ფულემ ცალსახად მიუთითა ამ ზეწოლაზე და ევროკავშირის მხარდაჭერა აღუთქვა.



■ მამუკა კუდავა

2008 წელს, როცა დასავლეთმა ზურგი შეაქცია რუსეთს და კოსოვო აღიარა, რუსეთმა თქვა, ამის გამო დაისჯებითო და მსხვერპლი ჩვენ აღმოვჩნდით, ყველაზე დაუცველები. აგვისტოს ომის დაწყებაც და ოკუპაციაც ამით იყო განპირობებული. ამიტომ რეგიონში დასავლეთის ნებისმიერი საომარი სიტუაცია გაააშმაგებს რუსეთს და მეტ საფრთხეს შეგვიქმნის. ჩვენი გამოსავალი არის პოლიტიკური ისტებლიშმენტის გაერთიანება ერთიანი იდეის გარშემო და კითხვაც — ევრაზიის კავშირში რატომაც არა? — უნდა იყოს უარყოფილი. ეს ფაქტობრივად ჩვენს ეროვნულ უსაფრთხოებასაც ემუქრება და ჩვენი ქვეყნის კეთილდღეობასაც, რადგან ბაზარი, რო-

„კითხვა — ევრაზიის კავშირში რატომაც არა? — უნდა იყოს უარყოფილი. ბაზარი, რომელსაც გვთავაზობს ევროკავშირი, გაცილებით მომგებიანია და სანდოა, ვიდრე ის არაკონკურენტული და არასანდო ბაზარი, რომელსაც რუსეთი გვპირდება. ეკონომიკური თვალსაზრისითაც, ძალიან ბევრს დავკარგავთ ევრაზიის კავშირში შესვლით და პოლიტიკურ დამოუკიდებლობას, მით უმეტეს".

მელსაც გვთავაზობს ევროკავშირი, გაცილებით მომგებიანია და სანდოა, ვიდრე ის არაკონკურენტული და არასანდო ბაზარი, რომელსაც რუსეთი გვპირდება. ასე რომ, ეკონომიკური თვალსაზრისითაც, ძალიან ბევრს დავკარგავთ ევრაზიის კავშირში შესვლით და პოლიტიკურ დამოუკიდებლობას ხომ, მით უმეტეს.

— გამოდის, რომ სირიის ომს შეიძლება ისევ საქართველო ემსხვერპლოს?

— ფაქტია, რომ დასავლეთის წონის შემცირება რუსეთს მონდომებას მატებს, მსგავსი მშვიდობისდამცველის როლი შეითავსოს სხვა კონფლიქტურ რეგიონებშიც — აფხაზეთში, ოსეთში, დნესტრისპირეთში, ყარაბაღში... გასული 200 წელი გვასწავლის, რომ ეს კარგს არაფერს მოგვიტანს.

— ითქვა, რომ ქიმიური იარაღი საქართველოდან თურქეთის გავლით შევიდა სირიაში.

— აბსოლუტური სისულელეა!

— აბა, რატომ უნდა დაეწერათ? იმისთვის ხომ არა, რომ რუსეთს მერე იგივე სცენარი ჩვენ წინააღმდეგ გამოეყენებინა?

— არ ვიცი. რაც წყაროებზე დაყრდნობით დაიწერა, ისაა, რომ სირიის ქიმიური იარაღის არსენალი რუსეთის დახმარებითაა შექმნილი.

— ამას წინათ თქვით, სირიიდან რუსეთის გამოსვლის შემთხვევაში შესაძლებელია ტარტუსის ბაზა სოხუმში აღმოჩნდესო. მართლა არსებობს ამის შანსი?

— ლოგიკური ვერსია ნამდვილად არის, რადგან, თუ გამოვა, სად წავა? ან სევასტოპოლში, ან აფხაზეთში. თუმცა ის ბაზა, რაც იქ აქვს, უფრო ძველი დიდების დემონსტრირებისთვისაა, ვიდრე პრაქტიკული გამოყენების ან სტრატეგიული მნიშვნელობისთვის.

— აღნიშნეთ, რომ სირიის პრობლემამ ამერიკის როლი ძალიან შეასუსტა. ეს რას უქადის დანარჩენ მსოფლიოს?

— კი და თუ ამერიკის როლი სუსტდება, ვიღაცის როლი იზრდება და მერე ვისი? თუ პუტინის და ასადის როლი იზრდება, ამით კარგი არაფერი მოდის. ზოგს შეიძლება ესეც მოსწონს, მაგრამ რეგიონისთვის, მთლიანად მსოფლიოსთვის ამერიკის სერიოზული როლის შენარჩუნება აუცილებელია. ზოგი რას არ ეძახის დასავლეთს და ამერიკას, მაგრამ ფაქტია, რომ ამაზე უკეთესი და განვითარებული, ცივილური, ეკონომიკურად მზარდი სისტემა, ცივილიზაცია ჯერ არ შექმნილა.

— რა მოუტანა რეგიონს არაბულმა გაზაფხულმა? ამას წინათ ერთ ერაყელს ვესაუბრე და მითხრა, სადამ ჰუსეინის რეჟიმი საშინელება იყო, მაგრამ რაც ახლაა, უარესიაო.

— იმავე ლოგიკით, რა მოგვიტანა დამოუკიდებლობამ? რა მოხდებოდა, ეს რომ არ მომხდარიყო? რამდენი ხანი შეიძლებოდა გვეცხოვრა საბჭოთა კავშირში, ან რამდენი ხანი ეცხოვრა მოსახლეობას მუბარაქის, სადამის, კადაფის მმართველობის პირობებში? მუდმივი და სტაბილური განვითარება არის მხოლოდ დემოკრატიაში, ეს გარდაუვალი პროცესია და დღეს თუ არა, ხვალ მაინც ასე მოხდებოდა. შეიძლება ვიმსჯელოთ მხოლოდ ფორმებზე — ჯარი უფრო ადრე შესულიყო, ან უფრო ადრე გამოსულიყო, ან მეტ ხანს დარჩენილიყო. იმავე ავღანეთში — ზოგი ამბობს, რომ ამერიკა მეტ ხანს უნდა დარჩეს, რომ სტაბილური სიტუაცია იყოს, ზოგი პირიქით ამტკიცებს. ეს უკვე ვარაუდებია და ასე პოლიტიკას ვერ ააწყობ, საჭიროა რეალური შეხედულებები. გამოსავალი არის ისევ დემოკრატიული პროცესი, ეს გარდამავალი და მეტწილად მტკივნეული პერიოდი კი ზოგან დიდი ხნით გრძელდება, ზოგან — არა.

— ანუ არეულობა კარგახანს გაგრძელდება?

— ყველა ვარიანტში გაგრძელდება. შეხედეთ, 20 წელია საქართველო დამოუკიდებელია და ჯერაც არ გვაქვს სტაბილური დემოკრატია. რეალურ სახელმწიფოს ახლა ვქმნით. იქ კი ამისთვის მეტი, ათწლეულები დასჭირდებათ.

— ასადის რეჟიმი დარჩება?

— ეს არავინ იცის, მაგრამ იმ მონაცემებით, რაც არის, ასადს სამხედრო უპირატესობა მოპოვებული აქვს და ძნელი იქნება მისი ჩამოშორება, თუ თვითონ არ არჩია რაიმე ფორმა წასასვლელად.

— რომ მომხდარიყო სამხედრო ჩარევა ამერიკის მხრიდან, მივიდოდით მესამე მსოფლიო ომამდე?

— მესამე მსოფლიო ომი და მსგავსი საუბრები აბსოლუტურად ილუზიის სფეროა. საერთაშორისო საზოგადოება არის მომწიფებული იმისთვის, რომ ასეთი დიდი ტიპის კონფლიქტები არ დაუშვას.

ზურაბ ხარატიშვილი: „ქართული ოცნების" წევრებს გიორგი მარგველაშვილის გამარჯვება არ სურთ"

ცესკო-ს ყოფილი თავმჯდომარე ზურაბ ხარატიშვილი პრეზიდენტობის ოფიციალურ კანდიდატად ჯერ არ დასახელებულა — ხელმოწერებს აგროვებს, სამაგიეროდ მთავარი იდეა, გზავნილი, რომლითაც უნდა წარდგეს ამომრჩევლის წინაშე, უკვე მზად აქვს, ხოლო ვინაიდან საარჩევნო სტრატეგიები მისთვის კარგად არის ცნობილი, საინტერესო სურათს გვიხატავს.

— ბატონო ზურაბ, ცესკო-ში თქვენი შემცვლელი, თამარ ჟვანია, უკვე შეუდგა მოვალეობის შესრულებას. რამდენად მოიწონეთ ან ელოდით მის კანდიდატურას?

— ამ პოლარიზებულ გარემოში კვალიფიციური პირის არჩევის შესაძლებლობა პრაქტიკულად არ იყო. თამარ ჟვანიას კანდიდატურა მოსალოდნელი და ლოგიკური იყო.

— ჟვანიას იმ ბილიკზე მოუწევს გავლა, სადაც მანამდე თქვენ გაიარეთ. რისი დათმობა მოგიწიათ?

— მე ცესკო-ში კერძო პრაქტიკიდან მოვედი და ჩემთვის ყველაზე რთული იყო ფსიქოლოგიური მომენტი — ანუ კერძო ორგანოს სისტემიდან სახელმწიფო სისტემაზე გადაწყობა. თუმცა მომეცა შესაძლებლობა, გამეკეთებინა ყველაფერი, რაც მინდოდა. პრაქტიკულად იმ გუნდით, რაც იქ დამხვდა, შევძელით მაღალი შედეგის მიღწევა. პირველად მოხდა ხელისუფლების გადაცემა მშვიდობიანად და ამას მე მოვაწერე ხელი ცესკო-ს მდივანთან ერთად. ვფიქრობ, სრულად შევძელი ჩემი თავის რეალიზება და ისტორიული ფაქტის მონაწილეც ვიყავი. მოხარული ვიქნები, თუ ამ აწყობილ ინსტიტუციას არ დაშლიან ჩვენი კოლეგა პოლიტიკოსები.

„შემაშფოთებელია ის ფორმაც, როგორც მოიქცა პრემიერი პრეზიდენტობის კანდიდატის დასახელების დროს. თუ იგივენაირად დაასახელებს თავის მემკვიდრესაც, ეს იქნება სრული კატასტროფა. მაშინ გამოდის, რომ პარლამენტი არის უფუნქციო. როცა პარლამენტი ვერ ნიშნავს პრემიერს და ვიღაც უნიშნავს მას, ასეთ საკანონმდებლო ორგანოს არსებობის უფლება არ აქვს".

— თქვენ შეიძლება არ აღიაროთ, მაგრამ მაინც არავინ დაგიჯერებთ, რომ თქვათ, ზეწოლა არ ყოფილაო.

— პირდაპირი ზეწოლა არასოდეს ყოფილა, არც ფიზიკური და არც ფსიქოლოგიური, მაგრამ ირიბი — ყოველთვის. მე ყოველთვის დამოუკიდებლად ვმოქმედებდი, ჩემი სინდისის და რწმენის მიხედვით. გადადგომაზე რომ ვფიქრობდი, სამივემ — პრეზიდენტმაც, პარლამენტის თავმჯდომარემაც და პრემიერმაც, მითხრეს, რომ ეს არჩევნები ჩამეტარებინა და მერე წავსულიყავი, მაგრამ გადაწყვეტილება მაინც დამოუკიდებლად მივიღე.

— მართლა იმიტომ წამოხვედით ცესკო-დან, ოქტომბრის არჩევნებით მოპოვებული იმიჯი რომ შეგენარჩუნებინათ?

— ითქვა, რომ არჩევნების შემდეგ მოხდებოდა საარჩევნო ადმინისტრაციის ხელახალი დაკომპლექტება, ანუ ჩემი წამოსვლა რამდენიმე თვის საკითხი იყო. ამ დროს ჩაერთო სხვა მოტივაციაც, ოქტომბრის იმიჯიც არ იყო უბრალო საქმე. თან მე ოქტომბრის არჩევნებამდე მოვახერხე, რომ ყველა ის სტრატეგიული იდეა, რომელიც დავდეთ სამოქმედო გეგმის მიხედვით, შემესრულებინა. წამოსვლას წინასაარჩევნო პერიოდში ვაპირებდი, მაგრამ ისე მოხდა, რომ არჩევნები გამოცხადდა ჩვეულებრივზე ორჯერ ადრე, ანუ გეგმა ამერია და ასე გამოვიდა.

— წამოსვლა გასაგებია, მაგრამ პრეზიდენტობის კანდიდატობაზე განაცხადს თქვენგან არავინ ელოდა.

— ეტყობა, ეს ჩემში იდო. ჩემთვის მთავარი არა — საპრეზიდენტო კანდიდატობა, არამედ ახალი პოლიტიკური ცენტრის იდეაა, რომელიც უნდა იყოს გრძელვადიანი თანამშრომლობა ზომიერ პოლიტიკოსებთან და პოლიტიკურ ძალებთან.

— მაგრამ ის პარტიები — პაატა დავითაიას პარტია და ედპ, რომლებთანაც ამ ეტაპზე თანამშრომლობთ, რამდენად გამოგადგებიან ამისთვის? ექსპერტები თვლიან, რომ

Cyan Magenta Yellow Black

მათ არ შეუძლიათ სიახლის შემოტანა ქართულ პოლიტიკაში.

— საქართველოში ექსპერტები, თან პოლიტოლოგიაში, თითზე ჩამოსათვლელი არიან.

— ამ შემთხვევაში ალბათ ექსპერტები ყურადღებას იმ პარტიათა დაბალ თუ ნულოვან რეიტინგზე ამახვილებენ.

— მოდით, მითხარით, მაღალრეიტინგული პარტია რომელია და ხვალვე წავალ მათთან შესახვედრად. თუ ვსაუბრობთ სახელისუფლებო კოალიციაზე, ივანიშვილის გარეშე მეეჭვება, ვინმეს რაიმე რეიტინგი ჰქონდეს. გამოვა, რომ საუკეთესო შედეგის მაჩვენებელი არის ისევ ნაცმოძრაობა, რადგან დანარჩენის შედეგი ივანიშვილის რეიტინგიანად კოალიციაში შემავალ პარტიებზე, ანუ 6-ზე რომ გავყოთ, მათზე ცოტაა, ხოლო ივანიშვილის რეიტინგი რომ მოვხსნათ და ისე გავყოთ, ხომ საერთოდ!

— თქვენ პრეზიდენტობის რა შანსი გაქვთ?

— ამ შემთხვევაში განსაკუთრებულად ძლიერ კანდიდატად არავინ ითვლება. მაგალითად, შეხედეთ სახელისუფლებო ძალას, რომელსაც ყველაზე მეტი პრეტენზია აქვს. მის მუშაობას რომ ვხედავ, ეჭვი მეპარება, მისმა კანდიდატმა გაიმარჯვოს. ხელს არავინ უშლის, მაგრამ არც არავინ ფიქრობს, წაეხმაროს. მიზეზი მარტივია — პრემიერის განაცხადი წასვლაზე. ეს იმას ნიშნავს, რომ პრემიერის წასვლის შემდეგ კოალიცია დაიშლება და მასში შემავალ, მინიმუმ, 5 პარტიას არანაირი მოტივაცია არ აქვს, რომ მარგველაშვილმა გაიმარჯვოს. რომ ვუყურებ, რეგიონებში როგორ მუშაობენ... არანაირი იდეა, გეგმა არ დაუდიათ. ერთადერთი იდეა იყო სააკაშვილისგან ქვეყნის გათავისუფლება, სააკაშვილი ისედაც მიდის და იდეაც არ დარჩათ. თან მათი შემაკავშირებელი პრემიერიც აღარ იქნება, ანუ მთავარი მამოძრავებელი ძალა იშლება.

რაც შეეხება ნაცმოძრაობას, მათ მიმართ ნეგატიური დამოკიდებულება ისევ რჩება. ქალბატონი ნინო ბურჯანაძეც ასოცირებულია ნაცმოძრაობასთან. ასე რომ, გამიჭირდება თქმა, ვის რა პერსპექტივა აქვს. თანავუგრძნობ ქართველ ამომრჩეველს, რომელიც ძალიან რთული არჩევანის წინაშე დგას.

— თქვენი მინუსი რა არის?

— როგორც პოლიტიკოსი, ნაკლებად ცნობადი ვარ. მგონია, ჩემთვის მთავარი ცნობადობის გაზრდა და იმ იდეების წინ წამოწევაა, რაც ამ ახალ პოლიტიკურ ძალას აქვს — უარის თქმა შეუსრულებელ დაპირებებზე, სიძულვილის ენით არ ვილაპარაკებთ, ევროატლანტიკურ სივრცეში ინტეგრაცია ეროვნული ღირებულებების ფონზე.

— იმავეს ამბობს თქვენი კონკურენტი გიორგი თარგამაძეც.

— არ მახსოვს, ვინმეს ეთქვას, რომ სიძულვილის ენაზე არ ილაპარაკებს. „ოცნებამ“ არჩევნები არარეალური დაპირებებით მოიგო და შემდეგ მისი ტყვეც აღმოჩნდა. ისეთი შთაბეჭდილება მრჩება, რომ მოგებას არც აპირებდნენ, უბრალოდ მწვავე ოპოზიციაში ყოფნა უნდოდათ და ამიტომაც გასცეს ასე უხვად დაპირებები. რა შესრულდა ამნისტიის გარდა, ძნელი სათქმელია. დღემდე ისიც სადაოა, ასეთი მასშტაბის ამნისტია საჭირო იყო თუ არა. კი, უმუშევრობას ვერ ამოფხვრი, მაგრამ იდეა მაინც ხომ უნდა გქონდეს, პრობლემის მოგვარებას როგორ აპირებ. 10 თვის განმავლობაში რომ იდეაც არ გექნება, უნდა წახვიდე და კი მიდის ეს კაცი, მაგრამ რას ტოვებს, ეს არის საკითხავი.

„30 პროცენტია იმ ადამიანების რაოდენობა, ვინც არ იცის, ვის მისცემს ხმას. ეს დიდი ციფრია და შეიძლება ეს არჩევნები დიდი სიურპრიზით დასრულდეს“.

შემაშფოთებელია ის ფორმაც, როგორც მოიქცა პრემიერი პრეზიდენტობის კანდიდატის დასახელების დროს. თუ იგივენაირად დაასახელებს თავის მემკვიდრესაც, ეს იქნება სრული კატასტროფა. მაშინ გამოდის, რომ პარლამენტი არის უფუნქციო. როცა პარლამენტი ვერ ნიშნავს პრემიერს და ვიღაც უნიშნავს მას, ასეთ საკანონმდებლო ორგანოს არსებობის უფლება არ აქვს.

— თქვენ რა პროცენტის აღებას ვარაუდობთ?

— 30 პროცენტია იმ ადამიანების რაოდენობა, ვინც არ იცის, ვის მისცემს ხმას. ეს დიდი ციფრია და შეიძლება ეს არჩევნები დიდი სიურპრიზით დასრულდეს, ანუ ბოლო მომენტში ემოციური ფონით მოიგოს.

— რატომ არ ჩქარობთ დარეგისტრირებას?

— როგორ არ ვჩქარობ, მაგრამ ეს საკმაოდ რთული პროცესია, ხელმოწერებია შესაგროვებელი, სამი კვირაა, ამაზე ვმუშაობთ.

— კონკურენტად ვის თვლით?

— ყველას, თუმცა ვცდილობ, მათ მიმართ პოზიტიური ვიყო, ასეთი მიდგომა კი დღეს პოპულარული არ არის. ბევრია ისეთი ამომრჩეველი, ვისაც უნდა, რომ ვიღაც დაიჭირონ, ჩამოახრჩონ, დახვრიტონ. განსხვავებული შეხედულებების მიუხედავად, ოპონენტებს შორის თუ თანამშრომლობა არ შედგება, საზოგადოება წინ ვერ წავა.

— ამას წინათ ერთმა იხუმრა, ნეტა, ხარატიშვილს ვინ ურჩია კანდიდატობაო.

— არც არავის ურჩევია, ჩემი გადაწყვეტილებაა.

— ყოველთვის ლოგიკურია თქვენი გადაწყვეტილება?

— აბსოლუტურად ლოგიკურია!

— გულწრფელად გვითხარით, მართლა გამარჯვებისთვის იბრძვით?

— აბა, მონაწილეობა მონაწილეობისთვის ოლიმპიადა ხომ არ არის? ეს არის პირველი ნაბიჯი გრძელვადიანი სტრატეგიის, რომ ზომიერი ძალების გავლენა გაიზარდოს. სხვანაირად ქვეყანა ვერ განვითარდება. მარგინალური ძალები სადაც მოდიან, იქ უბედურება ხდება, ამიტომ გვინდა, მოვიდნენ ადამიანები, რომლებსაც შეუძლიათ ნორმალური პოლიტიკის წარმოება.

— სალომე ზურაბიშვილს დაარეგისტრირებდით, ისევ ცესკო-ს თავმჯდომარე რომ იყოთ?

— ცესკო-მ სწორი გადაწყვეტილება მიიღო. ერთსაც გეტყვით, მეეჭვება, რომ მას სურვილი ჰქონდა, დარეგისტრირებულიყო კანდიდატად.

— ამას რა გაფიქრებინებთ?

— მისი პარტია არის კვალიფიციური, რაც ნიშნავს იმას, რომ ეკუთვნის უფასო დრო და დაფინანსება. მან კი განაცხადი შეიტანა საინიციატივო ჯგუფით, რომელზედაც ეს შეღავათი არ ვრცელდება. განსხვავება ისაა, რომ საინიციატივო ჯგუფს უარს მალევე ეუბნებიან, პარტიას კი — მერე, ხელმოწერებს რომ შეაგროვებს, ანუ მისი მოქმედება სწრაფ უარზე იყო გათვლილი და კამპანიას არც აპირებდა.

— და რა მოიგო?

— ალბათ ყურადღება მიიქცია.

✓ პოლიტიკის რუბრიკა მოამზადა მანანა გეგიამ

მსოფლიოში „ვენდის“ ყველაზე დიდი რესტორანი საქართველოში გაიხსნა

„**ვისოლ ჯგუფმა“** საქართველოში ცნობილი ამერიკული რესტორნების ქსელი „ვენდი“ შემოიყვანა. „ვენდის“ პირველი რესტორანი თბილისში რუსთაველის გამზირზე გაიხსნა. ცერემონიალი სადღესასწაულო იყო. სიმბოლური ლენტი საზეიმოდ ცნობილმა ოპერის მომღერალმა და საქველმოქმედო ფონდ „იავნანას“ დამფუძნებელმა პაატა ბურჭულაძემ და საქართველოში ამერიკის ელჩმა რიჩარდ ნორლანდმა გაჭრეს. 1000 კვადრატულ მეტრამდე ფართობზე განთავსებული ორსართულიანი ამერიკული რესტორანი ყველაზე დიდია მთელი მსოფლიოს „ვენდის“ ქსელში. აქ არის განთავსებული ბავშვთა გასართობი და სადღესასწაულო ცენტრი, ასევე ცალკე კუთხე იტალიური დესერტებისა და გემრიელი ყავის დასაგემოვნებლად.

— ჩვენ გვეამაყება, რომ ამერიკული რესტორნების ქსელის „ვენდის“ განვითარება ექსკლუზიურად „ვისოლ ჯგუფს“ ერგო წილად როგორც საქართველოში, ისე აზერბაიჯანში. ვენდისათვის ისევე, როგორც „ვისოლ ჯგუფისათვის“, პროდუქციისა და მომსახურების ხარისხი და კორპორაციული სოციალური პასუხისმგებლობა ბიზნესის წარმოების ქვაკუთხედია. „ვენდის“ დამაარსებლის დევიდ ტომასისათვის საზოგადოებაზე ზრუნვა ძირითადი ღირებულება იყო. „ვისოლ ჯგუფმა“ ეს ტრადიცია უკვე დიდი ხანია დანერგა და მომავალშიც ამას გავაგრძელებთ. სიმბოლურია, რომ „ვენდის“ პირველ რესტორანს თბილისში საზეიმოდ სწორედ საქველმოქმედო ფონდ „იავნანას“ დამაარსებელი პაატა ბურჭულაძე ხნის. ხუთი წლის მანძილზე საქართველოში „ვენდის“ რესტორნის 15 ფილიალს გავხსნით, — განაცხადა „ვისოლ ჯგუფის“ პრეზიდენტმა სოსო ფხაკაძემ.

Cyan Magenta Yellow Black

შიშველი ცოლების ფოტოები — ახალი ტრენდი ქართველი ფეისბუქელებისთვის

ლაშა ბაქრაძე: „ვიცოდი, რომ ვერ გამიგებდნენ“

„მადონა და ბავშვი“ — ასე უწოდა ფილოლოგის, ისტორიკოსისა და გერმანისტის, ლაშა ბაქრაძის მეგობარმა „ფეისბუქში“ გამოქვეყნებულ ფოტოს, რომელზეც ბაქრაძის ცოლ-შვილი საძინებელში შიშველ მდგომარეობაშია გადაღებული. ფოტო ლაშა ბაქრაძემ „ფეისბუქში“ 9 სექტემბერს გამოაქვეყნა. მის ამ ნაბიჯს ინტერნეტის თითქმის არც ერთი მომხმარებელი დაუტოვებია გულგრილი.

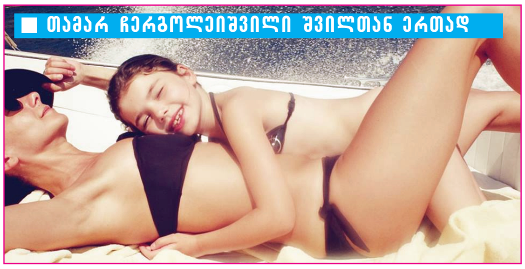
„ვაპირებდი, ეგ სათაური მიმეცა და მერე თავი შევიკავე. ვერ გაგვიგებენ კარგად. ახლაც ვერ გაგვიგებენ, მაგრამ ეს არაა მთავარი“, — უპასუხა ლაშა ბაქრაძემ მეგობარს.

ფოტომ ბაქრაძის გერმანელი მეგობრების მოწონება დაიმსახურა, განსაკუთრებით კი — ლაშას პატარა ბიჭმა. „ჯანმრთელი ბავშვი, რა უნდა გინდოდეს ამაზე მეტი?!“ — დაწერა გერმანელმა, რომელსაც ბაქრაძემ უპასუხა, ბავშვი ჯანმრთელთან ერთად ჭკვიანიცააო. ბავშვის მიმართ ინტერნეტის ქართველმა მომხმარებლებმაც არ დაიშურეს პოზიტივი, თუმცა მისი დედ-მამა კრიტიკის ქარ-ცეცხლში გაატარეს.

სოციალურ ქსელში გაკეთებული კომენტარების შემხედვარე ლაშა ბაქრაძემ მოგვიანებით დაწერა: „სრულიად ავადმყოფების გარემოცვაში ვიმყოფებით. მხოლოდ სიშიშვლეს ხედავენ. ჩადრის დროა“.

❖ ❖ ❖

მკითხველთა უმეტესობამ ალბათ იცის, რომ ლაშა ბაქრაძე ცნობილი ქართველი კრიტიკოსის, ხელოვნებათმცოდნის, პუბლიცისტისა და საზოგადო მოღვაწის, აკაკი ბაქრაძის ვაჟიშვილია. იგი 48 წლისაა. სწავლობდა თბილისის, იენის, ბერგის, ოტსდამისა და ბერლინის უნივერსიტეტებში. ისტორიის დოქტორია და თანამშრომლობს ქართულ და უცხოურ ტელევიზიასთან, ჟურნალ-გაზეთებთან. არის ქართულ-გერმანული სასაუბროს ავტორი, რომელიც მესამედ გამოიცა გერმანიაში. წერს კინოსცენარებს. იყო საქართველოს



■ თამარ ჩერგოლეიშვილი შვილთან ერთად

რადიოს კორესპონდენტი ბერლინში... 2010 წლიდან გიორგი ლეონიძის სახელობის სახელმწიფო ლიტერატურული მუზეუმის დირექტორის თანამდებობა უკავია.

მის მიმართ ასეთი ინტერესი სწორედ ამ „დოსიეთია“ გამოწვეული. ლაშა ბაქრაძე რომ საზოგადოებისთვის სრულიად უცნობი პირი ყოფილიყო, მისი ცოლ-შვილის ფოტოს ალბათ ვერც შეამჩნევდნენ, ახლა კი ინტერნეტის მოყვარულებს აშკარად საქმე გაუჩნდათ. სოციალურ ქსელებსა და ფორუმებზე აკაკი ბაქრაძის ვაჟი მთავარ გმირად იქცა:

„სულ მაინტერესებდა, სინამდვილეში როგორები არიან სახლში მარია და ყრმა იესო. პირველად მაქს ერნესტმა გამაოცა და ახლა ეს — ცხელი დღეებისგან გაშიშვლებულები, სავარაუდოდ, გვიან გამოღვიძებულები, არეულ ლოგინზე...“.

■ ლაშა ბაქრაძის ცოლ-შვილი

„ბუნებრივი ფოტოა, შელამაზების გარეშე. ამიტომაც არის კარგი და ნამდვილი“.

„ლამაზი დედა, ლამაზი ბავშვით!“.

„აღორძინების ეპოქის სიუჟეტს წააგავს და ძალიან დადებით აურას ქმნის სიკეთის, სიმრავლის და ბედნიერების“.

„ცოტა უხერხულია, მგონი, შიშველი ცოლის ფოტოს დემონსტრირება. სულ გადაირიეთ, რა, კაცებო!!!“.

„სიმამაცეა საქართველოში ასეთი ფოტოს გამოქვეყნება, კარგად გამოჩნდა, როგორ აზროვნებენ. არც ევროპელები ვართ, არც პირველყოფილები. რა ვართ, ვერ გავიგე. ასეთი ლამაზი ფოტო დიდი ხანია არ მინახავს. მაინცდამაინც ტუჩი უნდა გამოწიო და „ზაგარი“ „ამარიაჟო?“.

„სახლში ეყურებინა, არ ერჩივნა?! რა საჭირო იყო საჯაროდ ამის გამოტანა, ვერ გავიგე და რა ვქნა?! ლაშა ბაქრაძე უფრო ჭკვიანი ქართველი მეგონა. აფსუს!!!“.

„საშინელებაა! ცოდოა, სულ გადაგვარდა ეგ უბედური „გლაშა“.

„ისე, რა კრეტინი უნდა იყო, რომ საკუთარი ოჯახი ასეთ მდგომარეობაში ჩააყენო“.

„რატომ ხართ ასეთი დაუნდობლები, ხალხნო, რა გჭირთ, ტყიდან გამოვარდნილებსა ჰგავხართ, ამ პოსტებს რომ წერთ! თუ არაფერი გაქვთ საქმე, გაჩერდით მაინც. საქართველოში ქართველებს რომ ბევრი რამ გვჭირს და ბევრი პრობლემა გვაქვს, აქედანაც ჩანს. სირცხვილია ბოლოს და ბოლოს“.

„ესთეტიკას ვერ ვხედავ. სავარაუდოდ, ცოლი აფრენს და ქმარი, ფაქტია, რომ აფრენს. ბავშვია ცოდო“.

„აყრილ ლოგინში წამოპლაკულ ტიტლიკანა ქალს ამხელა ბაღანა უზის კალთაში. ნუ, თვითონ ბაქრაძე კია მოხიბლული, მაგრამ მაინც დურაკობაა ასეთი ფოტოს გასაჯაროება“.

„ბავშვი ძალიან ლამაზია, მაგრამ ეს ბავშვთან გატიტვლება რა უბედურებაა?!“.

„21-ე საუკუნის ორიგინალობაა ლაშა ბაქრაძის შიშველი მეუღლის ფოტოს გამოქვეყნება. ცხონებული მამამისის სული ააფორიაქა ალბათ. ქართველი, მამაკაცი, თუ ის მართლაც კაცია, ამ ხერხით არ უნდა ცდილობდეს, გახდეს ცნობადი. ეს სათაკილოა. ნუ დაემსგავსებით, ქართველებო, ლამურებს. ისინი არც თაგვები და არც ჩიტები არ არიან. შეინარჩუნეთ თქვენი სახე, ასე აჯობებს“.

„თუ ცოლს ან დედას არაფერი აცვია, საჯაროდ კი არ უნდა გამოაჭენო, რაიმე უნდა მიაფარო, რომ სხვამ ეს სიშიშვლე ვერ ნახოს. ქუჩაში შიშველი პედარასტების აღლუმი ვისაც მოსწონს, მისგან მართლა არაფერი უნდა გაგიკვირდეს. შიშველ ცოლზე ქვეყანას რომ აალაპარაკებ, ჩადრი რა შუაშია?..“

„ლაშა, არცხვენ მამაშენს. კიდევ კარგი, შენს გატუტუცებას ვერ შეესწრო“.

„ბევრად გაშიშვლებული ფოტოები დევს „ფეისბუქზე“. გადახედეთ საკუთარი მეგობრების ფოტოებს და ამაში დარწმუნდებით“.

„ძალიან კარგი იყო. გული სინაზით ამევსო. სამყარო უკეთესი გახდა. რატომაც არ უნდა განმეცადა ეს გრძნობა შემოდგომის ამ კარგ დღეს? ვიგრძენი სითბო, ბედნიერება, დედაშვილობა, სიყვარული და თაყვანისცემა, სილამაზის განცდის უნარი, მშვენიერი წამის შეჩერების უნარი“.

„თუ პირად ურთიერთობაში არავინ გინდა ჩაერიოს, არც პირადი ცხოვრება უნდა გააშუქო ფეისში. თავის გულში და თავის ალბომში უნდა შეინახოს ადამიანმა. ისე, ვურჩევდი უფრო ლამაზ თეთრეულს“.

„სიშიშვლის დემონსტრირება, ჩემი აზრით, კომპლექსებისგან თავის დაღწევაა“.

„არადა, ლაშას მეუღლეს ამ სურათში არაფერი უჩანს ისეთი, რომ ხალხი გაგიჟდა. მართლა რამე რომ გამოსჩენოდა, მერე გენახათ ქართველი საზოგადოების აღშფოთება. ნუ, ვერ გამოვედით ამ აზიატური მენტალიტეტიდან, რა... და კიდევ ევროპელობაზე გვაქვს პრეტენზია“.

„კარგით, რა, უბრალოდ, ადამიანს უყვარს თავისი ცოლ-შვილი და ახალგაღვიძებულების ფოტო დადო თავის ვებზე. ეს არის და ეს. ამისთვის გაგიჟდა ამდენი ხალხი?!“.

„უზნეო და თახსირი კაცის საქციელი. რა იცის ამ კაცმა ოჯახი და შვილი? შემდეგი სიურპრიზი ალბათ სექსი იქნება თავის მეუღლესთან. გერმანელები, ამერიკელები შეაქებენ, ეს რა მაგარი ცოლი გყოლიაო. ვაი, შენს პატრონს, შე ერის სირცხვილო!“.

„რამდენი მხატვარი იყო, თავის ცოლს რომ ხატავდა ასეთ და უფრო უარეს ფორმაში? არ შეუძლია ალბათ ამ კაცს ხატვა. გადაუღო სურათი, მოეწონა და გაუზიარა სხვებს. რა ალიაქოთი ატეხეთ?! პლაჟზე უფრო მეტი სიშიშვლეა...“

❖ ❖ ❖

„ლაშა ბაქრაძე, გიერთდები ერის გარყვნაში!“ — დაწერა უშიშროების საბჭოს მდივნის, გიგა ბოკერიას ცოლმა, ჟურნალ „ტაბულას“ დამფუძნებელმა თამარ ჩერგოლეიშვილმა „ფეისბუქზე“ და თან დაურთო ფოტო, სადაც საცურაო კოსტიუმშია გამოწყობილი, გულზე კი თავისი ქალიშვილი უწევს.

კომენტარები, რომლებსაც ელოდა, მიიღო კიდეც. უზნეოთა მთელმა ბრიგადამ გამოაჩინეთ, ვისაც სადმე გაქვთ დაარქივებული გარყვნილებაო, მისწერეს ფეისბუქელებმა. მეგობრებმა კი „სიმორცხვე“ დაუწუნეს — ეს ისეთი გაბედული ვერაა, ლაშას დადებული უფრო თამამი იყო.

სამაგიეროდ ჩერგოლეიშვილმა საკუთარი მოკრძალება სხვა ეგზემპლარებით შეავსო. „ფეისბუქში“ საფრანგეთის ყოფილი პრეზიდენტის ნიკოლა სარკოზისა და მისი ცოლის კარლა ბრუნის საცურაო კოსტიუმებში გადაღებული ფოტოები დადო, შემდეგ — ჰილარი კლინტონის, ასევე საცურაო კოსტიუმით, ბო-

Cyan Magenta Yellow Black

■ ლაშა ბაქრაძე

ლოს კი ანგელა მერკელის დედიშობილა ფოტო გამოაქვეყნა, სათაურით „ანგელა მერკელმა თქვენთან ვარო“.

ჩერგოლეიშვილის მეგობრებსაც გაუჩნდათ სოლიდარობის სურვილი. წერდნენ, არაცნობადმა სახეებმაც გამოვუცხადოთ ლაშა ბაქრაძეს სოლიდარობაო. ზოგმა მარიამ საჯაიას და თინათინ ბოკუჩავას გაშიშვლებული სხეულის ნახვის ინიციატივა წამოაყენა. სურვილი გამოთქვეს, იქნებ მარიამ საჯაია და თინათინ ბოკუჩავაც შეუერთდნენ პროტესტსო.

საქმეს ისეთი პირი უჩანს, გამორიცხული არ არის, ახლო მომავალში ოჯახური ნუდისტური ფოტოები დასტა-დასტა ვიხილოთ ფეისბუქში.

❖ ❖ ❖

ლაშა ბაქრაძე წერს, ვერ გამიგებენ, ავადმყოფების ქვეყანაში ვცხოვრობთო, ანუ ავადმყოფურ კომენტარებსაც ელოდა. მაშინ რა საჭირო იყო ფოტოს გამოქვეყნება? და თუ გამოაქვეყნა, აღარც უნდა გაბრაზებულიყო.

კაცი, რომელმაც საკუთარი ცოლ-შვილი მთელი საქართველოს სალაპარაკო გახადა, პრესასთან საუბარს თავს არიდებს. გვითხრა, ვისაც რა უნდა, ის ილაპარაკოს, სულ არ მაინტერესებსო. არადა მანამდე ერთ-ერთ გამოცემას, რომელმაც ასევე კომენტარისთვის მიმართა, ნაძირლები ეძახა.

„სარკესა“ და ლაშა ბაქრაძეს შორის ასეთი დიალოგი შედგა:

ლაშა ბაქრაძე: ვისაც რა უნდა, იმას გამოაქვეყნებს. ჯანსაღ საზოგადოებაში ამაზე არც უნდა იყოს საუბარი. ვისაც უნდა ისაუბროს, ვისაც არ უნდა, ნუ ილაპარაკებს. მე პრესასთან ამაზე საუბარს არ ვაპირებ და არანაირ კომენტარს არ გავაკეთებ. თქვენ ქმნით აჟიოტაჟს.

— ბატონო ლაშა, ეს აჟიოტაჟი ინტერნეტში ატყდა თქვენ მიერ გამოქვეყნებული ფოტოს შემდეგ. პრესა კივალდებულია, რაც საჯარო განხილვის საგანი გახდება, გააშუქოს.

— მოვრჩეთ ამაზე ლაპარაკს! არ ჩამითვალოთ, რომ უზრდელი ვარ. ამაზე ლაპარაკი არ ღირს და ახლავე დაივიწყეთ ეს ამბავი.

✓ რუსუდან ადვაძე

ჯანეტ ქერდიყოშვილმა „ხაჩუ ვ ვია გრუ“-ს ჟიური სინაზით და სიმორცხვით დააბნია

6 სექტემბერს უკრაინაში სკანდალური მუსიკალური რეალური შოუ „ხაჩუ ვ ვია გრუ“ დაიწყო, რომელშიც ქართველი ლამაზმანი, „მის საქართველო 2011“ ჯანეტ ქერდიყოშვილიც მონაწილეობს. უკრაინაში მცხოვრები, წარმოშობით ქართველი კომპოზიტორი და პროდიუსერი, ჯგუფ „ვია გრას“ შემქმნელი კონსტანტინ მელაძე, ახალი ჯგუფისთვის სამ მომხიბვლელ, სექსუალურ და თამამ გოგონას ეძებს. კასტინგები გასული წლის დეკემბერში ჩატარდა, სადაც საკუთარი ძალების მოსინჯვა მომღერლის ამპლუაში ჯანეტ ქერდიყოშვილმაც სცადა და გაუმართლა კიდეც. 8.000 კონკურსანტიდან საბოლოოდ 24 გოგონა შეარჩიეს და მათ შორის ჯანეტიც აღმოჩნდა.

ლამაზმანებმა საუკეთესო სამეულში მოსახვედრად ბრძოლა უკვე დაიწყეს. კონკურსანტ გოგონებს ცნობილი ვიაგრელები — ალბინა ჯანაბაევა, ანა სედოკოვა და ნადეჟდა გრანოვსკაია წვრთნიან. შოუს წამყვანი კი უკრაინელი სექსსიმბოლო, ყოფილი ვიაგრელი ვერა ბრეჟნევა გახლავთ.

ჯანეტმა სამი ტური უკვე გადალახა. შოუში დარჩა სამი პოტენციური შემადგენლობა. სექტემბრის ბოლოს მათგან გამარჯვებულს გამოავლენენ. ჯანეტი ყაზახ და უკრაინელ გოგონასთან ერთად მოხვდა ჯგუფში.

13 სექტემბერს რუსეთის ტელეკომპანია „ენტევე“-ს ეთერში კონკურსის პირველი ტურის ჩანაწერი გავიდა. ქართველმა ლამაზმანმა ჟიურის წევრების — ალბინა ჯანაბაევას, კონსტანტინ მელაძისა და შოუმენ იგორ ვერნიკის წინაშე მომღერალ ალსუს რეპერტუარიდან შეასრულა სიმღერა.

პირველი ტურის შემდეგ ჟიურის წევრებმა ქართველი კონკურსანტი არაერთგვაროვნად შეაფასეს, თუმცა ერთში შეთანხმდნენ, რომ ის ძალიან ნაზი, მორცხვი გოგონა იყო და არა — სავიაგრე, თუმცა მელაძემ მეორე ტურში მაინც გადაიყვანა. „თქვენ ძალიან ნაზი, სახლის გოგონა ხართ, მაგრამ ძალიან მინდა გნახოთ, თუ როგორი იქნებით მეორე ტურში. ნებისმიერი მოულოდნელობისთვის მზად იყავით“, — გააფრთხილა კონსტანტინ მელაძემ ჯანეტი.

„სიტყვა „მის“ მაბნევს, რადგან ამ ტიტულის მქონენი საკუთარ თავზე შეყვარებულები არიან“, — აღნიშნა ალბინა ჯანაბაევამ. მელაძემ კი მას უპასუხა: „ეს ტიტული მეც დამაბნევდა, რომ არა „მის საქართველო“. საქართველოში სულ სხვანაირი „მისები“ არიან“.

„მის საქართველოს“ სილამაზით იგორ ვერნიკი აშკარად მოიხიბლა, თუმცა მისგან მეტ სითამამეს ელოდა: „ჩემი ფრაზა არ არის, რომ სილამაზე დიდი ძალაა, თუმცა ამ შემთხვევაში ერთადერთი რამ მაბნევს — რადგან ქართველების წარმოუდგენელი ტემპერამენტი ვიცი, მინდოდა შენც, ნაზი გოგონა, ამ ტემპერამენტით მენახე“.

ჯანეტისგან მეტი სითამამის იმედი ჰქონდა ყოფილ ვიაგრელს, ალბინა ჯანაბაევასაც. „ჩემი აზრით, მამაკაცებს ისეთი ლამაზი, მომხიბვლელი და დამყოლი გოგონა, როგორიც თქვენ ხართ, ძალიან მოსწონთ, მაგრამ თქვენგან უფრო მეტ სითამამეს ველოდი“, — აღნიშნა მომღერალმა.

ამის შემდეგ ჯანეტმა ჟიურის წევრების წინაშე ცეკვით წარმოაჩინა თავი, რის შემდეგაც მას და მელაძეს შორის დიალოგი გაიმართა. პროდიუსერი დაინტერესდა, ასეთი მომხიბვლელი გოგონა ჰყვარებია თუ არა ვინმეს, თაყვანისმცემელი მამაკაცები მის ყურადღებას როგორ იქცევენ და არასასურველთ როგორ იშორებს.

„ჩემი აზრით, თუ გოგოს არ უნდა, მას ვერავინ შეაწუხებს და მოაბეზრებს თავს. ჩემს შემთხვევაშიც ასეა“, — უპასუხა პროდიუსერს გოგონამ. „ასე მხოლოდ საქართველოში ხდება“, — აღნიშნა მელაძემ.

ჯანეტმა ჟიურის წევრებს გაანდო, რომ მას ახლა გათხოვებაზე ფიქრის დრო არ აქვს, რადგან ეს მხოლოდ ხელს შეუშლის გეგმების შესრულებაში.

შოუს ერთ-ერთმა წამყვანმა, მსახიობმა ვლადიმირ ზელენსკიმ, სიმღერის დაწყებამდე კონკურსანტს პირადი ცხოვრების შესახებ ჰკითხა და საკმაოდ გაკვირვებული დარჩა იმ ფაქტით, რომ ჯანეტი აქამდე შეყვარებული არასდროს ყოფილა.

პირველი ტურიდან გამოსული კონკურსანტი ვერა ბრეჟნევასთან საუბარში აღნიშნავდა, რომ თავისი გამოსვლით უკმაყოფილო იყო, რადგან, მისი თქმით, სცენაზე ყოფნისას ძალიან ინერვიულა.

პირველი ტურის შემდეგ ჯანეტი უკრაინული კონკურსისთვის ფოტოებს ქართული დროშის თანხლებით იღებდა. მას უკრაინაში საგულშემატკივროდ ძმა ჯეკოც ახლდა.

■

„სარკე“ ჯანეტ ქერდიყოშვილთან დაკავშირებას შეეცადა, მაგრამ გაირკვა, რომ მას, კონტრაქტის მიხედვით, ჯერჯერობით ინტერვიუების მიცემა ეკრძალება, თუმცა მან უკრაინაში გამგზავრებამდე მოასწრო „სარკესთან“ საუბარი იმის შესახებ, თუ როგორ აღმოჩნდა კონკურსზე:

„2012 წლის დეკემბერს პეტერბურგში, ახლობლების სანახავად გავემგზავრე. სახლში გამოფრენამდე ერთი დღით ადრე, ჩემი მეგობრის დისგან გავიგე, რომ კონსტანტინ მელაძე რაღაც კასტინგს აწყობდა. რადგან მას რუსულ შოუბიზნესში სახელი კარგად აქვს დამკვიდრებული, გადავწყვიტე, ამ კონკურსზე მივსულიყავი, ოღონდ ეს არავისთვის მითქვამს. კასტინგზე ალა პუგაჩოვას სიმღერა ვიმღერე, საერთოდ არ ველოდი, მაგრამ პირველი ტურიდან — მეორეში, შემდეგ მესამეში გადამიყვანეს. იანვარში დაგირეკავთ, კონსტანტინი ამ ვიდეოებს ნახავს, გოგონებს აარჩევს და ამის მიხედვით დაიბარებს საფინალო კასტინგებისთვის გოგონებსო, მითხრეს.

რამდენიმე თვე გავიდა, არავის დაურეკავს. ამასობაში ისიც კი დამავიწყდა, რომ ამ კასტინგზე ვიყავი გასული. რადგან არ დამირეკეს, ჩავთვალე, რომ მათი ტიპაჟი არ ვიყავი, არ მოვეწონე. მოკლედ, აპრილში დამირეკეს და მითხრეს, არჩეული ხართ და საფინალო კასტინგზე კიევში უნდა ჩამოხვიდეთო. ორი თვე ვოკალის მასწავლებელთან, რუსიკო ბახტაძესთან ვემზადებოდი“.

ამავე ინტერვიუში ჯანეტმა ისიც აღნიშნა, რომ თუ მას თამამი კადრების გადაღებას მოსთხოვდნენ, არავითარ შემთხვევაში დათანხმდებოდა.

— ჩემთვის არ უთქვამთ, რომ ამგვარი რამ საჭირო იქნება. რომ მითხრან, კამერის წინ რაღაცეები უნდა გააკეთოო, არ გავაკეთებ და მაშინვე სახლში წამოვალ. გახდაზე არც ვსაუბრობ, ეს გამორიცხულია! ალბათ თამამ სცენებში, საუბარში მონაწილეობას ვერ მივიღებ, თუმცა, არ მგონია, მითხრან, რომ უნდა გავიხადო, ასე ვიარო ოთახებში და გადამიღონ. თუ ასეთი რამ იქნება, იქიდან წამოვალ, — ამბობდა გამგზავრებამდე კონკურსანტი.

შეძლებს თუ არა ქართველი ლამაზმანი კონსტანტინ მელაძის იმედების ბოლომდე გამართლებას, დრო გვიჩვენებს. დაველოდოთ მოვლენების განვითარებას. ფაქტია, რომ ქართველი გოგონა კონკურსანტთა შორის ერთ-ერთი საუკეთესოა, ხოლო ქართული სიმორცხვე მას ხიბლს მხოლოდ მატებს.

✓ ეკა ლემონჯავა

სიმაღლეში ზრდის სწრაფი და ეფექტური პროგრამები. 2-დან 25 წლამდე!

3-5 სმ-ის მომატება კურსით. ძვლის მკვებავი მინერალების, ვიტამინების, ამინომჟავების კომპლექსით! ვარჯიშები, ზრდის ზონების გააქტიურებით. ეფექტურია გენეტიკური სიდაბლის დროს.

გახდომა-გასუქება თვეში 8-20 კგ-ით!

დიეტის და ვარჯიშის გარეშე მადის დარეგულირება, ცხიმების აქტიური წვა, ნივთიერებათა ცვლის მოწესრიგება. მიღებული შედეგის შენარჩუნება მხოლოდ მცენარეული პრეპარატებით. შედეგები 100 %-იანია.

593-44-58-65. ექიმი. ქალბატონი დეა

Cyan Magenta Yellow Black

გაშორდა თუ არა ცოლს ვახო ბიჭიკაშვილი

სოფო რევია: „ქმართან დათმობებზე წასვლა ვისწავლე“

იუმორისტ ვახო ბიჭიკაშვილის და მისი ცოლის, სოფო რევიას ოჯახური ცხოვრება ბოლო დროს ხალხის სალაპარაკო თემა გახდა. ზაფხულში ხმა გავრცელდა, რომ ისინი ერთმანეთს გაშორდნენ, ვახო მარტო ცხოვრობს და ა.შ. შეესაბამება თუ არა ეს ინფორმაცია სინამდვილეს და რა გახდა მისი გავრცელების მიზეზი, ქვემოთ შეიტყობთ, სადაც ვახო და სოფო თავიანთ ურთიერთობაზე „სარკეს“ ესაუბრებიან.

— **მიხარია, ერთად რომ გხედავთ. არადა ამბობენ, რომ ერთმანეთს გაშორდით. ამ ჭორს რაიმე საფუძველი ჰქონდა?**

ვახო: ჩვენზე ახალ ჭორებს ყოველ ზაფხულს ვიგებთ. სოფო რომ ცოლად მოვიყვანე, იმ წელსაც გაავრცელეს ჭორი, რომ მოვკვდი. მაშინ ამაზე მართლა მთელი ქალაქი ლაპარაკობდა. როგორც ხედავთ, თავს მშვენივრად ვგრძნობ. რაც შეეხება ჩვენს დაშორებას, ეს ჟურნალისტებისგან გავიგე.

სოფო: ვახომ მთელი ზაფხული თბილისში მარტომ გაატარა, რადგან შვებულება თითქმის არ ჰქონია. ბავშვი კი ქალაქში ვერ იქნებოდა, ამიტომ ჩვენ მთელი ზაფხულის განმავლობაში სხვაგან ვისვენებდით. რადგან ვახოს აქ მარტოს ხედავდნენ, ალბათ გადაწყვიტეს, რომ დავშორდით. ამ ჭორის ლოგიკური მიზეზი ეს არის, სხვას ვერაფერს ვფიქრობ.

— **ვახო, რატომ არ ისარგებლეთ შვებულებით, დასვენება არ გჭირდებოდათ?**

ვახო: წელს მართლა ვერ დავისვენე, არ გამომივიდა, რადგან ახალი პროექტების მზადება, ფილმის გადაღება მიმდინარეობს. მთელი ის პერიოდი მაინც ვახერხებდი მეუღლესთან ჩარბენას და ბავშვის ნახვას. არა უშავს, შემოდგომაზე დავისვენებ.

— **როცა თქვენზე ასეთი ჭორები გესმით, ბრაზდებით?**

სოფო: როცა ამბობდნენ, ვახო მოკვდაო, რა თქმა უნდა, კარგი რეაქცია არ მქონდა, რადგან ძალიან ახლობელი ადამიანები მირეკავდნენ და ჩემი ქმრის მდგომარეობას კითხულობდნენ. დაშორებასთან დაკავშირებით ჭორზე მკვეთრი რეაქცია არ მქონია, სიკვდილზე ჭორმა კი მართლა ძალიან შემაწუხა.

ვახო: იმდენად სულელური ჭორები ვრცელდება ხოლმე, თუ ყურადღებას მივაქცევ, მეც სულელი გამოვალ. სულელი კი არ ვარ!

სოფო: ყოველი ახალი ჭორი იმის დასტურია, რომ ადამიანებს შენ მიმართ ინტერესი აქვთ და აქტუალობას არ კარგავ.

— **იმ ორი წლის განმავლობაში, რაც ცოლ-ქმარი ხართ, თქვენს ურთიერთობაში კრიტიკული პერიოდი, რაიმე სირთულე ყოფილა?**

ვახო: 28 ივლისს გახდა ორი წელი, რაც ერთად ვართ და თავს ძალიან ბედნიერად ვგრძნობთ.

სოფო: ალბათ ეს პირველი ორი წელიწადი ისევ პირველ ეტაპად ითვლება. განსაკუთრებული ცვლილებები არ გვიგრძვნია, იმავე ტალღაზე ვართ. ცოლქმრულ ცხოვრებაში შემდეგი ეტაპები ალბათ უფრო სამი-ოთხი წლის შემდეგ იწყება.

სოფო და ვახო

ვახო: ადამიანის გაცნობა, შეცნობა მთელი ცხოვრება გრძელდება. თეორიულად შეიძლება გგონია, პიროვნებას იცნობ, მაგრამ არ იცი, ხასიათი როდის შეეცვლება. ადამიანის შიგნით ამოუცნობი რაღაც სულ არსებობს. მთავარია, შეცნობის პროცესი პოზიტიური იყოს. ეს თამაშივითაა, ყველა ტურში წარმატებით უნდა გახვიდე, თამაში არ უნდა დაამთავრო. ჩვენ, ამ მხრივ, კარგად ვართ.

სოფო: როცა გადაწყვეტ, რომ ოჯახი შექმნა და ამის გარშემო ტრიალებ, შენი ყველა გეგმა უკვე ოჯახს უკავშირდება, ყველაფერი ამაზე ეწყობა. ამ დროს გააზრებული გაქვს, წინ რა გელოდება. ყველა სირთულეს, როგორც თამაშში დაბრკოლებას, ისე ხვდები და უნდა გადალახო, რაღაცას გადააბიჯო. ჩვენ რთული და გადაულახავი პრობლემა არ გვქონია.

ვახო: „თუ რამეზე ვიწყებთ კამათს, სხვა, სასიამოვნო თემაზე საუბარს ვაგრძელებთ, რომ ერთმანეთთან ღრმა პოლემიკაში არ შევიდეთ“.

ვახო: ჩვენ შორის სიყვარული იმდენად დიდია, რაღაცეები მარტივ პრობლემად მიგვაჩნია და არც ჩემთვის წარმოადგენს სირთულეს და არც სოფოსთვის.

— **თუნდაც მარტივი პრობლემის მოგვარებას როგორ ახერხებთ?**

ვახო: თუ რამეზე ვიწყებთ კამათს, სხვა, სასიამოვნო თემაზე საუბარს ვაგრძელებთ, რომ ერთმანეთთან ღრმა პოლემიკაში არ შევიდეთ.

სოფო: „როცა ანდრიამ გაიარა, ძალიან ბევრი ვიკივლე და ვიწივლე, ისეთი რეაქცია მქონდა, ისეთი გახარებული ვიყავი... დედაჩემმა მითხრა, მგონი, ისე შეაშინე, აღარასდროს გაივლისო“.

სოფო: რასაც ვიტყვით, იმას ორივე ვიმახსოვრებთ და ვითვალისწინებთ.

— **ამა თუ იმ საკითხზე აზრთა სხვადასხვაობა ხშირად გაქვთ?**

ვახო: არა. ძირითადი სალაპარაკო თემა ჩვენი შვილია. თუ ვიდავებთ, მხოლოდ ამ საკითხის გარშემო, მაგალითად, ძიძის თაობაზე. შემთხვევა, როცა მე და სოფოს გვიკამათია, ძალიან ცოტა მახსენდება და არც მინდა, გამახსენდეს, თუ ოდესმე ჩვენ შორის ასეთი რამ ყოფილა. პრობლემა უნდა დამთავრდეს იქ, სადაც დაიწყო.

— **რომელი უფრო დამთმობი ხართ?**

სოფო: ორივე და ეს ალბათ ერთმანეთთან ურთიერთობის პერიოდში ვისწავლეთ. მანამდე არც მე ვიცოდი, ეს რას ნიშნავდა და არც ვახომ. ეს განსაკუთრებით ჩემზე ითქმის, რადგან დედისერთა ვარ და არასდროს მიწევდა ვინმესთვის რამის დათმობა, ყველაფერი ჩემს გემოზე ხდებოდა. ახლა რაღაცეების სწავლა მომიწია, მივხვდი, რომ მარტო არ ვარ, ჯერ ორი გავხდი, მერე უცებ — სამი. მოკლედ დათმობების მთელი კასკადი წამოვიდა, დილიდან დაღამებამდე დათმობებში ვარ. ასევეა ვახოს მხრიდანაც. მე და ვახო ტყუპები არ ვართ, რომ ყველაფერში ერთმანეთს გავუგოთ.

— **პატარა ანდრია იმ ასაკშია, როცა ყოველდღე ალბათ სიახლეებით გახარებთ.**

ვახო: ანდრია ძალიან კარგი ბიჭი გვყავს.

სოფო: ანდრიას ფეხზე გავლას 9 თვიდან ველოდებით. ათი დღეა, სიარული დაიწყო და სამი დღეა, რაც დამოუკიდებლად დადის და უკან არ დავყვებით. ანდრია ახლა წლის და 3 თვისაა.

— **შვილის პირველი ნაბიჯების დანახვა განსაკუთრებით ემოციური მომენტია. თქვენ რა განცდები გქონდათ, როცა ფეხადგმულ ანდრიას უყურებდით?**

ვახო: როცა ანდრიამ პირველად გაიარა, დედასთან ერთად დასასვენებლად იყო. ამ მომენტს ვერ შევესწარი, საკუთარი თვალით ვერ ვნახე. სოფომ ვიდეო ტელეფონით გამომიგზავნა. ეს მართლაც ემოციური წუთები იყო. ახლა უკვე მეორე საფიქრალი გამიჩნდა — ანდრია ყველაფერს ედება, მეტი ყურადღება სჭირდება, რაღაცეებს დამოუკიდებლად წყვეტს, თავისებურად ცელქია, მაგრამ შემაწუხებელი არ არის.

სოფო: როცა ანდრიამ გაიარა, ძალიან ბევრი ვიკივლე და ვიწივლე, ისეთი რეაქცია მქონდა, ისეთი გახარებული ვიყავი... დედაჩემმა მითხრა, მგონი, ისე შეაშინე, აღარასდროს გაივლისო. ამ მომენტს მართლა მთელი გულით ველოდი. ახლა დაბაჯბაჯებს, ძალიან საყვარელი და კარგი ბიჭია.

— **ვის ჰგავს?**

ვახო: ფიზიკურად — დედას, ხასიათით — მამას.

სოფო: ძალიან ცვალებადი ხასიათი აქვს.

— **ანუ ვახოც ასეთია?**

სოფო: კი, ვახოც ასეთია. არის დღეები, რომ ანდრია სულ კარგ განწყობაზეა. უცებ კი ცუდ ხასიათზე დგება და ვერ გაიგებ, რატომ. ამით მამას ჰგავს. სხვათა შორის, სიარულის მანერაც ვახოსი აქვს. გარეგნობით კი მე მგავს ძალიან. საერთოდ, მე და ვახო ხასიათებით ერთმანეთს ვგავართ, ამიტომ ვერ ვხვდები, ანდრია კეთილი რომ არის, ეს თვისება ჩემგან აქვს თუ მამისგან.

— **სოფო, როგორც ვიცი, უმუშევარი იყავით, სამსახური ხომ არ დაგიწყიათ?**

სოფო: ჯერჯერობით სტაბილური სამსახური არ მაქვს. სხვადასხვა პროექტზე ვმუშაობ სახლში, კომპიუტერთან. ხან რას წამოვედები, ხან — რას. თან პროფესიაც ორი მაქვს, ჟურნალისტიც ვარ და კინოდრამატურგიც, სცენარისტი. მეგობართან ერთად რაღაც სცენარზე ვმუშაობ. სხვა გეგმებიც მაქვს, რასაც ჯერ არ გავამხელ, რადგან წინასწარ საუბარი ცუდად მაქვს დაცდილი.

— **ვახო, თქვენს საქმეში რა სიახლეებია?**

ვახო: „კომედი შოუ“ იღებს ფილმს, რომელსაც „ძიძა“ ჰქვია. კარგი იუმორისტული ფილმი იქნება. გადაღებები ჯერ არ დასრულებულა, სავარაუდოდ, ნოემბერში მორჩება. მე ერთ-ერთი მთავარი გმირის მეგობრის როლს ვთამაშობ. „კომედი შოუც“ ახალ სეზონს დიდი შემართებით იწყებს, გვინდა, ისევ ისეთი მაგრები ვიყოთ, როგორიც გასულ სეზონზე ვიყავით.

✓ ეკა ლემონჯავა

Cyan Magenta Yellow Black

გოგონა შოუდან

ეკა აბშილავა: „ვნანობ, რომ ჩემს პირად ცხოვრებაზე ჟურნალისტებთან ვილაპარაკე“

„მომბეზრდა მსუბუქი ყოფაქცევის, ტუტარჭია, შტერი გმირების თამაში“

„კომედი შოუს“ მსახიობმა, ეკა აბშილავამ, თავისი ცხოვრება ბავშვობიდან დაგეგმა. დღიურებში წერდა,10 წლის განმავლობაში რა უნდა გაეკეთებინა, რისთვის უნდა მიეღწია. იქიდან მხოლოდ რამდენიმე პუნქტი შეასრულა, მაგრამ იმედი აქვს, რომ სხვა ოცნებებიც აუხდება. ყველაზე მეტად კი კინოში გადაღება უნდა. ამჟამად იმ ფილმში თამაშობს, რომელსაც „კომედი შოუ“ იღებს. მკაცრი ადვოკატის როლი აქვს, რომელიც მოსწონს, რადგან მისი ტელეპერსონაჟებისგან განსხვავდება. ფიქრობს, რომ ამ ფილმით სხვა რეჟისორების ყურადღებასაც მიიქცევს და კინოში გზას გაიკვალავს.

— **ეკა, როგორ შეაფასებდით თქვენი და „კომედი შოუს“ თანამშრომლობის 4 წელს?**

— ამ წლებმა დიდი გამოცდილება შემმატა, კამერასთან მუშაობის დიდი პრაქტიკა მივიღე. თეატრალური ისე დავამთავრე, რომ კინოსთან და კამერასთან შეხება არ მქონია. ფაქტობრივად, ამ მხრივ, ხელცარიელი წამოვედი უნივერსიტეტიდან — მხოლოდ სცენაზე მუშაობა ვისწავლე. ეს თეატრალური უნივერსიტეტის განვითარებისთვის ძალიან ცუდია. არ ვიცი, ამას დღემდე რატომ არ აქცევენ ყურადღებას.

— **ხომ არ ნანობთ, რომ თეატრალურში ჩააბარეთ?**

— არა, ჩემი პროფესიული არჩევანი არასოდეს მინანია. ყოველთვის ხმამაღლა ვიტყვი: ვამაყობ, რომ შალვა გაწერელიას ჯგუფში ვსწავლობდი! მან ისეთი რაღაცეები მასწავლა, რასაც ვერავისგან გავიგებდი.

— **როგორი იყავით, სანამ ტელევიზიაში მიხვიდოდით?**

— ბევრად მორიდებული, მშვიდი, წყნარი ვიყავი. წლებმა, კამერებთან მუშაობამ თავისუფლება შემმატა. ახლა უფრო თამამიც ვარ.

— **კინომსახიობის ჟინი სატელევიზიო შოუმ მოგიკლათ?**

— მსახიობი წლების განმავლობაში თუ არც სპექტაკლშია დაკავებული და არც — კინოში, იკარგება. ასეთი მსახიობები, რომლებიც სახლში სხედან, ჩვენს რეალობაში,

„მამაკაცის გარეგნობას ძალიან დიდ ყურადღებას არ ვაქცევ. მთავარი არც საჩუქრებით განებივრება და ასეთი რაღაცეებია. ყველაზე მნიშვნელოვანი გულწრფელი, ტყუილების გარეშე აგებული ურთიერთობაა".

სამწუხაროდ, ბევრნი არიან. გამიმართლა, რომ მათ რიცხვში არ აღმოვჩნდი, ვმონაწილეობ შოუში, რომელიც ძალიან ახლოსაა ჩემს პროფესიასთან. თეატრალური უნივერსიტეტი როგორც კი დავამთავრე, ტელევიზიაში გამოცხადდა კასტინგი და მე ამიყვანეს.

ბავშვობიდან ვემზადებოდი, რომ მსახიობი გავმხდარიყავი. შეიძლება ვიღაცისთვის ნიჭიერი ვარ, ვიღაცისთვის — უნიჭო, მაგრამ საკუთარი შესაძლებლობები კარგად ვიცი. დიდი სურვილი მაქვს, საკუთარი თავი სწორედ ამ სფეროში ვიპოვო.

— **თეატრში მუშაობა არ გიცდიათ?**

— ეს მსახიობზე არ არის დამოკიდებული. თუ რეჟისორმა არ აგიყვანა, ვერ გადაწყვეტ, სად იმუშაო. „თავისუფალ თეატრსა“ და „თეატრალურ სარდაფში“ რამდენიმე სპექტაკლში ვითამაშე. „კომედი შოუში“ მუშაობა ბევრად რთულია, ვიდრე თეატრში. აქ სხვა ტემპია, ერთ დღეს სცენარი იწერება, მეორე დღეს რეპეტიცია გვაქვს, მესამე დღეს გადაცემას ვიღებთ. თეატრში შეიძლება სპექტაკლის დადგმა ერთი თვეც გაიწელოს.

— **სახასიათო გმირებს თამაშობთ. ყველაზე მეტად რომელი პერსონაჟი მოგწონთ?**

— ჯობდა, ეს კითხვა არ დაგესვათ, არც ერთი მომწონს, არც ერთს ვგავარ. მინდა, ისეთი პერსონაჟი შევქმნა, რომელიც ახლოს იქნება ჩემთან, მაგრამ ამ ეტაპზე არ გამომდის. ტყლარჭია, შტერი, მსუბუქი ყოფაქცევის გოგოების თამაში ძალიან მომბეზრდა.

— **როგორ ფიქრობთ, რატომ გაძლევენ ასეთ როლებს?**

— ალბათ გარეგნობიდან გამომდინარე.

— **უარის თქმის საშუალება არ გაქვთ?**

— შემიძლია უარის თქმა, მაგრამ ეს არ იქნება სწორი საქციელი. ისეთი სცენარი არასოდეს იწერება, რომ უხერხული იყოს თამაში. როცა როლს გაძლევენ, მასზე უარის თქმა ცუდი ტონია.

— **სანამ თქვენს ყოველდღიურობაში ტელევიზია შემოვიდოდა, მანამდე როგორი იყო თქვენი ცხოვრების წესი?**

— მთელი ჩემი ბავშვობა დღიურებში მაქვს დაწერილი, ყოველი დღე, მომავლის გეგმები ფურცლებზე მაქვს გადატანილი. ეს ჩანაწერები დღემდე მაქვს შენახული და ახლა, თვალს რომ გადავავლებ, მეცინება. უახლოესი 10 წლის გეგმა მქონდა ჩამოწერილი, რომ უნდა მევარჯიშა, მესწავლა ინგლისური და სხვა... 2 წელი „მოძრაობის თეატრში“ დავდიოდი. ძალიან მიყვარდა ტანვარჯიში. დღემდე ვცდილობ, ფორმაში ვიყო და კვირაში 2-3 დღე ვვარჯიშობ.

— **რაზე გწყდებათ გული, ბავშვური ოცნებებიდან რა ვერ აისრულეთ?**

— დიდი სურვილი მქონდა, ქართულ ცეკვას გავყოლოდი, ძალიან დიდხანს ვცეკვავდი. როცა ეს საქმე პროფესიაში უნდა გადაზრდილიყო, იმ პერიოდში ჩავაბარე თეატრალურში და სწავლამ ცეკვაში ხელი შემიშალა. დღეს ამას ძალიან ვნანობ. დღიურში ჩაწერილი 20 ჩამონათვალიდან, მინიმუმი, 5 პუნქტი შესრულებული მაქვს და ეს უკვე კარგის მაჩვენებელია. დანარჩენის შესრულება ჯერ კიდევ გეგმაში მაქვს.

— **ოჯახის შექმნაზე რა გეწერათ დღიურში? ეს როდის დაგეგმეთ?**

— ამისთვის ჯერ კიდევ 10 წელი მაქვს დრო... (იცინის).

— **შეყვარებული არასოდეს ყოფილხართ?**

— სიმართლე გითხრათ, ამ თემაზე ლაპარაკი არ მსურს, ეს საკითხი ძალიან ინტიმური, პირადია და მიზანშეწონილად არ მივიჩნევ, საჯაროდ ვისაუბრო. ადრე რამდენიმე ჟურნალისტს მოვუყევი ჩემი პირადი ცხოვრების შესახებ და შემდეგ ძალიან ვინანე. ასეთ თემებზე ლაპარაკს განხილვისა და კომენტარების გარეშე არასოდეს ჩაუვლია, ამიტომ გადავწყვიტე, პირადზე არასდროს ვილაპარაკო.

— **ზოგადად როგორი მამაკაცები მოგწონთ?**

— უამრავი თაყვანისმცემელი მყავს. მამაკაცის გარეგნობას დიდ ყურადღებას არ ვაქცევ, არც მაქვს სტერეოტიპი, ფიზიკურად როგორი უნდა იყოს. მთავარი არც საჩუქრებით განებივრება და ასეთი რაღაცეებია. ყველაზე მნიშვნელოვანი გულწრფელი, ტყუილების გარეშე აგებული ურთიერთობაა.

— **ვარცხნილობა მკვეთრად შეგიცვლიათ. გრძელ თმას რატომ შეელიეთ?**

— ყოველ შემთხვევაში, დეპრესიის გამო — არა. ქიმიური დახვევა გავიკეთე, შემდეგ თმა წითლად შევიღებე, მერე — გავიღიავე, ბოლოს კი ისეთი შედეგი მივიღე, იძულებული ვიყავი, მოკლედ შემეჭრა. ამბობენ, რომ მიხდება და მეც კმაყოფილი ვარ. მოკლედ შეჭრილი, ბიჭური ვარცხნილობები ყოველთვის მომწონდა. თანაც ქალურ სტილში არ ვიცვამ, ყოველდღიურად სპორტულ სტილს ვანიჭებ უპირატესობას. ხშირად მდომებია მაღალქუსლიანი ფეხსაცმლით გარეთ გასვლა, მაგრამ სახლის კართან ყოველთვის ვიხდი და კედებს ვიცვამ...

— **„კომედი ჯგუფი“ ფილმს იღებს, თქვენ რა როლი გერგოთ?**

— ამ ფილმში „სტერვა“ ადვოკატს ვთამაშობ, მინი ქვედატანით და სათვალით. ჩემი გმირი საკმაოდ მკაცრია. პატარა როლი მაქვს, მაგრამ კინოკარიერაში წინგადადგმული ნაბიჯია. იმედია, სხვა ფილმებშიც მივიღებ მონაწილეობას. საახალწლოდ გამოვა კინოგაქირავებაში. რასაკვირველია, ჟანრი კომედიაა. ძალიან სახალისო, რეალურ ყოფასთან მიახლოებული სცენარია. სხვა დეტალებს არ გავცემ, დაელოდეთ!

— **ოჯახი ალბათ თვალყურს ადევნებს თქვენს ნაბიჯებს და როგორ აფასებს?**

— ჩემი საქმიანობა მოსწონთ. ხშირად მეუბნებიან, მსახიობი რომ არ გამხდარიყავი, ნეტა, რა უნდა გეკეთებინაო. არასდროს მზღუდავენ, ასე იყო ბავშვობაშიც და ახლაც ასეა.

— **გაგვაცანით თქვენი ოჯახის წევრები.**

— მყავს დედ-მამა და ერთი და. მამა პროფესიით ინჟინერია, დედა — მოცეკვავე. ჩემი და, მეგი, 27 წლისაა. მე უმცროსი ვარ, ჩვენ შორის ასაკობრივი სხვაობა 2 წელია. ის სულ სწავლობს. ჯერ ჟურნალისტიკა აირჩია, შემდეგ სოციოლოგია, მერე მაგისტრატურაში ისეთ ფაკულტეტზე ჩააბარა, რომლის სახელწოდებაც დღემდე ვერ დავიმახსოვრე. მთელი ცხოვრება ინგლისურს სწავლობდა. მისი დევიზია „სწავლა, სწავლა და კვლავ სწავლა!“

✓ ლანა კიკნაძე

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი (შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა) დისბაქტერიოზი

მიიღეთ

ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

58 წელი გიზო ნიშნიანიძის გვერდით

„თავისი შეუპოვრობით ყველაფერი გააკეთა, რომ მისი ცოლი გავმხდარიყავი“

„ძნელია იყო პოეტის ცოლი, მთელი ცხოვრება მასთან იარო. თვითონ პოეტი უნდა იყო, რომ პოეტის ბედი გაიზიარო“.

მწერალმა, პოეტმა და ჟურნალისტმა გიზო ნიშნიანიძემ ეს სტრიქონები საყვარელ ქალს, ლიანა კეჭაყმაძეს მიუძღვნა, რომელთან ერთადაც 58 წელი გალია.

მათი სიყვარული უნივერსიტეტის კედლებში ჩაისახა — პირველკურსელ გოგონასა და ახალგაზრდა ჟურნალისტ ბიჭს შორის. მის გვერდით ცხოვრება მართლაც არ აღმოჩნდა იოლი. ლიდერი, ნიჭიერი, პირველობის მოყვარული ქმრის გვერდით აუცილებლად დამთმობი, მის უპირატესობის მაღიარებელი ქალი უნდა ყოფილიყო. პოეტის ცოლმა ეს კარგად გააცნობიერა, ისინი ერთმანეთის ნამდვილ ნახევრებად იქცნენ და საკუთარი სიყვარულის ლეგენდა შექმნეს. მას ქალბატონი ლიანა კეჭაყმაძე გვიამბობს.

ვერელი ბიჭი

— გიზო თბილისში, ვერაზე დაიბადა. ეს უბანი ამიტომაც უყვარდა გამორჩეულად. ამბობდა, ორჯერ დავიბადეო. ერთხელ — ფიზიკურად, 1928 წლის 13 თებერვალს, კოსტავას (მაშინდელ ოლგინსკაიას) ქუჩაზე მდებარე სამშობიაროში. მეორედ — მეტაფიზიკურად, 1981 წლის 28 დეკემბერს ფილარმონიაში, როდესაც პირველად გაიმართა ჩემი კონცერტიო. გიზოს დედა მკერავი იყო, მამა — კანცელარიის მუშაკი. ჩემი ქმარი ამბობდა, დედამ მე და ჩემი და ნემსის წვერზე გაგვზარდაო. ერთი და ჰყავდა, რომელიც ექიმი იყო. ის ერთი წლის წინ გარდაიცვალა, 92 წლის ასაკში.

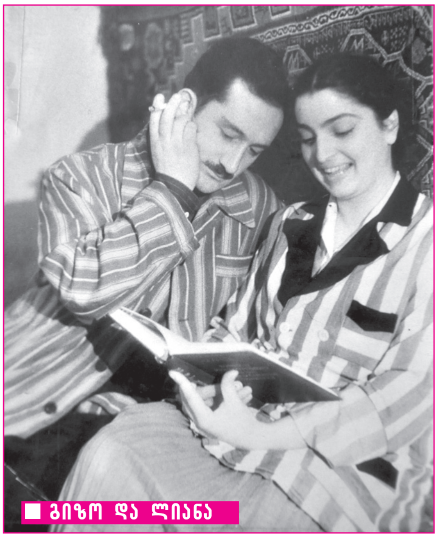
გიზო ძალიან რთულად აღსაზრდელი ბავშვი ყოფილა. სიცელქის გამო თბილისის რამდენიმე სკოლა გამოიცვალა. ივანე ჯავახიშვილის სახელმწიფო უნივერსიტეტის იურიდიული ფაკულტეტი დაამთავრა, მაგრამ იურისტად ერთი დღეც არ უმუშავია. ამბობდა, იურისტის „ხიშტი“ კალამზე გავცვალე და მთელი ცხოვრება ამ კალმით ვიბრძოდიო.

„გიზოს გვერდით ცხოვრება იოლი არ იყო, რადგან ძალიან რთული პიროვნება გახლდათ. ყველაფერში ვგრძნობდი მის უპირატესობას და ნიჭიერებას და პატივს ვცემდი. ამიტომაც ვიცხოვრეთ ერთად ამდენი წელი...“.

ჩაშლილი ნიშნობა

— ოჯახი რომ შევქმენით, მე 19 წლის ვიყავი, გიზო — 25 წლის. ამ დროს უმაღლესი დამთავრებული ჰქონდა და გაზეთ „ახალგაზრდა კომუნისტში“ ჟურნალისტად მუშაობდა. ერთმანეთი უნივერსიტეტში გავიცანით, სადაც ბიოლოგიის ფაკულტეტზე ვსწავლობდი. პირველ კურსზე ვიყავი, სასწავლო წელი ახალი დაწყებული იყო, როდესაც გიზო ჩემთან მოვიდა და გამეცნო. იმ დროს სტალინი გარდაიცვალა და ეს მთელი საქართველოსთვის ტრაგედია იყო. უნივერსიტეტში სამგლოვიარო განწყობა სუფევდა. მან ეს მომენტი კარგად გამოიყენა და ყველანაირად ცდილობდა, ჩემთან ახლოს ყოფილიყო. მერე ხუმრობდა, ლიანა საპატიო ყარაულში იდგა და სად გამექცეოდა, სიყვარული იქ ავუხსენიო.

ჩვენი შეუღლება ისე მოხდა, რომ ამაზე არც მიფიქრია. გიზოს რომ შევხვდი, იმ დროს სხვაზე ვიყავი დანიშნული. ეს რომ გაიგო, ამის მერე მეტად მოინდომა, რომ ჩემი გული მოენადირებინა. ასეთი ტიპი იყო, არანაირი წინააღმდეგობა არ აშინებდა, პირიქით, დიდი შინაგანი ძალა ეძლეოდა. მისთვის ხელისშემშლელი ბარიერი არ არსებობდა.



გიზო და ლიანა

ცხოვრებაში ბევრი დაბრკოლება შეხვდა, თუმცა პრობლემების მოგვარებას უმტკივნეულოდ ახერხებდა. ვერ გეტყვით, რომ დიდად ტაქტიანი იყო და ამით აღწევდა მიზანს. ხშირად საკმაოდ უტაქტოდ იქცეოდა და ამის გამო შენიშვნებსაც ვაძლევდი. არ შეეძლო ტყუილის თქმა, სიმართლეს პირდაპირ გეტყოდა.

ერთი სიტყვით, თავისი შეუპოვრობით ყველაფერი გააკეთა, რომ მისი ცოლი გავმხდარიყავი. თავი შემაყვარა და ვიქორწინეთ კიდეც. ქორწილი რომ გადავიხადეთ, მაშინ უკვე 6 თვის ორსული ვიყავი. ქორწილი იმის გამო დაგვიანდა, რომ მშობლები თავიდან ნაწყენი იყვნენ ჩემზე, რადგან სხვაზე ვიყავი დანიშნული და ცოლად სხვას გავყევი. ბოლოს შეგვირიგდნენ.

სიდედრ-სიმამრთან გიზოს არაჩვეულებრივი ურთიერთობა ჰქონდა. ქმრის მშობლებთან მეც კარგი ურთიერთობა მქონდა. დედამისი ამბობდა, სულ ვდარდობდით, გიზოს როგორი ცოლი შეხვდებოდა, რთული პიროვნებაა და განსაკუთრებული ხელისშეწყობა უნდაო. ატყობდნენ, რომ ქმარს ყველაფერში გვერდით ვედექი და ამიტომ მისი მშობლები პატივს მცემდნენ. ჩემი მამამთილი ისე გარდაიცვალა, ჩემს სურათს გულისჯიბით ატარებდა.

ექვსვარსკვლავიანი ბაბუა

— ორი ვაჟი შეგვეძინა — გიორგი და ზაზა. უფროსი იურისტია, უმცროსი — მათემატიკოსი. არასოდეს დამავიწყდება ის დღე, როცა პირველი შვილი გვეყოლა და სამშობიაროდან სახლში მოგვიყვანა. ჩვილი ხელში ეჭირა, ოთახიდან ოთახში სიხარულით დარბოდა და ბედნიერი ყვიროდა: „მამა ვარ! მამა ვარ!“.

6 შვილიშვილი გვყავს — 3 გოგონა და 3 ვაჟი. ჩემი მეუღლე ამაყად ამბობდა, ექვსვარსკვლავიანი ბაბუა ვარო. ჩვენი უფროსი შვილიშვილი მისი მოსახელეა. გიზო ექვსივე შვილიშვილს მოესწრო, ახლა მეშვიდეს ველოდებით.

ჩვენი შვილები მამის გზას არ გაჰყოლიან. კალამი ორივეს უჭირის, მაგრამ წერით არასდროს გამოუჩენიათ თავი. გიორგის უმცროსი შვილი, დავითი, ძალიან ჰგავს ბაბუას, როგორც გარეგნულად, ისე ქცევებით. ნიჭიერი ბიჭია, კარგად წერს. ამჟამად საზღვარგარეთ სწავლობს. ბავშვობიდან პატარ-პატარა ლექსებს წერდა. გიზოს ეს უზომოდ უხაროდა და სულ მის გვერდით ყოფნა უნდოდა. ანატოლ ფრანსი წერს, გენი, რომელიც მშობლებში მუშაობს, ხშირად შვილებში ისვენებს, მაგრამ შვილიშვილებში იჩენს თავსო. ჩემი მეუღლე ამ ფრაზას ხშირად იმეორებდა და დათუნაზე ამბობდა, ის ჩემი გამეორებააო. ბოლო წლებში საზღვარგარეთ მასთან ერთად ბევრი იმოგზაურა. ხშირად ესაუბრებოდა პოეზიაზე, ლიტერატურაზე.

გიზო ძალიან თბილი ბაბუა იყო. ხუმრობით მეტყოდა ხოლმე, სამი ბიჭი ჩემია, სამი გოგო კი — შენიო. ბავშვებისთვის უამრავი ლექსი აქვს მიძღვნილი.

58 წელი ერთად

— ჩვენი თანაცხოვრება 58 წელს გაგრძელდა. გიზოს გვერდით ცხოვრება იოლი არ იყო, რადგან ძალიან რთული პიროვნება გახლდათ. ყველაფერში ვგრძნობდი მის უპირატესობას და ნიჭიერებას და პატივს ვცემდი. ამიტომაც ვიცხოვრეთ ერთად ამდენი წელი. თავად ისეთი ადამიანი იყო, რომ პირველობა მოსწონდა და ამაზე პრეტენზიაც ჰქონდა.

იმდენად გამორჩეული მოსაუბრე იყო, მე ხმის ამოღება მერიდებოდა. ხალხში ყოფნისას სულ მორიდებულად ვიყავი და ჩემი მეუღლე საუბრობდა. სუფრასთან სადღეგრძელოს წარმოთქმაც კი მიჭირდა.

გიზო ყველგან და ყველაფერში წამყვანი იყო. ოჯახში რასაც იტყოდა, ყველანი იმ აზრს ვიზიარებდით. შვილებს მიმართულებას თავად აძლევდა, რა და როგორ ეკეთებინათ. ძალიან ყურადღებიანი მამა იყო, არაფერი გამორჩებოდა. მათთან მე უფრო ლმობიერი ვიყავი, ის კი — მკაცრი. ალბათ ეს საჭიროც არის, მით უმეტეს, როდესაც ორი ვაჟი გყავს.

„არასოდეს დამავიწყდება ის დღე, როცა პირველი შვილი გვეყოლა და სამშობიაროდან სახლში მომიყვანა. ჩვილი ხელში ეჭირა, ოთახიდან ოთახში სიხარულით დარბოდა და ბედნიერი ყვიროდა: „მამა ვარ! მამა ვარ!“. 6 შვილიშვილი გვყავს. ჩემი მეუღლე ამაყად ამბობდა, ექვსვარსკვლავიანი ბაბუა ვარო“.

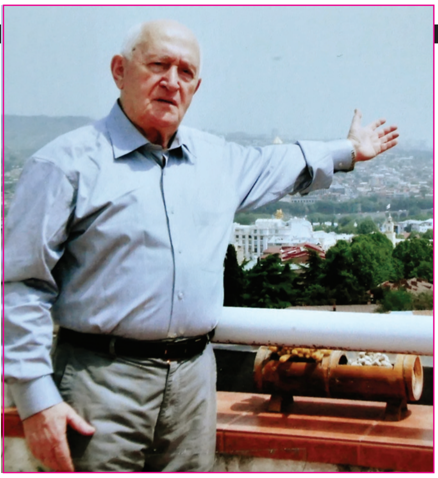
ჩემ მიმართ ძალიან ყურადღებიანი იყო და ხშირად მოულოდნელ რაღაცეებს აკეთებდა. ყვავილი არასდროს მოურთმევია, თუმცა საჩუქრები ხშირად მოჰქონდა.

მისი ცოლი რომ გავხდი, კავსაძის ქუჩაზე ვცხოვრობდით. ერთ ზაფხულს, როცა მხოლოდ ერთი შვილი გვყავდა, დასასვენებლად აგარაკზე წავედი. იქიდან დაბრუნებულს კი ქმარმა ვაკის პარკის წინ ახალი ბინა დამახვედრა, ახალი ავეჯით გაწყობილი. თავისი საქციელით ძალიან ბედნიერი იყო, ამაყობდა, რომ ასეთი სიურპრიზი გამიკეთა.

ის ბინა არ უყიდია, გამომცემლობამ, როგორც თავის ჟურნალისტს, ისე გადასცა. მალევე ბინა უკან ჩავაბარეთ, რადგან ბიჭები წამოიზარდნენ და ველარ ვეტეოდით. სოლოლაკში, ჭონქაძის ქუჩაზე გადმოვედით, სადაც დღემდე ვცხოვრობთ. ვერა მისთვის მაინც საყვარელ უბნად რჩებოდა. რამდენჯერაც იქ გაივლიდა, გაჩერდებოდა, ნაცნობებს გამოელაპარაკებოდა და ამით ბედნიერი იყო.

ხშირად მივყავდი საზღვარგარეთ. წინასწარ კი არ მაფრთხილებდა, უცებ საგზურს მომიტანდა და მეტყოდა, აი, აქ მივდივართო. ასეთი სიურპრიზი ყველა ცოლს გაახარებს.

Cyan Magenta Yellow Black



კარგი მეოჯახეც იყო. თუკი სახლში რაიმე ნივთი არ გვქონდა, ჯერ თვითონ შეარჩევდა, მერე საყიდლად მეც წამიყოლებდა. რა თქმა უნდა, ყოფით საკითხებში ჩემი აზრი მქონდა, მაგრამ ქმრის ნება-სურვილს ვჯერდებოდი. სულ გვქონდა დავა ავეჯსა და გემოვნებაზე. ერთხელ მითხრა, შენზე უკეთესი გემოვნება მე მაქვსო. მეწყინა და ვუპასუხე, შენს ნაყიდსაც გადახედე და ჩემსასაც, მერე კი შეადარე, რომელი ჯობია-მეთქი.

ერთხელ სამზარეულოში კედელი დადგა, ე.წ. „სტენკა“, რომელიც იმ დროს ძალიან მოდაში იყო და თითქმის ყველა ოჯახში იდგა. ეს „სტენკა“ საშინლად არ მომწონდა, ვეუბნებოდი, არ ვარგა-მეთქი, მაგრამ არ მიჯერებდა. დროთა განმავლობაში ეს ჩვენი „სტენკა“ ნაწილ-ნაწილ დაიშალა და სამზარეულოს ავეჯით შევცვალეთ. მერე კი ნიშნისმოგებით ვუთხარი, აღიარე, რომ გემოვნებით გჯობივარ-მეთქი. მან კი მიპასუხა, ახლა ისეთ რამეს გეტყვი, რომ გემოვნებაზე არასდროს იტყვი რამეს, მე შენ მომეწონე და შენ მე მოგეწონე, აბა, ახლა მითხარი, რომლის გემოვნება სჯობსო. ამ სიტყვებზე ორივეს გაგვეცინა და დავუთმე, მართლა შენი გემოვნება ჯობია-მეთქი.

პირველი შემფასებელი

— გიზო ყოველთვის ამბობდა, ჩემი პირველი ოპონენტიცა და შემფასებელიც ჩემი მეუღლეაო. მართლაც, რასაც დაწერდა, ჯერ მე მაკითხებდა, ჩემი აზრით ინტერესდებოდა. ერთი ლექსიც მომიძღვნა, რომელიც ასე მთავრდება: „ძნელია იყო პოეტის ცოლი, მთელი ცხოვრება მასთან იარო. თვითონ პოეტი უნდა იყო, რომ პოეტის ბედი გაიზიარო“.

ახალდაწერილ ლექსს ან ნაწარმოებს რომ წამაკითხებდა, ჩემს შენიშვნას ვეტყოდი ხოლმე. ხან მიიღებდა მას, ხან — არა. მუშაობის პროცესში განმარტოება უყვარდა. ძველ სახლში ძალიან პატარა და არაკომფორტული კაბინეტი ჰქონდა. ჭონქაძეზე რომ გადმოვსახლდით, აქ უკვე დიდი სამუშაო ოთახი მოიწყო, სადაც ყველაფერი დაალაგა, რაც უნდოდა. ხუმრობით ვუთხარი, გიზო, აბა, დაჯექი ამ შენს კაბინეტში და სანამ „ფაუსტს“ არ დაწერ, აქედან არ გამოხვიდე-მეთქი.

„ნიშნისმოგებით ვუთხარი, აღიარე, რომ გემოვნებით გჯობივარ-მეთქი. მან კი მიპასუხა, ახლა ისეთ რამეს გეტყვი, რომ გემოვნებაზე არასდროს იტყვი რამეს, მე შენ მომეწონე და შენ მე მოგეწონე, აბა, ახლა მითხარი, რომლის გემოვნება სჯობსო“.

სამეგობრო

— გიზოს უამრავი მეგობარი ჰყავდა, ზოგი სკოლის მეგობრები, ზოგი — სტუდენტობის. მათთან ბოლომდე კარგი და თბილი ურთიერთობა ჰქონდა. მეგობრების წრეში ყოფნა ძალიან უყვარდა. არავის დაბადების დღე არ დაავიწყდებოდა. ხან თვითონ მიდიოდა მეგობრებთან საქეიფოდ, ხანაც სახლში მოჰყავდა და ამით ბედნიერი იყო. თავისი დაბადების დღეც უყვარდა, მაგრამ ბოლო წლებში შეჯავრდა. ცდილობდა, სახლიდან გავსულიყავით და სტუმარი არ მოსულიყო. ბოლო წლებში რამდენჯერაც საზღვარგარეთ ვიმოგზაურეთ, იმდენჯერ თავის დაბადების დღეს დაამთხვია. აღარ უხაროდა ამ დღის აღნიშვნა. ჯერ ერთი, იმიტომ, რომ ასაკი ემატებოდა და მეორე, მეგობრები რომ შემოეცალნენ. მისი ბავშვობის მხოლოდ ორი მეგობარიღა არის ცოცხალი და ღმერთმა დიდხანს აცოცხლოს ისინი.

თამადობა ძალიან უყვარდა. სადაც წავიდოდა, თამადა თვითონ უნდა ყოფილიყო. თუ სადმე მიდიოდა, მეც მივყავდი. ზოგჯერ იყო შემთხვევა, რომ მეტყოდა, ლიანა, მარტო ბიჭები ვიკრიბებით და ვერ წაგიყვანო. 60-70 წლის მეგობრებს ისევ ბიჭებს ეძახდა.

ბედნიერი წასვლა

— 19 სექტემბერს ჩემი ქმრის გარდაცვალებიდან 2 წელი გადის. ისეთი მშვიდი და სანატრელი სიკვდილი ჰქონდა, ყოველგვარი ტანჯვის გარეშე, როგორსაც თავადაც აღწერდა ხოლმე. საჩხერეში იმყოფებოდა, ბიზნესმენ ლევან ვასაძის დედულეთში. სუფრასთან, რომელსაც სამების მგალობელთა გუნდიც ესწრებოდა, თამადა იყო. თურმე ბედნიერი იყო, მათ გალობას რომ უსმენდა და თან ამბობდა, სამოთხეში ვარო. შემდეგ თავის ერთ-ერთ ნაწარმოებს „ოდა კახეთზე“ კითხულობდა და სწორედ იმ მომენტში გარდაიცვალა.

საერთოდ ეს ნაწარმოები ჩემთვის გამორჩეულია. მიმაჩნია, რომ გიზოს ნიჭი და შემოქმედება ყველაზე მეტად აქ ჩანს. მართალია, თბილისი მისი აღმაფრენის წყარო იყო, სულ მას უმღეროდა და უგალობდა თავისი პროზითა თუ პოეზიით, მაგრამ არანაკლებ შეყვარებული იყო კახეთზე. როგორც ჩანს, იმ დღესაც მთელი ემოციით კითხულობდა, ამის ფონზე დაემართა გულის შეტევა და ველარ გაუძლო.

გიზო 83 წლის იყო და კარგად იცოდა, რომ სიკვდილი არცთუ ისე შორს იყო, ამიტომაც ნატრობდა, ამქვეყნიდან მშვიდად წასულიყო. დიდი ტკივილი და სტრესი იყო, როდესაც ქმრის გარდაცვალება შევიტყვე. კაცი საქეიფოდ გავუშვი და სახლში ცოცხალი ველარ დაბრუნდა, თუმცა, რომ გავიგე, რა გარემოში და როგორ გარდაიცვალა, ამან ტკივილი ცოტათი შემიმსუბუქა.

ფეხქვეშ დაყრილი ვარსკვლავები

— გიზო არ ავადმყოფობდა. 13 წლით ადრე ავსტრიაში, გულზე შუნტირების ოპერაცია ჩაუტარდა. კარდიოლოგმა გვითხრა, ამ ოპერაციით სიცოცხლე 15-20 წლით გაუხანგრძლივდებაო. მისი კარდიოლოგი შალვა პეტრიაშვილი იყო და მასთან დრო და დრო კონსულტაციებზე დადიოდა. 2010 წლის 4 მაისს, ვარსკვლავი რომ გაუხსნეს ფილარმონიის წინ, საღამოს ბატონი შალვაც ესწრებოდა. მერე ამბობდა, მოუსვენრად ვიჯექი, ძალიან განვიცდიდი, რომ გიზო ასეთი ემოციებით იყო დატვირთულიო.

ვარსკვლავის გახსნის დღეს უბედნიერესი იყო. მასზე ადრე კომპოზიტორ ბიძინა კვერნაძეს გაუხსნეს ვარსკვლავი. გიზომ ბიძინას უთხრა, გახსოვს, რა ბიჭები ვიყავით, ვარსკვლავებს ვეთამაშებოდით, ახლა კი ვარსკვლავები ფეხებქვეშ გვიყრიაო...

ვარსკვლავის გახსნის დღეს ეტყობოდა, რომ ცოტათი დათრგუნული იყო. როგორც იცით, მანამდე ფილარმონიაში „პაემანი ვერაზე“ გაიმართა. პირველი „პაემანი“ რომ გააკეთა 80-იან წლებში, მაშინ უფრო ლაღად იდგა სცენაზე. ასეთი სტილის საღამო იმ დროისთვის ახალი სიტყვა იყო, თანაც გიზო მაშინ ძალიან ახალგაზრდა გახლდათ. ეს საღამო ეძღვნებოდა რეალურ პიროვნებებს, რეალურ ამბებს, რაც მანამდე არავის გაუკეთებია. ამიტომაც ჰქონდა საზოგადოებისგან ასეთი გამოხმაურება. 30 წლის შემდეგ „პაემანი ვერაზე“ ისეთივე ემოციური ველარ გამოვიდა, მაგრამ მაინც ლამაზი საღამო იყო. ძველის გადამღერებას ჰგავდა, რაღაცეებიც შეცვლილი იყო და მე, პირადად, ცოტა უკმარისობის გრძნობა დამრჩა. ძნელია, გაიმეორო პროექტი, რომელიც 30 წელი არსებობს ხალხში.

ბოლო წლებში გაორმაგებულად წერდა. ხელში კალამს რომ აიღებდა, ველარ ჩერდებოდა. თავადვე ამბობდა, თავში რაც მომივა, ყველაფერი ფურცელზე გადამაქვსო. მის ბოლო ტომეულებს რომ გადახედოთ, მათში მართლაც დიდი ქაოსია. გვერდებში მარგინალებია, სქოლიოებში სულ სხვა რაღაცეები აქვს, სარჩევები ხომ საერთოდ განსხვავებულია. ასეთი ორიგინალური ფორმით წერა გიზოსთვის დამახასიათებელი იყო. ამ ტომეულებზე როცა მუშაობდა, ამბობდა, ამას ჩემს შვილიშვილებს ვუტოვებ, რომ იოლად წაიკითხონ და ცოდნაც გაიღრმავონო.

სიცოცხლის ბოლო დღეებში თავის წიგნზე მუშაობდა, რომლის სამი ტომი მის სიცოცხლეში დაიბეჭდა. მეოთხე უკვე გამზადებული ჰქონდა და სულ მალე გამოიცემა.

„ჩვენ ერთმანეთის მესაიდუმლეები ვიყავით. რაც მიხაროდა ან მაწუხებდა, პირველ რიგში, მას ვუყვებოდი. ახლაც გავიფიქრებ ხოლმე, წავალ და გიზოს მოვუყვები-მეთქი. მერე უცებ გამახსენდება, რომ ცოცხალი აღარ არის... არის რაღაცეები, რასაც, ქმრის გარდა, ვერავის მოუყვები“.

პირველ ტომს ჰქვია „იყოდან არაიყომდე“, მეორეს — „შენიდან შენამდე“, მესამეს „გაქცეული კალამი“. სათაურების საოცრად შერჩევა შეეძლო. „გაზეთჩიკი“ (თავის თავს ასე უწოდებდა, რადგანაც სხვადასხვა გაზეთებში მუშაობდა) როდესაც იყო, სათაურების შედგენას მას სთხოვდნენ ხოლმე. სხვათა შორის, ჩვენმა შვილებმა გიზოს საფლავის ქვაზე „იყოდან არაიყომდე“ დააწერინეს.

გიზო ძალიან მაკლია, მის გვერდით ყოფნა ძალიან საინტერესო იყო. ჩვენ ერთმანეთის მესაიდუმლეები ვიყავით. რაც მიხაროდა ან მაწუხებდა, პირველ რიგში, მას ვუყვებოდი. ახლაც, როდესაც ჩემს ცხოვრებაში რაიმე მნიშვნელოვანი მოხდება ან ზოგადად რაიმე ახალს გავიგებ, გავიფიქრებ ხოლმე, წავალ და გიზოს მოვუყვები-მეთქი. მერე უცებ გამახსენდება, რომ ცოცხალი აღარ არის და ძალიან განვიცდი. არის რაღაცეები, რასაც, ქმრის გარდა, ვერავის მოუყვები. იმაზე საშინელი გრძნობა ალბათ არ არსებობს, როდესაც ამდენწლიანი თანაცხოვრების შემდეგ მეორე ნახევართან გიწევს განშორება.

✓ თეონა კენჭიაშვილი

Cyan Magenta Yellow Black

„ერთმა ბიჭმა სამი დაქალი ერთიმეორეს გადაგვკიდა“

16 წლის ვარ. ერთმა ბიჭმა სამი მეგობარი ერთიმეორეს გადაგვკიდა. ეს ერთ-ერთის შეყვარებულმა გააკეთა. ის თავიდანვე არ მომწონდა, რადგან ჩემს დაქალს ისეთ რაღაცეებს სთხოვდა, რაც ნორმალური საქციელი არ არის. ისიც ყველაფერს უჯერებდა და ახლაც ასეა. მის გარდა ვერავის ამჩნევს. ზუსტად ვიცი, ბოლომდე ერთად ვერ იქნებიან, ჩემს დაქალს ერთ დღეს თვალი აეხილება, მაგრამ გარშემო აღარავინ ეყოლება.

პირველი კლასიდან სამი გოგო ვდაქალობთ. რომ იტყვიან, განუყრელი მეგობრები ვართ, ერთმანეთი ძალიან გვიყვარს, ამიტომ ვერასოდეს ვიფიქრებდი, ჩვენ შორის ვინმე თუ ჩადგებოდა. ის ბიჭი მე და ჩვენს მეორე დაქალს არ მოგვწონს, ამიტომ მეგობარს ვურჩევდით, ჩამოშორებოდა. იმ სულელს კი ენები თავის შეყვარებულთან მიჰქონდა, ეუბნებოდა, ჩემს დაქალებს არ მოსწონხარო.

ის ბიჭი ძალიან ეჭვიანია. ჰგონია, რომ მისი შეყვარებული ცუდ გოგოებთან მეგობრობს, ცუდ რაღაცეებს აკეთებს. ამის გამო ხშირად ეჩხუბება. ერთხელ ჩვენ თვალწინ სახეშიც კი გაარტყა. ვერ მოვითმინეთ და მას საშინლად ვეჩხუბეთ. განსაკუთრებით ჩემი მეორე დაქალი გაბრაზდა. ბიჭს სახეში გაარტყა და უთხრა, ჩემს მეგობარს არ დაგაჩაგვრინებო. ისეთი თავხედი ბიჭია, რომ მისკენაც გაიწია...

ამ ამბის შემდეგ გვეგონა, რომ მეგობარი გონს მოეგებოდა და შეყვარებულს დაშორდებოდა. თვითონაც ამბობდა, მისი რეალური სახე ახლა დავინახე, თვალი ამეხილაო. ერთ დღეს კი შეყვარებულს ისევ შეურიგდა. იმის ნაცვლად, რომ ის მაინც ეთქვა, ამის შემდეგ შენს ჭკუაზე ველარ მატარებო, მის ყველა მოთხოვნას დაემორჩილა.

იმ ბიჭის ერთ-ერთი მთავარი მოთხოვნა იყო, რომ ჩვენ დაგვშორებოდა. ვერ იტანდა, ჩვენ გვერდით რომ ხედავდა. ეს სულელიც დაემორჩილა და დაგვშორდა. ზუსტად ვიცი, თავის საქციელს ძალიან ინანებს, მაგრამ ისიც ვიცი, რომ გვიანი იქნება. მეგობრობას ასე ადვილად ველარ ალადგენს.

თქვენი ერთგული მკითხველი

„ჩემი გოგონა ერთი შეცდომის გამო დედა ვერასოდეს გახდება“

ჟურნალ „სარკეში“ მოზარდების რუბრიკას ხშირად ვკითხულობ. მე იმ წერილების ავტორებს დედად ვერგები, ამიტომ მინდა, მათ რამდენიმე სიტყვა ვუთხრა, დავარიგო, როგორც მშობელმა შვილი. ჩემი საყვარელი ჟურნალი თუ ამის საშუალებას მომცემს, მადლიერი დაგრჩებით. თქვენთან გოგონები ხშირად აგზავნიან წერილებს, რომ შეყვარებულს ენდნენ და დაორსულდნენ. ამ დროს აღარ იციან, დასახმარებლად ვის მიმართონ, საშველი სად იპოვონ... ჩემი შვილის ამბავს მოგიყვებით და მიხვდებით, რისი თქმაც მინდა მათთვის.

მეც გოგონას დედა ვარ, უფრო სწორად, ორი გოგონასი. უფროსმა შვილმა შეცდომა დაუშვა, წუთიერ ვნებას აჰყვა და ამის გამო დიდი ტვირთი აიკიდა, რომლის ზიდვაც პატარა გოგოსთვის კი არა, ზრდასრული ადამიანისთვისაც მძიმეა. მას შეყვარებული ჰყავდა. ის ბიჭი არ მომწონდა, მასთან ურთიერთობას ვუშლიდი. ჩემს შვილს კი მტერი ვეგონე. თვლიდა, რომ ვერ ვუგებდი. უფროსებს პატარებზე მეტი ჭკუა მოგვეკითხება და უფრო გამოცდილებიც ვართ. ამიტომ კარგად ვხვდებოდი, რომ ის ბიჭი თავის გრძნობებში ჩამოყალიბებული არ იყო. ჯერ ერთი, ასაკითაც პატარა იყო და მეორეც, ჩემს გოგონას ისეთ სიტყვებს ეუბნებოდა, ვხვდებოდი, რომ გულწრფელობა აკლდა.

ჩემი მცდელობის მიუხედავად, შვილმა მასთან ურთიერთობა არ გაწყვიტა. მუდმივად ყურადღების ქვეშ მყავდა, ვცდილობდი, გვერდიდან არ მოვშორებოდი, მაგრამ სადღაც მაინც დავუშვი შეცდომა, ყველაფრისგან ვერ დავიფარე და მოხდა ის, რისიც ყველა არასრულწლოვანი გოგონას დედას ეშინია — ჩემი შვილი შეყვარებულისგან დაორსულდა. უყურადღებო დედა ნამდვილად არ ვარ, პირიქით, ყოველთვის გიჟ დედას მეძახდნენ, მაგრამ ისე მოხდა, რომ შვილის ასეთი მდგომარეობა გამომეპარა, ვერაფერს მივხვდი. ახლაც არ ვიცი, ასე რამ დამაბრმავა.

ბოლო პერიოდში ვამჩნევდი, მის თავს რაღაც ხდებოდა, მაგრამ ჩავთვალე, რომ შეყვარებულის გამო ნერვიულობდა. თვითონ მითხრა, დავშორდი, გაიხარეო. მისი ცხოვრებიდან ცოტა ხნით განზე გადგომა გადავწყვიტე, ვიფიქრე, დარდს თვითონ მოერევა, მიხვდება, რომ სწორად მოიქცა-მეთქი. არადა თურმე ჩემი შვილის თავს ნამდვილი ჯოჯოხეთი ტრიალებდა! ასეთ რამეს ვერასოდეს წარმოვიდგენდი.

შეეშინდა, ჩემთვის გაემხილა, რომ ორსულად იყო და დაქალს უამბო, რაც დაემართა. შეყვარებულს ეხვეწებოდა, ცოლად მომიყვანე და, ბავშვი რომ გამიჩნდება, შენგან ჩემი ფეხით წამოვალო. იმ ბიჭმა კი ყველანაირი პასუხისმგებლობა თავიდან აიცილა. გამოუცხადა, არც ცოლის მოყვანისთვის ვარ მზად და არც მამობისთვისო. იმ პიროვნებისგან ასეთი პასუხი გასაკვირი არც იყო, მისგან ერთი სერიოზული სიტყვაც კი არასოდეს მომისმენია.

ჩემმა შვილმა დაქალს გაუმხილა, რაც სჭირდა. უთქვამს, თავი უნდა მოვიკლაო. იმ გოგონამ კი დედამისს გაანდო. ახლაც არ ვიცი, იმ ქალმა ასეთი გადაწყვეტილება რატომ მიიღო, ამხელა პასუხისმგებლობა რატომ იტვირთა, მაგრამ ჩემი შვილის დახმარება გადაწყვიტა. როგორც ვითომ გამოცდილმა ქალმა, რაღაც წამალი გაუკეთა, რომ მუცელი მოშლოდა. ნაყოფი კი მოკვდა, მაგრამ ჩემს შვილს ორგანიზმი მოეწამლა...

სანამ შვილი ლამის ხელებში არ ჩამაკვდა, ვერ მივხვდი, ჩემს თავს რა უბედურება ტრიალებდა. საავადმყოფოში რომ წავიყვანეთ, ექიმებმა მითხრეს, რაც სჭირდა. ეს ჩემთვის ნამდვილი შოკი იყო! ისეთი სიმწრის განცდას არც ერთ დედას ვუსურვებ. ჩემი დაუძინებელი მტერიც რომ იყოს, ღმერთს ვთხოვ, მასაც აშოროს ისეთი დღეები, რაც მე კლინიკაში გავატარე. უსუსური მხოლოდ ღმერთზე ვიყავი მინდობილი.

ჩემი შვილი გადარჩა, მაგრამ დედა ვერასოდეს გახდება. მას შემდეგ რამდენიმე წელი გავიდა, მაგრამ ეს იარა არ შემხორცებია. ჩემი შვილი ახლა უცხოეთშია სასწავლებლად, მამიდამ წაიყვანა. ვიცი, კარგი მომავალი ექნება, წარმატებას მიაღწევს, მაგრამ დედობის სიხარულს ვერასოდეს გამოცდის.

ხშირად ვფიქრობ, როგორ მოვიქცეოდი, შვილს რომ ჩემთვის სიმართლე ეთქვა. თავში ბევრ ვარიანტს ვამუშავებ, მაგრამ ერთი წუთითაც არ ვუშვებ, რომ აბორტზე ვიფიქრებდი. ამას მე არასოდეს გავაკეთებდი. ჩემთვის ძალიან მძიმე იქნებოდა, მაგრამ ვეცდებოდი, შვილს გვერდით დავდგომოდი. არც იმ ბიჭს დავაჩაგვრინებდი. მისი მომავლისთვის, მისი ბედნიერებისთვის ვიბრძოლებდი. მან კი სიმართლე არ გამიმხილა. ვიღაც უცხო ქალს ენდო და დედას — არა.

ამხელა ისტორია იმიტომ გიამბეთ, რომ გოგონებმა დედების მიმართ მეტი ნდობა გამოიჩინონ. შეიძლება მკაცრები ვჩანვართ, მაგრამ საქმე საქმეზე რომ მიდგება, ჩვენსავით ვერავინ გაგიგებთ, ჩვენსავით არავის უყვარხართ, ჩვენზე ძლიერ საყრდენს ვერსად იპოვით. სანამ გამოსავლის ძიებას დაიწყებთ და თქვენს სატკივარს სხვებს მოუყვებით, დედებს გაანდეთ, უთხარით, რაც გჭირთ. რა თქმა უნდა, ასეთ რამეს სიხარულით არ შეხვდებიან და ამით ბედნიერები ვერ იქნებიან, მაგრამ მაინც არ მიგატოვებენ. გთხოვთ, დედებს მტრად ნუ ჩათვლით, მათ ყოველთვის დაუჯერეთ და ენდეთ!

თქვენი გულშემატკივარი, „სარკის“ ერთგული მკითხველი

გამოხმაურების მსურველები დაგვიკავშირდნენ ტელეფონებზე:
296-75-43 ან 5 (99) 30-93-89. იკითხეთ ირინე მჭედლიძე ან იზა ბარბაქაძე, 11-დან 16.30 სთ-მდე, ყოველდღე.
თქვენი ისტორიების გამოგზავნა შეგიძლიათ სამი გზით:
1. ეწვიეთ საიტ sana.ge-ს, დააწკაპუნეთ ღილაკს „მოგვწერეთ“ და დაბეჭდეთ თქვენი ისტორია.
2. გამოგზავნეთ სმს-ით ნომერზე 93887 მაგთიდან და 1779 ჯეოსელიდან.
1 სმს-ის ფასია: მაგთიდან 1 ლარი, ჯეოსელიდან 50 თეთრი.
3. ელფოსტაზე: irmchedlidze@mail.ru
ანონიმურობა დაცულია

Cyan Magenta Yellow Black

„ძაღლი გამომეკიდა, საყვარელმა ბიჭმა კი არ დამიცვა, დამცინა“

15 წლის ვარ. ძაღლების და ზოგადად, ცხოველების ძალიან მეშინია. ერთხელ, ბავშვობაში, ძაღლმა მიკბინა და მას შემდეგ მათ რომ ვხედავ, გავრბივარ. რატომღაც ისე ხდება, რომ ჩემკენ გამორბიან. მეუბნებიან, ცხოველები გრძნობენ, რომ არ გიყვარს და შენ მიმართ აგრესიულები ამიტომ არიანო. რომ არ მეშინოდეს, შეიძლება მყვარებოდა კიდეც, მაგრამ მათ რომ ვხედავ, მაკანკალებს.

ჩემმა შეყვარებულმა ძალიან კარგად იცის, ცხოველების მიმართ რასაც ვგრძნობ. მისთვის უამრავჯერ მაქვს ნათქვამი, რომ ძალიან მეშინია. ამის მიზეზიც ვუთხარი, ბავშვობაში ძაღლის დაგლეჯას გადავურჩი-მეთქი. ამას წინათ მას შევხვდი, ვსეირნობდით. ბუნკერთან ჩავიარეთ, სადაც თურმე ძაღლი იდგა და გამომეკიდა. მე პანიკაში ჩავვარდი, კივილი მოვრთე, გავიქეცი, იქვე სკამი იდგა და მას შევახტი. ვილაცეები მოცვივდნენ და ძაღლი გააგდეს. ამ დროს ჩემი შეყვარებული, იცით, რას აკეთებდა? სიცილით ძირს ხოხავდა. მისმა რეაქციამ გამაოგნა. ვერ მივხვდი, სასაცილო რა იყო. სრულიად უცნობი ადამიანები მეკითხებოდნენ, როგორ ხარ, ხომ არ გიკბინაო. ერთმა წყალიც კი მომიტანა. ჩემი შეყვარებული კი ამ დროს სიცილისგან ჩაბჟირებული იყო.

საყვარელ ბიჭს ძალიან გავუბრაზდი. ვუთხარი, იმის ნაცვლად, რომ ძაღლისგან დაგეცავი, დამცინე-მეთქი. ჩემი ნათქვამი არ მოეწონა, დამცირებად ჩათვალა და ჩხუბი დამიწყო, თავი ვერ შეიკავე და ამდენ ხალხში კივილი მორთეო. ისიც კი მითხრა, თითქოს ეს ყურადღების მისაქცევად გავაკეთე და სინამდვილეში ისე სულაც არ შემშინებია. მისმა სიტყვებმა გამაოგნა. თითქოს ჩემ წინ სულ სხვა ადამიანი იყო, რომელთანაც საერთო არაფერი მქონდა. შეიძლება კარგიც არის, ასე რომ მოხდა, რადგან შეყვარებული სულ სხვა თვალით დავინახე.

მინდა, დროებით მაინც დავშორდე, რომ ყველაფერი კარგად გავაანალიზო. იქნებ არც ღირს მასთან ურთიერთობა, ამის გასარკვევად კი დრო ნამდვილად მჭირდება.

„სარკის“ ერთგული მკითხველი

„შეყვარებულის მშობლები იმის გამო მიწუნებენ, რომ ბებიაჩემი ციხეში იჯდა“

17 წლის გოგო დიდი პრობლემის წინაშე ვდგავარ. შეყვარებული მყავს, რომელთანაც ძალიან ბედნიერი ვარ, მაგრამ ჩვენს სიყვარულს ბევრი მოწინააღმდეგე გამოუჩნდა. მისი მთელი სანათესაო აგვიმხედრდა, არავის მოვწონვარ. ყველა ეუბნება, რომ მისი შესაფერისი არ ვარ და უნდა დამშორდეს.

ეს განაჩენი იმიტომ გამომიტანეს, რომ ბებიაჩემი პატიმარი იყო. ციხეში რამდენიმე წელი გაატარა, მაგრამ ისეთი დანაშაული არ ჩაუდენია, რომ ასე დასჯილიყო. მასზე ლაპარაკს არ დავიწყებ, სიმართლე ჩემი შეყვარებულის ოჯახმაც კარგად იცის, მაგრამ მაინც უგულოდ იქცევიან. ამით ბებიაჩემსაც ძალიან სტკენენ გულს, არადა ისეთი რამ შეიძლება ყველას გადახდეს თავს.

ჯობდა, ბებიას არაფერი გაეგო, მაგრამ ენა მიუტანეს, შვილიშვილს შენ გამო იწუნებენო. იმის შემდეგ საშინლად ნერვიულობს. ამბობს, ჯობდა, მოვმკვდარიყავი, ვიდრე ჩემი შვილიშვილებისთვის ხელი შემეშალა, ოჯახის დამღად ვიქეციო. მე ის ძალიან მიყვარს და გული მიკვდება, ასეთს რომ ვხედავ.

ის ბიჭი მართლა ძალიან მიყვარს და ვერ ვშორდები, თორემ ალბათ არ ღირდა ბებოს ასე განერვიულება. მინდა, ისე გავძლიერდე, რომ იმ ადამიანების შვილს დავშორდე. ვისაც ჩემი ოჯახი არ მოსწონს, ალბათ ჯობია, მათგან თავი შორს დავიჭირო.

„სარკის“ ერთგული მკითხველი

✓ რუბრიკა მოამზადა ირინე მჭედლიძემ

გამოხმაურება

„შეყვარებული ერთ დღეს მოვა და გეტყვის, შენს დაქალთან უკეთესად ვგრძნობ თავსო“

ჟურნალ „სარკის“ 29-ე ნომერში გოგონა წერდა, მგონია, რომ დაქალი შეყვარებულს მართმევსო. მეც გოგო ვარ და ამიტომ მინდა, ჩემი აზრი გაგიზიარო. თავიდან, როცა შენს წერილს ვკითხულობდი, მეგონა, ეს მხოლოდ ეჭვები იყო, მაგრამ, როცა ბოლოში ჩავედი, მივხვდი, რომ შენ მართალი ხარ. ეს სულაც არაა სისულელე. მართალია, მე ასეთი რამ არ დამმართნია, მაგრამ ადვილი მისახვედრია, როდესაც ბიჭი გეუბნება, შენ ველარ გიგებ, შენთან დაძაბული ვარ და შენს დაქალთან კი უფრო ლაღიო, იქ რაღაცაშია საქმე. ჩემი აზრით, მას უნდა, შემოგაპაროს სიმართლე. ერთ დღეს კი უცებ მოვა და გეტყვის, არაფერი გამოგვივიდა, შენს დაქალთან უკეთესად ვგრძნობ თავსო.

ვთვლი, რომ, პირველ რიგში, შენს დაქალს უნდა დაელაპარაკო, მაგრამ არ ეჩხუბო. შეეცადე, მშვიდად გაერკვე სიტუაციაში. კითხვები ისე შეაპარე, რომ აქეთ არ მოგდოს შარი.

შენი კეთილისმსურველი

„სიმთვრალემ მეც შარს გადამკიდა“

ჟურნალ „სარკის“ 37-ე ნომერში გამოქვეყნდა წერილი — „ისე დავთვერი, საწოლში ბიჭთან ერთად აღმოვჩნდი“. ყველა გოგოს ვურჩევ, სასმელისგან თავი შეიკავოს, რადგან ასეთ დროს ძნელია თავი გააკონტროლო.

სიმთვრალემ მეც შარს გადამკიდა. მეგობრის ბიძაშვილი მომწონდა. ყოველთვის ვეუბნებოდი, კარგი ბიჭია-მეთქი, მაგრამ მასთან სერიოზულ ურთიერთობაზე არ მიფიქრია. მეგობრის დაბადების დღეზე ძალიან დავთვერი. ის ბიჭიც იქ იყო. სიმთვრალეში თურმე კისერზე ჩამოვეკიდე და ვუთხარი, ძალიან მიყვარხარ, ამას ახლა გიმხელ-მეთქი. იმ დღიდან ბევრი რამ არ მახსოვს, მაგრამ მეგობრებმა ყველაფერი მიამბეს და ძალიან შემრცხვა, არ ვიცოდი, ქუჩაში როგორ გავსულიყავი.

ყველაზე ცუდი ის არის, რომ ის ბიჭი გადამეკიდა. მოდის და მელაპარაკება. შეიძლებოდა მასთან ურთიერთობა დამეწყო კიდეც, მაგრამ ძალიან ცუდი თვისებები გამოამჟღავნა, ხშირად დამცინის, ირონიულად მიყურებს. ჰგონია, რადგან სიყვარული ავუხსენი, ამის გამო უფლება აქვს, აბუჩად ამიგდოს.

მის მიმართ აღარაფერს ვგრძნობ. მინდა, რომ ჩამომშორდეს, მაგრამ ამას ვერ მივაღწიე. არ სჯერა, რომ ეს მართლაც მსურს. ჰგონია, რაც სიმთვრალეში ვუთხარი, ყველაფერი სიმართლეა, არადა ასე ნამდვილად არ არის.

ამ ისტორიას კიდევ ერთი ცუდი მხარე აქვს. მეგობრის მშობლებთანაც თავი შევირცხვინე. მათაც არ მოეწონათ, ასე რომ მოვიქეცი. ახლა აღარ ვიცი, ჩემი შეცდომა როგორ გამოვასწორო.

„სარკის“ მკითხველი

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი (შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა) დისბაქტერიოზი

მიიღეთ

ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

მანუჩარ მარკოიშვილი: „ანჟელა ჩემ გვერდით ყოფნას იმსახურებდა“

კალათბურთელის უკრაინელი ცოლი ქართულ წერა-კითხვას სწავლობს

■ მანუჩარი ცოლ-შვილთან ერთად

კალათბურთელმა მანუჩარ მარკოიშვილმა თავისი პირველი შვილი, 3 თვის თინათინი ცოტა ხნის წინ მონათლა. ამისთვის უცხოეთიდან საგანგებოდ ჩამოვიდა საქართველოში თავისი ოჯახით. მანუჩარს უკრაინელი ცოლი ჰყავს, ანჟელა, რომელმაც გათხოვების შემდეგ ქმრის გვარი აიღო და ახლა ისიც მარკოიშვილია.

მანუჩარი ამჟამად სტამბულის საკალათბურთო გუნდში თამაშობს. უკვე 11 წელია ერთი ქვეყნიდან მეორეში გადადის, მაგრამ მაინც ვერ მიეჩვია გადაბარგება-გადმობარგებას. მით უმეტეს, რაც ცოლ-შვილს მოეკიდა, ეს პროცესი მისთვის უფრო რთული გახდა. აღიარებს, 3 თვის შვილი ალბათ მხოლოდ სამჯერ თუ მყავს ნანახიო. ანჟელა ამის გამო არ საყვედურობს, პირიქით, ქმრის ესმის და, როგორც შეუძლია, ხელს უწყობს.

ახლახან ევროპის ჩემპიონატზე საქართველოს ნაკრებმა ქვეჯგუფი ვერ გადალახა და ასპარეზობა დროზე ადრე დატოვა, არადა ჩვენმა ბიჭებმა ისე კარგად ითამაშეს, სულ ცოტა დააკლდათ მიზნამდე. ქართველი გულშემატკივარი გულდაწყვეტილი დარჩა, მაგრამ, ყველაზე მეტად, ბუნებრივია, თავად კალათბურთელებმა განიცადეს მარცხი. მანუჩარ მარკოიშვილთან ინტერვიუს დროს ამ თემას, რა თქმა უნდა, გვერდს ვერ ავუვლიდით.

— მანუჩარ, ქართველი კალათბურთელები ევროპის ჩემპიონატიდან წაგებულები დაგვიბრუნდით, თუმცა თავი მაინც კარგად წარმოაჩინეთ. რა ემოციები ახლდა ჩემპიონატზე თამაშს?

— ევროპის ჩემპიონატზე საქართველოს ნაკრებმა მეორედ ითამაშა, 2011 წელს ლიტვაში და ახლა. მაშინ 12 საუკეთესო გუნდში გავედით, მაგრამ ამჯერად პირველი ქვეჯგუფი ვერ გავიარეთ და ასპარეზობას გამოვეთიშეთ. ჩემპიონატი გრძელდება, ჩვენ კი სახლში ვართ. სამწუხაროდ, ზაზა ფაჩულიას და თორნიკე შენგელიას გარეშე ძალიან გაგვიჭირდა ასპარეზობა, მაგრამ ისეთი კალათბურთი ვითამაშეთ, მთელმა ევროპამ შეამჩნია. ყველა გვეუბნებოდა, რომ კარგად ვთამაშობდით. რაღაც თამაშების მოგება შეიძლებოდა, ამიტომ გული მწყდება.

ემოციურად ამ ყველაფერმა ძალიან დამღალა, მაგრამ დიდი სიამოვნებაც მივიღე. მარცხის მიუხედავად, მაინც კარგი თამაში ვაჩვენეთ და დიდი გამოცდილებაც მივიღეთ. ევროპამ ნახა, რომ არც ისეთი ცუდები ვართ. თუ კიდევ მოვხვდებით ევროპის ჩემპიონატზე, იმედია, უკეთესად ვითამაშებთ.

— მარცხს ყოველთვის ძალიან განიცდით?

— დამარცხებული მარკოიშვილი არ არსებობს! თამაშები ბევრჯერ წამიგია, მაგრამ ამას უფრო მეტი მოტივაცია მოაქვს. ყოფილა შემთხვევა, როცა თითქმის მწვერვალზე ასული ჩამოვვარდნილვარ, რაც ძალიან მწყენია და მთელი ღამე ფიქრში გამითენებია. წაგებული თამაში საშუალებას მაძლევს, შეცდომები დავინახო და მეორე თამაშზე აღარ შევცდე, მაგრამ იგივე მეორდება — მნიშვნელობა არ აქვს, თამაშს ვაგებთ თუ ვიგებთ, იმ ღამეს დაძინება ორივე შემთხვევაში მიჭირს.

— თქვენს სპორტულ გზაზე რომ დაგვეწყოთ ლაპარაკი, ძალიან ვრცელი გამოვა, ამიტომ იმაზე გვიამბეთ, რაც მნიშვნელოვნად მიგაჩნიათ.

— ჩემი ძმა დადიოდა კალათბურთზე, მე კი ვცეკვავდი. დედაჩემის ძმა იყო ცნობილი მოცეკვავე და მასთან მიმიყვანეს. ჩემმა ძმამ რომ თასი მოიგო, ხელში დავიჭირე და ეს ძალიან მომეწონა. მერე მამას ვთხოვე, ცეკვა აღარ მინდა, კალათბურთზე შემიყვანეთ-მეთქი და ჩემს ძმასთან ერთად შემიყვანეს მწვრთნელ ზურა სამხარაძესთან. ჩემს ასაკთან შედარებით ძალიან დიდებთან ვვარჯიშობდი. მერე პირველ ლიგაში გადავედი, ბათუმში ორი წელი ვიყავი და იქიდან უკვე უცხოეთში წავედი. მას შემდეგ ერთი ქვეყნიდან მეორეში დავდივარ. რომ არა ჩემი ძმა, გიორგი, არ ვიცი, მომინდებოდა თუ არა კალათბურთის თამაში.

— კალათბურთელი ძმები მოედანზე მეტოქეები ყოფილხართ?

— ბავშვობაში გიორგი ჩემზე ბევრად ძლიერი იყო, სულ მინდოდა, მისთვის მეჯობნა. ვეჯიბრებოდით, ვინ უფრო მეტ ბურთს ჩავაგდებდით კალათში, ვინ უფრო შორიდან შევძლებდით ბურთის ჩაგდებას. ბოლოს ეს შეჯიბრი უკვე ავადმყოფობად გვექცა. როცა პროფესიონალ კალათბურთელებად ჩამოვყალიბდით, ძალიან ხშირად მოგვიწია გუნდური დაპირისპირებაც. მე რომ ბათუმში ვთამაშობდი, გიორგი, მგონი, საქართველოს პოლიტექნიკური ინსტიტუტის გუნდში იყო. მოედანზე ბევრს მითმენდა, მე კი ძალიან უხეშად ვიქცეოდი. ძნელია დაივიწყო, რომ შენი მოწინააღმდეგე ძმაა, მაგრამ არ მინდოდა, ხალხს ეფიქრა, რადგან ძმაა, ამიტომ უთმობსო. ვცდილობდი, დამემტკიცებინა, რომ მოწინააღმდეგე ყოველთვის მოწინააღმდეგეა.

— გიფიქრიათ იმაზე, კალათბურთი თქვენი ცხოვრების მთავარი არჩევანია თუ არა, ჯობდა თუ არა, თუნდაც ცეკვას გაჰყოლოდით?

— არა. ცეკვას ის აზარტი არ აქვს, რასაც სპორტსმენი ეძებს. ზოგჯერ ჩვენზე უკეთესებს ვეთამაშებით და მაინც გვაქვს ამბიცია, რომ მოვუგოთ. ბევრჯერ მიფიქრია, რამდენიმე წელში კალათბურთს რომ ველარ ვითამაშებ, რას გავაკეთებ-მეთქი. არ ვიცი, ისევ კალათბურთში დავრჩები თუ არა. სწავლით თავი არასოდეს მომიკლავს, ამას ვერ დავიტრაბახებ. მიფიქრია, სწავლას რომ გავყოლოდი, ნეტა, როგორი ცხოვრება მექნებოდა-მეთქი, მაგრამ ზუსტად ვიცი, ამდენს ვერ ვნახავდი, რაც სპორტსმენმა ვნახე. კალათბურთმა საშუალება მომცა, ძალიან ბევრი ადამიანი გამეცნო. სწორედ ჩემი პროფესიის წყალობით გავიცანი ჩემი მეუღლე და ბედნიერ ადამიანად ვთვლი თავს.

„სწორედ ჩემი პროფესიის წყალობით გავიცანი ჩემი მეუღლე და ბედნიერ ადამიანად ვთვლი თავს".

— როგორ გაიცანით ანჟელა, ეს ჩვენს მკითხველსაც აინტერესებს.

— ანჟელა უკრაინაში გავიცანი, მაშინ 17 წლის იყო. თავიდან ვმეგობრობდით. მოსწონდა ჩემი ხასიათი, შეხედულებები. უკვე 5 წელია ერთად ვართ. რომ დავოჯახდით, ანჟელამ ჩემს გვარზე გადმოსვლა მოინდომა. ჩვენი შვილი, თინათინი, 3 თვის არის. კიევში დაიბადა 5 ივნისს. არ გვინდოდა, თურქეთში დაბადებულიყო, საქართველოში გვინდოდა, ემშობიარა, მაგრამ მე თამაშები მქონდა, აქ ვერ დავრჩებოდი და ანჟელამ თქვა, მირჩევნია, უკრაინაში ჩემს ოჯახთან ვიყოო.

— პიროვნულად შეგცვალათ დაოჯახებამ, იმან, რომ უკვე ცოლ-შვილის პატრონი ხართ?

— არა. პასუხისმგებლობის გრძნობა ყოველთვის მქონდა. ოჯახმა ჩემი რაღაც მიზნები ჩაანაცვლა და უკვე უპირატესი გახდა. რაც შეეხება ჩემი ცხოვრების სტილს, ისევ ისე ვცხოვრობ, როგორც დაოჯახებამდე.

— ახლა სად თამაშობთ?

— სტამბულში, „გალათასარაიში“. დეკემბრის ბოლოს გადავედი ამ გუნდში.

— ერთი ქვეყნიდან მეორეში გადასვლა, გუნდების გამოცვლა თქვენთვის უკვე ჩვეული პროცესია?

— ამას ვერაფრით მივეჩვიე, ძალიან რთულია. როცა მარტო ვიყავი, მაშინ უფრო იოლი იყო, უკეთესი გუნდებისკენ გამირბოდა თვალი და მინდოდა, წინ გადამედგა ნაბიჯი. ეს ახლაც მინდა, მაგრამ უკვე ვცდილობ, ჩემი ცოლის აზრიც გავითვალისწინო.

— ანჟელა ეგუება თქვენი ცხოვრების სტილს?

— სხვა რა გზა აქვს? როცა 3 წელი ერთ ქვეყანაში ვარ, მაშინ იოლია სხვაგან წასვლა, მაგრამ როცა წელიწადში ერთხელ მიხდება სხვა ქვეყანაში წასვლა, რთულია.

— ცოლი იმასაც უპრობლემოდ ეგუება, რომ სულ ვარჯიშებზე, თამაშებზე ხართ და შვილთან მარტო უწევს ყოფნა?

— ამის გამო ჩემთვის პრობლემა არასოდეს შეუქმნია. სანამ

Cyan Magenta Yellow Black

• „თამაშები ბევრჯერ წამიგია, მაგრამ ამას უფრო მეტი მოტივაცია მოაქვს. ყოფილა შემთხვევა, როცა თითქმის მწვერვალზე ასული ჩამოვვარდნილვარ".

ცოლად გამომყვებოდა, იცოდა, რომ სპორტსმენი ვიყავი და ისიც, როგორ რეჟიმში მიწევდა ცხოვრება. ბავშვი რომ დაიბადა, დიდი ხნით მომიწია წასვლა, თავად მშობლებთან იყო.

— **სპორტსმენებს გოგონებს შორის ბევრი თაყვანისმცემელი გყავთ, ცოლი ხომ არ ეჭვიანობს?**

— ცოტა ეჭვიანი არის, მაგრამ ჩემი სჯერა. ეჭვიანობის საბაბს არ ვაძლევ.

— **როგორია ქართველის და უკრაინელის ოჯახური ცხოვრება, განსხვავებული ტრადიციები, ღირებულებები ხელს არ გიშლით?**

— ქართული და უკრაინული ტრადიციები ნამდვილად განსხვავდება. იქ ისეთი ურთიერთობები არ არის, როგორიც ჩვენ გვაქვს. აქ რომ ჩამოვდივართ, ანჟელა მეუბნება, როგორ შეიძლება ამდენი ძმაკაცი, მეგობარი, ახლობელი გყავდესო. ერთხელ მითხრა, შენი მეგობრების რაოდენობას რომ ვუყურებ, მგონი, მე საერთოდ არ მყავს მეგობრებიო. ვუთხარი, რომ ეს საქართველოა და ჩვეულებრივი ამბავია, მათთვის თუ ეს მნიშვნელოვანი არ არის, ჩვენთვის პირიქითაა. ახლა უკვე ანჟელას თბილისში უფრო მეტი მეგობარი ჰყავს, ვიდრე უკრაინაში.

მისთვის არასოდეს არაფერი დამიძალებია, რაღაცნაირად თავისით შეიცვალა. ბევრი ლაპარაკით საერთო აზრამდე მივდივართ. თუ ჩემსას ვერ ვამტკიცებ, ორ დღეში თავად ანჟელა მეუბნება, მგონი, მართლა ისე სჯობს, როგორც ამბობდიო. მას ყოველთვის ვაძლევ არჩევანის საშუალებას. არავის ვურჩევ, უცხოელი ცოლი მოიყვანეთ-მეთქი, მაგრამ ჩემს ცხოვრებაში ასე მოხდა და ჯერჯერობით არ ვნანობ. ანჟელას ვუთხარი, სულ იმას ვამბობდი, შანსი არაა, უცხოელი მოვიყვანო, მით უმეტეს, უკრაინელი, ხომ წარმოგიდგენია, როგორ გაგიმართლა-მეთქი.

— **როგორი ქმარი ხართ?**

— ანჟელას ყოველთვის ვუსმენ, ვეკამათები. ანჟელა ჩემ გვერდით ყოფნას იმსახურებდა თუ არა, ამაზე მაშინ ვიფიქრე, სანამ ცოლად მოვიყვანდი. აქ რომ მეცხოვრა, შეიძლებოდა სხვანაირად მეფიქრა, მაგრამ უკვე ბევრი წელია საზღვარგარეთ ვარ და ალბათ აზროვნებაც შემეცვალა. მომწონს ღია ურთიერთობები. ქართველებს ძალიან გვიჭირს შეცდომის აღიარება, მე კი მგონია, რომ შეცდომის აღიარება ვაჟკაცობაა. თუ ვცდები, ვაღიარებ, მაგრამ ხშირად არ ვუშვებ შეცდომებს და იმიტომ, რომ სანამ გადაწყვეტილებას მივიღებ, მანამდე სხვების აზრს ვიზიარებ.

— **ანჟელას საქართველო მოსწონს?**

— კი და ხშირად უნდა აქ ჩამოსვლა, ოღონდ ჩემთან ერთად. სამწუხაროდ, ხშირად ვერ ჩამოვდივართ. წელს, ჯამში, 10 დღით მოვახერხე საქართველოში ყოფნა. რომ დავქორწინდით, ქართულის სწავლა დაიწყო, ძალიან მონდომებული იყო, კითხვაც ისწავლა, ასოებს წერდა. აქ რომ ჩამოდის, უფრო ითვისებს რაღაცეებს. ჩემი შვილი აუცილებლად ისწავლის ქართულს. საქართველოში პირველადაა. მერე ცოტა დიდი ხნით ჩამოვიყვან.

— **თქვენი სურვილი იყო, თინათინი აქ მონათლულიყო?**

— ჩემიც და ანჟელასიც. ჩვენ შარშან სვეტიცხოველში დავიწერეთ ჯვარი. უკრაინელებიც იყვნენ ჩამოსული და ისე მოეწონათ აქაურობა, შოკში იყვნენ. შანსი არ იყო, შვილი უცხოეთში მომენათლა.

— **სტამბულში როგორია თქვენი დღის რეჟიმი?**

— იქ ძირითადად გუნდელებთან მიწევს ურთიერთობა. 9 თვის განმავლობაში 50 თამაში მაინც გვიწევს. იქ ქართველებთან ურთიერთობისთვის დრო არ მრჩება. დილით რომ ვარჯიში მაქვს, შუადღისას უნდა დავიძინო, დავისვენო, საღამოს ისევ ვარჯიში მეწყება. არ შეიძლება ღამის თენება, დალევა.

— **ალბათ ძალიან გენატრებათ საქართველო, ოჯახი, მეგობრები.**

— კი, ძალიან. აქ რომ ჩამოვდივარ, მინდა, ყველა ვნახო. არადა ზოგჯერ უკან ისე მივდივარ, რომ ძალიან ახლობელ ადამიანებსაც კი ვერ ვნახულობ. პატარა ვიყავი, როცა აქედან წავედი და მას შემდეგ სულ მენატრება მეგობრები, აქ გავლა-გამოვლა. ვიღაცეებს ალბათ ჰგონიათ, რომ საზღვარგარეთ ძალიან კარგად ვარ, მაგრამ ასე არ არის. იქ ყოფნას კარგთან ერთად ცუდიც ახლავს.

— **უცხოეთში ენის ბარიერი არ გაქვთ?**

— კალათბურთისთვის ძირითადი ენა ინგლისურია. სულ ვხუმრობ, რადგან ბევრი არ მისწავლია, ტვინში ცარიელი ადგილები მაქვს და ამიტომ უცხო ენებს ადვილად ვითვისებ-მეთქი.

✓ **ქეთი დინოშვილი**

ავტომოყვარული

გიგი გაჩეჩილაძეს ქალი მძღოლები ეპრანჭებიან

„ნაბახუსევზე ტეხასიდან ნიუ ორლეანში ნიანგის სუპის საჭმელად წავედით"

ოცდაკვავე გიგი გაჩეჩილაძემ მანქანის მართვა 16 წლის ასაკში ამერიკაში ისწავლა და საჭესაც იქვე მიუჯდა. ახალბედა მძღოლს ამერიკული მოძრაობის წესები თავიდან კი აშინებდა, მაგრამ მერე ყველაფერი დალაგდა და მანქანით შტატიდან შტატში გადასვლაც დაიწყო. სამაგიეროდ, საქართველოში ჩამოსული, „ბეემვე"-ს მიუჯდა და

ბევრ ხიფათსაც გადაეყარა... გიგი თავის ავტოთავგადასავლებს „სარკესთან" იხსენებს.

— **გიგი, რა დანიშნულება აქვს თქვენს ცხოვრებაში ავტომობილს?**

— მანქანა ჩემთვის არ არის მხოლოდ გადაადგილების საშუალება, ძალიან მიყვარს. 12 წელია, რაც საჭესთან ვზივარ. მართვა ამერიკაში ვისწავლე. საქართველოში რომ დავბრუნდი, „ბეემვე" ვიყიდე. ამ მანქანამ თავის დროზე ძალიან მასიამოვნა. ახლაც, როცა ცუდ ხასიათზე ვარ, ტრასაზე სწრაფად დავქრივარ და ჩემი ჯარიმებით სახელმწიფოს ვამდიდრებ. შეიძლება ეს სარისკოა, მაგრამ...

პირველი მანქანით არაერთი ავარია მოვახდინე. მერე დიდი ჯიპი „ლინკოლნ ნავიგატორი" შევიძინე, რომლითაც სწრაფად ვერ ვივლიდი. რამდენიმე თვეა, რაც „პორშე კაიენი" ვიყიდე, ჯერჯერობით ამით ვკმაყოფილდები.

— **ეს მანქანა რატომ შეარჩიეთ?**

— ჯიპი მიყვარს, მით უმეტეს, საქართველოს გზებზე. მეგობრები ქალაქგარეთ ხშირად დავდივართ და ამაშიც ძალიან პრაქტიკულია. ახალი „ფორდ →32

მამაკაცების გაჯანსაღების ცენტრი

სქესობრივი უძლურება, პროსტატიტი, ადენომა (ავთვისებიან გადაგვარებაზეც!) შარდვის პრობლემების: ხშირი და უნებლიე შარდვა, შეკავება, შეუკავებლობა, წვა, ქავილი, ტკივილი, გაწმენდა ვირუსებისა და მიკრობებისაგან. ასევე ალკოჰოლიზმისა და ნარკომანიისგან სამუდამოდ, სწრაფად განთავისუფლება. დამოკიდებულების მოხსნა. „თეთრი ცხელების", ნევროზების, დეპრესიის, უძილობის, შიშების, აკვიატებების, აგრესიულობის, ტვინში სისხლმომარაგების მოშლის მკურნალობა, ღვიძის გაწმენდა, ფუნქციის აღდგენა, კუჭ-ნაწლავის გაჯანსაღება. საჭირო გამოკვლევები უფასოა! ანონიმურობა და შედეგები 100%-იანი. უკუჩვენება 0. **ქ-ნი ქეთევანი.**

☎ **599-90-54-78, 234-02-38**

Cyan Magenta Yellow Black

მუსტანგის“ ყიდვა ძალიან მინდა, მაგრამ ჩემს „პორშეს“ მაინც არ გავყიდი.

— თქვენი მანქანის სალონში რა ხდება?

— ყოველთვის არეულობაა, მით უმეტეს, საბარგულში. რასაც გავიხდი, ყველაფერს იქ ვისვრი და მერე სახლში აღარ მიმაქვს, სამაგიეროდ, როცა დამჭირდება, შემიძლია 50 მეგობარი შევმოსო. საბარგულში ყოველთვის მიდევს კარავი და საძილე ტომარა, რადგან, როგორც აღვნიშნე, ქალაქგარეთ გასვლა ხშირად გვიწევს. ჩემი ძმა ამერიკიდან რომ დაბრუნდა, 7 დღიანი ტური მოვაწყვეთ, მთელი საქართველო შემოვიარეთ, ხან ვისთან დავრჩით და ხან — ვისთან.

— მანქანით ყველაზე შორს მანძილზე სად ხართ ნამყოფი?

— ეს ალბათ ამერიკაში იყო, როცა შტატიდან შტატში დავდიოდი. ერთ შაბათს მეგობრებმა ფართი მოვაწყვეთ, დილით ნაბახუსევზე ისე მოგვშივდა, ცუდად ვიყავით. ვიცოდით, რომ ნიუ ორლეანში ნიანგის ძალიან მაგარი სუპი მზადდებოდა. ტექსასიდან ნიუ ორლეანში წავედით და ამისთვის ნახევარი დღე დაგვჭირდა. წვნიანი ვჭამეთ და ერთ-ერთ ფესტივალსაც დავესწარით. მთელი ღამე გავერთეთ და გამოვბრუნდით.

— ამერიკაში გაბედულად მიუჯექით საჭეს?

— თავიდან მეშინოდა, რადგან იქ ძალიან დიდი სისწრაფით მოძრაობენ. უამრავი ზოლია და ბოლოდან პირველ ხაზში გადასვლა ჩემთვის წარმოუდგენელი იყო, მაგრამ ნელ-ნელა ესეც შევძელი. ამერიკაში გარკვეული პერიოდი მართვის მოწმობის გარეშე ვიარე და აქაც ასე მომიწია ცოტა ხნით. საქართველოში რომ დავბრუნდი, მართვის მოწმობა ამერიკაში დამრჩა. სამაგიეროდ ამერიკული პირადობის მოწმობა მქონდა, რომელიც მართვის მოწმობას იმდენად ჰგავდა, ორი წელი იმით ვსარგებლობდი. როგორც ჩანს, ინგლისური არც ერთმა პატრულმა იცოდა. ერთ მშვენიერ დღეს ბათუმში წასვლა გადავწყვიტე და ქუთაისში რატომღაც ინგლისური ენის მცოდნე პატრულმა გამაჩერა. ეს არ არის მართვის მოწმობაო, მითხრა. ვუპასუხე, ბრავო, ძმაო, ორი წელია ასე დავდივარ და შენ მიხვდი, რომ ეს მართვის კი არა, პირადობის მოწმობაა-მეთქი. მანქანა ჩამომართვეს და მთელი ღამე პოლიციამ შეგვიფარა.

— საქართველოში მართვის მოწმობის აღება არ გაგიჭირდათ?

— არანაირად! ტესტები ორ დღეში ვისწავლე და პრაქტიკაც ჩავაბარე. თავიდან ზედმეტად თავქარიანი მძღოლი ვიყავი. მეგობრებიც ისეთები მყავდნენ, თბილისში თავქარიანი მძღოლობით იყვნენ ცნობილი, მათ შორის ცხონებული გიორგი თევზაძე. როცა რამდენჯერმე დავიმტვერი, მივხვდი, რომ ასე სიარული აღარ შეიძლებოდა. ერთხელ „კამაზის“ საბურავს პირდაპირ შევასკდი.

— ეს ყველაზე მძიმე შემთხვევა იყო?

— არა, ყველაზე მძიმე შემთხვევა იყო, როცა შუა ხაზიდან მარცხნივ გადასვლას ვცდილობდი. სამარშრუტო ტაქსი ალბათ იმიტომ ვერ შევამჩნიე, რომ ფხიზელი არ ვიყავი და ჩემს მანქანას მთელი ცხვირი წააცალა. საბედნიეროდ, არც ერთი ავარიის დროს დავშავებულვარ. ეს ის პერიოდი იყო, როცა „ბეემვე“ მყავდა.

„სალომემ დამუხრუჭების მაგივრად ისეთი გაზი მისცა, ვიღაცის მანქანას მთელი ძალით შევასკდით... მას შემდეგ საჭესთან დაჯდომის შიში დიდხანს ჰქონდა, მაგრამ რამდენჯერმე მაინც დავსვი. როგორც ვიცი, ახლა მანქანის ყიდვასაც აპირებს“.

— ახლაც ასე სწრაფად მოძრაობთ?

— როცა მანქანაში მარტო ვზივარ, მაშინ შედარებით გიჟი მძღოლი ვარ და როცა მეგობრებთან ერთად ვარ, მშვიდად ვმოძრაობ, რადგან სხვისი სიცოცხლეც მაბარია.

— ნასვამიც მართავთ მანქანას?

— ახლა უკვე — აღარ, რადგან მართვის მოწმობა რამდენჯერმე ჩამომართვეს. ჩემს სახელზე უამრავი ჯარიმა არსებობს და ყველას დედაჩემი იხდის. ბედნიერი ქალი ვარო, მეუბნება და ჯარიმის ქვითარს მართმევს. უკვე აღარც მიწევს საჭესთან ნასვამი ჯდომა, რადგან მართვის მოწმობა ბევრმა ჩემმა მეგობარმა აიღო, თან ახლა ჩემი ძმაც ჩამოვიდა და, თუ ნასვამი ვარ, საჭესთან ის ჯდება.

— თბილისური და ზოგადად ქართული მოძრაობის წესები რამდენად მისაღებია თქვენთვის?

— არ მომწონს, რომ მძღოლები არანაირ წესს არ იცავენ, ბოლო დროს განსაკუთრებულად აშვებულები არიან. ნებისმიერ წუთს შეიძლება გზა გადმოგიჭრან. ჩემი დაკვირვებით, რაც უფრო სწრაფად მოძრაობ საქართველოში, მით უფრო ნაკლებია ავარიის შანსი. ყველზე ძალიან მაღიზიანებს, როცა ფეხით მოსიარულე გზაზე გადმოდის, ამ დროს კი ან ხიდია იქვე, ან მიწისქვეშა გადასასვლელი. ეს ზედმეტად სულელური საქციელი მგონია.

— ქალი მძღოლები არ გიქმნიან ავარიულ სიტუაციას?

— კი, არაერთხელ. რამდენჯერაც შესაგინებლად გავემზადები, შევხედავ და საჭესთან ქალი აღმოჩნდება. ბევრ მაგარ მძღოლ ქალსაც ვიცნობ, მათ შორის — თიკო სადუნიშვილს. ძირითადად ქალები მანქანას ძალიან ცუდად მართავენ.

— ქალი მძღოლები გცნობენ, გეპრანჭებიან?

— ასეთი შემთხვევა ხშირია, მაგრამ, როცა მარტო ვარ, ამ დროს, როგორც გითხარით, სწრაფად ვმოძრაობ და გოგოებს ამის საშუალება ნაკლებად ეძლევათ. როცა მეგობრები ერთად ვართ მანქანაში, შუქნიშანზე გვიდგებიან ან გზაზე გვეწევიან, ხელს გვიქნევენ... ზოგი რაღაც ინტერვიუში არც ითქმის.

— თქვენი ყოფილი შეყვარებული, სალომე ჭაჭუა, როგორც მძღოლს, როგორ გაფასებთ?

— მაფასებდა. როგორც თვითონ მეუბნებოდა, ერთადერთი მძღოლი ვიყავი, ვისაც ენდობოდა. ჩემთან ერთად ისეთი ამბები აქვს გადატანილი... ბათუმში, ულელტეხილზე, ორ ტრაილერს შორის ისე გავძვერი, ჩემს მანქანას სარკეები წავატეხე.

სალომემ იცის, რომ ისეთ მანევრს ვაკეთებ, რისი კეთებაც შემიძლია და ზედმეტად არ გავრისკავ. ის ყოველთვის მენდობოდა, ჩემთან ერთად სიარულის არასოდეს ეშინოდა. ბოლო პერიოდში, როცა უკვე დაშორებულები ვიყავით, მეგობრებთან ერთად სადღაც მოგვიწია წასვლა. ორი ისეთი მანევრი გავაკეთე, მე თვითონაც შემეშინდა. ამ ყველაფრის თვითმხილველი ძირითადად რეზო რობაქიძეა (გიგის კოლეგა, სამეჯლისო-სპორტული მოცეკვავე. ავტ.), ერთად ხშირად დავდივართ.

— სალომე ზის საჭესთან?

— არა. რამდენჯერმე მე დავსვი და მართვა ვასწავლე. ერთხელ მანქანას ზედმეტად გაუთამამდა, ვეძისიდან კარგადაც ჩამოვიდა, მაგრამ ერთ-ერთ მოედანზე შევამჩნიე, რომ ვერ ამუხრუჭებდა და მანქანას ეჯახებოდა. ალბათ ჩემი შეცდომა იყო, ამ დროს დავუყვირე და სალომემ დამუხრუჭების მაგივრად ისეთი გაზი მისცა, ვიღაცის მანქანას მთელი ძალით შევასკდით. ვისაც დავარტყით, ძალიან კარგი მძღოლი აღმოჩნდა, ავუხსენი, რომ სალომეს მანქანის მართვას ვასწავლიდი. რადგან გადარჩით, მანქანას აღარ ვჩივიო, გვითხრა და ერთმანეთს უპრობლემოდ დავშორდით. მას შემდეგ სალომეს საჭესთან დაჯდომის შიში დიდხანს ჰქონდა, მაგრამ რამდენჯერმე მაინც დავსვი. როგორც ვიცი, ახლა მანქანის ყიდვასაც აპირებს.

✓ **სოფიო ბოჭორიძე**

Cyan Magenta Yellow Black

ანი ქორქია: „სამ თვეში ჩემს ბიჭს გულში ჩავიკრავ“

მსახიობი ანი ქორქია 6 თვის ორსულია. ის და მისი ქმარი, კახა ჩიქოვანი, 3 თვეში ბიჭის მშობლები გახდებიან. მისი სახელი უკვე შერჩეული აქვთ და ამ დღეს მოუთმენლად ელოდებიან. ანი იმდენად უფრთხილდება თავის მდგომარეობას, რომ ემოციურ ფილმებსაც კი არ უყურებს, რომ მომავალ შვილს დისკომფორტი არ შეუქმნას. ოჯახის ყველა წევრი ჩართულია ბავშვისთვის საჭირო ნივთების მოგროვებაში. ერთი სიტყვით, ქორქია-ჩიქოვანებში დიდი სამზადისია.

— ანი, თავიდან, როცა გათხოვდით, დაფეხმძიმებას მაინცდამაინც არ ჩქარობდით. „სარკესთან“ ნათქვამი გაქვთ, რომ ჯერ ერთობლივ ცხოვრებას უნდა შეჩვეოდით ცოლ-ქმარი. როგორც ჩანს, ეს ეტაპი წარმატებით გადალახეთ. ორსულობა დაგეგმეთ?

— კი, დავგეგმეთ. მე და კახას გვინდოდა, ახალი ეტაპი ჯერ კარგად გაგვეთავისებინა, ბავშვისთვის ორივე კარგად მოვმზადებულიყავით, რადგან ეს ძალიან დიდი პასუხისმგებლობაა. დაქორწინებიდან ერთი წლის თავზე უკვე შვილის ყოლა გვინდოდა.

— როგორ მიმდინარეობს თქვენი ორსულობა, ხასიათი ხომ არ შეგეცვალათ, ჭირვეული ხომ არ გახდით?

— ჭირვეული თავიდან ვიყავი, ტოქსიკოზმა შემომიტია და ცოტა ვიწვალე. ორსულობისას ჰორმონების ისეთი არევა იწყება, როგორც წესი, ხასიათის ცვლილებები ხდება ხოლმე, მაგრამ მე არც დეპრესიული ვარ, არც ზედმეტად გაღიზიანებული, არც ზედმეტად მომთხოვნი. ტოქსიკოზის შემოტევებს მთელი ოჯახი ერთად ვებრძოდით. დანარჩენი ყველაფერი თავიდანვე კარგად მქონდა.

რაც შეეხება შეგრძნებებს, ბევრი რამ შეიცვალა. ყველაფერს, რასაც ვაკეთებ, დიდი პასუხისმგებლობით ვეკიდები, საკუთარ თავს ძალიან ვუფრთხილდები. ძალიან მიყვარს ჩემი პატარა, რომელსაც 3 თვეში ვნახავ. ვიცი, რომ ჩემს ცხოვრებაში ახალი, ყველაზე მნიშვნელოვანი ეტაპი დგება და წინ ის დიდი ბედნიერება მელოდება, რომელსაც ახლა ნაწილობრივ აღვიქვამ. ველოდები, როდის დადგება ის დღე, როცა ჩემს შვილს გულში ჩავიკრავ და შემდეგ უკვე დიდი სიყვარულით და სიხარულით გავზრდი.

> **„ტოქსიკოზის შემოტევებს მთელი ოჯახი ერთად ვებრძოდით“.**

პატარას დეკემბრის ბოლოს ან იანვრის დასაწყისში ველოდები.

— და უკვე იცით კიდეც, ვის ელოდებით. ალბათ სახელიც შეურჩიეთ.

— ბიჭს ველოდებით, ჩემი საყვარელი მამამთილის სახელს, გიორგის დავარქმევთ და გოგლიკოს დავუძახებთ.

— პირველი შვილის სქესს მშობლები ნაკლებად აქცევენ ყურადღებას, მაგრამ მაინც გკითხავთ, ბიჭი უფრო გინდოდათ თუ გოგო?

— არც ჩვენთვის იყო მნიშვნელოვანი, ბიჭი იქნებოდა თუ გოგო. მთავარია, ბავშვი ჯანმრთელი დაიბადოს, თუმცა, როცა ექოსკოპიით გავიგეთ, ბიჭი იქნებოდა, შევამჩნიე, რომ ჩემი ქმარი ისეთი გახარებული იყო, აშკარად ბიჭი უნდოდა. რა თქმა უნდა, ამ ამბავს დიდი სიხარულით შევხვდით.

— სპეციალურ ლიტერატურას, ჩვილის გაზრდის თანამედროვე მეთოდებს ეცნობით?

— რაღაც აპრობირებული მეთოდები არსებობს, რომლებმაც გაამართლა, მაგრამ ეს მანამდეც ვიცოდი, ახლა არ დამიწყია ამ რაღაცეების გარკვევა. ჩემებური სტრატეგია მაქვს, რომელიც, მინდა, ჩემს შვილს მოვარგო. ასე მგონია, რომ ყველა ბავშვს ინდივიდუალური მიდგომა სჭირდება. ვნახოთ, როგორი ბავშვი იქნება, ამის მიხედვით შევეცდები, რომ მეც ისეთი აღვზარდო, როგორიც გამიხარდება.

— ბავშვისთვის საჭირო ნივთებს, სამოსს უკვე ყიდულობთ?

— კი, სამოსს, ეტლს, ლოგინს, სათამაშოებს ვაგროვებთ.

— ესე იგი ცრურწმენები არ გაწუხებთ იმის თაობაზე, რომ ბავშვი სანამ არ დაიბადება, არაფერი უნდა უყიდო და ა.შ.

— გარკვეულწილად ამას ალბათ მაინც ვითვალისწინებთ, რადგან ნივთებს ისე ვყიდულობთ, დიდად აფიშირებას არ ვუკეთებთ, თუ ვისთვისაა. უბრალოდ მოგვწონს, ვყიდულობთ და ამ ყველაფერს წყნარად ვინახავთ.

გიორგის საწოლი ჯერ ვერ შევურჩიეთ, მაგრამ გერმანული უნდა იყოს. რაღაც ნივთებს აქ ვყიდულობთ, რაღაც ნივთებს — უცხოეთში, რაღაცეებს კიდევ ჩვენები წავლენ და ჩამოიტანენ. ასე ნელ-ნელა ვაგროვებთ, ყველა ამაზე ვართ გადართული. ჩემი ოჯახისთვის გიორგი პირველი შვილიშვილია, კახას ოჯახისთვის — მეორე. ამ ბავშვს ყველა აღფრთოვანებული ელოდება.

— რა რეაქცია ჰქონდა კახას, როცა გაიგო, რომ მამა გახდებოდა?

— ძალიან გაუხარდა, ამ ყველაფერს დიდი ემოციით შეხვდა. რატომღაც მგონია, რომ ძალიან მაგარი მამა იქნება და, როგორც მშობელი, მე არაფრით ჩამომრჩება. უბრალოდ ჩემი შვილისთვის თავისთავად მე უფრო მეტის გაკეთება მომიწევს.

— უკვე გეტყობათ, რომ ძალიან ყურადღებიანი დედა იქნებით.

— აქამდე მეგონა, რომ გადარეული, დაფეთებული დედა არ ვიქნებოდი. ალბათ ასე იმიტომ ვფიქრობდი, რომ მზად არ ვიყავი, შვილი მყოლოდა. დღეს კი ვხვდები, რომ ძალიან ჩაფრენილი ვიქნები შვილზე და მართლა გიჟი დედის სტატუსს მომარგებენ. ჯერ არ დაბადებულა და უკვე გაფაციცებით ვუფრთხილდები, ხმაურს ვერიდები, ვცდილობ, მუცელი რაღაცას არ მიედოს, რაღაც არ მომხვდეს. წარმომიდგენია, რომ დაიბადება, როგორი განწყობა მექნება.

> **„არა მგონია, კახა მშობიარობას დაესწროს და, სიმართლე გითხრათ, მისგან ეს გმირული საქციელი არც მომითხოვია. მშობიარობისას ჩემ გვერდით ალბათ ჩემი და ლიკა იქნება“.**

— ქმარს თქვენი რა მოთხოვნების შესრულება უწევს?

— კახა მაქსიმალურ ყურადღებას მაქცევს, ხანდახან რაღაცეებზე მეუბნება, ეს ასე არ გააკეთო ან ასე გავაკეთოთო. მაგალითად, მირჩევს, რომ კინოში ისეთ ფილმზე არ წავიდეთ, რომელშიც ბევრი სანერვიულო იქნება, მაგალითად, დრამაზე, მძაფრსიუჟეტიან ფილმებზე, რადგან მე ამ ეტაპზე დადებითი ემოცია, განწყობა მჭირდება. კახა მუცელზე ხშირად მეფერება, ბავშვს რაღაცეებს ელაპარაკება. ორივეს ძალიან დაგვეტყო, რომ მალე ჩვენს ცხოვრებაში ახალი და ძალიან დიდი სიხარული შემოვა. კახა ყოველთვის კარგი, თბილი, ყურადღებიანი, გამგები მეუღლე იყო, ახლა მისი ყურადღება ბავშვზეც გადავიდა და ორივეზე ზრუნავს.

კახა ერთ-ერთ კომპანიაში მუშაობს, თავის საქმეში აქტიურადაა ჩართული, შაბათ-კვირა თავისუფალი აქვს და მთელ დროს ერთად ვატარებთ. ზაფხულში ბარსელონაში, შემდეგ თურქეთში ვიყავით. სულ ვცდილობთ, რამდენიმე დღე ქალაქგარეთაც გავიდეთ ხოლმე.

— ფიზიოლოგიურად იმშობიარებთ?

— ალბათ — კი, თუ, რა თქმა უნდა, საკეისრო კვეთა არ დამჭირდა.

— მშობიარობას მეუღლეც დაესწრება?

— არა მგონია, კახა მშობიარობას დაესწროს და, სიმართლე გითხრათ, მისგან ეს გმირული საქციელი არც მომითხოვია. მშობიარობისას ჩემ გვერდით ალბათ ჩემი და ლიკა იქნება. დედა ძალიან ემოციურია და ვცდილობ, ამ ყველაფერს გავარიდო, თუმცა მინდა, რომ იმ მომენტში ვინმე ჩემიანი გვერდით იყოს.

— ძიძის აყვანას გეგმავთ?

— პირველ ეტაპზე ძიძის აყვანას არ ვაპირებ. სანამ პატარა იქნება, მინდა, თვითონ მოვუარო. როცა მივხვდები, რომ წამოიჩიტა და სხვასაც შეიძლება ვანდო, ძიძას ავიყვან. ეს იმას არ ნიშნავს, მის აღზრდაში აქტიურ მონაწილეობას არ მივიღებ. ბავშვი ბოლომდე ძიძაზე არ იქნება მიმაგრებული.

ამ ეტაპზე რა სამსახურიც მაქვს, დიდ დროს არ მოითხოვს, კვირაში ორი დღე თითო-თითო საათით ვარ დაკავებული. სამსახურს არც ამ ეტაპზე შეუშლია ხელი ჩემთვის და არც მერე შემიშლის.

— ანუ მშობიარობის შემდეგ ეკრანიდან არ გაქრებით.

— პირველი პერიოდი ალბათ — კი. მინდა, ბავშვი 6-7 თვემდე მე გავზარდო.

— რამდენი შვილის დედობას აპირებთ?

— სამი შვილი მინდა, მაგრამ შეიძლება ორზეც შევჩერდეთ, ვნახოთ. ერთ შვილზე კი არც ერთ ვარიანტში გავჩერდებით.

✓ ეკა ლემონჯავა

ნათელმხილველი ნელი ბიჩიკაშვილი

სამწუხაროდ, დღევანდელ ყოფაში პრობლემები ჩვენი ყოველდღიური თანამგზავრი გახდა. თუ ბევრი გასაჭირი დაგატყდათ თავს, როგორიცაა უბარაქობა, ბედის ჩაკეტვა, უშვილობა, ჯადოს ზემოქმედება, ნარკომანია, ლოთობა, კაზინოდამოკიდებულება და სხვ. მიმართეთ ნათელმხილველ ნელი ბიჩიკაშვილს! ქ-ნი ნელი იმ ერთეულთა შორისაა, ვისაც შეუძლია უზუსტესად იწინასწარმეტყველოს თქვენს თავს დატეხილი უბედურების მიზეზი და ამ მიზეზის განეიტრალება მოახდინოს... ქ-მა ნელიმ ბევრ უშვილო წყვილს აჩუქა შვილის ყოლის ბედნიერება.

მერწმუნეთ, ქ-ნი ნელის წინასწარმეტყველება ბევრ სიურპრიზს გპირდებათ...

ჩაწერა ხდება წინასწარ.

☎ 214-20-65 (ბინა), 593-30-65-51, 599-20-37-64, 597-10-23-37.

ხატიამ გათხოვების შემდეგ საკუთარ თავს შორტების ჩაცმა აუკრძალა

ტელესახე ხატია სიჭინავა ქმარს, მსოფლიო ჩემპიონ რამაზ ნოზაძეს, მაღაზიებიდან ძალით გამოჰყავს. შოპინგზე დროის შეგრძნებას კარგავს. ჩაცმა-დახურვის სიყვარული თავის გოგონებსაც გადასდო და ახლა ოჯახის უფროსს სამი ქალის სურვილების დაკმაყოფილება უწევს. ცოლ-ქმარს და მათ ორ შვილს ერთნაირ, ძირითადად სპორტულ სტილში აცვიათ, რაც რამაზის გავლენაა. თავად ოჯახის უფროსს ურჩევნია, ცოლი კაბაში იხილოს, ამიტომ თავად ყიდულობს მისთვის.

„მაღალი ტემპერატურა რომ მქონდეს, ვკვდებოდე, ფეხი მქონდეს მოტეხილი, საშოპინგოდ მაინც სიხარულით გავიქცევი. ღამის ორ საათზეც შემიძლია ავდგე და საყიდლებზე წავიდე".

— ხატია, როგორია თქვენი ყოველდღიური სტილი?

— სპორტული. ძალიან მიყვარს ჯინსები და მაისურები, მაგრამ გარდერობში ბევრი კაბაც მაქვს. ჩემს ქმარს ძალიან მოსწონს, როცა კაბა მაცვია. იმის გამო, რომ რამაზს სპორტული სტილი აქვს არჩეული, მეც ვცდილობ, მის სტილში ჩავიცვა და ერთნაირ „ზმანზე" ვიყოთ. მიყვარს, როცა არამარტო ცოლ-ქმარი დადიან ერთნაირად ჩაცმული, არამედ შვილებიც. თუ წვეულებაზე მივდივართ, რა თქმა უნდა, კაბას ვიცვამ.

— სამოსის ერთგული დიდხანს რჩებით თუ მათ მალ-მალე ცვლით გარდერობს?

— ზოგიერთი სამოსი იმდენად მბეზრდება, რომ საკუთარ თავს ვუმალავ, ისეთ ადგილას ვდებ, თვალში არ მომხვდეს. დიდი პერიოდი რომ გადის, ხელახლა „აღმოვაჩენ" ხოლმე და ისევ ვიცვამ.

■ ხატია შვილთან ერთად

„მე ხომ შოპინგის ოფიციალური გიჟი ვარ, მაგრამ ახლა ორი ჩემისთანა გიჟი დამემატა — ჩემი შვილები".

— საყიდლებზე სიარული ძალიან გიყვართ?

— კი, ნამდვილად ასეა. მაღალი ტემპერატურა რომ მქონდეს, ვკვდებოდე, ფეხი მქონდეს მოტეხილი, საშოპინგოდ მაინც სიხარულით გავიქცევი. ღამის ორ საათზეც შემიძლია ავდგე და საყიდლებზე წავიდე. მე და ჩემი ქმარი გასართობად რომ მივდივართ, სახლიდან გასვლამდე მეუბნება, იცოდე, დღეს არაფერს იყიდიო, მაგრამ ზუსტად ორ საათში სახლში პარკებით ვბრუნდები.

— საქართველოში და საზღვარგარეთ შოპინგში დიდი განსხვავებაა?

— რატომღაც ყველას ჰგონია, რომ ევროპაში სამოსი ძვირია, სინამდვილეში პირიქითაა, ჩვენთან უფრო ძვირია ყველაფერი. აქ ძირითადად ჩინეთიდან ჩამოაქვთ ტანსაცმელი, ფეხსაცმელი და რაღაც თუ 350 ლარი ღირს, ევროპაში შეგიძლია 15 ევროდ იყიდო. ამიტომ იქ შოპინგი ყოველთვის მიხარია. არ ვარ ის ტიპაჟი, ვინც იტყვის, რომ 15 ევროიანი ბოტასი 300 ევროდ აქვს ნაყიდი. ჩემს დაქალებს სულ ვეუბნები, საზღვარგარეთ სად უნდა მივიდნენ. ბოლოს მე და რამაზი პრაღასა და ამსტერდამში ვიყავით, ყინავდა, მაგრამ, რა თქმა უნდა, ამას ჩვენთვის ხელი არ შეუშლია. პირველ რიგში, ქუდი ვიყიდე. იმ მოგზაურობიდან ყველაზე კარგად შოპინგი დამამახსოვრდა.

ზედიზედ ორი ზამთარი ფეხმძიმედ ვიყავი, ვერაფერს ვყიდულობდი. ჩემი ქმრის ქურთუკებით დავდიოდი და შოკში ვიყავი, ძალიან განვიცდიდი, რომ არაფერი მიხდებოდა. მეორე შვილი რომ გავაჩინე, 20 კილო დამრჩა ზედმეტი. როცა შოპინგზე მივდიოდი, იმ ზომის ტანსაცმელს ვყიდულობდი, რაც მანამდე მეცვა. რომ არ მეტეოდა, უფრო „მულამი" მეძლეოდა, რომ ფორმაში ჩავმდგარიყავი. სანამ არ დავიკელი, ვერაფერს ვიცვამდი, ჩემი ზომის სამოსი გარდერობში არ მქონდა.

— მაღაზიაში რომ შედიხართ, წინასწარ იცით, რისი ყიდვა გსურთ თუ ადგილზე წყვეტთ?

— არასოდეს ვიცი, რას ვიყიდი. მე ხომ შოპინგის ოფიციალური გიჟი ვარ, მაგრამ ახლა ორი ჩემისთანა გიჟი დამემატა — ჩემი შვილები. პატარები კი არიან, მაგრამ ძალიან დახვეწილი გემოვნება აქვთ. თავად ირჩევენ, რა უნდა ჩაიცვან. მეუბნებიან, ეს ჩამაცვი და ამას ის ფეხსაცმელი მოუხდებაო.

საზღვარგარეთ ბავშვების სამოსის იმხელა არჩევანია, მინდოდა, მაღაზიები გამომეტანა. ეტყობა, ეს თვალებზე მეწერა და ქმარმა მითხრა, სწრაფად აარჩიე, რა გინდა და მალე გამოდიო. მართალია, ძალიან მიყვარს საკუთარი თავისთვის რაღაცეების ყიდვა, მაგრამ ყველაზე დიდ სიამოვნებას ჩემი შვილებისთვის სამოსის შერჩევისას ვიღებ. მათთვის გაცილებით მეტს ვყიდულობ, ვიდრე ჩემთვის. ცხოვრებაში ერთადერთი სისუსტე გამაჩნია და ეს ტანსაცმელია.

■ რამაზი და ხატია

— შვილებიც თან დაგყავთ მაღაზიებში?

— შვილები ჯერ არ მიგვყავს ევროპაში, პატარები არიან. თბილისის მაღაზიებშიც ვერიდები მათ წაყვანას, რადგან უფროსს ყველა კაბა მოაქვს, რასაც კი ხედავს. ჩემგან გადაედო. ჩამომითვლის ხოლმე, ეს მომწონს, ესეც და, აი, ისიცო. აბა, კარგი დედის შვილი ხარ და არ უყიდო! ამიტომ, იძულებული ვარ, რაც მოეწონება, ყველაფერი შევიძინო. არ მიყვარს, როცა საზოგადოებაში ბავშვებს უყვირიან.

— რამაზი როგორ უძლებს თქვენს შოპინგომანიას?

— ვერ უძლებს, ფულს მაძლევს და მეუბნება, შენთვისაც და ჩემთვისაც, რაც გინდა, ის იყიდეო. ძალიან დაღლილი რომ ვბრუნდები, აღმოვაჩენ ხოლმე, რომ თურმე თავადაც შეირბინა მაღაზიებში და სამოსი ჩემთვისაც იყიდა და თავისთვისაც. გამოსასვლელ კაბებს არ ვყიდულობ, მირჩევნია, ყოველდღიური შევიძინო. ჩემმა ქმარმა ეს იცის და ჩემთვის გამოსასვლელ ტანსაცმელს თავად ყიდულობს.

— ერთნაირი გემოვნება გაქვთ?

— არ არსებობს, მისი ნაყიდი არ მომეწონოს და მას — ჩემი. ერთადერთი შემთხვევა იყო, როცა წაბრძანდა და S ზომის თეთრი კაბა იყიდა ჩემთვის. ეს მაშინ, როცა 20 კილო მქონდა მომატებული. სახლში რომ მოიტანა და გაშალა, შევღონდი. ვიფიქრე, დამცინის-მეთქი, მაგ-

Cyan Magenta Yellow Black

რამ არაფერი შევიმჩნიე, გამოვართვი და საკიდზე დავკიდე. რამაზმა ძალით ჩამაცვა ის კაბა, დამანახა, რა საშინლად მქონდა, რომ წონაში მალე დამეკლო. იმ თეთრ კაბაში ხოჭოს ვგავდი. მას შემდეგ, სანამ არ გავხდი, ხოჭოს მეძახდა. ვფიქრობდი, ქმარს

„ცოტა ხნის წინ მაღაზიაში ლამაზი ჯინსის შორტი დავინახე. ვიდექი და ვუყურებდი, თან ძალიან მომწონდა და თან ვიცოდი, რომ არ ვიყიდდი".

ჩემთვის ხოჭოს როგორ დავაძახებინებ-მეთქი. როცა სასურველ შედეგს მივაღწიე, ის კაბა ჩავიცვი, გამოვედი და ვუთხარი, აბა, ახლა დამიძახე ხოჭო-მეთქი.

— გათხოვების შემდეგ თქვენს ჩაცმულობაში რა შეიცვალა?

— ძალიან მოკლე შორტებს აღარ ვიცვამ.

— ეს თქვენი სურვილი იყო თუ რამაზის?

— ვფიქრობ, რომ ორი შვილის დედას თინეიჯერული „ზმანი" არ უნდა ეცვას. ცოტა ხნის წინ მაღაზიაში ლამაზი ჯინსის შორტი დავინახე. ვიდექი და ვუყურებდი, თან ძალიან მომწონდა და თან ვიცოდი, რომ არ ვიყიდდი. ბოლოს ავდექი და ფოტო გადავუღე. მეგობრებმა თმით მითრიეს, ჩვენთვის მაინც გეყიდაო.

— რთული კლიენტი ხართ, ბევრს ფიქრობთ, რა იყიდოთ?

— ჩემს მეგობარს აქვს მაღაზია და სულ მეუბნება, შენნაირ მყიდველზე ვგიჟდებიო. მაღაზიაში შევალ თუ არა და თვალს გადავავლებ, მაშინვე ვიცი, რა უნდა ჩამოვხსნა საკიდიდან და მოზომვის გარეშე სახლში მომაქვს. ყოველთვის ზუსტად ვიცი, რა მინდა და რა მიხდება, თუმცა, ამის

მიუხედავად, მაინც მაქვს გარდერობში უამრავი ისეთი სამოსი, რაც ერთხელაც არ ჩამიცვამს.

— მაღალქუსლიანი ფეხსაცმელი ხშირად გაცვიათ?

— ძალიან მიყვარს მაღალქუსლიანი ფეხსაცმელი, მაგრამ, როცა სახლიდან ორ შვილთან ერთად გავდივარ, წარმოუდგენელია მაღალი ქუსლები, ამიტომ უფრო ბოტასები მაცვია.

— თქვენი ყველაზე საყვარელი ბრენდი რომელია?

— ჩემი საყვარელი ბრენდია „ლუი ვუიტონი". სამწუხაროდ, ამ ბრენდის მაღაზია აქ არ არის. წლების წინ საზღვარგარეთ ვიყავი და ამ ბრენდის მაღაზიაში რომ შევედი და თვალი გადავავლე, ისეთი კაბები ეკიდა, მარგარეტ ტეტჩერთან შეხვედრაზე თუ ჩავიცვამდი. მერე ვიფიქრე, რომ ჩანთას ვიყიდდი. ვნახე საფულის ზომის ჩანთა, მაგრამ 5.000 ევრო ღირდა. სწორედ ამ თანხიდან იწყებოდა ამ ბრენდის ნაწარმი. რა თქმა უნდა, არ ვიყიდე, დიდი ჩანთებისკენ კი საერთოდ არ გამიხედავს, სავარაუდოდ, ერთი სახლის ფასი ეღირებოდა.

მაღაზიიდან რომ გამოვედი, რამაზი დავინახე დიდი ყუთით. ვიფიქრე, ეტყობა, ჩემთვის ჩანთა იყიდა-მეთქი. ყუთი რომ გავხსენი, შიგნით კიდევ ყუთი იყო, იმის შიგნით — კიდევ ყუთი, როდის მივაღწიე ბოლოში, არ იცით და იქ დამხვდა ძალიან

„რამაზმა ძალით ჩამაცვა ის კაბა, დამანახა, რა საშინლად მქონდა, რომ წონაში მალე დამეკლო. იმ თეთრ კაბაში ხოჭოს ვგავდი. მას შემდეგ, სანამ არ გავხდი, ხოჭოს მეძახდა".

საყვარელი სათვალე. მე ვერ გავიმეტე საკუთარი თავისთვის ფული და ქმარმა ჩემი საყვარელი ბრენდის სათვალე მაინც მაჩუქა. იმ სათვალეს ისე ვუფრთხილდები, რომ იშვიათად ვიკეთებ. ჩემი შვილები რომ მომაფრინდებიან, სათვალის შუშები სად მიფრინავენ, ვერ გეტყვით, ამიტომ მეშინია, ისიც არ შემომამსხვრიონ.

— ინტერნეტით ტანსაცმლის გამოწერის პრაქტიკას იყენებთ?

— ვერა, არ ვიცი, როგორ ხდება გამოწერა. საიტზე დევს „ლუი ვუიტონის" მანქანის სავარძლები. ძალიან მინდა, გამოვიწერო, მაგრამ ვერ ვახერხებ. ბევრ ჩემს მეგობარს ვუთხარი და დამპირდნენ, დაგეხმარებითო, მაგრამ, როგორც ჩანს, ჩემთვის არავის სცალია.

— თქვენი საყვარელი აქსესუარები რა არის?

— სათვალე და საათი. მიკეთია მხოლოდ ქორწინების და ჩემი მულის ნაჩუქარი ბეჭედი, არასოდეს ვიხსნი. დანარჩენი აქსესუარი მხოლოდ მილაგია, არ ვხმარობ. რაღაცნაირად მამძიმებს, ხელს მიშლის.

✓ **ქეთი დინოშვილი**

გიორგი ნაზარიშვილი: „ოჯახის წევრები ეკრანზე რომ მხედავენ, ეცინებათ"

გიორგი ნაზარიშვილმა ტელევიზიაში მუშაობა პროდიუსერობით დაიწყო, მერე კი მსახიობობაში სცადა ბედი, სერიალის სახე გახდა და მასთან პოპულარობაც მოვიდა. არადა პროფესიით არც ერთია და არც მეორე, ისტორიკოსი გახლავთ, თუმცა მომავალზე საუბრისას საკუთარ თავს ამ „ამპლუაში" არ განიხილავს.

ეკრანზე მისმა გამოჩენამ თაყვანისმცემელი გოგონების რიცხვი საგრძნობლად გაზარდა, მაგრამ გიორგის გული ჯერ ვერავინ მოიგო. საკუთარ პერსონაჟზე დიდი წარმოდგენა არ აქვს და არც ელოდება, რომ ის მთავარ გმირად იქცევა, თუმცა მასში ტიპურ ქართველ მამაკაცს ხედავს, რომელიც მრავალი ტელემაყურებლისთვის არის ნაცნობი. რაც შეეხება დანარჩენებს, დათოს მიერ ჩადენილი ღალატი მისთვის მიუღებელია, ისევე როგორც კატოს ქარაფშუტობა. ერთი სიტყვით, გიორგი ნაზარიშვილი „სარკეში" სერიალსა და ცხოვრებას შორის პარალელებზე საუბრობს.

— გიორგი, რა სიახლეები იქნება სერიალში?

— ძირეული ცვლილებები არ იგეგმება, უბრალოდ რამდენიმე ახალი პერსონაჟი შემოვა, რომლებიც ამ სეზონის განმავლობაში შეიძლება ძირითად პერსონაჟებადაც იქცნენ. ამას წინასწარ ვერ გეტყვით, ვნახოთ, რა იქნება. საერთოდ, როცა სერიალში ახალი პერსონაჟი შემოგვყავს ან რომელიმე გმირის ცხოვრებას ახალი დეტალებით ვტვირთავთ, ხალხის რეაქციას ვაკვირდებით და ამის მიხედვით ზოგს ვააქტიურებთ, ზოგს — პირიქით.

— თქვენი აზრით, რა განაპირობებს ამ სერიალის რეიტინგს?

— ალბათ — ის, რომ ეს სერიალი ხალხთან ახლოსაა, პერსონაჟებში თავიანთ თავს ხედავენ. ის ყველას ოჯახშია შესული, ყველა ასაკზე, ფენაზეა გათვლილი. ბევრს უთქვამს, ვაიმე, ასე მეც მომსვლია, მეც ასე მოვიქცეოდიო და ასე შემდეგ. მოკლედ, წარმატების გასაღები ბუნებ- →36

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი

მიიღეთ
ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

რიობაა. კარგი სცენარი, კარგი რეჟისურა და მუსიკაც მნიშვნელოვანი ნაწილია.

— სად უფრო კარგად გრძნობთ თავს, მსახიობის ამპლუაში თუ პროდიუსერის?

— ორივეგან, ვერ განვასხვავებ. რატომღაც გადაწყდა, რომ პროდიუსერობის პარალელურად სერიალში უნდა მეთამაშა. ეს ძალიან გამიხარდა და, მგონი, თავი გავართვი კიდეც, რადგან ყურადღება არც ერთი საქმისთვის მომიკლია.

— ახალ სეზონზე თქვენი პერსონაჟი არ გააქტიურდება?

— ჩემი გმირი მეორეხარისხოვანი პერსონაჟია. პირველ სეზონში უფრო აქტიური იყო, რადგან კატოს ერთ-ერთი თაყვა-

„კატოსნაირი გოგოები არც მომეწონება და არც არასდროს მომწონებია, ქარაფშუტა, ყველას რომ ედება, ეგეთები...“.

ნისმცემელი გახლდათ. სცენარი როგორც მოითხოვს ხოლმე, ისე ხდება. არ ვიცი, ჩემი გმირი ამ სეზონში იაქტიურებს თუ არა. ეს სცენარისტის საქმეა, მაგრამ ძალიან აქტიურიც ვერ იქნება, რადგან სერიალში ახალი ისტორიები, ახალი მოვლენები ვითარდება. თანაც პროფესიით მსახიობი კი არა, ისტორიკოსი ვარ, ოჯახის წევრები ეკრანზე რომ მხედავენ, ეცინებათ.

პროფესიონალი მსახიობი არ ვარ და ბევრს არავინ მთხოვს, საკუთარ თავსაც არ ვთხოვ ბევრს. არიან მსახიობები, რომლებმაც ეს პროფესია აირჩიეს, ამაზე არიან აწყობილები და ამით ცხოვრობენ. მე ასე არ ვარ, თუმცა, თუ რაიმე როლს შემომთავაზებენ, ყოველთვის სიამოვნებით დავთანხმდები, ეს ძალიან მომწონს.

— თქვენს პერსონაჟში თქვენც ხედავთ საკუთარ თავს ისე, როგორც მაყურებლები?

— ხანდახან მეც მას ვგავარ. ამ პერსონაჟს მუქი შტრიხები არ აქვს, საშუალო, ჩვეულებრივი ადამიანია, რომელიც რაღაცეებით მგავს, რაღაცეებით — არა. ჩემი გმირი მოწესრიგებული, ოჯახის კაცია, დათოსაც რჩევებს აძლევს. ჩვეულებრივი ქართველი კაცია, რომელიც ცოლს არ ღალატობს, პატიოსანია, მეგობრობაც იცის.

— ყველა ჩვეულებრივი ქართველი კაცი სწორედაც რომ არ არის ეგეთი.

— პატიოსან, წესიერ კაცზე ვსაუბრობ.

— ანუ დათოს, როცა ის ცოლს ღალატობდა, არაპატიოსან კაცად თვლიდით?

— ასე ხალხი თვლიდა, თორემ მე კი არ ვამბობდი. მთელ ქვეყანაში ეს ერთი რაღაც ხდებოდა და საუბრობდნენ, დათოს და ნინას ოჯახი არ დაენგრიათ, დათო როგორ გამოშტერდა, უწესოდ იქცევაო და ა.შ. რეალურ ცხოვრებაშიც ხდება ასეთი რაღაცეები, შეიძლება ძალიან კარგი ოჯახი გქონდეს, მაგრამ იდეალური არაფერია. დათოს მაგალითით ესეც იყო ნაჩვენები.

— თქვენი მეგობარი რომ მსგავს სიტუაციაში აღმოჩნდეს, როგორ მოიქცევით?

— თავიდან რჩევას მივცემ, მაგრამ თუ ეს ყველაფერი სხვა რაღაცაში გადავა, თვითონ როგორც ენდომება, ისე უნდა მოიქცეს. ის ქალი თუ მოსწონს და ცოლი აღარ უყვარს, ყველაფერი თვითონ უნდა გადაწყვიტოს. ასეთი ბევრი შემთხვევა ყოფილა. ამ დროს ადამიანის არჩევანში ვერ ჩაერევი, შენ რა შუაში ხარ, ეს მისი გადასაწყვეტია.

— მოღალატე ქმრის ადგილას თქვენი თავი წარმოგიდგენიათ?

— ვერ წარმომიდგენია იმიტომ, რომ ცოლი არ მყავს, არც ოჯახის დანგრევა ვიცი, რა არის.

— სერიალმა პოპულარობა მოგიტანათ და ალბათ თქვენი თაყვანისმცემელი გოგონების რიცხვიც გაიზარდა.

— ეს უფრო პირველ სეზონზე იყო, როცა ქუჩაში მცნობდნენ, მაგრამ იმდენად გადატვირთული გრაფიკი მაქვს, ამის გააზრებასაც ვერ ვახერხებდი.

— როგორი ქალები იქცევენ თქვენს ყურადღებას?

— ქალი ძალიან „ტუპოი“ არ უნდა იყოს. შეიძლება კარგი მკერდი, კარგი საჯდომი ჰქონდეს, მაგრამ შტერი იყოს, ასეთი არ მომეწონება. მთლიანობაში უნდა მომხიბლოს, მას მხოლოდ ერთი კუთხიდან არ ვუყურებ. ქალური და საინტერესო უნდა იყოს.

— აქტიურიც?

— დოგმები რომ აქვთ, მაინცდამაინც ბიჭმა უნდა დამირეკოსო, არ მომწონს. ნებისმიერ საკითხში, ურთიერთობის ნებისმიერ ეტაპზე ქალიც თანაბარია და კაციც. „მე ქალი ვარ, ამიტომ ეს შენ უნდა გააკეთო“, — ასე რომ ამბობენ ქალები, არ მომწონს. მერე რა, რომ ქალი ხარ? ასეთი ქალი ჩემს თვალში არასრულფასოვანია.

— მაშინ თქვენ არც კატოსნაირი გოგონები მოგეწონებათ.

— კატოსნაირი გოგოები არც მომეწონება და არც არასდროს მომწონებია, ქარაფშუტა, ყველას რომ ედება, ეგეთები... საერ-

„შეიძლება კარგი მკერდი, კარგი საჯდომი ჰქონდეს, მაგრამ შტერი იყოს, ასეთი არ მომეწონება. მთლიანობაში უნდა მომხიბლოს, მას მხოლოდ ერთი კუთხიდან არ ვუყურებ. ქალური და საინტერესო უნდა იყოს“.

თოდ, დროის ტყუილად კარგვა არ მიყვარს. თუ ვხედავ, რომ რამეში დროს ვკარგავ, მაშინვე თავს ვანებებ, ეს იქნება ადამიანი, საქმე თუ ჰობი. შესაბამისად, გოგოები, რომლებთანაც დროს დავკარგავ, არ მომწონს.

— სერიალი თავის თავს რომ ამოწურავს, შემდგომი გეგმა მოფიქრებული გაქვთ?

— ასე კონკრეტულად არ ვიცი, იდეაში რაღაც პროექტები არის, საქმე სულ იქნება, მაგრამ არ ვიცი, რა დონით ვიქნები დაკავებული.

— რამდენადაც ვიცი, ზაფხული ევროპაში გაატარეთ. მომიყევით, როგორ დაისვენეთ.

— წელს გამიმართლა და დასასვენებლად ევროპაში — ამსტერდამსა და ბერლინში თანამშრომლებთან ერთად წავედი. დაახლოებით 20 დღე გავჩერდით. კარგი ევროპული დასვენება გამომივიდა.

— ამის მერე სამუშაო რეჟიმზე გადასვლა არ გაგიჭირდათ?

— არა, მაქსიმუმი, ორი დღე მჭირდება, რომ ძველ ტემპს დავუბრუნდე. თან აქ ისეთი ჯგუფი და კოლექტივია, შემართება უცებ მოდის. 28 სექტემბერს ეთერში ახლი სერიით დავბრუნდებით, ამიტომ უკვე სრული დატვირთვით ვმუშაობთ.

✓ ეკა ლემონჯავა

„გვირილა“ ბულგარეთიდან გრან პრით დაბრუნდა

■ ერნა ნიფურია

16-27 აგვისტოს ბულგარეთში „არტ ფესტივალი“ გაიმართა, რომელშიც 12 ქვეყანა მონაწილეობდა, საქართველო კი ანსამბლმა „გვირილამ“ წარადგინა. პატარა ქართველმა მომღერლებმა ფესტივალზე ბისერ გეროვის ბულგარული სიმღერა შეასრულეს და მაშინვე ფავორიტებად იქცნენ. მათი ნომერი იმდენად პოპულარული გახდა, რომ ხალხმა აიტაცა, თავად „გვირილამ“ კი გრან პრი დაიმსახურა.

„გვირილას“ ხელმძღვანელმა ერნა ნიფურიამ გვიამბო:

— სიმღერა ჩვენი ბავშვების შესრულებით ჰიტად იქცა. იმხელა მოწონება დაიმსახურა, ხალხი ფეხზე იდგა. ბოლოს ისე მოხდა, რომ ამ სიმღერის შესრულებისთვის გრან პრიც ავიღეთ. პირველი ადგილი — ბულგარეთს, მეორე — სომხეთს და მესამე რუსეთს ხვდა წილად. სიმართლე გითხრათ, ამხელა წარმატებას მართლა არ ველოდით. ადგილები რომ გამოაცხადეს, ვიფიქრეთ, ყველაფრის გარეშე ვრჩებოდით, მაგრამ თურმე გრან პრი გველოდა.

ჩვენი ბავშვები ფაქტობრივად ყველაზე პატარა შემსრულებლები იყვნენ. საქართველოში რომ ვბრუნდებოდით, ბულგარეთის საბაჟო ისე არ დაგვატოვებინეს, სანამ ბავშვები არ ამღერეს. ამ ფესტივალის შემდეგ ჩვენმა ბავშვებმა მოწვევა საბერძნეთიდან და ესპანეთიდანაც მიიღეს. სექტემბრის ბოლოს ხობში ფესტივალი „სიმღერა სამეგრელოზე“ გაიმართება, სადაც ანსამბლი „გვირილაც“ იმღერებს, ამისთვის უკვე ვემზადებით.

სოფიო ბოჭორიძე

Cyan Magenta Yellow Black

ანი გიუნტერმა თაფლობისთვე გათხოვებიდან 4 წლის შემდეგ მოიწყო

„ვფიქრობ, ჩემთვის ოჯახის შექმნა ნაადრევი იყო“

„პირველი ეტაპი იყო ურთიერთშეწყობის, მეორე ეტაპი — გაუცხოების, შემდეგ — იდილიური. ახლა ძალიან სტაბილური, მშვიდი ეტაპი დაგვიდგა“.

ტელესახე ანი გიუნტერი 4 წლის წინ გათხოვდა, ორი შვილი მიყოლებით გააჩინა და მხოლოდ ახლა მისცა თავს უფლება, ქმართან ერთად ერთი კვირით დასასვენებლად განმარტოებულიყო. ოჯახური ცხოვრება არც ისეთი „ვარდისფერი“ აღმოჩნდა, როგორიც დასაწყისში ჩანდა, თავისი სირთულეები მოიტანა, რომლებსაც ანიმ გაუძლო, გადალახა, რა თქმა უნდა, ქმართან ერთად. საკუთარ შეცდომებზეც ისწავლა და პირადი გამოცდილება დააგროვა, რომელსაც „სარკის“ მკითხველებსაც უზიარებს.

— **ანი, დასაწყისისთვის გვიამბეთ, როგორ გაატარეთ შვებულება.**

— სიონში ვისვენებდი, სადაც დასვენების ნაცვლად დავიღალე. არ მინდა, გმირ დედასავით გამომივიდეს, მაგრამ დასასვენებლად ხუთ ბავშვთან ერთად წავედი, მათი მოვლა მარტომ ვიკისრე. წავიყვანე ჩემი ორი შვილი, ერთი დისშვილი და ორი — ბიძაშვილის შვილი.

— **როგორ გაუმკლავდით ხუთი ბავშვის მოვლას?**

— არ გამჭირვებია, ყოველდღე ვუკეთებდი სადილ-ვახშმებს, ყოველდღე დამყავდა ტბაზე, დროულად ვაძინებდი, ჩემი ბიძაშვილის შვილები მოზრდილები, 10-11 წლისანი არიან და ისინიც მეხმარებოდნენ. გარკვეული სირთულეების გამო ბავშვები ვერ ახერხებდნენ დასასვენებლად წასვლას, ამიტომ ფსიქოლოგიურად კარგად მოვემზადე, თუ რამხელა პასუხისმგებლობა უნდა ამელო საკუთარ თავზე და ზაფხული მათთან ერთად გავატარე.

„ვცდილობდი, პრეტენზიული არ ვყოფილიყავი, არასდროს მელაპარაკა ულტიმატუმის ენით, მაგრამ, როგორც აღმოჩნდა, უწყინარი შენიშვნაც და თხოვნაც ყველა კაცისთვის პრეტენზიაა“.

— **თბილისში დაბრუნებულს დასვენება მოგიწევდათ.**

— კი, თბილისში რომ დავბრუნდი, მივხვდი, ძალიან დავიღალე და დასვენება მინდოდა. ექსპრომტად ჩავალაგე ჩემოდანი და თურქეთში ჩემს მეუღლესთან ერთად გავემგზავრე. ცოლქმრობის 4 წლისთავზე თაფლობის კვირა მოვიწყვეთ. მანამდე ვერასოდეს შევძელით განმარტოებით დასვენება ან მოგზაურობა. შვილები მიყოლებით გავაჩინე, მერე ორივე ბუნებრივ კვებაზე მყავდა... მოკლედ, ხან რამ შეგვიშალა ხელი და ხან — რამ. ახლაც ძალიან გამიჭირდა ბავშვების დატოვება, მაგრამ ადამიანისთვის დასვენება აუცილებელია.

— **რა ასაკში გახდით დედა?**

— არასოდეს მახსოვს, რამდენი წლის ვარ. თუ არ დავფიქრდი, არც ის მახსოვს, რამდენი წლის გავთხოვდი... ბევრი რომ აღარ გავაგრძელო, 28 წლის ასაკში გავხდი დედა და ხანდაზმულ მშობიარედ ვითვლებოდი. მიუხედავად ამისა, ახლაც ვფიქრობ, რომ ჩემი გათხოვება ნაადრევი იყო. ლაზარე 30 წლისამ გავაჩინე. და-ძმას შორის ასაკობრივი სხვაობა 2 წელია, მარიამი სამწლინახევრისაა, ლაზარე — წლინახევრის. ვტკბები მათი ყურებით, სახლში ხელჩართული ბრძოლაა, ვერაფერს იყოფენ. უფროსი ყოველთვის უთმობს.

ვცდილობ, შვილებს ყურადღება არ მოვაკლო და ჩემი მოვალეობა-ვალდებულებები პირნათლად შევასრულო. ფაქტობრივად შევძელი, ვიყო მეორე ნახევარიც, დედაც და ამის პარალელურად ვაკეთო საქმე, რომელიც მიყვარს. მთავარია დროის სწორად განაწილება, თორემ ადამიანი ყველაფერს მოასწრებს. არ მინდა, ჩემი შვილები ისე გაიზარდონ, რომ მათი რომელიმე ნაბიჯი ან ნათქვამი სიტყვა გამოვტოვო. ისეთი გიჟი დედა ვარ, ივლისში ბავშვები ბებიას აბასთუმანში დასასვენებლად ჰყავდა წაყვანილი და ყოველ უქმეებზე მათ სანახავად ბევრ კილომეტრს გავდიოდი. ერთ-ერთი ასეთი გამგზავრების დროს ჩემოდანი მოვიხვედრე ფეხში და ვიღრძე.

— **როგორც ჩანს, ძალიან ხიფათიანი ხართ. ერთხელ პირდაპირ ეთერში ცხენიდან გადმოვარდით...**

— ამას მარტო თქვენ არ აღნიშნავთ. წარმოიდგინეთ, ადამიანმა როგორ უნდა მოიხვედროს ფეხში ჩემოდანი ისე, რომ იღრძოს და თაბაშირში ჩაუსვან. ექიმის გარდა, ეს ამბავი არავინ დაიჯერა. თაბაშირის ასახსნელად რომ მივდიოდი, მეორე სართულიდან უზარმაზარი ფიცარი ჩამოვარდა, მანქანაში ჩაჯდომა წამებში მოვასწარი, თორემ პირდაპირ თავში დამეცემოდა და ახლა მე და თქვენ ერთად აღარ ვისხდებოდით.

— **ეს ყველაფერი უყურადღებობით ხომ არ მოგდით?**

— არა, უბრალოდ ასე ხდება. ხშირად უარყოფითი მოვლენების მაგნიტს მეძახიან, თუმცა ვცდილობ, უარყოფით რაღაცეებსაც პოზიტიური მხარე მოვუძებნო.

— **პოზიტიურ ნოტზე გავაგრძელოთ. ტელეწამყვანი, ცოლი, ორი შვილის დედა როგორ ახერხებთ, რომ ყოველთვის კარგად გამოიყურებით?**

— ახლა თქვენ თუ მეუბნებით, რომ ფორმაში ვარ, ეს ჩემთვის დიდი კომპლიმენტია. სიმართლეს გეტყვით, ეს ყველაფერი გენეტიკის დამსახურებაა, ამჟამად განსაკუთრებულად არ ვუვლი თავს. ადრე ბევრად უფრო კარგ ფორმაში ვიყავი, მაგრამ შვილების გაჩენამ ჩემს გარეგნობას თავისი კვალი დააჩნია. სიგარეტს არ ვეწევი, რადგან კანს აფუჭებს, გაზიან სასმელებს არ ვსვამ, რადგან სასარგებლო არ არის. ჯანსაღად ვიკვებები, ბევრ ბოსტნეულს და ხილს ვჭამ. ეს ჩვევები ბავშვობიდან გამოვიმუშავე. შვილებსაც იგივენაირად ვზრდი. გამორიცხულია, ჩემს ოჯახში ნახევარფაბრიკატები იყოს. ასეთია ჩემი ცხოვრების წესი.

„ადრე ბევრად უფრო კარგ ფორმაში ვიყავი, მაგრამ შვილების გაჩენამ ჩემს გარეგნობას თავისი კვალი დააჩნია“.

— **როცა 30 წელს გადააბიჯეთ, რა პრიორიტეტები გაჩნდა თქვენს ცხოვრებაში?**

— ახლა ბევრად გაწონასწორებული ვარ, პრიორიტეტი კი ოჯახი და შვილებია. დღეს რომ გადავხედავ ჩემს ქცევებს მეგობრებთან, ქმართან მიმართებაში, მეცინება. ყოველთვის ყველაფერი უნდა უთხრა პარტნიორს, მიანიშნო მაინც. ყოველთვის ვცდილობდი, პრეტენზიული არ ვყოფილიყავი, არასდროს მელაპარაკა ულტიმატუმის ენით, მაგრამ, როგორც აღმოჩნდა, უწყინარი შენიშვნა და თხოვნაც ყველა კაცისთვის პრეტენზიაა... ამ ჩემს ე.წ. გიჟობებს არ ვნანობ, მაშინ ისეთი ანი ვიყავი. ისე, დღესაც არ ვიცი, როგორი ჯობდა, რომ ვყოფილიყავი.

— **ახლა თქვენი ცოლქმრობა რა ეტაპზეა?**

— 4 წელია მე და კახა ერთად ვართ. პირველი ეტაპი იყო ურთიერთშეწყობის, მეორე ეტაპი — გაუცხოების, შემდეგ — იდილიური, ახლა ძალიან სტაბილური, მშვიდი, ახალი ეტაპი დაგვიდგა. ბავშვები წამოიზარდნენ, ისე არ ტირიან, როგორც ჩვილობის პერიოდში, არავინ მათენებინებს ღამეებს. ახლა მეტი თავისუფლება მაქვს იმ მხრივ, რომ შემიძლია ქმართან ერთად მეტი დრო გავატარო და სხვადასხვა ადგილას წავიდეთ. კახა ჩემი მეგობარია, საერთო ინტერესები გვაქვს, ერთმანეთს რჩევებს ვეკითხებით. ეს ყველაფერი კი ურთიერთობას აიოლებს.

— **6 წელია „რუსთავი 2“-ის დილის გადაცემის წამყვანი ხართ, როგორი იყავით მაშინ, როცა ამ ტელეკომპანიაში პირველ ნაბიჯებს დგამდით?**

— ამ ყველაფერზე, აჯობებს, მაყურებელმა ისაუბროს, მაგრამ, რასაკვირველია, საკუთარ თავს პროფესიულ ზრდას ვამჩნევ, იმასაც, რომ გამოცდილება დამიგროვდა. თავიდან სხვის გაკეთებულ სიუჟეტებს ვაცხადებდი, შემდეგ თავად დავდიოდი გადაღებებზე. ახლა საეთერო სტუდიიდანაც მიმყავს გადაცემა და ჩართვებზეც ვმუშაობ. თემის მოფიქრება, მისი გავრცობა და გადაცემის პროდიუსინგიც მეტნაკლებად მეხება.

გარეგნულადაც შევიცვალე, ამ 6 წლის განმავლობაში ორჯერ მომიწია დეკრეტული შვებულების აღება, ორი შვილი გავაჩინე. პიროვნულად ახლა უფრო მშვიდად ვეგუები სხვადასხვა მოვლენებს, ვიდრე უწინ, თუმცა გადაცემის წინ ისევე ვღელავ, როგორც პირველი ეთერის დროს, ახლაც იგივენაირი განცდა მაქვს.

ჩემთვის ყოველი სამუშაო დღე უფრო და უფრო საინტერესო ხდება. საქმე, რომელსაც ვაკეთებ, არასდროს მბეზრდება. ამ წლების განმავლობაში ყველანაირ თემაზე ვიმუშავე. რაც უფრო დიდხანს გრძელდება ჩემსა და „რუსთავი 2“-ს შორის თანამშრომლობა, მით უფრო სასიამოვნო ხდება. ✓ **ლანა კიკნაძე**

დარეგისტრირდი OXFORD HOUSE-ში
30 სექტემბრამდე
ზოგადი ინგლისურის კურსზე
და ისარგებლე 45%-იანი ფასდაკლებით,
გადაიხადე თვეში 55 ლარი!

სწავლება მიმდინარეობს საერთაშორისო New English File პროგრამით. აღნიშნული კურსები მაქსიმალურად ორიენტირებულია 4 ძირითადი უნარის – მეტყველების, მოსმენის, წერისა და კითხვის – გაუმჯობესებაზე. ასევე გთავაზობთ TOEFL, IELTS, FCE, ბიზნესინგლისურის და აბიტურიენტის მოსამზადებელ პროგრამას.

იყავი წარმატებული ოქსფორდელი და გაემგზავრე ლონდონში Williams College-ში.

მის.: თბილისი, რ. თაბუკაშვილის №1.
ტელ.: 0790-115-115; (+995 32) 2-99-56-76.
Oxfordhousecentre@gmail.com
www.oxford.ge
https://www.facebook.com/oxford.ge

Cyan Magenta Yellow Black

ნინო ქორიძე: „ზუსტად ვიცი, რომ კანს არასოდეს გადავიჭიმავ“

„თორნიკეს პერანგებს ვიცვამ ხოლმე. ყოველდღიურობაში მიყვარს თავისუფალი სტილი".

მხატვარი და მსახიობი, ნინო ქორიძე, სილამაზეს ინდივიდუალობაში ხედავს. თვლის, რომ პლასტიკური ქირურგიით გატაცებული ქალები საბოლოოდ ერთნაირები ხდებიან. თვითონ ერთ-ერთ ლამაზ ქალად ითვლება, თუმცა ამისკენ დიდი ძალისხმევა არასოდეს მიუმართავს. მისთვის ბუნებრიობა ყველაზე მთავარია, ისევე როგორც ის, რომ საკუთარი გარეგნობა ჯერ თავად მოსწონდეს და მერე — სხვას.

— ხელოვანის თვალი სხვაა, სხვანაირი ხედვა აქვს. თქვენ მსახიობიც ხართ და მხატვარიც. ქალის სილამაზის მთავარ განმსაზღვრელად რას მიიჩნევთ?

— ალბათ ინდივიდუალურობას. ჩემთვის ინდივიდუალურობაა საინტერესო.

რაც შეეხება თავის მოვლას, მე, პირადად, სილამაზის სალონში იშვიათად დავდივარ. ამის მიუხედავად, მიყვარს ექსპერიმენტები, თუნდაც თმის შეჭრა. თუ ვარცხნილობა არ მომწონს, შემიძლია შევცვალო, ამიტომ ამ თემას დრამატულად არ ვუყურებ. საერთოდ ვარცხნილობას დიდი ხნით არ ვიჩერებ. სალონშიც არ მყავს მუდმივი სტილისტი. სხვადასხვას ვცდი, რომ საუკეთესოს მივაგნო. ხანდახან მეგობარსაც შეუჭრია ჩემთვის თმა და მომწონებია.

ორსულობის დროს გრძელი თმა მქონდა და ძალიან მომწონდა. ბავშვის გაჩენის მერე მომინდა, შემეჭრა. მაკიაჟს კი იშვიათად ვიყენებ.

— თმის ფერთან დაკავშირებითაც გიყვართ მრავალფეროვნება?

— თმის შეღებვა დიდად არ მიყვარს. მომწონს ჩემი ბუნებრივი ფერი, რომლის დაბრუნებაც მინდა. თმა ჩემი განსაკუთრებული სისუსტეა.

„ჩემი ბუნებრივი წონა 53 კილოა. ნატალიაზე ორსულობის დროს 30 კილო მოვიმატე, პირველ შვილზე კი — მხოლოდ 15 კილო. მაშინ 18 წლის ვიყავი და ძალიან ადვილად დავიკელი. დიეტა არც ნატალიაზე ორსულობის მერე დამიცავს, ბუნებრივად დავიკელი".

— და როგორ უვლით თქვენს „სისუსტეს“?

— ამისთვის ერთხელ თმის ნიღბის პროცედურა ჩავიტარე და წარმატებული აღმოჩნდა. ჩემი აზრით, თმის შეჭრა მისი გაჯანსაღების ერთ-ერთი კარგი საშუალებაა.

— ორსულობის დროს წონას არეგულირებდით თუ ამ საკითხს დიდ ყურადღებას არ უთმობდით?

— ნატალიაზე ორსულობის პერიოდში ძალიან მოვიმატე. ყოველთვის გამხდარი ვიყავი და ჩვეულებრივ მდგომარეობაში, მაქსიმუმი, 3-4 კილო მომემატებინა. ჩემი ბუნებრივი წონა 53 კილოა. ნატალიაზე ორსულობის დროს 30 კილო მოვიმატე, პირველ შვილზე კი — მხოლოდ 15 კილო. მაშინ 18 წლის ვიყავი და ძალიან ადვილად დავიკელი. დიეტა არც ნატალიაზე ორსულობის მერე დამიცავს, ბუნებრივად დავიკელი, ოღონდ გარკვეული დრო დამჭირდა. ძალიან ბევრს ვმოძრაობ ისედაც და ფიზიკური დატვირთვა გამომდის.

ორსულობის პერიოდი ქალისთვის ინდივიდუალურია. ამბობენ, რომ ქალი ამ დროს უფრო სხვანაირად ლამაზდება, მეორე მხრივ კი, ბევრ ვიტამინს კარგავს და მის აღსადგენად დრო სჭირდება. ორსულობის დროს ბედნიერი ხარ და შესაბამისად — ლამაზი.

— თქვენი ცხოვრების წესში ჯანსაღი კვება შედის?

— სამწუხაროდ, ვერ ვიტყვი, რომ ჯანსაღად ვიკვებები. ზოგადად მომწონს, როცა ყურადღებას აქცევენ, საკვები რამდენად შეიცავს ვიტამინებს, სწორად იცავენ რეჟიმს და ა.შ., მაგრამ მე ვერ ვახერხებ. შემიძლია ნებისმიერი სახის საკვები მივიღო და არ მოვიმატო. ეს იმას არ ნიშნავს, რომ ჩემს რაციონში ყოველდღე ცომეული და ტკბილეულია. უბრალოდ თავს არაფერში ვიზღუდავ. გურმანი ვარ.

— თქვენი გემოვნების ჩამოყალიბებაზე რა გავლენა იქონია ოჯახმა, უფროსმა თაობამ?

— ბუნებრივია, დედამ — თამრიკო ბუჯიაშვილმა იქონია დიდი გავლენა. როცა პატარა ხარ, დედა გირჩევს სტილს და გაცმევს. სიამოვნებით ვიხსენებ, დედა ამას როგორ აკეთებდა. ეს კარგად გამოსდიოდა, გემოვნებიანი იყო. თმასთან დაკავშირებით გვქონდა უთანხმოება. დედას აწეული და უკან შეკრული თმა მოსწონდა, მე გაშლილს ვამჯობინებდი. სკოლაში მიმავალს თმას ამიწევდა, მე კი სახლიდან გასვლისთანავე ვიშლიდი და უკან გაწეწილი ვბრუნდებოდი. დედას მაინც არ ეზარებოდა, მეორე დღეს ჩემთვის იგივე ვარცხნილობა გაეკეთებინა.

განსხვავება ასევე ის იყო, რომ მე მიყვარს თავისუფლად ჩაცმა, დედას კი ერჩივნა, უფრო ქალურად და მოწესრიგებულად მცმოდა. მე ჯინსების და მამაჩემის პერანგის ჩაცმა მიყვარდა.

— დღეს ალბათ მეუღლის გარდერობს „ემტერებით“.

— კი, თორნიკეს პერანგებს ვიცვამ ხოლმე. ყოველდღიურობაში მიყვარს თავისუფალი სტილი. საერთოდ ყველანაირ სტილს ვირგებ.

— ოჯახის წევრი მამაკაცების აზრი რამდენად მნიშვნელოვანია თქვენთვის გარეგნობასთან დაკავშირებით?

— ნაკლებად ვითვალისწინებ სხვის აზრს, ყველას მოსაწონი ვერასოდეს იქნები, მაგრამ თორნიკეს აზრს ვითვალისწინებ. ჩვენი გემოვნება ემთხვევა.

— როდის იღებთ თორნიკესგან ყველაზე ბევრ კომპლიმენტს?

— თორნიკე კომპლიმენტებს ყოველთვის და ხშირად მეუბნება.

— ქალისთვის, რომელიც თავს უვლის, კანის მდგომარეობა 30 წლის შემდეგ ნომერი პირველი საკითხი ხდება. ალბათ არც თქვენ ხართ გამონაკლისი.

— ყველანაირ სიახლეს მივესალმები, მაგრამ თავად იმდენად ვერ ვიყენებ. კანისთვის შესაბამის საცხს ვისვამ, მაგრამ ყოფილა შემთხვევა, დამვიწყებია. დედას სხვანაირად თეთრი, ლამაზი და უპრობლემო კანი ჰქონდა. მე უფრო მუქი კანი მაქვს, ოღონდ — ასევე უპრობლემო.

— პლასტიკური ქირურგიის სამომავლოდ გამოყენებაზე თუ ფიქრობთ?

— ზოგადად პლასტიკური ქირურგიის წინააღმდეგი არ ვარ. ვიღაცას შეიძლება სჭირდებოდეს და უხდებოდეს, მაგრამ ზუსტად ვიცი, რომ მე კანს არასოდეს გადავიჭიმავ. ასეთ დროს ადამიანები ერთნაირები ხდებიან. კანი მაინც დაიწყებს დაბერებას და საბოლოოდ უფრო ცუდ შედეგს იღებენ. ასე რომ, მაინც ბუნებრიობის მომხრე ვარ. კანის მოვლის ათასგვარი საშუალებაა, რომ მაინცდამაინც რადიკალურ ზომას — კანის გადაჭიმვას არ მივმართოთ. ვფიქრობ, საცხებით მოვლილი კანი ბევრად ლამაზია.

„ორსულობის დროს ბედნიერი ხარ და შესაბამისად — ლამაზი".

— რა ასაკში უფრო მოგწონდათ საკუთარი თავი, გულწრფელად რომ გვითხრათ?

— ჩემი თავი ყველა ასაკში მომწონდა. საკუთარი თავის აღქმა განწყობაზე უფროა დამოკიდებული.

— მოდელობაც გიცდიათ. ქალისთვის სხეულის მოვლაა უფრო მნიშვნელოვანი თუ სახის?

— მოდელობის შემთხვევაში უფრო სხეულს აქცევენ ყურადღებას. ზოგადად კი სახესაც და სხეულსაც თანაბრად სჭირდება მოვლა.

— რომელია თქვენი ფერი?

— ყოველთვის ერთი ფერი არ მომწონს. ადრე შავ და მუქ ფერებს ვანიჭებდი უპირატესობას, ახლა სიჭრელე მხიბლავს. ალბათ ფერები განწყობასთანაც არის დაკავშირებული.

— სარკიდან ვინ გიყურებთ?

— ყოველთვის ნინო ქორიძე, ოღონდ სხვადასხვა განწყობით.

✓ **მანანა ნოდია**

Cyan Magenta Yellow Black

მოწევა კლავს
მოწევა იწვევს კანის
ნაადრევ დაბერებას

ყინულის დედოფლის ქორწილი

ქეთა თოფურიას ოფიციალური გათხოვება რუსული შოუბიზნესის წლის ყველაზე მასშტაბურ ცერემონიად აღიარეს

მოსკოვში მცხოვრები ქართველი მომღერლის, ჯგუფ „ა სტუდიოს“ სოლისტის, ქეთა თოფურიას ქორწილი მთელი რუსული შოუბიზნესისთვის იქცა მნიშვნელოვან მოვლენად. საქორწილო ცერემონიალი და დაბადების დღე ქეთამ 9 სექტემბერს ერთად აღნიშნა მოსკოვის პრესტიჟულ საკონცერტო დარბაზ „ლუქსორ ვილიჯში“. ქორწილი მთლიანობაში შოუ-პროგრამას ჰგავდა. გაფორმება და ცერემონიალი ცნობილი ზღაპრის „ყინულის დედოფალის“ მიხედვით გაკეთდა. პატარძალი და სიძე, ლევ გეიხმანი, „ა სტუდიოს“ სიმღერაზე „ია ისკალა ტებია“ შევიდნენ დარბაზში, სადაც სტუმრები ფეხზე ამდგარნი შეეგებნენ.

ქორწილზე მიწვეულთა რაოდენობა რუსული ბომონდისთვისაც კი შთამბეჭდავი იყო — 500 ადამიანზე მეტი. ამის გამო ეს ცერემონიალი რუსული შოუბიზნესის 2013 წლის ყველაზე მასშტაბურ ქორწილად აღიარეს.

პატარძალი თეთრ, ასიმეტრიული ფორმის საქორწილო კაბაში ბრწყინავდა, სიძე შავ სმოკინგში იყო გამოწყობილი. ქეთას ანგელოზის ფორმაში გამოწყობილი ორი ბავშვი მიუძღოდა და წინ ვარდის ფურცლებს უყრიდა, რაც ძალიან გულისამაჩუყებელი სანახაობა იყო.

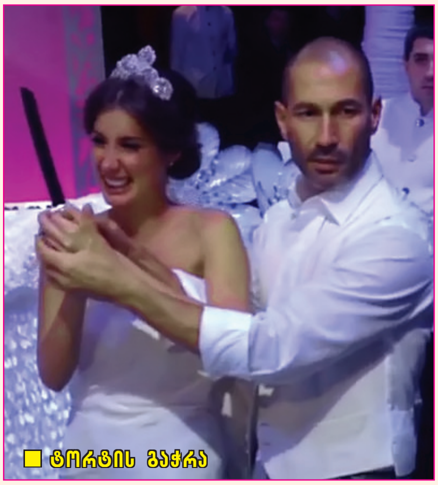
■ ქეთას მეგობრები

ქორწილში მთელი რუსული შოუელიტა გახლდათ მისული, ასე რომ, ერთმანეთის მიმართ არცთუ კეთილგანწყობილი კლანების წარმომადგენლები გვერდიგვერდ მოხვდნენ, მაგალითად, ალა პუგაჩოვა და იგორ კრუტოი. რუსული შოუბიზნესის ეს ორი ვეშაპი, წლებია, ერთმანეთს აღარ ეკონტაქტება და შეხვედრებსაც გაურბის. ქეთას ქორწილი კი ამ მხრივ გამონაკლისი აღმოჩნდა. პრიმადონამ ქეთა შემდეგი სიტყვებით დალოცა: „ქეთა, გისურვებ, რომ შენ გარშემო არასდროს ყოფილიყოს მსგავსი ჭორები, რასაც ჩემსა და მაქსიმზე ავრცელებენ“ (იგულისხმა ჭორები, თითქოს მაქსიმ გალკინი ალას შორდება).

■ ალა პუგაჩოვა სტუმრებს შორის

■ მაქსიმ გალკინი და ვალერი მელაძე

ცერემონიალის პირველი ნაწილის წამყვანი რუსი მომღერალი და ქეთას მეგობარი ალექსეი ჩუმაკოვი გახლდათ. მეორე ნაწილი კი მაქსიმ გალკინმა წაიყვანა. ბუნებრივია, ეს დღე სხვა კოლეგებმაც ქეთას სიმღერებით მიულოცეს, განსაკუთრებით აქტიურობდნენ ვალერი მელაძე, სოსო პავლიაშვილი და ლეონიდ აგუტინი. ქორწილში ქართული სიმღერებიც აჟღერდა. ქეთამ „თბილისო“ შეასრულა, სოსო პავლიაშვილმა კი ქართულ მოტივებზე მთელი დარბაზი ააცეკვა.



■ ტორტის გაჭრა

■ საქორწილო ტორტი

პატარძლისთვის სიურპრიზი აღმოჩნდა, როდესაც მისი მეგობრები ქორწილში მაისურებით მივიდნენ, რომლებზეც ქეთას ბავშვობის ფოტო იყო გამოსახული და დაბადების დღე ამ ფორმით მიულოცეს. გავრცელებული მოსაზრება, რომ ქეთას მეჯვარე მომღერალი ქრისტინე იმედაძე იქნებოდა, რომელიც მას ამ დღეს გვერდიდან არ მოშორებია, მცდარი აღმოჩნდა. მიზეზი მარტივია — ქეთასა და ლევს ჯვრისწერა არ ჰქონიათ, რადგან ბანკირი ლევ გეიხმანი ეროვნებით ებრაელია.

კრისტალებიანი საქორწილო კაბა ქეთამ შუაღამეზე გამოიცვალა და შედარებით მოკრძალებული, თუმცა ასევე თეთრი კაბა ჩაიცვა, რომელიც მას ცეკვაში ხელს არ უშლიდა.

თაფლობისთვე ახალდაქორწინებულებმა ჯერ კიდევ ქორწილამდე, აგვისტოში მოიწყვეს ერთ-ერთ ეგზოტიკურ კუნძულზე. ქორწილის შემდეგ ქეთას „ა სტუდიოსთან“ ერთად დატვირთული საგასტროლო გრაფიკი ელის.

სიახლე!!! ვცვლით! ძველ აპარატებს ახალ შვეიცარულ გლუკომეტრზე ტესტ-ფურცლებით--10 ლარის დამატებით.

დიდი ფასდაკლება ქოლესტერინის აპარატზე.

აკონტროლეთ თქვენი ჯანმრთელობა!

უარი უთხარით მიოკარდიუმის ინფარქტს და ათეროსკლეროზს!

მის: ბორჯომის ქ. №4 (გერმანიის საელჩოს პირდაპირ)

ტელ: 235 44 05; 599 19 60 55. www.glucometer.ge

Perwoll
Brilliant Color
ახლივითაა
ფერის აღდგენის ეფექტი
მოდური სამოსის ფერი მუდამ ახალივით ბრწყინვალეა!
ახალი Perwoll Brilliant ბრწყინვალედ უმკლავდება მოდური ტანსაცმლის დელიკატურ რეცხვას. ფერის აღდგენის ეფექტის წყალობით ის აახლებს თქვენი საყვარელი ფერადი, შავი და თეთრი სამოსის ხასხასა ფერებს. ახლა ყოველი გარეცხვის შემდეგ მათი ფერი ახალივით ბრწყინვალეა!
Henkel
ჰენკელი
Perwoll
Brilliant Color
like new

დოლჩე და გაბანას რელიგიური ზმანება

სამოდელო სახლმა „დოლჩე და გაბანამ“ 2013-2014 წლების შემოდგომა-ზამთრის კოლექციის ჩვენებისთვის შემთხვევით არ აირჩიეს მონრეალის ძველი ქრისტიანული ეკლესია, რომელიც 1174 წელს არის აშენებული. კოლექციის მთავარი შტრიხი ვენეციური და ბიზანტიური მოზაიკა გახლდათ, გაფორმებული ძვირფასი ქვებითა და ოქროთი. რელიგიური სიმბოლიკა იყო არამარტო სამოსზე, არამედ ფეხსაცმელსა და ოქროსფერ ჩანთებზეც კი.

სამკაულებში აქტიურად იყო გამოყენებული ჯვრის ფორმები. კოლექციაში ყველაზე დიდი დოზით ოქროსფერი გრადაციები შეინიშნებოდა, თუმცა მათ გვერდით დიზაინერებმა არც წითელი და შავი ფერები დაივიწყეს. კრიტიკოსებმა ეს კოლექცია დოლჩე და გაბანას რელიგიურ ზმანებად გამოაცხადეს.

მადონა 25 წლის ბიჭზე დაინიშნა

ამერიკის პოპდედოფალი, მადონა, აპირებს, მესამედ გათხოვდეს. ცნობილი გახდა, რომ ის ოფიციალურად დაინიშნა თავის ახალგაზრდა ბოიფრენდზე, 25 წლის ბრახიმ ზაიბატზე. აქამდე მადონა ორჯერ იყო გათხოვილი. პირველად მსახიობ შონ პენთან იქორწინა, მეორედ — რეჟისორ გაი რიჩთან.

არავის ეგონა, თუ მასზე 30 წლით უმცროსი ბიჭი მომღერალს კვლავ გათხოვებაზე დააფიქრებდა. ყველა თვლიდა, რომ პოპდედოფლისთვის ეს მორიგი გატაცება იქნებოდა.

ახალგაზრდა მამაკაცი მონდომებით ცდილობდა მადონას გულის დაპყრობას. ცოლობაც რამდენჯერმე შესთავაზა, მაგრამ 55 წლის მომღერლისგან თანხმობა მხოლოდ ახლა მიიღო. აქამდე მადონას უარი იმით კი არ იყო განპირობებული, რომ მათ შორის ასაკობრივი სხვაობა 30 წელია, არამედ იმით, რომ ზაიბატი კაბალას მიმდევარი არ გახლდათ, მადონა კი უკვე რამდენიმე წელია, რაც ამ რელიგიური მიმდინარეობის აქტიური წევრია.

ცოტა ხნის წინ ებრაული ახალი წლის აღსანიშნავად მადონამ თავისი რჩეული კაბალისტურ საზოგადოებაში მიიყვანა. როცა ბრახიმი ამ რელიგიას დაუახლოვდა, მადონამ მისი ცოლობაც გადაწყვიტა. ქორწილის სავარაუდო დრო ზამთარია.

კეიტ მიდლტონმა შესანიშნავი ფორმა დაიბრუნა

ინგლისის სამეფო ტახტის მემკვიდრის, პრინც უილიამის ცოლი, კეიტ მიდლტონი, მშობიარობიდან თვენახევრის შემდეგ ელიტურ წვეულებაზე პირველად გამოჩნდა. ახალბედა დედა შესანიშნავ ფორმაშია. მას ჯენი პეკემის ვერცხლისფერი გრძელი კაბა ეცვა. გემოვნებიანად შერჩეულ სამოსს ბრილიანტის სამკაულები ამშვენებდა. კეიტი მაღალ ქუსლებზე იდგა, თმები გაშლილი ჰქონდა, მაკიაჟი კი — სადა.

სტუმრებისა და პრესის ყურადღება ამჯერად მისმა ჩაცმულობამ კი არა, მისმა სხეულმა მიიქცია. მას მშობიარობის კვალიც არ ეტყობოდა. „არც ერთი ზედმეტი კილოგრამი. ამ ქალმა სასწაული მოახდინა. ყველა გაკვირვებული დაგვტოვა“, — წერს ერთ-ერთი ბრიტანელი ჟურნალისტი.

კეიტი გახარებულია, რომ მისმა ქმარმა, პრინცმა უილიამმა, შეიარაღებულ ძალებში სამსახური დაასრულა და ამიერიდან მას უფრო მეტი დრო ექნება ოჯახურ გარემოცვაში გასატარებლად.

„ამერიკის კონსულთან საკუთარი შვილების ასაკი ვერ გავიხსენე“

რატომ გადაიფიქრა გია ჯაჯანიძემ მაკა შალიკაშვილთან ერთად დასვენება

ფსიქოლოგი, ტელესახე გია ჯაჯანიძე, შეიძლება ითქვას, რომ გამუდმებით მოგზაურობს, თანაც ძირითადად მეგობრები ეპატიჟებიან. ეს, ერთი მხრივ, რა თქმა უნდა, სასიამოვნოა, მაგრამ, მეორე მხრივ, მისთვის დამღლელია. უყვარს, როცა მარტო ისვენებს. კომფორტული თანამგზავრის დასახელება უჭირს, თვლის, რომ თავად არის კომფორტული ადამიანი და მასთან ერთად მოგზაურობა ყველასთვის გამართლებაა.

— ბატონო გია, დასასვენებლად წელიწადის რომელ დროს ირჩევთ?

— ბოლო 5 წელია დასასვენებლად მაშინ მივდივარ, როცა ხალხი კურორტებიდან ბრუნდება ან კიდევ, სანამ დასვენების სეზონი დაიწყება. სანამ ისინი ისვენებენ, მე ჩემს ქალაქში ვისვენებ ყველასგან. ზაფხულის დასაწყისში ბათუმში, თურქეთსა და მინსკშიც ვიყავი. ბოლო 3 წელია, ბელორუსიაში ისე კარგად ვისვენებ, რომ ვერ გადმოგცემთ. ამჟამად ბელორუსიაზე ვარ შეყვარებული. სიმშვიდე, სისუფთავე, წესრიგი... წესრიგში ვგულისხმობ იმას, რომ ადამიანები ძალიან მშვიდები არიან, არც სკანდალი აინტერესებთ და არც ჭორი. ხალხი მშვიდი სახით დადის, ყველა მუშაობს და, რაც მთავარია, არ არიან გაგიჟებულები და გაბოროტებულები.

წელიწადში რამდენჯერ ვტოვებ ქვეყანას, ვერ დავითვლი. როგორც ამერიკელებს სჩვევიათ, დაგეგმილად არასოდეს ვმოგზაურობ. მახსოვს, 1998 წელს ამერიკელი ჟურნალისტი გავიცანი, რომელმაც მითხრა, 2005 წლის მაისისთვის საქართველოში ვაპირებ ჩამოსვლასო. დათქმულ დროს მართლაც ჩამოვიდა და დამირეკა. ხან მარტო ვმოგზაურობ, ხანაც ახლობლებთან ერთად.

ამ ზაფხულს მაკა შალიკაშვილმა დამპატიჟა თურქეთში. ძალიან გამიხარდა და ჩავბარგდი, მაგრამ გაფრენის წინა დღეს მითხრა, იქ როგორც კი ჩავალთ, უნდა გაგაუპატიუროო და რაღას ვიზამდი? შემეშინდა და აღარ წავედი!

როგორ მენატრება რუსეთში წასვლა, არ იცით! ვერ მივდივარ ან არ მივდივარ, მაგრამ იმდენად აპოლიტიკური პიროვნება ვარ და იქ იმდენი მეგობარი მყავს, რომ მოვინდომო, აუცილებლად წავალ.

— მარტო მოგზაურობა არ არის თქვენთვის მოსაბეზრებელი?

— არანაირად! ერთხელ ჩემი შვილები ბათუმში წავიყვანე 10 დღით და თავბედი ვიწყევლე. ამით დამთავრდა ჩემი მათთან ერთად მოგზაურობა! ხალხი ისეთი ამბიციური გახდა, ვინმეს რაიმე რომ მოვუწოდო

> **„თვითმფრინავი ის ადგილია, სადაც ვისვენებ, არანაირი შიში არ მაქვს. ერთხელ ამერიკაში მივფრინავდი და ისეთ ტურბულენტურ ზონაში მოვყევით, ზემოდან ბარგი ცვიოდა. არც კი გავნძრეულვარ. ვიღაც ქალმა შემომკივლა, იყვირე, გული არ გაგისკდესო“.**

ან ვურჩიო, ამაზე გიჟდებიან! ამიტომ უბრალოდ ჩემს აზრს ვიტყვი და ვისაც უნდა, ის გაიგებს. არ მესმის ადამიანის, რომელიც ოჯახთან ერთად დასასვენებლად მიდის. ცოლს არ უნდა ზღვაზე შენთან ერთად წამოსვლა მხოლოდ იმიტომ, რომ ბავშვს დილით ჯერ კიდევ სძინავს. ან ოჯახს შია და შენც უნდა ჭამო იმიტომ, რომ მერე ცალკე ხომ არ შეჭამ? ოჯახი, რომელიც დასასვენებლად ერთად მიდის, მაგრად იღლება. ტყუილად ჰგონიათ, რომ დასასვენებლად იყვნენ. მარტო რომ მივდივარ სამოგზაუროდ, როცა მინდა, მაშინ ვწვები, ვდგები, პლაჟზე გავდივარ, ვაკვირდები ხალხს და ვარ ბედნიერი!

— თქვენ იმ თაობას მიეკუთვნებით, ვისთვისაც ამერიკა თავისუფლების, ოცნების ქვეყანა იყო. ყოფილხართ იქ?

— კი. ამერიკაში პირველად 1997 წელს მოვხვდი. ეს წასვლა ძალიან სასაცილოდ მახსენდება. მაშინ საკონსულოში საშინელი რიგები იყო, თან რიგს არ იცავდნენ და ხალხი დასწრებაზე იყო, ძალადობდნენ უკვე. პირველ და მეორე დღეს კონსულამდე ვერ მივაღწიე. მივედი მესამე დღეს და იმერული მექანიზმიც ჩავრთე. დაცვამ დაიყვირა, სპორტსმენები გამოუშვითო. ვერ გეტყვით, რამხელა კალათბურთელები გაიქცნენ და მეც მივყევი. დაცვა გადამიდგა, შენ სადღა მიდიხარო. სპორტსმენებს ხომ დაუძახეთ-მეთქი, შევეპასუხე. მერე შენ რის სპორტსმენი ხარო. „შახმატისტი“ ვარ-მეთქი, ვუთხარი და გამიშვა.

ინგლისური არ ვიცოდი. არასოდეს დამავიწყდება ის კონსული, ჩემი სიმაღლის, ქერა მამაკაცი, რომელიც დამტვრეული ქართულით საუბრობდა. გადახედა ჩემს საბუთებს და შვილის ასაკი მკითხა. გავითიშე, არ მახსოვს-მეთქი. დავიწყე დათვლა, ცოლი რომელ წელში მოვიყვანე და იმის მიხედვით მინდოდა, შვილის ასაკი დამედგინა. კონსულს ეგონა, შეკითხვა ვერ გავიგე და კიდევ გამიმეორა. ისევ ვუთხარი, არ მახსოვს-მეთქი. მერე მეორე შვილის ასაკი მკითხა, ისიც ვერ ვუპასუხე. ბოლოს რამდენი წლის ხარო, მკითხა და კიდევ კარგი, ვუპასუხე. მითხრა, ასეთი რაღაც შეიძლება მოხდესო. ვინც ამერიკაში დასარჩენად მიდიოდა, ისეთი მომზადებულები იყვნენ, კონსულს მეზობლის ფეხის ზომა რომ ეკითხა, უპასუხებდნენ. მე კი არაფერზე ვფიქრობდი და ჩამირტყეს კიდეც.

— იქ სამოგზაუროდ წახვედით თუ საქმე გქონდათ?

— ამერიკაში ფსიქოლოგიური მდგომარეობის შეცნობა და ფსიქოკოდირების კურსების გავლა მინდოდა და არ გაინტერესებთ, რატომ? მე ხომ ფსიქოლოგიაში უკულმა მოვედი! კინოსარეჟისორო და ჟურნალისტიკის ფაკულტეტი მაქვს დამთავრებული და ჩემზე ალაპარაკდნენ, მაგას ფსიქოლოგიური არ დაუმთავრებია, არ არის დიპლომიანი ფსიქოლოგიო. წავედი ამერიკაში, სადაც არა რუსულ, არამედ ინგლისურენოვან ჯგუფში მოვხვდი. ერთი სიტყვაც არ ვიცოდი ინგლისურად, რის გამოც იძულებული ვიყავი,

> **„ოჯახი, რომელიც დასასვენებლად ერთად მიდის, მაგრად იღლება. ტყუილად ჰგონიათ, რომ დასასვენებლად იყვნენ. მარტო რომ მივდივარ სამოგზაუროდ, როცა მინდა, მაშინ ვწვები, ვდგები, პლაჟზე გავდივარ, ვაკვირდები ხალხს და ვარ ბედნიერი!“**

მთელი ლექციები დიქტოფონზე ჩამეწერა და მერე თარგმანი გამეკეთებინა. ამას რომ თავი დავანებოთ, საშინელი ორიენტირების უნარი მაქვს და წარმოიდგინეთ, მე ამერიკაში მარტო როგორ ვიქნებოდი!

— დარწმუნებული ვარ, ბევრი რამ გადაგხდებოდათ თავს.

— კი, ასე იყო. ნიუ იორკში ვცხოვრობდი. ჩემი საცხოვრებელი ადგილიდან რომ გამოვიდოდი, ერთ ქუჩას ავუყვებოდი და უკან ვბრუნდებოდი. ერთ დღესაც მოვინდომე, ზემოთაც ამეხვია. შორს ხე დავინახე, იქამდე მისვლა და მერე ისევ უკან დაბრუნება გადავწყვიტე. მივდიოდი და თან მეშინოდა, არც ტელეფონი მქონდა და რომ დავკარგულიყავი, ვიღუპებოდი, მაგრამ ერთი კარგი თვისება მაქვს — სადაც დავიკარგები, იქვე ვჩერდები. მივბოდიალობდი და ჩემს სახელს ვიღაც აქცენტით ბოლო ხმაზე გაჰკიოდა, მეგონა, მეჩვენებოდა. 12 წლის დაკარგული მეგობარი, ჩემი ნათლული ალინა და დედამისი აღმოვაჩინე! უნგრეთში ცხოვრობდნენ. არ ვიცოდი, თუ ამერიკაში შემხვდებოდნენ და მათ დანახვაზე მეგონა, ჰალუცინაცია დამეწყო. ოთხრიგად მომავალი მანქანების ტრასა დაუფიქრებლად გადავჭერი, იმათაც გადმოჭრეს, შუა ზოლში ვიდექით და ჩახუტებულები ვყვიროდით!

ერთ დღეს მეგობრებმა კრივზე წამიყვანეს. ეს ერთადერთი სპორტია, რომელსაც ვერ ვიგებ. დღესაც დარწმუნებული ვარ, კრივზე იმიტომ წამიყვანეს, რომ სიამოვნება ჩემს რეაქციებზე მიეღოთ და არა — ორთაბრძოლაზე. საშინელი სიბინძურე იყო, ყველაფერს ძირს ყრიდნენ. პოპკორნი ძალიან მიყვარს. მოწესრიგებული ადამიანი ვარ, მაგრამ პოპკორნის ყუთი ძირს ინსტინქტურად დავაგდე. მერე ისე მეხამუშა, ეს ნაგავი ჩემი სკამის ქვეშ ფეხით შევწიე. მივხვდი, რომ მეგობრები ჩემზე კაიფობდნენ და გადავწყვიტე, ბოლომდე ეკაიფათ. როცა დარბაზი გასუსული იყო, მე სწორედ მაშინ ვკიოდი თავდავიწყებით.

— ამერიკამ თქვენს პიროვნებაზე როგორ იმოქმედა, იქიდან შეცვლილი დაბრუნდით?

— ამერიკიდან რომ დავბრუნდი, ყველა სხვანაირად მესალმებოდა. მახსოვს, ტელევიზიის კიბეებზე ავდიოდი, კოჭებამდე ტყავის →44

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი

მიიღეთ

ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად
მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

ლაბადა მეცვა, შარვალი და პერანგიც კი ტყავის იყო. ამერიკიდან ჩამოსული იმ წუთას ყველაზე მაღალი ვიყავი, კიბეებზე ამაყად მივაბიჯებდი. ბოლო საფეხურზე ფეხი ავდგი თუ არა, დავეცი და ისე დავგორდი, სახე ვურტყი კიბეებს. იქ დამთავრდა ჩემი მოგზაურობიდან გამომდინარე ამპარტავნება.

საერთოდ ჩემი ყველა ისტორია თუ მოგზაურობა ადამიანებთან ურთიერთობით და მათი სიყვარულით იწყება და მთავრდება, რადგან თუ შავ დღეს დამაყრიან და ამომამწარებენ, ვერც შენობებს დავინახავ და ვერც სხვა რამეს. ის, რაც ამერიკულ ფილმებში მქონდა ნანახი, ყველაფერი რეალურად დავინახე. იცით, რა არის შთამბეჭდავი და სასიამოვნო? უკვე შენს ქვეყანაში ჩამოსული ეკრანზე რომ ხედავ იმ ადგილებს, სადაც ფოტოებს იღებდი. პირდაღებული ვუყურებდი იმ შენობა-ნაგებობებს!

— **ვიცით, რომ საფრანგეთშიც ხართ ნამყოფი. პარიზზე რას გვეტყვით?**

■ გია ჯაჯანიძე კიევში

— განსაკუთრებულს ვერაფერს. მხოლოდ ის მომწონს, რომ პარიზელები დილით გვიან დგებიან. მეც ასე ვარ და ალბათ ამიტომაც. პარიზულ არქიტექტურაზე მე რა უნდა გითხრათ? ვნახე შენობები, სადაც ვიდექი და საათობით თუ არა, საკმაოდ დიდხანს ვუყურებდი. უცნაური კი ის იყო, რომ სურათი ყველგან გადავიღე, გარდა ეიფელის კოშკისა, რაღაც პროტესტის გრძნობა გამიჩნდა. ყველა რომ ეიფელის კოშკთან იღებს ფოტოს, მე არ გადავიღე და არ ვიცი, რატომ. სურათებს უფრო ლამაზ შენობებთან ვიღებდი. ადამიანი, რომელიც ჩემთან ერთად იქ იმყოფებოდა, ძალიან საინტერესო რუსი ქალი იყო, მის ვინაობას ვერ გაგიმხელთ. მაოცებდა მისი სიყვარული და ხელოვნებისადმი დამოკიდებულება. ის ჩემი გიდი იყო, რადგან კარგად იცის პარიზი და ხელოვნება. მიყვარს უცხო ქალაქის ქუჩებში ბოდიალი.

— **ბოდიალიც ალბათ თქვენთვის ყველაზე კომფორტულ თანამგზავრთან ერთად გიყვართ.**

— საქმეც ის არის, რომ არც კომფორტული თანამგზავრი მყავს და არც არაკომფორტული. ძირითადად მე ვარ კომფორტული ადამიანი. ძალიან ხშირად მეპატიჟებიან დასასვენებლად, ოღონდ ეს იმას ნიშნავს, რომ დასაღლელად უნდა წავიდე, რადგან სულ უნდა ვილაპარაკო და მისი ცხოვრების მსჯელობა-რჩევაში ვიყო. ასეთი მოგზაურობიდან გათანგული ჩამოვდივარ ხოლმე.

— **სხვა რომელ მოგზაურობას გაიხსენებდით?**

— ერთხელ უნგრეთში პავაროტი იყო ჩასული და მეგობრებმა კონცერტზე წამიყვანეს. პირველად მაშინ მივხვდი ამ ადამიანის გამოსვლაზე, დარბაზში „ბრავო"-ს განწირული ხმით რატომ კიოდნენ!

„დაცვამ დაიყვირა, სპორტსმენები გამოუშვითო. ვერ გეტყვით, რამხელა კალათბურთელები გაიქცნენ და მეც მივყევი. დაცვა გადამიდგა, შენ სადღა მიდიხარო. სპორტსმენებს ხომ დაუძახეთ-მეთქი, შევეპასუხე. მერე შენ რის სპორტსმენი ხარო. „შახმატისტი" ვარ-მეთქი, ვუთხარი და გამიშვა".

ემოციისგან იმხელა ვიღრიალე, მე თვითონვე შევშინდი.

ჩინეთზეც სიამოვნებით გიამბობთ, სადაც 2004 წელს 10 დღით გახლდით. საქართველოდან ჟურნალისტები წაგვიყვანეს. დავათვალიერეთ მნიშვნელოვანი ადგილები, მაგრამ ყველაზე კარგი რაც იყო, ძალიან მაგარ სტამბაში მიგვიყვანეს. ერთ-ერთი ჟურნალის ტირაჟი ვიკითხე. ამ ეტაპზე შემცირდა ტირაჟი და მხოლოდ 15 მილიონიაო. მე არ ვიტყვი, იმ გაზეთის ტირაჟი რამდენი იყო, სადაც ვწერდი.

— **ჩინეთმა რა მოგონება დაგიტოვათ?**

— ჩინეთის ცნობილ კედელზე აღარაფერს ვიტყვი. ერთმა კაცმა გამაოცა: ქუჩაში იჯდა და ფუნჯის გარეშე, ცერა თითით ხატავდა. ჩააწობდა საღებავში თითს და წამის მეასედებში შედევრებს ქმნიდა! ჩემთვის ეს უფრო შთამბეჭდავია, ვიდრე სხვა რაღაცეები! ერთი ისტორია აუცილებლად უნდა მოგიყვეთ. არ გაინტერესებთ, ჩემი მანიაკური წესრიგი საიდან დაიწყო? ჩინეთში სასტუმროდან გამოვედი, სიგარეტს მოვხსენი ცელოფანი და დაუფიქრებლად დაბლა დავაგდე. ორი ნაბიჯი რომ გადავდგი, ვიღაც ულამაზესი ჩინელი გოგო დაიხარა, აიღო ჩემი

„ამ ზაფხულს მაკა შალიკაშვილმა დამპატიჟა თურქეთში. ძალიან გამიხარდა და ჩავბარგდი, მაგრამ გაფრენის წინა დღეს მითხრა, იქ როგორც კი ჩავალთ, უნდა გაგაუპატიუროო და რაღას ვიზამდი?".

დაგდებული ნაგავი და იქვე ურნაში ჩააგდო. იმ დღის მერე ქუჩაში სიგარეტის ნამწვიც კი არ გადამიგდია. ამ ჟესტმა, რომ მან გამიღიმა და ჩემი დაგდებული ნაგავი აიღო, წესრიგი მასწავლა.

— **ჩინეთში მართლა ბევრი ლამაზი ქალი დადის?**

— კი, ძალიან ლამაზები არიან, ოღონდ არა — მასობრივად. მასე არც ქართველებს გვყავს მასობრივად ლამაზი ქალები. რუსთაველზე რომ გახვიდეთ, ლამაზ გოგოს ვერ ნახავთ, მაგრამ ხომ გვყავს ლამაზი ქალები? გამაოგნა, გამაოცა და შოკში ჩამაგდო ჩვენმა გოგონებმა ერთ-ერთი დიზაინერის საცურაო კოსტიუმების ჩვენებაზე. ამდენი ლამაზი ქართველი გოგო აღარ დამთავრდა!

— **საქართველოს და ჩინეთის გარდა, კიდევ სად ნახეთ ლამაზი ქალები?**

— 51 წლის ვარ და იმ ფაზაში გადავედი, როცა თავისუფლად ვამბობ, შეუხედავი ქალი არ არსებობს, ყველა ქალი ლამაზია-მეთქი. ქალი თუ სულიერად ლამაზია, სასწაულია, პატარა ბიჭებს კი ამას ვერ გააგებინებ. რამდენი ლამაზი ქალი არსებობს, რომლებმაც შეყვარებულებს ცხოვრება ამოამწარეს, ამიტომ მთავარი სილამაზე არ არის. სიბერეში პატიოსნებაზე ლაპარაკი სასწაულია.

— **საზღვარგარეთ საყიდლებისთვის იცლით ხოლმე?**

— მაღაზიებში მარტო იშვიათად დავდივარ. თან მახლავს ადამიანი, რომელსაც თითს დავუდებ, რაც მინდა და ყიდულობს. ჩემს მეგობრებზე მოგახსენებთ. ფულს მხოლოდ საჩუქრებად განკუთვნილ სუვენირებში ვხარჯავ. ერთი ძალიან უცნაური თვისება მაქვს. შემიძლია 200 ევროიანი ფეხსაცმელი მეცვას და მაისური ბაზრობაზე ვიყიდო. ასეთ რაღაცეებს ყურადღებას არ ვაქცევ. ნებისმიერ მაისურს მარკას ვაჭრი. მხოლოდ იმიტომ, რომ ბრენდია, ამ მარკას ზურგს ვერ დავაკაწვრინებ.

— **უცხო სამზარეულოებიდან გამორჩეულად თუ გიყვართ რომელიმე?**

— კი, როგორ არა. ჩინური სამზარეულო ძალიან მიყვარს, მაგრამ არა — ჩინეთში, არამედ საქართველოში მომზადებული. აქ ჩინურ რესტორანში რომ სამზარეულოა, ასეთი ჩინეთში ვერაფერი დავაგემოვნე. ჩვენთან ქართული სუნელებით ამზადებენ და ალბათ ამიტომაც მომწონს. სიმართლე გითხრათ, არც ვარ გურმანი, შემიძლია ერთი კვირის განმავლობაში წიწიბურა ვჭამო. ვეგეტარიანელი ვარ და არანაირ საჭმელს არ ვნატრობ. ნეტა, ის მაჭამაო, რომ იტყვიან, არ მესმის. თუ შეჭამ, რა? სექსის არ იყოს, იმ წუთში გესიამოვნება და მორჩა!

— **თვითმფრინავით მგზავრობა თქვენთვის სასიამოვნო პროცესია თუ პირიქით?**

— ვგიჟდები თვითმფრინავზე! სასწაულად მძინავს! ეს ის ადგილია, სადაც ვისვენებ! არავითარი აბები, თავისით მეძინება. არანაირი შიში არ მაქვს და, მგონი, ეს უფროა არანორმალური. ამხელა მაქინა ჰაერშია გამოკიდებული და ცოტა ხომ უნდა გეშინოდეს ფრენის? მახსოვს, ერთხელ ამერიკაში მივფრინავდი და ისეთ ტურბულენტურ ზონაში მოვყევით, ზემოდან ბარგი ცვიოდა. არც კი გავნძრეულვარ. ვიღაც ქალმა შემომკივლა, იყვირე, გული არ გაგისკდესო. ქალბატონო, მე ვიცი, როდის მოვკვდები, არ ვიხოცებით და ტყუილად ნუ კივი-მეთქი, ვუთხარი. გაჩუმდა ეს ქალი. ორი ადამიანი ვისხედით მშვიდად. ისე კი გავიფიქრე, საფლავს და კუბოს ფული უნდა და რა კარგია, ახლა რომ დავიღუპო, ჰაერში დავიკარგები-მეთქი. გამოსავალი იქაც ვნახე.

✓ **სოფიო ბოჭორიძე**

ნიქოზია — კვიპროსის სიძველეთა საუნჯე

ნიქოზია, ხმელთაშუა ზღვაში მდებარე კუნძულოვანი სახელწიფოს, კვიპროსის დედაქალაქი, ამ კუნძულის ადმინისტრაციული და ბიზნესცენტრია. აღსანიშნავია, რომ ნიქოზიის ჩრდილო ნაწილი ბერძნულია, ხოლო სამხრეთ ნაწილი თურქულ სექტორს წარმოადგენს. დედაქალაქს ორ სექტორად ე.წ. მწვანე ზოლი ყოფს.

მსოფლიოში ისტორიული და კულტურული ძეგლების სიმრავლით განთქმულ ქალაქს საკუთარი სანაპირო ზოლი არ გააჩნია, თუმცა კუნძულის პატარა ფართობიდან გამომდინარე, გარუჯვისა და წყლის სპორტის მოყვარული ტურისტებისათვის პრობლემას ნამდვილად არ წარმოადგენს მეზობელ ქალაქებში, კერძოდ კი ლიმასოლში, პაფოსსა და ლარნაკაში დღეში რამდენჯერმე გადასვლა.

უკანასკნელი 5 წლის მონაცემებით, ნიქოზია მსოფლიოში მე-5 ყველაზე მდიდარი ქალაქია, რომელსაც ყოველწლიურად 2 მილიონი ტურისტი სტუმრობს.

კლიმატი

ნიქოზიაში კლიმატი სუბტროპიკულია. მთელი წლის განმავლობაში მზე ანათებს. ზაფხულში პრაქტიკულად არ წვიმს და მაისიდან მოყოლებული საკმაოდ ცხელა. ყველაზე კარგ პერიოდად ივლისი ითვლება. აგვისტოში ტემპერატურა ხანდახან 40 გრადუსსაც კი აღემატება.

კუნძულზე ზამთარი არცთუ ისე ცივი, მაგრამ წვიმიანია. რაც შეეხება თოვლს, ნიქოზიაში ის დაახლოებით 10 წელიწადში ერთხელ მოდის.

ფული

ნიქოზიის, ისევე როგორც მთელი სახელმწიფოს, ეროვნულ ვალუტას

Cyan Magenta Yellow Black

ევრო წარმოადგენს. 2008 წლის 1 იანვრამდე კი მიმოქცევაში კვიპროსული ფუნტი იყო. თურქულ სექტორში დღემდე თურქული ლირით სარგებლობენ. მაღალი დონის სასტუმროებსა და რესტორნებში ამერიკული დოლარითაც თავისუფლად გადაიხდით. რესტორნის მიმტანები საერთო ანგარიშის 10%-ს იტოვებენ. მომსახურე პერსონალისთვის რამდენიმე მონეტის ჩუქება სასტუმროშიც მიღებულია.

ნიქოზიაში მაღაზიებში შევაჭრება არ შეიძლება, რადგან ფასები ფიქსირებულია. ეს მხოლოდ ბაზარში შეგიძლიათ. ხილი და ბოსტნეული სეზონზე იაფია, ხოლო გზისპირებზე მინიმალურ ფასებში იყიდება. ქალაქის მაღაზიებში პროდუქცია მნიშვნელოვნად იაფი ღირს.

მაის-სექტემბერში მაღაზიები ღიაა ორშაბათიდან შაბათამდე 8:00-13:00 და 16:00-19:00 საათებში, ხოლო შაბათ-კვირას 13:00-ზე იკეტება. ზოგიერთი სავაჭრო ჯიხური კი იქამდე ვაჭრობს, სანამ მყიდველები არიან. ოქტომბრიდან აპრილის ჩათვლით მაღაზიები 18:00 საათამდე მუშაობს, ტურისტულ ზონებში კი — შესვენების გარეშე.

ენა

ნიქოზია ორენოვანი ქალაქია. იქ ორი სახელმწიფო ენაა, ბერძნული და თურქული. მათ შემდეგ ყველაზე პოპულარულია ინგლისური. თუ ინგლისური იცით, თარჯიმანზე ფულს დაზოგავთ. ქუჩაში ბევრი ჯიხურია, რომელიც გთავაზობთ ექსკურსიას რუსულ და ინგლისურ ენებზე. ბერძნებსა და თურქებს შორის სასაუბრო ენას სწორედ ინგლისური წარმოადგენს.

რელიგია

ნიქოზიის მოსახლეობის 78% მართლმადიდებელია, 18 % — ისლამის აღმსარებელი, ხოლო დარჩენილი 4% მსოფლიოში გავრცელებული სხვადასხვა რელიგიისა თუ რელიგიური სექტის მიმდევარია.

ადგილობრივები ძალიან რელიგიურები არიან. ბერძნული და თურქული სექტორების წარმომადგენლები ერთმანეთის რელიგიურ შეხედულებებებს არასოდეს აკრიტიკებენ, პირიქით, ძალიან დიდი პატივისცემით ეკიდებიან.

■ ნიქოზია. არქიეპისკოპოსის სასახლე

გადაადგილება

ნიქოზიის საერთაშორისო აეროპორტი ქალაქის ორ ნაწილად გაყოფის შემდეგ დაიკეტა, ამიტომ მას 40 კილომეტრში მდებარე ქალაქ ლარნაკას აეროპორტი ემსახურება, საიდანაც დედაქალაქის ცენტრის მიმართულებით ავტობუსები ყოველ ერთ საათში ერთხელ გადის.

თუ უპირატესობას გემით მგზავრობას ანიჭებთ, ჯერ ლარნაკაში ან ლიმასოლში (80 კმ) მოგიწევთ ჩასვლა, საიდანაც დედაქალაქში ავტობუსით ან ტაქსით გაემგზავრებით. თუ ჯიბე მანქანის დაქირავების საშუალებას გაძლევთ, სპეციალური სააგენტოები თითქმის ყოველ ფეხის ნაბიჯზეა. სარკინიგზო სისტემა ქვეყანას არ გააჩნია.

ნიქოზიაში შეგიძლიათ ორი ან მეტი დღით იქირაოთ ავტომობილი ან ველოსიპედი. ყურადღება მიაქციეთ იმას, თუ რას ქირაობთ. დაბალ ფასად შეიძლება მწყობრიდან გამოსული გადაადგილების საშუალება შემოგთავაზონ, რაც სერიოზულ პრობლემებს შეგიქმნით.

არასოდეს გადაიხადოთ საკრედიტო ბარათით, რადგან იყო შემთხვევები, როცა სამშობლოში დაბრუნების შემდეგ ადამიანები იღებდნენ წერილს, მაგალითად: „თქვენ გაჩხაპნეთ ჩვენი მანქანა“ და საკრედიტო ბარათიდან თანხას ხსნიდნენ. ავტომობილს მხოლოდ 25-ზე მეტი წლის პირებზე აქირავებენ, მაგრამ სურვილის შემთხვევაში მოლაპარაკებაც შეიძლება. გაითვალისწინეთ, რომ ნიქოზიაში მარცხნივი მოძრაობაა.

ველოსიპედი მათთვისაა ზედგამოჭრილი, ვისაც აქტიური დასვენება უყვარს. ველოსიპედს 5 ევროდ იქირავებთ, ხოლო ავტომობილს — 15 ევროდაც. გადაადგილების ყველაზე იაფი და ამავდროულად ყველაზე უსაფრთხო სატრანსპორტო საშუალება ავტობუსია.

სამზარეულო

კვიპროსის სამზარეულო თურქულისა და ბერძნულის ნაზავს წარმოადგენს. ადგილობრივ სამზარეულოში მაღალხარისხოვან პროდუქტებს იყენებენ. კვიპროსის კულინარიაში დიდი ადგილი ეთმობა ზეთისხილსა და ზეითუნის ზეთს, ხილს, ბოსტნეულს, ახალ თევზსა და ზღვის პროდუქტებს.

ტრადიციული კერძების უმრავლესობა ხორცით მზადდება. თითქმის ყველა კერძს კი ნიორს ამატებენ. ტრადიციული კერძები შტიფადო, რვაფეხა წითელ ღვინოში, გიეროსი, ტაციკი და სხვა დაუვიწყარ გემოს დაგიტოვებთ. სწრაფი კვების ობიექტები თითქმის ყოველ ფეხის ნაბიჯზეა, სადაც შესანიშნავი ჰამბურგერებით ისიამოვნებთ.

თუ ფულის დაზოგვა გსურთ, იაფად წახემსებაც შეგიძლიათ, თუმცა, რაღა თქმა უნდა, დაბალი ხარისხის საკვებს მიირთმევთ. დედაქალაქში ნებისმიერ კერძს ღვინო ახლავს, რომელთაგანაც ყველაზე პოპულარულია „კომანდარია“. როგორც ამბობენ, „კომანდარია“ 1000 წლისაა. ღვინის შემდეგ ლუდი ყველაზე პოპულარულია.

ქალაქში მრავლადაა ყავახანები, სადაც ყავის ნაირსახეობის მიუხედავად, ძირითადი მოთხოვნა თურქულ ყავაზეა. გაგიკვირდებათ და, ყავახანებში იოგურტსაც შემოგთავაზებენ. ადგილობრივები ძალიან ბევრ ყავას სვამენ, ჩაის კი თითქმის არ ეტანებიან. ყავასთან ერთად სუფრასთან მიაქვთ ტკბილეული.

ნიქოზიის თურქულ ნაწილში ნამდვილ თურქულ კერძებს დააგემოვნებთ. რელიგიური მრწამსიდან გამომდინარე, იქ ღორის ხორცს არ ეტანებიან, ამიტომ ყველაზე პოპულარულია ცხვარი, უფრო კი — ბატკანი და თიკანი.

ღირსშესანიშნაობები

დედაქალაქის ისტორიული ძეგლების უმრავლესობა ე.წ. ძველ ნაწილშია თავმოყრილი. თითქმის ყველა მათგანი ადრე იკეტება, ამიტომ მათ დათვალიერებას დილით უნდა შეუდგეთ. ტურისტების სიმრავლით ყოველთვის გამოირჩეოდა და გამოირჩევა ისტორიული მუზეუმი. მასში თავმოყრილია უძველესი მონეტები, იარაღები, ის ნივთები, რომლებიც კუნძულის ისტორიას ნათლად ასახავს.

მე-16 საუკუნეში აგებული ვენეციური გალავნით გარშემორტყმულ ნიქოზიის ცენტრში არის ერთი ყოველთვის ხალხმრავალი და ვიწრო ქუჩა, რომელსაც ლედრას ქუჩა ეწოდება და უძველესი დროიდან მოყოლებული სავაჭრო ცენტრს წარმოადგენს. დღეს ეს ერთკილომეტრიანი ქუჩა ისტორიული მონუმენტიცაა, რომელიც ქალაქის სამხრეთ და ჩრდილოეთ ნაწილებს ერთმანეთთან აკავშირებს. შედარებით თანამედროვე ხელოვნების ნიმუშს წარმოადგენს დედაქალაქის თეატრის შენობა.

ნიქოზიის მართლმადიდებლურ მონასტრებს იუნესკო იცავს. მათ შორის ყველაზე ცნობილია კვიკოსი ღვთისმშობლის სასწაულმოქმედი ხატით. ხატის დანახვა არავის შეუძლია, მას სპეციალური ქსოვილით ფარავენ და მხოლოდ პატარა „ფანჯარას“ უკეთებენ, რომელსაც რელიგიური დღესასწაულების დროს აღებენ. ოდითგანვე ითვლებოდა, რომ ვინც ხატს დაინახავდა, დაბრმავდებოდა. როდესაც ბერები ქსოვილს ცვლიან, ხატს ყველამ თვალი უნდა აარიდოს.

მშვიდი დასვენების მოყვარულების თავშეყრის ადგილია ე.წ. ალსოს ტყე, რომლის შესასვლელში განთავსებულია კვიპროსის სახელმწიფო უნივერსიტეტი.

ხმაურიანი დასვენების მოყვარულები ნიქოზიაში ნაკლებად ისიამოვნებენ. როგორც ზემოთ აღვნიშნეთ, ასეთი გართობის მოყვარული ტურისტები ლარნაკას, ლიმასოლს ან პაფოსს უნდა ესტუმრონ. ყველა მათგანი კეთილმოწყობილი ქვიშიანი პლაჟებითაა განთქმული, გარდა ამისა, იქ ღამის ცხოვრება დუღს.

უსაფრთხოების წესები

ნიქოზიაში ძალიან ზრდილობიანები უნდა იყოთ, სხვა შემთხვევაში ადგილობრივებისაგან კარგი არაფერი გელოდებათ. ქალაქი საკმაოდ წყნარია და უკვე მეორე დღეს თავს სახლში იგრძნობთ. დოკუმენტის ნაცვლად ატარეთ მისი ასლი. თუ რაიმე შეგემთხვათ, ამის შესახებ პოლიციას 48 საათის განმავლობაში უნდა აცნობოთ.

ამ კუნძულზე აუცილებლად წაიღეთ მზის სათვალე, რადგან იქ ისეთი სიცხეებია, შეიძლება თვალები გეტკინოთ. უმჯობესია, თუ ქუჩაში მხოლოდ დღის 4 საათამდე გაჩერდებით. მუზეუმების დათვალიერებისას სურათებს ნებართვის გარეშე ნუ გადაიღებთ. ეკლესიების მონახულებისას მოკრძალებულად ჩაიცვით და არ შეხვიდეთ შორტებით. ასევე, ეკლესიებში ძალიან ხშირად აკრძალულია ფოტო და ვიდეოფირზე სიძველეთა დაფიქსირება.

პირებმა, რომლებიც კვიპროსზე იმ რაიონიდან ჩავლენ, სადაც ციებცხელებაა გავრცელებული, ცნობა უნდა წარადგინონ ან სამედიცინო შემოწმება გაიარონ.

სასტუმროში დაუთოება, ჩაის ადუღება და სხვა მსგავსი რაღაცეები აკრძალულია. დასაუთოებლად სპეციალური ოთახია გამოყოფილი, ხოლო ჩაის ყიდვა 1 ევროდ შეიძლება. თუ თან ღვინოს წაიღებთ, სავალდებულო არ არის, ბოთლი მაშინვე დაცალოთ. ოფიციანტს სთხოვეთ და მას შემდეგი სადილის ან ვახშმისთვის გადაგინახავთ. უმჯობესია, პირველი კლასის სასტუმროებში, კლუბებსა და რესტორნებში სადღესასწაულოდ ჩაცმული მიხვიდეთ.

თუ ქალაქში შინაურ ცხოველს ჩაიყვანთ, თქვენ 6 თვიანი კარანტინი გელოდებათ, ამიტომ მათი ჩაყვანა მიზანშეწონილი არ არის. ხშირად მიმართეთ დახმარებისთვის ადგილობრივებს, ისინი ძალიან გულღია ხალხია და აუცილებლად დაგეხმარებიან.

კვიპროსელები ამტკიცებენ, რომ ქვეყანაში დანაშაული თითქმის არ ხდება. ამაში ერთადერთი ციხეც დაგარწმუნებთ, რომელშიც ძირითადად ვადაგასული პასპორტების მქონე ტურისტებს თუ წააწყდებით.

უბის წიგნაკი

ქვეყანა — კვიპროსი;
დედაქალაქი — ნიქოზია;
ფართობი — 111 კვ.კმ;
მოსახლეობა — 100 000;
ოფიციალური ვალუტა — ევრო;
ოფიციალური ენა — ბერძნული, თურქული.

✓ მოამზადა თათია ბოჭორიძე

Cyan Magenta Yellow Black

„იმ საგვარეულოს ქალები კაცებთან ბედნიერებას ვერ ეღირსნენ“

არიან ადამიანები, რომლებიც ცხოვრებაში ნებისმიერ ნეგატიურ შემთხვევას, წარუმატებლობას, მარცხს მისტიკურ ახსნას უძებნიან, ხან ავ თვალს აბრალებენ, ხან წყევლას და ხანაც ჯადოს. ასეთებს გარშემომყოფები უმეტესად ცერად უყურებენ, თუმცა არავინ იცის, იქნებ ეს უცნაურად მოაზროვნე ადამიანები უფრო ახლოს დგანან რეალობასთან, ვიდრე ერთი შეხედვით ჩანს? „სარკის“ რესპონდენტს, ქალბატონ ირინეს, თავისი ბავშვობის მეგობრის, ნატოს მაგალითზე ამის დადასტურება სურს.

ირინე:

— ნატო ბავშვობიდან უცნაური გოგო იყო, მისტიკისკენ მიდრეკილი. რაც უნდა მომხდარიყო, წვრილმანი თუ „მსხვილმანი“, ყველა ფაქტს ერთმანეთს ორგანულად უკავშირებდა და უცნაური დასკვნები გამოჰქონდა. ის, რაც ჩვენთვის ჩვეულებრივი ამბავი იყო, მისთვის განსაკუთრებული მნიშვნელობისა გახლდათ. მარტივ მაგალითს მოვიყვან: ერთი ამხანაგი ბიჭი გვყავდა, ყველასთან შეხუმრებული. ნატო მის ხუმრობას არაადეკვატურად აღიქვამდა, შეურაცხყოფად და ბოროტებად თვლიდა. ამბობდა, ეს განგებ მითხრა, ჩემთვის რომ საქმე გაეფუჭებინაო და ამ ერთ უმნიშვნელო ფაქტს მოვლენების მთელ ჯაჭვს დაუკავშირებდა. თავის სიმართლეში ეჭვი არ ეპარებოდა და ისე სარწმუნოდ და საფუძვლიანად იმსჯელებდა, მის ნათქვამს დაიჯერებდი. ასეთი უცნაური დამოკიდებულება ჰქონდა ყველა საკითხისადმი.

ერთხელ ნატომ სკოლაში თავისი საყვარელი ქოთნის ყვავილი მოიტანა, რომელსაც წლობით ზრდიდა. ქოთანი ფანჯრის რაფაზე შემოდო. თანაკლასელი ბიჭები ერთმანეთს ეჯაჯგურებოდნენ და რაფას მიეხალნენ. ქოთანი გადმოვარდა და გატყდა. ნატომ ეს განსაკუთრებულად განიცადა — ჩათვალა, რომ შემთხვევით არ მომხდარა, ამით მისი ბედის გზა ჩატყდა და ა.შ.

— თანატოლებს ალბათ მასთან ურთიერთობა უჭირდათ.

— ნატოს ასაკის მატებასთან ერთად ურთიერთობები უფრო გაუძნელდა. მეგობრები თანდათან ჩამოშორდნენ, ხშირ კონტაქტს ერიდებოდნენ, მისი მსჯელობის მოსმენა უჭირდათ, ყველას ამძიმებდა და ხალისს უკარგავდა. მარტოსულად იქცა.

— თავად რა დამოკიდებულება ჰქონდა გარშემომყოფთა მიმართ?

— საოცრად კეთილი იყო, ყველასთვის კარგი უნდოდა და არავისი შურდა. სულ სხვების ბედნიერებაზე ლოცულობდა, მაგრამ პარალელურად ეგონა, რომ არავის უყვარდა, მისი ბედნიერება და კარგად ყოფნა არავის სურდა. თვლიდა, რომ ყველა მტრობდა და მახეს უგებდა. სულ ბედს უჩიოდა. მის სამეტყველო ლექსიკონში დომინირებდა ფრაზები: „მე ხომ ბედი არ მწყალობს“, „ბედი არაფერს გაიმეტებს ჩემთვის“...

თავის რეალობას თვითონვე ქმნიდა თავისი აზროვნებით. მე ვიყავი ერთადერთი ადამიანი, ვინც ძველი საამხანაგოდან შემორჩა. ახალგაცნობილებთან კი არათუ სიახლოვე, კონტაქტიც უჭირდა.

— მის ცხოვრებაში რამე უცნაურობა ხდებოდა?

— ნატო სკოლაშიც კარგ მოსწავლედ ითვლებოდა და ინსტიტუტიც წითელ დიპლომზე ჰქონდა დამთავრებული, ცხოვრების გზაზე დამოუკიდებლად გასულს კი არათუ წარმატებები, ყველგან უიღბლობა ხვდებოდა. სადაც სამსახურს დაიწყებდა, მუდამ რაღაც პრობლემას აწყდებოდა და თავისი თუ სხვათა მიზეზით იქაურობას ტოვებდა. ფეხი ვერსად მოიკიდა, ვერსად დაფუძნდა.

— კონკრეტულად რა უღობავდა გზას?

— პირველად მუშაობა რომ დაიწყო, დაიჩემა, სამსახურში თანამშრომლები ცერად მიყურებენ, მთვალავენ და ვერაფერს ვაკეთებო. ვეუბნებოდი, ჯერ უცხო ხარ მათთვის, თანაც განსხვავებული, თანდათან შეგეჩვევიან, როგორ შეიძლება ყველა ერთნაირად ცუდად გიყურებდეს, არავისთვის არაფერი დაგიშავებია, ეგ შენი აკვიატებული აზრია და ეცადე, გათავისუფლდე-მეთქი. მერე ზედიზედ ასეთი რამ მოხდა:

ერთხელ უფროსმა საქმიანი ქაღალდები ჩააბარა. ნატო ღია ფანჯარასთან მდგარ მაგიდასთან მუშაობდა. უცებ ძლიერი ქარი ამოვარდა, ამ დროს ერთმა თანამშრომელმა ქალმა კარი შეაღო და ორპირმა ქაღალდების ნაწილი ქუჩაში გააფრიალა. ნატო მყისვე გაქანდა ქაღალდების ასაკრეფად, ქუჩაში ხალხიც მიეხმარა, როგორც იქნა, შეკრიბა, ამოიტანა და საქაღალდეებში გაანაწილა. იმ საღამოს უფროსს სასწრაფოდ დასჭირდა ერთი მნიშვნელოვანი დოკუმენტი, რომელიც იმ ქაღალდებს შორის იყო, ნატოს რომ გაუფრინდა. საქაღალდეებში არ აღმოჩნდა, როგორც ჩანს, მაინცდამაინც ის დაიკარგა, არადა, ყველა სხვა საბუთი ადგილზე იყო. ნატომ საყვედური მიიღო უფროსისგან სამსახურებრივი გულგრილობისთვის. მოხსნას კი გადაურჩა, მაგრამ ძალიან მძიმედ, შეიძლება ითქვას, არანორმალურად განიცადა.

— ამ შემთხვევაშიც თავისი მარცხი თქვენმა მეგობარმა ავ თვალს დააბრალა?

— დიახ, იმ ქალს აბრალებდა, უდროოდ კარი რომ შეაღო. ასაკოვანი ქალი იყო, ერთ განყოფილებაში მუშაობდნენ.

ერთხელ უფროსს საპატიო ხალხი ესტუმრა. უფროსმა ნატო და ის ქალი დაიბარა. ნატო ცოტა ნელი და დინჯია, სანამ თავი მოიწესრიგა, იმ ქალმა მიასწრო. ნატოს უფროსის კაბინეტში შესვლისთანავე ფეხი დაუცდა და სტუმრების ცხვირწინ გაიშხლართა. საშინელ დღეში ჩავარდა. სტუმრები გულწრფელად შეწუხდნენ, ის ქალი კი თურმე დამცინავად უყურებდა. მისი თვალი მეცაო, ამბობდა მერე ნატო.

კიდევ მსგავსი რამდენიმე შემთხვევა მოხდა და მას შემდეგ უფროსი ნატოს მნიშვნელოვან დავალებას აღარ აძლევდა. მერე, როგორც უხერხემლო თანამშრომელი, საერთოდ დაითხოვა სამსახურიდან. ნატომ თავისი სპეციალობის მიხედვით სამუშაო ვეღარსად იშოვა, თუმცა აღარც დაეძებდა. ოჯახს მატერიალურად უჭირდა და არც ჯიხურში გამყიდველად მუშაობას თაკილობდა, არც ძიძად თუ დამლაგებლად, მაგრამ სულ რაღაც ხდებოდა ისეთი, რის გამოც სამსახურის დატოვება უწევდა.

— იმ თანამშრომელმა ქალმა თუ გაიგო, ნატო რომ თავის უიღბლობას აბრალებდა?

— სამსახურს რომ ტოვებდა, ნატომ უსაყვედურა, თქვენ გამო მიშვებენო. ის კი გამწარდა და მიაწყევლა, ჩემზე უბედური ნურასოდეს ყოფილიყავიო.

— იმ ქალს რა უბედურება სჭირდა?

— როგორც ვიცი, ყველა მამაკაცისგან უარყოფილი დარჩა, ვინც კი ოდესმე ძვირფასი იყო მისთვის. შინაბერა გახლდათ.

— არც ესაა ტრაგედია, ზოგიერთი ქალი კაცის გარეშე თავს უფრო მშვიდად გრძნობს.

— როცა ამას განიცდი, მაშინ ნამდვილ ტრაგედიად იქცევა. ალბათ დამეთანხმებით.

— მსგავსი ხვედრი ნატომაც გაიზიარა?

— სწორედ ასე დაემართა. იყო ხოლმე რაღაც სიმპათია და გრძნობები ორივე მხრიდან, მაგრამ, სამწუხაროდ, ურთიერთობის დაწყებამდე ქრებოდა. ნატო რომ ელოდა მამაკაცებისგან რაღაც ნაბიჯს სიახლოვის განსავითარებლად, სწორედ იმ დროს ტოვებდნენ. საოცარი ის იყო, რომ ყოველ ჯერზე ასე ხდებოდა.

— ზოგჯერ ქალი მამაკაცის დამოკიდებულებას უფრო გადაჭარბებულად აღიქვამს და ჰგონია, რომ კაცს ის უყვარს, სინამდვილეში კი ასე არ არის. იქნებ ნატოსაც ასე ემართებოდა?

— თავიდან მეც მეგონა, რომ ნატო აჭარბებდა. კაცი, რომელსაც ქალის ინტერესი და სურვილი აქვს, ურთიერთობას ასე მარტივად ვერ გაწყვეტს, მასთან სიახლოვეს

Cyan Magenta Yellow Black

და უკეთ გაცნობას საწყის ეტაპზე მაინც შეეცდება. ნატოს შემთხვევაში კი ნამდვილად ასე ხდებოდა. სპეციალურად გავიცანი ერთი კაცი, რომელსაც ნატო თაყვანისმცემლად თვლიდა. იმის გარკვევა მინდოდა, მამაკაცს ნამდვილად მოსწონდა თუ ეს ჩემი მეგობრის ფანტაზიის ნაყოფი იყო. საერთო ნაცნობებიც აღმოვაჩინე, რომლებთანაც ის კაცი თავის დამოკიდებულებას არ მალავდა.

თავიდან ნატო თავს იფასებდა, იმ კაცმა პაემანზე ძლივს დაითანხმა, მაგრამ თავად დაალალატა და არ მივიდა, ქალი შეურაცხყოფილი და დამცირებული დატოვა. ნატოს მისი ხსენებაც აღარ უნდოდა. მიზეზი ვკითხე. პასუხი ვერ გამცა, მითხრა, ძალიან კარგი გოგოა, მაგრამ ვგრძნობ, ჩვენს ურთიერთობას მომავალი არ აქვსო. საერთო ნაცნობებსაც ასე აუხსნა. არ ვიცი, ბოლო მომენტში ეს როგორ იგრძნო. წარმოიდგინეთ, ურთიერთობა არც კი უცდია. არადა, ხომ შეიძლებოდა, შემდგარიყო!

— რთული და უცნაურად მოაზროვნე ქალი საპირისპირო სქესს აფრთხობს. იქნებ ნატოს თაყვანისმცემლებსაც ასე ემართებოდათ?

— საქმეც ისაა, რომ მანამდე ტოვებდნენ, სანამ მათთან თავისი უცნაურობების

„იყო ხოლმე რაღაც სიმპათია და გრძნობები ორივე მხრიდან, მაგრამ, სამწუხაროდ, ურთიერთობის დაწყებამდე ქრებოდა. ნატო რომ ელოდა მამაკაცებისგან რაღაც ნაბიჯს სიახლოვის განსავითარებლად, სწორედ იმ დროს ტოვებდნენ. საოცარი ის იყო, რომ ყოველ ჯერზე ასე ხდებოდა".

გამოვლენის საშუალება მიეცემოდა. ერთი შეხედვით ნატო სხვა შთაბეჭდილებას ტოვებს, თავს არ ამჟღავნებს, მხოლოდ ურთიერთობაში იხსნება... ნუთუ ყველა იმ მამაკაცს უტყუარი ინტუიცია ჰქონდა?

— ფიქრობთ, რომ თქვენს მეგობარს თანამშრომელი ქალის წყევლამ უწია?

— დაბეჯითებით ვერაფერს ვიტყვი, მაგრამ ფაქტი სახეზეა, თუმცა ერთხელ ნატომ მითხრა, ჩვენს სანათესაოში (მამის მხრიდან) ქალებს არ უმართლებთ, დაწყევლილები არიანო. მართლაც, როგორც მე ვიცი, იმ საგვარეულოს ქალები კაცებთან ბედნიერებას ვერ ეღირსნენ: ნატოს ერთი ბიძაშვილი ქალი ორ თვეში ქმარს გაშორდა, მეორის ქმარი კი ავარიაში დაიღუპა; მისი მამიდაც ადრე დაქვრივდა, შვილი არ დარჩა; მეორე ბიძის უფროსი ქალიშვილის ქმარი უცხოეთში გადაიხვეწა, უმცროსმა სიძემ კი თვითმკვლელობით დაასრულა სიცოცხლე... ეს ისტორიები ვიცოდი, მაგრამ ამ კუთხით არასოდეს შემიხედავს. ნატომ მითხრა, ერთი მხრივ, ბედნიერი ვარ, ქმარი რომ არ მყავს, ალბათ მასაც რაღაც შეემთხვეოდა და ამას კი ნამდვილად ვერ გადავიტანდიო.

— იცოდა ეს ისტორია, მთელი საგვარეულოს ქალები ვიღაცამ როგორ დაწყევლა?

— ნატოს ბებია ახალგაზრდობაში ძალიან ლამაზი ქალი ყოფილა. მშობლები შეძლებულ კაცზე ათხოვებდნენ, მას კი სხვა შეჰყვარებია. საქორწილო სუფრიდან გაპარულა და შეყვარებულს გაჰყოლია. თავლაფდასხმული სასიძო თავს იკლავდა თურმე, ხანჯალი გამოსტაცეს ხელიდან, მისმა დედამ კი სარძლო დაწყევლა. ერთ თვეში ის, ვისაც ნატოს ბებია გაჰყვა, განუკურნებელი სენით გარდაიცვალა. ათი წელი გლოვობდა ცოლი იმ კაცს, მერე ნატოს ბაბუას გაჰყვა. მასთან ნორმალურად ცხოვრობდა, ყოველ შემთხვევაში, უბედური არ ყოფილა. ნატოს აზრით, ის წყევლა შთამომავლებზე გადავიდა. მისი ბიძაშვილები კი თავიანთი უბედურების ფესვებს წინაპართა ცოდვებს არ უკავშირებენ, სხვა კუთხით უყურებენ. ამბობენ, ბებიამ უკვე მიიღო სასჯელი, შეყვარებული რომ მოუკვდა, შთამომავლები არაფერ შუაში არიანო. ვინ იცის?!

— აღნიშნეთ, რომ ნატოს არც ადამიანებთან ურთიერთობაში უმართლებს და არც სამსახურში. ამის მიზეზადაც წყევლას მიიჩნევს?

— იმასაც ამბობს, კარის მეზობელი ჯადოს მიკეთებსო. იმ ქალს მზექალა ჰქვია, მის მეზობლად რამდენიმე წლის წინ გადმოვიდა. ძალიან თამამი, უშუალო და კონტაქტური ქალია. მალე ნატოს ისე გაუშინაურდა, მის სახლში დაუკითხავად შედიოდა და მაცივრის კარსაც აღებდა... ერთ თვეში მთელი კორპუსი გაიცნო და ყველას საქმეში ცხვირი ჩაყო. ნატოსთან სულ მეზობლებს ჭორავდა. ჩემმა მეგობარმა ვერ აიტანა და მისგან თავი შორს დაიჭირა. მზექალა მაინც ყოველდღე აკითხავდა და სხვისი ამბების მოყოლით ტვინს უბურღავდა.

ნატო უმუშევარი იყო და უმეტესად სახლში უწევდა ყოფნა. მზექალას ვიზიტებს ვეღარ უძლებდა, ამიტომ ერთ მშვენიერ დღეს შინიდან დაითხოვა. მას შემდეგ სულ მითვალთვალებს და ჩემს ამბებს იძიებსო, შემომჩიოდა. მე კი ვურჩევდი, ეგ ქალი ზოგადად ასეთი ტიპია, სხვების ცხოვრებით ცხოვრობს და ყურადღებას ნუ მიაქცევ-მეთქი. მერე აიჩემა, ჯადოს მიკეთებსო. თავიდან არ ვუჯერებდი და ვსაყვედურობდი, ნუ ამბობ, თორემ თავი მართლა

„ნატოს ბებია საქორწინო სუფრიდან გაპარულა და შეყვარებულს გაჰყოლია. თავლაფდასხმული სასიძო თავს იკლავდა თურმე, ხანჯალი გამოსტაცეს ხელიდან, მისმა დედამ კი სარძლო დაწყევლა. ერთ თვეში ის კაცი (შეყვარებული) განუკურნებელი სენით გარდაიცვალა... ნატოს აზრით, ის წყევლა შთამომავლებზე გადავიდა".

მოჯადოებული გეგონება და ცხოვრებაში ახლა ეს დაგაბრკოლებს-მეთქი. ვთხოვდი, ეკლესიაში ევლო, მაგრამ ამბობდა, რაღაც მბოჭავს და ტაძრამდე არ მიშვებსო.

ჩემი მეგობრები უკვე შიშობდნენ, ნატოსთან ახლო ურთიერთობით შენც მისი მსგავსი არ გახდეო. მისი სიტყვების კატეგორიულად არ სჯეროდათ. ეგონათ, ყველაფერს თხზავდა და ამას ფსიქიკურ დარღვევად მიიჩნევდნენ.

— მზექალა, „ჯადოქრობა" არ დადასტურდა?

— ერთხელ შემთხვევით გავიგე, რომ მზექალას ადრე ჩემი თანამშრომლის მეზობლად უცხოვრია. მეზობლებმა ჯადოს კეთებაში წაასწრეს და საცხოვრებლის გამოცვლა აიძულეს. ასე მოხვდა ნატოს მეზობლად, იქ კი თავის საქმიანობას საგულდაგულოდ მალავდა. ჩემმა მეგობარმა გუმანით იგრძნო, ეს ქალი რა „ჩამოსხმა" იყო. მზექალას ამბავი ჩემს თანამშრომელს რომ არ მოეყოლა, ნატოს არც მე დავუჯერებდი. ვიფიქრებდი, მისტიკაზე ამდენი ფიქრისგან ჰალუცინაციები დაეწყო-მეთქი.

მზექალა იქით იყოს და, ნატოს მდგომარეობა მადარდებს. უკვე აღარ ვიცი, რა განაპირობებს ჩემი მეგობრის ბედს. რაღა ყველაფერი უცნაური და უჩვეულო მის თავს ხდება?!

✓ **ნანა კობახიძე**

ეს იცოდით?

- ევერესტზე მისი დაპყრობის მცდელობის დროს დაღუპული ადამიანებისადმი მიძღვნილი მონუმენტია აღმართული.
- 1768 წელს გამოცემულ ბრიტანულ ენციკლოპედიაში ადამიანთა მოდგმა შემდეგ ნაწილებად იყო დაყოფილი: ამერიკელები, ევროპელები, აზიელები, აფრიკელები და მონსტრები.
- დანიაში სამეფო ტახტზე მამრობითი სქესის მხოლოდ ის წარმომადგენლები ადიან, რომლებსაც ფრედერიკი და კრისტიანი ჰქვიათ. ამიტომ ტახტის მემკვიდრეებს სხვა სახელს არ არქმევენ.
- ბრიტები — ძველი კელტური ტომები — იმ ავადმყოფებს, რომელთა გამოჯანმრთელების იმედიც არ არსებობდა, კლდიდან ყრიდნენ.
- ისრაელის მეფე სოლომონს 700 ცოლი და რამდენიმე ათასი საყვარელი ჰყავდა.

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი
მიიღეთ
ლაქტო-ჯი
www.laqto.ge
გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

წიწიბურას ფაფა სწრაფად დასაკლებად

სარკეში თქვენი გამოსახულება არ გახარებთ და თვლით, რომ დროა, ზედმეტი წონა მოიცილოთ? წიწიბურას დიეტით ისარგებლეთ. ის დაგეხმარებათ არამხოლოდ მიმზიდველი გახდეთ, ასევე მთელ ორგანიზმს გაასუფთავებს, საჭმლის მონელებას გააუმჯობესებს. ერთ კვირაში 5 კგ-ს დაიკლებთ უმტკივნეულოდ.

„ყავისფერი ოქრო"

წიწიბურას შემადგენლობა პარადოქსულია. თვითონ წიწიბურა რთული ნახშირწყალია, რომლის შეთვისებას ორგანიზმი დიდხანს ანდომებს. ეს კი დანაყრების გრძნობას ხანგრძლივად უზრუნველყოფს. წიწიბურა 10-ჯერ ნაკლებ ნახშირწყალს შეიცავს, ვიდრე სხვა ბურღულეული. სწორედ ამიტომ შესანიშნავ დიეტურ პროდუქტად ივლება. ცილა (ე.ი. ჩვენთვის აუცილებელი ამინომჟავა) მასში იმდენად ბევრია, რომ, ბიოლოგიური ღირებულების მიხედვით, წარმატებით შეუძლია კონკურენცია გაუწიოს ხორცს, თევზსა და კვერცხს. ასევე უნდა აღინიშნოს ისიც, რომ განსაკუთრებით მდიდარია რკინითა და რუტინით. ეს კი ნიშნავს კარგ სახის ფერს, ანემიისგან დაცვას, ძლიერ სისხლძარღვებს, სისხლის ჯანსაღ მიმოქცევას და ზოგადად პოზიტიურ განწყობას. სრულიად კანონზომიერია ის ფაქტი, რომ ასეთი პროდუქტი ორგანიზმისთვის არამხოლოდ ზოგადად სასარგებლოა, აგრეთვე ზედმეტი წონისგან ათავისუფლებს.

დიეტის არსი მარტივია: მთელი კვირის განმავლობაში მხოლოდ წიწიბურას ფაფა ჭამეთ, მაგრამ სასურველი შედეგი რომ მიიღოთ, ფაფა სწორად უნდა მოამზადოთ. დიეტისთვის გამოდგება მხოლოდ წიწიბურას მთლიანი მარცვლებისგან მომზადებული ფაფა (იხარშება 30 წუთი) და არა — დაქუცმაცებულისგან (იხარშება 20 წუთი).

ფაფის მომზადების წესი: 1 ჭიქა დაუღერღავ წიწიბურას 2 ჭიქა მდუღარე დაასხით და 12 საათი დადგით. არ დაუმატოთ არც მარილი, არც ნებისმიერი სანელებელი და ცხიმი.

მეორე დღიდან შეგიძლიათ დიეტის დაწყება. დიეტოლოგთა მტკიცებით, დილით შეგიძლიათ იმდენი წიწიბურას ფაფა ჭამოთ, რამდენიც მოგესურვებათ. სადილსა და ვახშამზე კი თითო ულუფა მიირთვით. ფაფასთან დამატებით მიიღეთ კეფირი, მაგრამ აუცილებლად ახალი და დაუმტკბარი (არაუმეტეს 1 ლიტრისა დღეში). რაციონში კეფირის ჩართვის პირობა ასეთია: წიწიბურა და კეფირი ცალ-ცალკე მიიღეთ ერთი საათის ინტერვალით.

სასიამოვნო დამატება

თუ დიეტის დაცვა გაგიჭირდებათ, შეგიძლიათ ზოგჯერ მენიუში ორი ვაშლი ან ორი ფორთოხალი დაუმატოთ. ასევე შეგიძლიათ მცირე ოდენობით ჭამოთ ნებისმიერი ხილი, გამონაკლისია ბანანი და ყურძენი. თუ დღე ფინჯანი ჩაის ან ყავის გარეშე ვერ წარმოგიდგენიათ, თავს ამაზე უარს ნუ ეტყვით. დალიეთ ცოტა, სუსტი და აუცილებლად უშაქრო. მთელი დიეტის განმავლობაში შავი ჩაი მწვანით შეცვალეთ. დალიეთ უგაზო წყალი არაუმეტეს 1,5 ლიტრისა დღეში.

ძირითადი წესი: საღამოს 6 საათის შემდეგ არაფერი ჭამოთ. მაგრამ თუ ამის დაცვა გაგიჭირდებათ, ძილის წინ 1 ჭიქა კეფირი დალიეთ.

როგორ „მუშაობს" დიეტა

აღნიშნული დიეტის მოქმედების მექანიზმი ასეთია: წიწიბურასა და კეფირის მოხმარებისას, ორგანიზმი იძულებულია თავის რეზერვი გამოიყენოს — დაწვას ცხიმები, რათა კომპონენტების დანაკლისი შეივსოს. დიეტის პროცესში ნივთიერებათა ცვლა ჩქარდება, ცხიმის „ზამთრის“ მარაგი იწვება, თქვენ კი მსუბუქი და მოხდენილი ხდებით. წონაში დაკლება ორგანიზმის შლაკებისგან გასუფთავების ხარჯზე ხდება. დიეტის დროს თქვენი ორგანიზმი მოკლებულია მისთვის ჩვეულ შაქრისა და მარილის რაოდენობას, ასევე სხვა ნივთიერებებს.

მითითებულ დროზე მეტ ხანს დიეტის დაცვა არ შეიძლება. მისი გამეორება რეკომენდებულია მხოლოდ ერთი თვის შემდეგ.

სასწრაფო დახმარება მგრძნობიარე კანისთვის

1 სუფრის კოვზ სელის თესლებს 1/2 ჭიქა წყალი დაასხით და პატარა ჭურჭლით წყლის აბაზანაზე 20 წუთი დადგით. კისელის მსგავსი სითხე ფართო ფუნჯით ან ბამბის ტამპონით კანზე ფენაფენად დაიდეთ. ზემოდან კომპრესი დაიფინეთ. 20-25 წუთის შემდეგ ნიღაბი წყლით მოიცილეთ, შემდეგ დამცავი კრემი წაისვით. ასეთი ნიღაბი შეგიძლიათ გამოიყენოთ კანის გაღიზიანების დროს და ასევე როგორც პროფილაქტიკური საშუალება.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

როგორ გავიმაგროთ ფრჩხილები

ფრჩხილები სუსტი, მტვრევადი გახდა და შრევდება? მიზეზი შეიძლება იყოს ქიმიური გამწმენდი საშუალებები, მკაცრი დიეტები, რაციონში ვიტამინებისა და მიკროელემენტების ნაკლებობა. გთავაზობთ ფრჩხილების გამაგრების ხალხურ საშუალებებს.

წითელი წიწაკის ნიღაბი ხალხურ მედიცინაში რეკომენდებულია ფრჩხილის ფირფიტის გამაგრებისა და ზრდის დასაჩქარებლად. მომზადების წესი: აიღეთ 1 ჩაის კოვზი ნებისმიერი ცხიმიანი კრემი ხელებისთვის და 1/2 ჩაის კოვზი წითელი დაფქული წიწაკა. ნარევი 10-15 წუთი წყლის აბაზანაზე დადგით, შემდეგ გააგრილეთ. ნარევი ფრჩხილებზე სქელ ფენად დაიდეთ, 15-20 წუთი დაიტოვეთ. შემდეგ ნიღაბი თბილი წყლითა და საპნით მოიცილეთ. ნიღაბი თვეში 1-2-ჯერ გაიკეთეთ.

ფრჩხილების მტვრევადობასთან ბრძოლის საუკეთესო საშუალებაა სამკურნალო ბალახების აბაზანები. მომზადების წესი: 1 ჩაის კოვზ გვირილას, 1 ჩაის კოვზ კრაზანის ბალახს და 1 ჩაის კოვზ ოროვანდის ძირებს 1 ჭიქა მდუღარე დაასხით, 15-20 წუთი დადგით. როდესაც სითხე გაგრილდება იმ ტემპერატურამდე, რომელსაც თითები აიტანს, ნაყენში ჩაყავით და 10-15 წუთი გააჩერეთ. შემდეგ თითებზე თითო წვეთი ზეთოვანი ფ და უ ვიტამინი დაიწვეთეთ და ფრჩხილის ფირფიტაზე შეიზილეთ, სანამ არ შეიწოვს.

მკაცრი დიეტის შემდეგ გამოფიტულ ფრჩხილებს აღადგენს: კვერცხის ნაჭუჭი კარგად გარეცხეთ, გააშრეთ, შიგნითა აპკი მოაცილეთ და ყავის საფქვავში დაფქვით. მიღებული ფხვნილი მიიღეთ დანის წვერით, რომელშიც წინასწარ ჩააწურეთ 2-3 წვეთი ლიმონის წვენი. შემდეგ 1/2 ჭიქა გადადუღებული წყალი დააყოლეთ. მკურნალობის კურსი 2 კვირაა, მეტი არა, რათა ჭარბმა კალციუმმა სახსრებში დაგროვება არ დაიწყოს.

წყლის აბაზანაზე 1 სუფრის კოვზი ზეითუნის ზეთი გააცხელეთ. გააგრილეთ და თბილში 2-3 წვეთი ლიმონის წვენი ჩაუმატეთ. აურიეთ. მიღებული ნარევი ფრჩხილებზე წაისვით, ბამბის ხელთათმანები ჩამოიცვით და მთელი ღამე დატოვეთ. ნიღაბი დღეგამოშვებით მარილის აბაზანით შეანაცვლეთ: 0,5 ლიტრ თბილ წყალში 1 სუფრის კოვზი ზღვის მარილი გახსენით. ხელები აბაზანაში ჩაყავით 20 წუთი, შემდეგ გაიმშრალეთ და ცხიმიანი კრემი წაისვით. ასეთი პროცედურები ყოველ 2-3 თვეში ჩაიტარეთ 10 დღის განმავლობაში.

Cyan Magenta Yellow Black

ვასწავლოთ პატარებს სწორი კვება!

შვილებმა რომ მომავალში თავიანთი კვება დააბალანსონ, მშობლებმა ამაზე თავიდანვე უნდა იზრუნონ და მათ კარგი მაგალითი მისცენ. ამ თემასთან დაკავშირებით დიეტოლოგების მიერ მოწოდებულ რამდენიმე კვალიფიციურ რჩევას მოგაწვდით.

ოჯახური ტრადიცია — მნიშვნელოვანია ოჯახის წევრების ერთად საუზმობა, სადილობა და ვახშმობა. როცა დედიკო საკუთარი ხელით მომზადებული კერძებით უმასპინძლდება ოჯახის წევრებს, ეს პატარებში ჭამის ერთგვარ სურვილს აღძრავს. მენიუ გონივრულად უნდა იყოს შერჩეული, ანუ ყველა ასაკის ადამიანის მოთხოვნილების გათვალისწინებით. დილით ბავშვებისთვის საუკეთესოა სხვადასხვა ბურღულეულის ფაფა, მოხარშული კვერცხი, რძის ნაწარმი. საჭიროა, კარგად დავიმახსოვროთ, რომ ნახევაფაბრიკატები — სოსისი, ძეხვი და მსგავსი საკვები არ არის რეკომენდებული პატარებისთვის, განსაკუთრებით კი — საუზმეზე. ეცადეთ, თქვენ მიერ მომზადებული კერძი იყოს ნოყიერი და ამავდროულად სასარგებლო.

გემრიელი პლუს სასარგებლო

ლამაზი სუფრა — ის, თუ როგორ გამოიყურება კერძი და როგორ არის გაწყობილი მაგიდა, ყველა ასაკის ადამიანისთვის ძალიან მნიშვნელოვანია. ყოველთვის ეცადეთ, ამ დეტალს სათანადო ყურადღება დაუთმოთ. საბავშვო ჭურჭელი ლამაზად უნდა იყოს გაფორმებული.

პატარა ულუფები და დღის რეჟიმის დაცვა — ბავშვები ხშირად აპროტესტებენ და უარს ამბობენ ჭამაზე, არა იმიტომ, რომ თქვენ მიერ შეთავაზებული კერძი გემრიელი არ არის, არამედ თვითონ ულუფაა დიდი. აუცილებელია, ბავშვის ჭამის გრაფიკი სწორად გაანაწილოთ. ყურადღება მიაქციეთ, რომ ჭამის შუალედებში პატარამ ტკბილეული და სხვადასხვა სასუსნავი დიდი რაოდენობით არ მიიღოს. როგორც წესი, ამ სახის საკვების მიღების შედეგად ბავშვი ძალიან მალე ნაყრდება, შემდეგ კი მისთვის განკუთვნილი ულუფის გათავებას ვერ ახერხებს.

დაბოლოს — თუ თქვენ ფიქრობთ, რომ ბავშვისთვის რთული დასამახსოვრებული იქნება ის, თუ რა არის სასარგებლო და რა — არა, ძალიან ცდებით. თავისუფლად შეგიძლიათ მას ამის შესახებ ინფორმაცია მიაწოდოთ და აუხსნათ, რა და რატომ არ არის რეკომენდებული მისთვის. კარგია, თუ პატარაობიდანვე ასწავლით, რომ ძალიან ბევრი ტკბილეულის ჭამისგან გაუჩნდება კარიესი, წონაში მოიმატებს და საერთოდ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებულ ბევრ პრობლემას წარმოშობს.

რაციონი მეძუძური დედისთვის

სწორი კვება არამარტო ორსულების, არამედ მეძუძური დედისთვისაც მნიშვნელოვანია. ახალბედა დედიკოს გონივრულად დაგეგმილი რაციონი ბავშვის ჯანმრთელობის და სიმშვიდის გარანტიაა!

წყალი — სასურველია, მეძუძურმა დედამ დიდი რაოდენობით წყალი სვას — 2-3 ლიტრი დღეში. ტკბილი და გაზიანი სასმელის დალევა არარეკომენდებულია, რადგან მუცლის შებერილობას და ჭარბი აირების გამომუშავებას იწვევს, რაც ჩვილის კუჭ-ნაწლავის მუშაობაზეც აისახება.

რძის პროდუქტები — გავრცელებული მოსაზრება, თითქოს ლაქტაციის მომატების მიზნით სასურველია მეძუძურმა დედამ დიდი რაოდენობით ძროხის რძე სვას, არასწორია, თანაც შეიძლება სახიფათოც კი აღმოჩნდეს. ძროხის რძეში ჭარბადაა ბეტა გლობულინი, რომელიც ალერგენად ითვლება. თუ ძალიან გსურთ რძის დალევა, ის ჩაით გააზავეთ და დღეში ერთ ჭიქაზე მეტი არ დალიოთ.

სამაგიეროდ სასარგებლო და აუცილებელია მეძუძური დედისთვის რძის პროდუქტები — კეფირი, ხაჭო, რომლებიც შეგიძლიათ ყოველდღიურად მიირთვათ. ნაღების კარაქი კი — ზომიერი რაოდენობით.

ხორცი — პირველი, რაც ხორცთან მიმართებაში აუცილებლად უნდა გაითვალისწინოთ და მიაქციოთ ყურადღება, არის ის, რომ უნდა მიირთვათ უცხიმო ხორცი. იმ შემთხვევაში, თუ ამ პირობას შეასრულებთ, ნებისმიერი სახეობის ხორცის ჭამა თავისუფლად შეგიძლიათ. რაც შეეხება სოსისებს და ძეხვეულს, ეს არის ის საკვები პროდუქტები, რომელთა მიღებისგანაც ამ შემთხვევაში სასურველია თავშეკავება. ასევე არ მიირთვათ სხვადასხვა სახის დაკონსერვებული და შებოლილი საკვებიც.

ხილი და ბოსტნეული — რაციონიდან ამოიღეთ მკვეთრი ფერის ხილ-ბოსტნეული. არ მიირთვათ ყურძენი, ციტრუსები, ეგზოტიკური ხილი. სამაგიეროდ თამამად შეგიძლიათ ჭამოთ ვაშლი, მსხალი, ბანანი. უკეთესი იქნება, თუ სეზონური ხილ-ბოსტნეულით შემოიფარგლებით.

პური და ცომეული — დიდი რაოდენობით პურის ჭამა არ არის სასურველი. უპირატესობა მიანიჭეთ ჭვავის პურს. თამამად შეგიძლიათ მიირთვათ მაკარონი. რაც შეეხება ბურღულეულს, არანაირი შეზღუდვა არ არსებობს, თუმცა უკეთესია მიირთვათ წიწიბურა, შვრია, სიმინდი, ბრინჯი.

კვერცხი — კვირაში 3-4 ცალ კვერცხზე მეტის ჭამა არ არის სასურველი. მიაქციეთ ყურადღება, რომ კვერცხი კარგად იყოს მოხარშული. მოერიდეთ ე.წ. თოხლო კვერცხს, რათა თავიდან აიცილოთ სალმონელოზის განვითარების რისკი.

მცენარეული ცხიმი — ზეითუნის ზეთი არ შეიცავს ქოლესტერინს და მდიდარია ორგანიზმისთვის სასარგებლო ნივთიერებებით, ამიტომ თამამად შეგიძლიათ მისგან მომზადებული სხვადასხვა სახეობის სალათების მირთმევა.

ტკბილეული — შოკოლადი მეძუძური დედიკოსთვის არ არის რეკომენდებული, ამიტომ ამ სიამოვნებაზე უარის თქმა დროებით მოგიწევთ. ეს იმას არ ნიშნავს, რომ ნებისმიერ ტკბილეულზე თქვათ უარი. შაქარი თაფლით ჩაანაცვლეთ, შეგიძლიათ ჭამოთ ზეფირი.

ყავა — თუ თქვენთვის ყავის გარეშე ცხოვრება წარმოუდგენელია, მაშინ დღეში ერთი პატარა ფინჯანით უნდა შემოიფარგლოთ. ეცადეთ, ყავა უშუალოდ ბავშვის კვების შემდეგ დალიოთ, რათა შემდეგ ჭამამდე საკმაო დრო გავიდეს. თუ აშკარად შეატყობთ, რომ ყავის დალევის შემდეგ პატარა აფორიაქებულია და უჭირს დაძინება, მაშინ ამ სიამოვნებაზე დროებით უარი უნდა თქვათ.

✓ მოამზადა ნათია ტოტიკაშვილმა

Cyan Magenta Yellow Black

თბილისურ ედემში ასწლოვანი ხეები დგანან

რა მდგომარეობაშია დედაქალაქის ფილტვები

თბილისის ბოტანიკური ბაღი, რომელსაც დედაქალაქის ფილტვებს უწოდებენ, თითქმის ორ საუკუნეს ითვლის. მას უწინ სამეფო ბაღი ერქვა. მისი ისტორია 1845 წლიდან იწყება და სოლოლაკის ქედის სამხრეთით, მდინარე წავკისისწყლის ხეობაში მდებარეობს 96 ჰექტარზე. ბოტანიკურ ბაღში წარმოდგენილია საქართველოსა და მსოფლიოს სხვადასხვა რეგიონების ფლორის მდიდარი კოლექციები. წავკისისწყალზე რამდენიმე ხიდია გადებული. მათ შორის გამოირჩევა 1914 წელს აშენებული თაღოვანი ხიდი ჩანჩქერის თავზე. ბაღში ასევე დაცულია საქართველოსა და კავკასიაში უნიკალურ მცენარეთა ნაკვეთები, ტროპიკული ორანჟერეა და წითელ წიგნში შეტანილი მცენარეები.

გასული საუკუნის 90-იან წლებში ბაღი სავალალო მდგომარეობაში აღმოჩნდა. მასში დაცული იშვიათი სახეობის მცენარეების უმრავლესობა შესაბამისი პირობების არქონის გამო განადგურდა. ახლა ეს ადგილი თანდათან კი ვითარდება, მაგრამ პრობლემები მაინც არსებობს. როგორც მისი დირექტორი, ქალბატონი მაია თავართქილაძე ამბობს, ბაღის ინფრასტრუქტურა წყობიდან არის გამოსული და შეკეთებასაც აღარ ექვემდებარება. ქალბატონმა მაიამ „სარკესთან" ბოტანიკური ბაღის მნიშვნელობის და იქ არსებული პრობლემების შესახებ ისაუბრა.

— **ქალბატონო მაია, გვიამბეთ თბილისის ბოტანიკური ბაღის ისტორია.**

— ბოტანიკური ბაღის სტატუსი ოფიციალურად 1845 წლის პირველ მაისს მიენიჭა რუსეთის მეფისნაცვლის ბრძანებულებით. საინტერესოა ის, რომ ბოტანიკური ბაღის ამოცანად მხოლოდ სოფლის მეურნეობის ხელშეწყობა არ დაუსახავთ, უცხო და ეგზოტიკური მცენარეების შემოტანაც დაიწყეს. მეფისნაცვალ ვორონცოვის დროს კავკასიის მდიდარი და უცნობი ფლორის შესწავლა მნიშვნელოვანი გახდა. ბოტანიკურმა ბაღმა ადგილობრივი ფლორისთვის ყურადღების მიქცევა უფრო გვიან დაიწყო. თბილისის ბოტანიკური ბაღი კავკასიაში პირველი სამეცნიერო დაწესებულებაა. მას ისტორიული ძეგლის სტატუსი აქვს. ბაღის ფართობი 96 ჰექტარია.

ბოტანიკურ ბაღში არის ჰერბარიუმი და სამეცნიერო ბიბლიოთეკა. მსოფლიოში არსებობს საუნივერსიტეტო ბოტანიკური ბაღები, რომლებშიც მცენარეთა კოლექციები მხოლოდ სამეცნიერო კვლევებისთვის გამოიყენება. თბილისის ბოტანიკური ბაღი კი თავისი ფუნქციით საჯაროა.

— **რა მნიშვნელობა აქვს ბოტანიკურ ბაღს ქვეყნისათვის?**

— აქ არის მდინარე წავკისისწყლის ვიწრო კანიონი, რომელიც შემოსაზღვრულია თაბორის და სოლოლაკის ქედებით. მსოფლიო დედაქალაქებში იშვიათია, რომ ქალაქის ისტორიულ ცენტრში 96 ჰექტარი დაცული ტერიტორია იყოს, ისე, როგორც ჩვენ გვაქვს. ორი ქედი კეტავს ბაღის ტერიტორიას ქალაქისგან, შესაბამისად, დაბინძურებული ჰაერი აქ იმდენად ვერ შემოდის. ქედები ხმაურსაც ახშობს. ეს თბილისისა და ქვეყნისთვის დიდი სიმდიდრეა.

ბოტანიკურ ბაღში სხვადასხვა სახის მცენარეა. გამორიცხულია, სტუდენტმა ეს ბუნებაში ერთად ნახოს. ეს არაჩვეულებრივი სასწავლო ბაზაა. თითქმის ყველა უნივერსიტეტთან ვთანამშრომლობთ. სტუდენტები აქ პრაქტიკაზე დადიან. ქალაქის ცენტრში მდებარეობს ხელუხლებელი ტერიტორია, რომელიც ყველასთვის შვებაა.

ქვეყანაში ბევრი ველური სახეობა გადაშენების პირასაა. ჩვენი თანამშრომლები ექსპედიციებში დადიან, მონიტორინგს ატარებენ, გაქრობის საფრთხის წინაშე მყოფი სახეობების თესლს აგროვებენ და ამით ცდილობენ მათ შენარჩუნებას. ჩვენი ბაღი ზღვის დონიდან 400-700 მეტრის სიმაღლეზეა. მაღალი მთის მცენარეულობას ჩვენთან გახარება უჭირს, მაგრამ მაინც ვცდილობთ, გვქონდეს. თუ ამას ვერ ვახერხებთ, მათ თესლს ვინახავთ, რომ შემდეგ ბუნებაში დავაბრუნოთ. გასულ წელს კავკასიის იშვიათი და ენდემური სახეობების განყოფილებამ მლოსკევიჩის იორდასალამი გაამრავლა და მის ბუნებრივ არეალში, ლაგოდეხში დააბრუნა.

— **ამჟამად რა კეთდება ბოტანიკური ბაღისთვის?**

— 2012 წელს რეაბილიტაციის გეგმის ფარგლებში ორი კოშკი და დაშლის პირას მისული ნარიყალას გალავანი აღადგინეს. ბოტანიკურ ბაღში ახალი შენობაა — ვიზიტორთა ცენტრი, რომელიც პრაქტიკულად აღჭურვილია ყველაფრით და, წესით, ნოემბერში გაიხსნება. აქ იქნება კაფე, წიგნების მაღაზია და საკონფერენციო დარბაზი. ბოტანიკური ბაღის შესასვლელში მდებარე საბავშვო მოედნის მოდელი ქიუს (დიდი ბრიტანეთის ბოტანიკური ბაღის) მოდელიდან არის აღებული. ყველა ატრაქციონი ბუნებრივი, ხის მასალისგანაა გაკეთებული.

— **რა აკლია ბაღს, რა პრობლემის წინაშე დგახართ?**

— ბაღის ინფრასტრუქტურა ძალიან მოძველებულია. სარწყავი თუ სასმელი წყალი ჭირს. გასული საუკუნის 90-იან წლებში ბაღის კოლექტორები დაზიანდა. გათბობის არქონის გამო სუბტროპიკული მცენარეები განადგურდა. 2000 წლიდან მთავრობამ ნელ-ნელა დაიწყო ბაღზე ზრუნვა, მაგრამ ინფრასტრუქტურა ისევ მოსაწესრიგებელია — საბჭოთა კავშირისდროინდელი კომუნიკაციებია, რომლებიც უკვე შეკეთებასაც არ ექვემდებარება. მათი გამოცვლა კი ძალიან ძვირი ჯდება. თბილისის მერიისგან გვაქვს დაფინანსება, მაგრამ ეს არ არის საკმარისი.

თამარის ხიდი

ბილიკებია მოსაწესრიგებელი. სოლოლაკის სამხრეთ ფერდობი ეროზიულია — ქვები ცვივა. ყველგან გვაქვს ნიშნები, მაგრამ იცით, რომ ქართველებისთვის ამკრძალველი ნიშნები დიდ შეფერხებას არ წარმოადგენს. საბჭოთა კავშირის დროს ტრაგედიაც დატრიალდა, დედა-შვილი შეიწირა ქვათაცვენამ. გვინდა, ეს ეროზიული ნაწილი (ფერდობი) ჩავკეტოთ.

რთულდება კოლექციების მოვლა. ბოტანიკური ბაღი სარეკრეაციო პარკებისგან იმით განსხვავდება, რომ სხვადასხვა ქვეყნის მცენარეებია აქ დაცული. ბაღში მანქანით სიარული აკრძალულია. ვგეგმავთ, თუ გამოვა და გზა შეკეთდება, ავტობუსის მსგავსი სამგზავრო მანქანა გავუშვათ, რომ დამთვალიერებლებმა მთლიანად შეძლონ ბაღის მონახულება. მოკლე ტური ფეხით სამსაათნახევარ დროს ითხოვს.

> **„გვყავდა წითელი თევზის ის სახეობა, რომელიც აუზში ყინულის ქვეშ იზამთრებს. ვიღაცამ აუზის შვიდსანტიმეტრიანი ყინული ჩაამტვრია და რამდენიმე თევზი მოიპარა. დანარჩენები დაიღუპნენ, რადგან ყინვას ვერ გაუძლეს".**

ბაღს აკლია საგანმანათლებლო კომპონენტი. მსოფლიოში ყველა ბოტანიკურ ბაღშია მოწყობილი საბავშვო მოედანი, სადაც ცდილობენ, ბავშვები მცენარეთა სამყაროთი დააინტერესონ. გერმანიის საელჩომ გამოგვიყო გრანტი საგანმანათლებლო სტენდების დასადგმელად, სადაც ბავშვისთვის გასაგები ენით დავწერთ მცენარეთა აგებულებისა თუ კლასიფიკაციის შესახებ.

— **ბაღში ბევრი სიძველეა შემორჩენილი ნაგებობების თუ ფლორის სახით. მათი ისტორიები გვიამბეთ.**

— აქ მრავალი ღირსშესანიშნაობაა, მათ შორის — თამარის ხიდი. ამ ხიდის ტიპს საქართველოში ბევრგან შეხვდებით. ეს არის ქართული აგურით, მშრალი წყობით აგებული თაღოვანი ხიდი. ჩვენთან არის მე-17-18 საუკუნეების ხიდი. 2012 წელს მერიამ ძეგლთა დაცვის დახმარებით ხიდს რეაბილიტაცია ჩაუტარა. ისტორიულ ფოტოებზე დაყრდნობით და ძველი ტექნოლოგიით აღადგინეს. ხიდის მოაჯირი, ისევე როგორც მე-19 საუკუნეში იყო, წაბლისაა.

ჩანჩქერის ხიდი ისტორიულია. რუსეთის იმპერიის პერიოდის ერთ-ერთი პირველი რკინაბეტონის ხიდია. მისი მშენებლობა 1915 წელს დასრულდა. 2012 წელს კი სამღებრო და შესაკეთებელი სამუშაოები ჩაუტარდა. ჯერჯერობით ხიდის ზედაპირი არ არის გაკეთებული, მაგრამ მისი ისტორიული სახე აღდგენილია.

თბილისის ბოტანიკურ ბაღში არის ძველი წიწვოვანი ხეების ნაშთები, 125 წლის ჰიმალაის კედარი, 115 წლის ესპანური სოჭი, ბამბუკების კოლექცია, 105 წლის ბიჭვინთის ფიჭვი და სხვა საინტერესო მცენარეები. 115 წლის თელაზე დამყნობილი ძელქვა გვაქვს. აჯამეთის ნაკრძალშია დაცული ძელქვის ბუნებრივი კორონების ფრაგმენტები. ძელქვა იშვიათი გახდა იმიტომ, რომ არაჩვეულებრივი მერქანი აქვს, არ ლპება და მისი მუდმივი ექსპლუატაციაა შესაძლებელი.

აქ არის კავკასიის ენდემური და იშვიათი სახეობების კოლექცია — როზარიუმი და სირინგარიუმი, ასევე 75 ჯიშის იასამანი გვაქვს. დეკორატიულ უბანს, ე.წ. პარტერს, ედემს უწოდებენ. ეს მხარე დააპროექტა გოგი მანაგაძემ, ბაღის თანამშრომელმა, პარკთმშენებლობის და დიზაინის განყოფილების გამგემ, საბჭოთა კავშირის დროს ვერცხლისა და ოქროს მედლების მფლობელმა. აქ არის გეორგინები, გვირილები, იორდასალამები, ხელოვნური პლატო, კლდებაღი, დეკორატიული დანდური, იები, იაპონური ხეები — სოფორა და სხვა.

რაც 2006 წელს გამოცემულ წითელ ნუსხაშია

■ მაია თავართქილაძე

შეტანილი, პრაქტიკულად ყველა ის მცენარე მოიძებნება ბოტანიკურ ბაღში. გვაქვს კავკასიის იშვიათი და ენდემური სახეობების კოლექცია, სამკურნალო მცენარეები. ისინი დამთვალიერებლებისთვის დახურულია, რადგან ველური მცენარეებია და, სამწუხაროდ, ხშირია ვანდალიზმის შემთხვევები. უცხოეთში ბოტანიკურ ბაღებში არც ერთი კოლექცია დახურული არ არის, რადგან იქ იშვიათია ვანდალიზმი.

— რითი გამოიხატება ადგილობრივი ვანდალიზმი?

— ქვების თუ ბოთლების სროლა, ყვავილების ამოღება თუ დაზიანება. ვერ ვხვდებით, რა მიზნით აზიანებენ მცენარეებს.

გვყავდა წითელი თევზის ის სახეობა, რომელიც აუზში ყინულის ქვეშ იზამთრებს. 2012 წელს ვიღაცამ აუზის შვიდსანტიმეტრიანი ყინული ჩაამტვრია და რამდენიმე თევზი მოიპარა. დანარჩენები დაიღუპნენ, რადგან ყინვას ვერ გაუძლეს. აუზი შევაკეთეთ, მაგრამ თევზები ჯერ არ ჩაგვისვამს.

— ბოტანიკურ ბაღს დაცვა არ აქვს?

— თანამშრომლები ყველანაირად ცდილობენ, არაფერი გამოეპაროთ, მაგრამ 96 ჰექტრის დაცვა რთულია. საბჭოთა კავშირის დროს ჯარიმები იყო დაწესებული. ჯარიმის დაკისრება

„თბილისის ბოტანიკურ ბაღში არის ძველი წიწვოვანი ხეების ნაშთები, 125 წლის ჰიმალაის კედარი, 115 წლის ესპანური სოჭი, ბამბუკების კოლექცია, 105 წლის ბიჭვინთის ფიჭვი და სხვა საინტერესო მცენარეები. 115 წლის თელაზე დამყნობილი ძელქვა გვაქვს“.

შეუძლია მხოლოდ პოლიციას, როცა სამართალდარღვევას აღრიცხავს. ჩვენ არ შეგვიძლია დაჯარიმება. ბევრჯერ დაგვინახავს, რომ ვიღაც რაღაცას აზიანებს, მაგრამ სანამ იქამდე მივალთ, გარბის.

— იყო პერიოდი, როცა ბოტანიკური ბაღი საშიშ ადგილად ითვლებოდა, აქ ხშირი იყო კრიმინალური შემთხვევები. ახლა რამდენად უსაფრთხოა დამთვალიერებლებისთვის ამხელა ტერიტორიაზე სიარული?

— ბაღში დაცვის თანამშრომლები პატრულირებენ. არანაირი საფრთხე არ არსებობს. ის კი არა, უცხოელ ქალს საფულე და ფოტოაპარატი დარჩა, რომელიც უპრობლემოდ დაუბრუნდა.

✓ მანანა ნოდია

კლიჩკო შვარცენეგერის წინააღმდეგ

მსოფლიო მასშტაბის ორმა სახელოვანმა პიროვნებამ, თანამედროვეობის ერთ-ერთმა საუკეთესო მოკრივემ ვლადიმირ კლიჩკომ და სახელგანთქმულმა მსახიობმა — რკინის არნიმ, არნოლდ შვარცენეგერმა, გადაწყვიტეს, ერთმანეთს გაეჯიბრონ.

ვლადიმირ კლიჩკომ და არნოლდ შვარცენეგერმა თავიანთი სხეულები ერთმანეთს შეადარეს და ამით სუსტი სქესის წარმომადგენლების გულებიც გაახარეს. აბა, რომელი გოგონა იტყვის უარს ასეთი მშვენიერი სხეულების ხილვაზე?

■ კლიჩკო და შვარცენეგერი

ეს ისტორია კი ფოტოგრაფიით დაიწყო, რომელიც უკრაინელი მოკრივის ინტერნეტგვერდზე გამოჩნდა. ვლადიმირმა სურათი არნოლდ შვარცენეგერის პლაკატის ფონზე, ცნობილი მსახიობის პოზაში გადაიღო და, რა თქმა უნდა, ფანებმა მაშინვე მრავალრიცხოვანი ქათინაურით აავსეს.

ყველაზე მთავარი მერე მოხდა: მეორე დღესვე არნოლდმა, რომელმაც ასევე ნახა ეს სურათი, საკუთარ გვერდზე საპასუხო ფოტო განათავსა, რომელზეც მან და ვლადიმირმა ადგილები გაცვალეს. ახლა უკვე რკინის არნი პოზირებდა ცნობილი მოკრივის პლაკატის ფონზე, რომელსაც ასეთი წარწერა გაუკეთა: „შესანიშნავი ფოტოა! ძალიან მახარებს ჩემი ყველაზე საყვარელი ჩემპიონის ჩემს საფირმო პოზაში ხილვა!“.

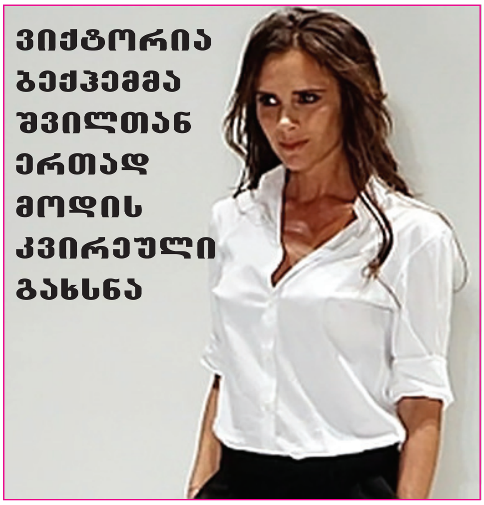
ედისონ კავანი ურუგვაელ მოდელს ხვდება

მას შემდეგ, რაც პსჟ-ს თავდამსხმელი ედისონ კავანი ცოლს, მარია სოლედადს დაშორდა, რომანი იტალიელ მარია როზარია ვენტრონესთან გააბა. ახლა კი ცნობილ ფეხბურთელს ახალი შეყვარებული ჰყავს — ურუგვაელი მიქაელა ორსი.

როგორც იტალიური გამოცემა „Corriere dello Sport“ იუწყება, ედისონ კავანი და „მის ურუგვაი 2013“ მიქაელა ორსი პარიზში ერთად შენიშნეს. ურუგვაელი ლამაზმანი მხოლოდ 19 წლისაა და კავანიზე 8 წლით პატარაა. გამოცემას თუ დავუჯერებთ, ამ ახალი რომანით ედისონმა გადაწყვიტა, საბოლოოდ დახუროს თავისი ცხოვრების ნეაპოლური ფურცელი.

ჯერჯერობით კი ფეხბურთელს მეუღლესთან და თავისი ორი შვილის დედასთან მარია სოლედადთან განქორწინების პროცედურის გავლა მოუწევს. როგორც ამბობენ, ცოლი ფეხბურთელს 12 მილიონ დოლარს ედავება.

ვიქტორია ბექჰემმა შვილთან ერთად მოდის კვირეული გახსნა



ცნობილი ფეხბურთელის დევიდ ბექჰემის ცოლმა, ვიქტორიამ, თავისი ტანსაცმლის ახალი კოლექცია წარმოადგინა, რომლის ჩვენებაც ნიუ იორკში გაიმართა. ამ ჩვენებას დაესწრნენ მისი სახელოვანი ქმარი და ქალიშვილი ჰარპერი. დევიდი და გოგონა მოდების ჩვენების დროს პირველ რიგში ისხდნენ და იქიდან ადევნებდნენ თვალს პოდიუმზე გამოსულ მოდელებს.

პატარა ჰარპერი ჯერ კულისებს სტუმრობდა, სადაც სახელოვან მამას მუხლებზე ეჯდა და შოუს მზადებას აკვირდებოდა. ირგვლივ მყოფები მას შესცქეროდნენ და ღიმილს ვერ იკავებდნენ. მათ შორის იყო რკინის ლედი — „ვოგის“ მთავარი რედაქტორი ანა ვინტურიც.

ვიქტორიას თავისი ქალიშვილი ყველგან დაჰყავს. გასაოცარია, მაგრამ ის თავისუფლად ასწრებდა, თვალი ედევნებინა მოდელების ჩაცმისთვისაც და ყურადღება მიექცია შვილისთვისაც. ბავშვს ეცვა ნაზი ცისფერი კაბა, ხოლო თავად დედა კლასიკურ ბლუზონსა და ფართო შარვალში იყო გამოწყობილი.

ვიქტორიას სტილისთვის დამახასიათებელია გეომეტრიული ფორმები, მინიმალიზმი, შავი და თეთრი ფერები, ამჯერად კი მის კოლექციაში ნათელი ფერებიც უხვად იყო გამოყენებული.

✓ მოამზადა კახა ხატიაშვილმა

Cyan Magenta Yellow Black

როგორ გავმდიდრდეთ – გონივრული ეკონომია

ბედნიერია არა ის, ვინც ბევრს შოულობს, არამედ ის, ვისაც ფულის სწორად მოხმარება შეუძლია. თუ ჯანმრთელობისა და საარსებო მოთხოვნილებებისადმი ზიანის მიუყენებლად ეკონომიას ისწავლით, უფრო სქელი საფულე გექნებათ.

როგორ არ ვფლანგოთ ფული და ყველაფერი გვქონდეს, რაც გვსურს?

სანამ სწორი ეკონომიის საიდუმლოებებს გაგიმხელთ, ზედმეტი არ იქნება, ფულის ხარჯვის ზოგადი წესები შეგახსენოთ. თუ მათგან თუნდაც 70%-ს შეასრულებთ, უკვე ერთი თვის შემდეგ იგრძნობთ, რომ ბიუჯეტში დამატებითი საშუალებები გაჩნდა.

1. შეიძინეთ მხოლოდ ის, რაც ნამდვილად გჭირდებათ. იმისთვის, რომ ეს გახსოვდეთ, ცდუნებას არ აჰყვეთ და ყველაფერი აქ და ახლავე არ შეიძინოთ, საკრედიტო ბარათსა და საფულეზე დააწებეთ მოკლე შეკითხვა: „ეს ნამდვილად მჭირდება?“

2. თუ შოპინგი თქვენთვის გართობის ან განწყობის ამაღლების საშუალებაა, ოჯახის ბიუჯეტის სასარგებლოდ ამ ჩვევაზე უარის თქმა მოგიწევთ. სავაჭრო კომპლექსში ან მაღაზიებში მხოლოდ რეალური აუცილებლობის შემთხვევაში წადით. საჭირო საქონლის სია აუცილებლად თან გქონდეთ.

3. ნუ დაიზარებთ, ერთსა და იმავე საქონელზე ფასები სხვადასხვა მაღაზიაში (აფთიაქებში, ბაზრებზე და ა.შ.) შეამოწმოთ. სრულიად შესაძლებელია, რომ თქვენს სახლთან ახლოს, პატარა მაღაზიაში, პირველადი მოხმარების საქონელი უფრო იაფი ღირდეს, ვიდრე სუპერმარკეტში. ხოლო უფრო მომგებიანია, საყოფაცხოვრებო ქიმიის საშუალებები ბითუმად შეიძინოთ. შემდეგ საპნის, შამპუნის, ფხვნილისა და სხვა „ქიმიის“ შეძენა ნახევარი წლით დაივიწყეთ.

4. მოერიდეთ კრედიტით ან ნაწილ-ნაწილად გადახდით საქონლის შეძენას. ბანკიდან მხოლოდ მაშინ აიღეთ ფული, თუ ეს შენაძენი ძალიან გჭირდებათ. დანარჩენ შემთხვევებში უმჯობესია, მოითმინოთ და ფული დააგროვოთ. ხშირად კრედიტით შეძენილი საქონელი, საბოლოო ჯამში, ბევრად უფრო ძვირი ჯდება.

პროდუქტები

საერთოდ კვებაზე ეკონომიის გაკეთება მიღებული არ არის — შეიძლება ჯანმრთელობისთვის უსიამოვნო შედეგები მოჰყვეს, მაგრამ ეს მთლად ასე არ არის. შესაძლებელია ზედმეტის გაფლანგვის გარეშე სწორად და მრავალფეროვნად იკვებოთ.

მაღაზიებში შეხედეთ არა იმ თაროებს, რაც თვალების დონეზე იმყოფება, არამედ ცოტა ზევით ან ქვევით. ჩვეულებრივ, სწორედ ასე შეგიძლიათ აღმოაჩინოთ იაფი და ხარისხიანი საქონელი, ვინაიდან ყველაზე გამოსაჩენ ადგილას ათავსებენ იმას, რაც აუცილებლად უფრო სწრაფად უნდა გაიყიდოს.

რამდენიმე კვირით წინასწარ მაცივრის პროდუქტებით ავსება მომგებიანია მხოლოდ ხორცის, თევზის, კვერცხის შემთხვევაში. სწრაფად ფუჭებად პროდუქტებს (რძე, კეფირი, პური, კარაქი, ძეხვი) ვარგისიანობის ვადის გასვლის შემდეგ უბრალოდ გადაყრით.

ნუ იფიქრებთ, რომ თანამედროვე საქმიანი ადამიანებისთვის ნახევარფაბრიკატები ხსნაა. ისინი მხოლოდ მომზადებაზე დახარჯული დროის ეკონომიას აკეთებენ და არა — ფულის.

სანამ პროდუქტების შესაძენად წახვალთ, აუცილებლად წაიხემსეთ. ცარიელ კუჭზე სურვილები ყოველთვის მეტია.

მიეჩვიეთ, მაღაზიიდან დარჩენილი ხურდა ფული ყულაბაში ან უბრალოდ გაუმჭვირვალე ქილაში დააგროვოთ.

ჯანმრთელობა

ეცადეთ, ექიმებთან (თერაპევტი, გინეკოლოგი, სტომატოლოგი) გამოკვლევა წელიწადში ერთხელ მაინც ჩაიტაროთ. ჯანმრთელობასთან უთანხმოება რაც უფრო დროულად გამოვლინდება, მისგან მით უფრო სწრაფად გათავისუფლდებით. რაც უფრო დიდხანს არ გეცოდინებათ დაავადების შესახებ, მით უფრო ძვირი დაგიჯდებათ.

ძვირადღირებული იმპორტული წამლების ანალოგები შეიძინეთ. ხშირად სამამულო წარმოების მედიკამენტები ზუსტად ისეთივე მოქმედი ნივთიერებებისგან შედგება, როგორითაც საზღვარგარეთული. ფასი კი მნიშვნელოვნად დაბალია.

დალიეთ ახალგამოწურული წვენები, ბალახის ნაყენები, გადაივლეთ ცივი წყალი. მოკლედ, ეცადეთ, იმუნიტეტი ყველანაირად აიმაღლოთ. მაშინ წლის ცივ სეზონზე სურდოსა და გრიპის არ შეგეშინდებათ. შესაბამისად დამატებით მკურნალობაზე ფულის დახარჯვა არ მოგიწევთ.

ტექნიკა და კომუნიკაციები

ახალ ტექნიკას მისი რეკლამის გამოჩენისთანავე ნუ შეიძენთ. უმჯობესია, რამდენიმე თვის შემდეგ იყიდოთ. ორი-სამი თვის შემდეგ ტექნიკა მნიშვნელოვნად იაფდება და 30%-მდე ეკონომიას გააკეთებთ.

ინტერნეტში განცხადებები ეძებეთ. ხშირად სრულიად ახალი საქონელი ბევრად უფრო იაფად იყიდება მხოლოდ იმიტომ, რომ ყუთი (საფუთავი) გახსნილია ან საერთოდ არ აქვს. მაგრამ ამავდროულად გარანტიისა და ყველა ქვითრის არსებობის შემოწმება არ დაგავიწყდეთ.

ზოგჯერ, თუ ადამიანისთვის ორი სიტყვის თქმა გესაჭიროებათ, უმჯობესია სმს-ის გაგზავნა. ზართან შედარებით უფრო იაფია.

სამოსი

სეზონური ფასდაკლება მომგებიანი საქმეა. გაზაფხულზე ზამთრის სამოსი შეიძინეთ, შემოდგომაზე — ზაფხულის. მნიშვნელოვან თანხას დაზოგავთ.

იყიდეთ ცოტა, მაგრამ ხარისხიანი, მაშინ ტანსაცმელი დიდხანს მოგემსახურებათ. თქვენი გარდერობის ძირითადი შემადგენელი უმჯობესია კლასიკური სტილის იყოს, რომელიც ყოველთვის მოდაშია. ამავდროულად მუდამ შეგეძლებათ თქვენი გემოვნებით, მოდური აქსესუარებით შეავსოთ.

შვებულებიდან დაბრუნება

შვებულებების სეზონი დასასრულს უახლოვდება. უკვე სამუშაოზე გასასვლელად მორალურად ემზადებით და ამის გამო გუნება ფუჭდება. რატომ? გასული წლების გამოცდილებით იცით: პირველი სამუშაო კვირა (შეიძლება თვეც) რთული იქნება. ძნელია თავი აიძულო, დილით ადგე, კიდევ უფრო ძნელია სამუშაოზე გულისყურის მოკრება. გთავაზობთ სავარჯიშოებს, რომლებიც ამ გარდამავალი ეტაპის პრობლემების მინიმუმამდე შემცირებაში დაგეხმარებათ.

1. დამუხტვა. დასვენებით მიღებული დადებითი ემოციების მუხტი გამოლევას იწყებს, როგორც კი ოფისის ზღურბლს გადააბიჯებთ. ყოველდღიურად თავი დამუხტეთ, მინიმუმი ერთი დადებითი ემოცია მიიღეთ. დღეს შეიძლება ეს იყოს ულუფა ნაყინი, ხვალ — მეგობართან შეხვედრა, ზეგ — საყვარელი ფილმის ყურება და ა.შ. ამგვარად მიხვდებით, რომ თქვენი ცხოვრება მხოლოდ ულიმღამო სამუშაო დღეები არ არის.

2. მემუარები. თუ მოულოდნელად ნაღველი შემოგაწვებათ, გაითამაშეთ, ვითომ მწერალი ხართ და მემუარების წერა დაიწყეთ. თქვენი დასვენების ყველაზე საინტერესო და დასამახსოვრებელი მომენტები აღწერეთ. მაქსიმალურად დაწვრილებით გადმოეცით ყველაფერი, ხელახლა განიცადეთ ემოციები, რომლებმაც სიხარული მოგგვარათ, აგაღელვათ. როდესაც სევდა ისევ მოგეძალებათ, თქვენი ჩანაწერები გადაიკითხეთ.

3. განახლება. შვებულების შემდეგ რაოდენ დასვენებულადაც უნდა გამოიყურებოდეთ, აუცილებელია, თავი სამუშაო ფორმაში მოიყვანოთ. ამის გაკეთება საჭიროა სამუშაოზე გასვლამდე ორი დღით ადრე. გარდერობი განაახლეთ, თავი ყურადღებით შეათვალიერეთ, გარეგნობა მოიწესრიგეთ, საჭირო პროცედურები ჩაიტარეთ.

4. რეტროსპექტივა. ირგვლივ შვებულების ანტურაჟი შექმენით, მაგრამ ზედმეტი არ მოგივიდეთ. განწყობა სამუშაო უნდა დარჩეს. სამუშაო მაგიდაზე გქონდეთ პლაჟის ფოტო, სადაც დაისვენეთ ან ნიჟარა. თუ შვებულება სახლში ან აგარაკზე გაატარეთ, მოსაგონრად რაღაც სასიამოვნო წამოიღეთ. მთავარია, მუშაობის დროს ყოველთვის შეგეძლოთ რამდენიმე წამი ფიქრებით უშფოთველ შვებულებაში დაბრუნდეთ.

მტკიცებულებები

შეარჩიეთ ერთი ან ორი მტკიცებულება, რომლებსაც ეთანხმებით და აუცილებლობის შემთხვევაში ხმამაღლა ან გულში წარმოთქვით:

- შვებულება — ეს არის ხანმოკლე პერიოდი, რომელიც ყოველთვის მთავრდება.
- მშვენივრად დავისვენე და ახლა მუშაობას ახალი ენერგიით შევუდგები.
- განვლილ დღეებზე ნაღვლობას აზრი არ აქვს, წინ კიდევ ბევრი შვებულებაა.
- მომავალ წელსაც კარგად რომ დავისვენო, კარგად უნდა ვიმუშაო.
- ცხოვრება მხოლოდ გართობა-დასვენებისგან არ შედგება, სხვაგვარად ნაკლებად საინტერესო იქნებოდა.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

Cyan Magenta Yellow Black

სასარგებლო შემცვლელები

რჩევები დიასახლისებს

როდესაც საჭირო მომენტში რაღაც ხელთ არ აქვს, ბევრ ქალს გუნება უფუჭდება და დაწყებულ საქმეს თავს ანებებს. შესატყვისი ანალოგების ძიებაში ჩვენი რჩევები დაგეხმარებათ:

ადგილობრივი დაცვა სარეცხი მანქანისთვის

ბევრ დაისახლისს სარეცხი ფხვნილის გვერდით სარეცხი მანქანის დაფის მინადუღისგან დამცავი აბები უდევს, მაგრამ ის შეიძლება შეუფერებელ დროს გათავდეს. მშვენიერი შემცვლელია ზღვის მარილი. 1 ჩაის კოვზი ერთ ჩატვირთვაზე მანქანას მინადუღისგან არანაკლებ დაიცავს.

მდოგვი ჭურჭლისთვის

ყველასთვის ცნობილია, რომ სინთეტიკური სარეცხი საშუალებები წყლით ბოლომდე არ ირეცხება, ჭურჭლის ზედაპირზე რამდენიმე მოლეკულა მაინც რჩება, ხოლო ორგანიზმში მოხვედრილი მასზე ცუდად მოქმედებს. მდოგვი არამხოლოდ კარგი სოუსია ცივი საუზმეულისა და ცხელი კერძებისთვის, ასევე ცხიმს შესანიშნავად უმკლავდება. საკმარისია სველ

ღრუბელზე ცოტა მდოგვის ფხვნილი მოაფრქვიოთ და ჭურჭელი გარეცხოთ. ყველაზე მყარი ლაქაც კი უკვალოდ გაქრება.

ახალი ხალიჩა

ხალიჩის სარეცხი საშუალება გაგითავდათ? მის ფუნქციას ჩვეულებრივი სიმინდის სახამებელი შეასრულებს. ხალიჩას მოაყარეთ და მტვერსასრუტით აიღეთ. მართალია, სერიოზულ პრობლემას სიმინდის სახამებელი ვერ გაუმკლავდება, მაგრამ ღია ფერის ფარდაგის ფერს განაახლებს ან მასზე წვრილმან „გაუგებრობებს“ ადვილად აიღებს.

იდეალური მილები

მილებს შესანიშნავად წმენდს ჩვეულებრივი სუფრის მარილის საშუალო ნაფქვავი. საჭიროა 100 გრამი მარილი ჩასადენ მილში ჩაყაროთ და მდუღარე წყალი ჩაასხათ. 5 წუთის შემდეგ ონკანი გახსენით და წყალი მიუშვით, რათა ნარჩენები ჩაირეცხოს. მაგრამ ასეთი „ფოკუსი“ საშიშია პლასტმასის მილებისთვის — მდუღარე წყალი მათი პირველი მტერია.

ნადებს გაზიანი სასმელი აშორებს

ნადები გაჩნდა თვალსაჩინო ადგილას უნიტაზზე, ბაკანზე, აბაზანაზე? ნადებს ძმრისა და სოდის ნარევი მოაცილებს, მაგრამ არის რისკი, რომ ასეთი საშუალება სანტექნიკის მოწყობილობის გარეგან სილამაზეს წაშლის. სამაგიეროდ ნებისმიერი შუშხუნა სასმელი (განსაკუთრებით ისეთი, რომელშიც ორტოფოსფორული მჟავა არის) ყველაფერს ფაქიზად და დელიკატურად გაასუფთავებს. ამისთვის საჭიროა სითხე საჭირო ადგილზე უხვად დაასხათ და ერთი საათის შემდეგ წყლით გარეცხოთ. სისუფთავე და წესრიგი გარანტირებულია.

ამნაირად შეგიძლიათ ფინჯანზე ყავისა და ჩაის კვალიც წაშალოთ. ფინჯანში ცოტა სითხე ჩაასხით და 5-7 წუთი დატოვეთ. შემდეგ სუფთა წყალი გაავლეთ.

ძმარი იატაკის მოსარეცხად

თუ სახლში სისუფთავე და სასიამოვნო არომატი გსურთ, ხოლო ჯადოსნური საშუალება დამთავრდა, ასეთი რეცეპტით ისარგებლეთ: 9%-იანი სუფრის ძმარი და წყალი თანაბარი რაოდენობით აურიეთ. ლავანდის 2-3 წვეთი ან ფორთოხლის ეთერზეთი დაუმატეთ. ამ ხსნარით შეგიძლიათ გაწმინდოთ იატაკი, ჭალი, ბროლი და ა.შ.

თუ ფანჯრის გაწმენდა გსურთ, მაშინ თანაფარდობა იცვლება: ძმარი სუფთა წყალში 1:5 თანაფარდობით გააზავეთ. ხელსახოცი სითხეში დაასველეთ, გაწურეთ და მინაზე გაუსვით. შემდეგ გაზეთით კარგად გაამშრალეთ. ძმრის მაგივრად შეგიძლიათ ლიმონის წვენი გამოიყენოთ.

თუ კვერცხი არ არის

როგორ მოიქცეთ, თუ სტუმრები სადაცაა მოვლენ, თქვენ კი საფირმო ღვეზელის გამოსაცხობად კვერცხი არ გაქვთ? დაიმახსოვრეთ „კვერცხის ანალოგები“.

2 სუფრის კოვზი ცხიმიანი რძე პლუს 1/2 სუფრის კოვზი ლიმონის წვენი პლუს 1/2 სუფრის კოვზი სოდა.

2 სუფრის კოვზი წყალი პლუს 1 სუფრის კოვზი მცენარეული ზეთი პლუს 2 ჩაის კოვზი საფანელი ფხვნილი.

2 სუფრის კოვზ რძეს (ნაღებს) პლუს 1/4 ჩაის კოვზი საფანელი ფხვნილი.

მსუბუქი ცომისთვის შეგიძლიათ კვერცხი ბანანის პიურეთი შეცვალოთ.

არაჟანი და ნაღები ჩაანაცვლეთ

არაჟანი ცომში შეგიძლიათ ნატურალური იოგურტით შეცვალოთ. ეს პროდუქტები ურთიერთშემცვლელები არიან. თანაც კერძის გემოსა და ხარისხზე არაფრით აისახება. თუ კრემის მოსამზადებლად ათქვეფილი საკონდიტრო ნაღები გესაჭიროებათ, მაგრამ არ არის, როგორ მოიქცეთ? აიღეთ ქილა შედედებული რძე, რამდენიმე წვეთი ლიმონის წვენი დაუმატეთ და მიქსერით ერთსახოვანი მასის წარმოქმნამდე ათქვიფეთ. მთავარია, თანაფარდობა დაიცვათ: 1,5 ფინჯან შედედებულ რძეს არაუმეტეს 1 ჩაის კოვზისა ლიმონის წვენი სჭირდება.

კულინარიული ჩანაცვლების კიდევ ერთი ვარიანტი: ერთი ბანანი პიურედ აქციეთ და ერთი კვერცხის ცილასთან ათქვიფეთ. შემდეგ 1 ჩაის კოვზი შაქარი და 2 წვეთი ვანილის ესენცია დაუმატეთ.

სუნის გავლენა ადამიანზე

ჩვენს ტვინში არის მონაკვეთი, რომელიც სუნის მიმართ ინფორმაციას ითვისებს, აღიქვამს. სწორედ ის აკონტროლებს საჭმლის მონელებას, ლიბიდოსა და ემოციებს. ბრძენმა მეცნიერებმა გამოავლინეს, რომ სუნი გავლენას ახდენს ნათხემზე. ეს ნიშნავს, რომ პარფიუმის დახმარებით ადამიანის ქცევების ფსიქოლოგიაზე ზემოქმედება შეიძლება. პარფიუმერები გვარწმუნებენ, რომ უკვე შექმნილია არომატები, რომლებიც თავდაჯერებულობას მატებენ, ადამიანს იზიდავენ, ალერსისკენ განაწყობენ.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

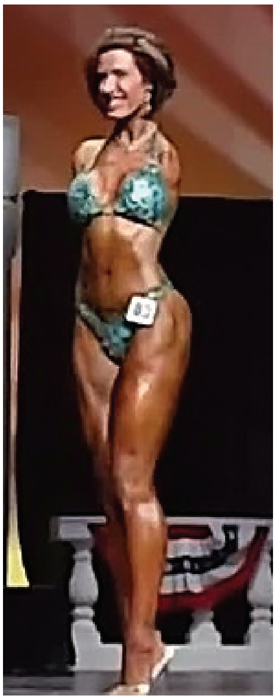
კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი

მიიღეთ
ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად
მიმართეთ ექიმს.

უხელებო ქალი გათხოვდა, შვილები გააჩინა და ჩემპიონი გახდა



არიზონაში, კერძოდ ფინიქსში, მცხოვრები 37 წლის ქალი, ბარბი ტომასი, ბოდიბილდინგში ჩემპიონი გახდა. ბარბიმ ორივე ხელი ჯერ კიდევ 2 წლის ასაკში დაკარგა, როცა ტრანსფორმატორზე აძვრა და ელექტროსადენებს ჩაეჭიდა, რის შედეგადაც ხელები მთლიანად დაეწვა. ექიმებს სხვა გზა არ დარჩენოდათ და ორივე ზედა კიდური ბოლომდე მოკვეთეს. უკვე მოზრდილი გოგონა ცურვით დაკავდა და სხვადასხვა ტურნირში მონაწილეობდა. 2000 წლიდან კი ბოდიბილდინგით დაინტერესდა.

ბარბი გათხოვილია. ორი შვილის დედამ პირველ წარმატებას გასულ წელს მიაღწია. წელს კი ჩემპიონი გახდა. იმას, რასაც სხვები ხელებით აკეთებენ, ბარბი ფეხებით მშვენივრად ართმევს თავს — ამზადებს საჭმელს, მართავს ავტომობილს და წერს წერილებს.

ბრაზილიელი კაცი თხაზე ქორწინდება

ბრაზილიელმა 74 წლის აპერესიდუ კაშტალდუმ გადაწყვიტა, თავის საყვარელ ცხოველზე, თხა კარმელიტაზე იქორწინოს. მამაკაცი რამდენიმე წლის წინ დაქვრივდა. კაშტალდუ ამბობს, რომ კარმელიტა მისთვის იდეალური ვარიანტია, რადგან ლაპარაკი და სავაჭრო ცენტრებში ფულის ხარჯვა არ შეუძლია. მისი განცხადებით, მიუხედავად იმისა, რომ ქორწინება ოფიციალურად არ გაფორმდება, საზეიმო ცერემონია მაინც გაიმართება.

13 ოქტომბერს, შუაღამით, ცერემონიალს ანტონიო ფირმინუ ჩაატარებს, რომელსაც ბრაზილიური პრესა ქვეყანაში ყველაზე ცნობილ სატანისტად მოიხსენიებს. ჯერჯერობით უცნობია, თუ რა რეაქცია აქვთ მამის საქციელთან დაკავშირებით კაშტალდუს შვილებს.

პერუში ხუთმეტრიანი ანაკონდა დაიჭირეს

პერუში ამაზონისპირა მცხოვრებლებმა ხუთმეტრიანი ანაკონდა დაიჭირეს. გიგანტური ქვეწარმავალი, რომელიც 100 კილოგრამს იწონის, მდინარე მომონში აღმოაჩინეს, სადაც ჭამის შემდეგ ისვენებდა.

ანაკონდა მსოფლიოში ყველაზე დიდი და ყველაზე ძნელად საპოვნელი გველია. ის სამხრეთ ამერიკის ტროპიკულ ტყეებში ბინადრობს, შხამიანი არ არის და მსხვერპლს გაგუდვით კლავს.

ნიღაბი მაკიაჟის ნაცვლად

ყოველდღიური მაკიაჟისაგან თავის დასაღწევად ჩინელმა კოსმეტოლოგებმა და პლასტიკურმა ქირურგებმა იდეალური საშუალება გამოიგონეს — ნიღაბი მაკიაჟის ნაცვლად.

ჩინელმა დიზაინერმა ჟოუინგ ლიმ ქირურგების დახმარებით ქალებს სპეციალური ნიღბები დაუმზადა. პომადით შეღებილი ტუჩები, პუდრით შეფერილი ლოყები, ტუშითა და ფანქრით მოხატული თვალები — ჩინელი ქალები სწორედ ამ ნიღაბს იკეთებენ მაშინ, როდესაც დილით ადრე სამსახურში აგვიანდებათ და მაკიაჟის გაკეთებას ველარ ასწრებენ.

ნიღაბი სახის კანზე ზუსტად იჭიმება და 399 დოლარი ღირს. მას უკვე საკმაოდ ბევრი მომხმარებელი ჰყავს.

პურზე წასასმელი ლუდი

იტალიაში ლუდის მოყვარულებისათვის დაამზადეს ლუდი, რომელსაც დალევის ნაცვლად შეჭამენ. ორმა იტალიურმა ბრენდმა — შოკოლადის მწარმოებელმა „ნაპოლეონემ“ და ლუდის ფირმა „ალტა ქუოტამ“ თანამშრომლობის შედეგად პურზე წასასმელი ლუდი დაამზადეს, რომელიც გასაყიდად მალე გამოვა.

კომპანიის წარმომადგენლების გათვლით, ახალ პროდუქტს საკმაოდ ბევრი მომხმარებელი ეყოლება, მათ შორის კი უმეტესობა ქალები იქნებიან.

Cyan Magenta Yellow Black

4 თვის წინ ანდებში დაკარგული კაცი ცოცხალი იპოვეს

ოთხი თვის წინ ანდებში დაკარგული 58 წლის ურუგვაელი მამაკაცი, რაულ ფერნანდო გომესი, ცოცხალი იპოვეს. გომესი მაისში ანდების გავლით ჩილედან არგენტინაში გადასვლას აპირებდა, როცა ზვავში მოყვა. სამაშველო ოპერაციის ჩატარება ძლიერი თოვლის გამო ვერ მოხერხდა და მამაკაცმა ოთხი თვე 2800 მეტრის სიმაღლეზე გაატარა მთამსვლელთა თავშესაფარში.

მთელი ამ დროის მანძილზე გომესი თავშესაფარში ნაპოვნი ნარჩენებითა და ვირთხებით იკვებებოდა. დაკარგულმა ამ ხნის განმავლობაში 20 კილოგრამი დაიკლო. ამჟამად მისი ჯანმრთელობის მდგომარეობა დამაკმაყოფილებელია, მაგრამ ჯერჯერობით მაინც კლინიკაში იმყოფება.

ირლანდიელი კაცი წელიწადზე მეტია ასლოკინებს

37 წლის ირლანდიელ დენიელ კლევინს ბოლო 14 თვეა განუწყვეტლივ ასლოკინებს. 2012 წლის ივლისში, წვეულების შემდეგ, მან ნაბახუსევზე სლოკინით გაიღვიძა და იმ დღიდან მოყოლებული თითქმის ყოველ 7 წამში ერთხელ ასლოკინებს.

დენიელის თქმით, ხშირ შემთხვევაში მას სუნთქვა უძნელდება. ექიმებმა დამამშვიდებელი პრეპარატები და დიეტა დაუნიშნეს, მაგრამ ჯერჯერობით უშედეგოდ.

2007 წელს შეუჩერებელი სლოკინის შემთხვევა აშშ-ში დაფიქსირდა. 15 წლის ჯენიფერს წუთში 50-ჯერ ასლოკინებდა. რამდენიმე თვის შემდეგ კი თავისით გაუარა.

ყველაზე სწრაფი წრე მანჰეტენის გარშემო

ამერიკელმა მძღოლმა, ადამ თენგმა, ნიუ იორკში მანჰეტენს წრე ზუსტად 24 წუთში დაარტყა. შედეგად, რეკორდსმენმა წინა არაოფიციალური რეკორდი 3 წუთით გააუმჯობესა.

ადამმა ახალი რეკორდის დამყარება შუქნიშნებზე 7-ჯერ გაჩერების მიუხედავად შეძლო. საშუალო სიჩქარემ ახალი რეკორდის დამყარებისას საათში 106 კილომეტრი შეადგინა, მაშინ როდესაც ნებადართული მაქსიმალური სიჩქარე 70 კილომეტრია საათში. მთლიანობაში მძღოლმა დაახლოებით 45 კილომეტრი გაიარა. პოლიციამ ადამი დააკავა და ავტომობილი ჩამოართვა.

13 ოპერაცია სუპერმენობისთვის

სუპერმენის თაყვანისმცემელმა, 35 წლის ფილიპინელმა ჰერბერტ ჩავესმა, 13 პლასტიკური ოპერაცია გაიკეთა, რათა თავის კერპს დამსგავსებოდა.

პროფესიით დიზაინერმა ჩავესმა შეიცვალა ცხვირის და ყბების ფორმები, გაიარა ლიპოსაქციის კურსი და გაიღიავა კანის ფერი. ამ ყველაფერში მან 10.000 დოლარზე მეტი გადაიხადა, რაც ფილიპინებისთვის საკმაოდ დიდი თანხაა.

ჰერბერტმა სუპერმენი პირველად 5 წლის ასაკში ნახა ტელევიზორში, რის შემდეგაც გადაწყვიტა, მას დამსგავსებოდა. ჩავესი მსოფლიოში სუპერმენის თოჯინებისა და სუვენირების ყველაზე დიდი კოლექციის მფლობელიცაა.

მსოფლიოში ყველაზე გრძელი ენა ზრდას განაგრძობს

მსოფლიოში ყველაზე გრძელი ენა ინგლისელ სტივენ ტეილორს აქვს. მისი ენის სიგრძე 9,8 სანტიმეტრია. სტივენმა ეს ტიტული 2009 წელს მოიპოვა და მას შემდეგ მყარად ინარჩუნებს. მით უმეტეს, ბოლო თვეების განმავლობაში ეს ენა კიდევ 0,5 სანტიმეტრით გაიზარდა.

ენის სიგრძეში ითვლება მხოლოდ ის ნაწილი, რომელიც სტივენს გარეთ აქვს გამოყოფილი. სპეციალისტებს ძალიან უჭირთ იმის ახსნა, თუ რატომ განაგრძობს სტივენ ტეილორის ენა ზრდას.

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი (შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა) დისბაქტერიოზი

მიიღეთ

ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

რა დონით გაქვთ იუმორი?

1. წვეულებაზე მოხვდით და აღმოაჩინეთ, რომ, თქვენ გარდა, ყველა უზადოდაა გამოწყობილი. რას იზამთ?
ა) მაშინვე დატოვებთ წვეულებას — 3
ბ) ყურადღებას არაფერს მიაქცევთ და იმხიარულებთ — 1
გ) დიასახლისს სთხოვთ, რამე გათხოვოთ თავისი გარდერობიდან — 2

2. ძალიან მაღალი შენობის სახურავზე დგახართ, რა გრძნობა დაგეუფლებათ?
ა) ყვირილი მოგინდებათ — 2
ბ) სწრაფად ჩამოსვლის სურვილი გაგიჩნდებათ — 3
გ) ფრენის სურვილი გაგიჩნდებათ — 1

3. ძველი კოშკის ნანგრევებთან მოხვდით, რა გრძნობა დაგეუფლებათ?
ა) გაურკვეველი — 1
ბ) საფრთხის — 3
გ) ეს რომანტიკულია — 2

4. მოულოდნელობები გხიბლავთ თუ გაფრთხობთ?
ა) მოულოდნელობებში ცხოვრების პიკანტურობა იმალება — 1
ბ) მოულოდნელობები ყოველთვის საფიქრალს გიჩენთ — 3
გ) გააჩნია მოულოდნელობას — 2

5. პატარა ბავშვი ცელქობს და ენას გიყოფთ, როგორ მოიქცევით?
ა) თქვენც იმავეთი უპასუხებთ — 1
ბ) ყურადღებას არ მიაქცევთ — 2
გ) დედამისს ეტყვით — 3

6. ლიფტში თქვენთან ერთად უცნობი ადამიანი შემოვიდა, გამოელაპარაკებით?
ა) არა — 3
ბ) მხოლოდ მიესალმებით — 2
გ) სიამოვნებით გამოელაპარაკებით — 1

7. ოდესმე სხვისი გადაყრილი ნივთები დაგითვალიერებიათ?
ა) რა თქმა უნდა — 1
ბ) სხვისი ნივთები არ გაინტერესებთ — 3
გ) მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ ვერავინ გხედავდათ — 2

შედეგები:

7-11 ქულა — თქვენი განაწყენება ძნელია. ხშირად უყურებთ ცხოვრებას იუმორით და საკუთარ თავზეც კი იცინით. თუ ვინმემ გული გატკინათ, ამას მალევე ივიწყებთ, რაშიც ისევ იუმორის გრძნობა გეხმარებათ.

12-16 ქულა— კომიკურ სიტუაციებზე გეცინებათ. ხანდახან თავს უფლებას აძლევთ, ახლობლები და მეგობრები გააამასხარაოთ. ასეთ დროს ეცადეთ, ზომიერება და ტაქტის გრძნობა არ დაკარგოთ.

17-21 ქულა — ხუმრობებს ვერ იტანთ. თუ ვინმე შეეცადა თქვენთან ოხუნჯობას, ამის სურვილი მომენტალურად უქრება, რადგან ისეთ ფიზიონომიას „შეჰყრავთ", რომ ყველას დააფრთხობთ. იქნებ ეცადოთ, რომ ცხოვრებას მეტი იუმორით შეხედოთ და ხშირად გაიღიმოთ?!

გაქვთ შანსი, სწრაფად გამდიდრდეთ?

1. შეგიძლიათ, თავს პატივმოყვარე უწოდოთ?
ა) დიახ — 3
ბ) უფრო კი, ვიდრე არა — 2
გ) არა — 1

2. დაზოგილი თანხა რომ არ გაუფასურდეს, მისი შენახვა უმჯობესია...
ა) ბანკში — 2
ბ) აქციების ან სხვა ფასიანი ქაღალდების სახით — 3
გ) უცხოური ვალუტის, ევროს, დოლარის, ფუნტის სახით — 1

3. თავს იღბლიან ადამიანად მიიჩნევთ?
ა) არა — 1
ბ) დიახ, ჩემისთანებზე ამბობენ, რომ ბედი სწყალობსო — 3
გ) დროდადრო მიმართლებს — 2

4. დიდი თანხა გამოიმუშავეთ, მის გაორმაგებას შეეცდებით?
ა) აუცილებლად, ფინანსურ რისკზეც წავალ — 3
ბ) შეიძლება შევეცადო, მაგრამ რისკზე არ წავალ — 2
გ) არა — 1

5. რომელ გამონათქვამს ეთანხმებით?
ა) „სიმდიდრისაკენ ერთადერთი სწორი გზა მუხლჩაუხრელი შრომაა" — 3
ბ) „ვისაც მცირედით დაკმაყოფილება შეუძლია, ის მდიდარია" — 1
გ) „ბედნიერება ფულში არ არის" — 2

6. როგორ გგონიათ, სწრაფად გამდიდრებისათვის რა არის აუცილებელი?
ა) გარემოებების სასიკეთოდ წარმართვა — 1
ბ) ბიზნესის ალღო — 3
გ) წარმატებული ნათესავების არსებობა ან იღბლიანად გათხოვება — 2

შედეგები:

6-9 ქულა — იმედი ყველაზე ბოლოს კვდება, მაგრამ, თუ ფული გაგიჩნდებათ, ნუ აჩქარდებით. გამდიდრებას ლატარიის ბილეთების შეძენით ან კაზინოში თამაშით ნუ შეეცდებით. უმჯობესია, ოქრო შეიძინოთ, ასე ინფლაციის შემთხვევაში დაზღვეული იქნებით.

10-14 ქულა — წარმატებისაკენ მიმავალი ნახევარი გზა განვლილი გაქვთ. თქვენი ამბიციები და შრომისმოყვარეობა შესაშურია, მაგრამ უმჯობესია, კარიერა ნაბიჯ-ნაბიჯ გაიკეთოთ. თუ მილიონერი ვერ გახდებით, ფინანსური კეთილდღეობა მაინც გარანტირებული გექნებათ.

15-18 ქულა— გამდიდრების დიდი შანსი გაქვთ. წარმატებას უმიზნებთ და, წინდახედულობის წყალობით, ბევრს აღწევთ. მთავარია, არასდროს დაივიწყოთ ხალხური სიბრძნე — ფული კარგი მსახურია, მაგრამ ცუდი ბატონი.

სუდოკუ

წინა ნომერში გამოქვეყნებული სუდოკუს პასუხები იხ. გვ. 78

სუდოკუ არის იაპონური თავსატეხი, რომელმაც ბოლო დროს ევროპაშიც მოიკიდა ფეხი. მისი ამოხსნისთვის საკმარისია ლოგიკური აზროვნების უნარი. თავად ამოხსნის პროცესი კი დიდ სიამოვნებას გპირდებათ.

№ 1

8				4				6
	3				2		5	
		7	5			8		
	6		1					3
5		9		7				8
3					9		2	
			7		8	1		
		2		3			4	
	5							9

№ 2

	7		4			8		
9					3		6	
		2		1				3
	5				7	3		
				8			7	
6	8		2					9
		4		6	5			7
	1	5					8	
7			3			9		

სუდოკუ შედგება 9-9 ჰორიზონტალური და ვერტიკალური სვეტისა და 9 ბლოკისგან. შევავსოთ ცარიელი უჯრები 1-დან 9 ციფრებით ისე, რომ ჰორიზონტალურ და ვერტიკალურ სვეტებსა და ბლოკებში ერთი და იგივე ციფრი არ განმეორდეს.

Cyan Magenta Yellow Black

ადვილად ხიბლავთ კაცებს? *ტესტი ქალებისათვის*

1. სკვერში ხართ და ხედავთ, გოგო ბიჭს ეალერსება, როგორ გგონიათ, რატომ?
ა) ალბათ ბიჭმა სიყვარული აუხსნა — 6
ბ) ანეკდოტი უამბო — 0
გ) გოგოს უხარია, რომ ისინი ერთად არიან — 3

2. რა თვისება უნდა ჰქონდეს ქალს, რომ მამაკაცებს მოსწონდეთ?
ა) კარგად უნდა გამოიყურებოდეს — 6
ბ) მომხიბვლელი და საინტერესო მოსაუბრე უნდა იყოს — 3
გ) არ იცით, რადგან კაცებს ვერაფერს გაუგებ — 0

3. ოჯახში სკანდალია, როგორ მოიქცევით?
ა) მეზობელთან გახვალთ გულის გადასაყოლებლად — 6
ბ) მუსიკას ხმამაღლა ჩართავთ და უსმენთ — 0
გ) მეგობარს ურეკავთ, ეჭორავებით და გულს იოხებთ — 3

4. სამსახურში ახალი თანამშრომელი მამაკაცი მიიღეს, რომელიც ყველა ქალს მოსწონს და, მათ შორის — თქვენც. როგორ მოიქცევით?
ა) ეცდებით, ახლოს გაიცნოთ — 3
ბ) არაფრის იმედი არ გაქვთ, რადგან ძალიან დიდი კონკურენციაა — 0
გ) ყველაფერს გააკეთებთ და მაინც თქვენი იქნება! — 6

5. დისკოთეკაზე დაცვა არ გიშვებთ, რას გააკეთებთ?
ა) გაბრაზდებით და სახლში წახვალთ — 0
ბ) ანეკდოტს მოუყვებით, იქნებ ამან გაჭრას — 3
გ) ყველაფერს გააკეთებთ, რომ შეგიშვათ — 6

6. გსურთ, საკუთარ თავში რამე შეცვალოთ?
ა) არა, თავი ისეთი მომწონს, როგორიც ვარ — 6
ბ) რა თქმა უნდა, გსურთ, უკეთესი იყოთ — 3

7. ერთი ნახვით შეყვარების გჯერათ?
ა) დიახ — 6
ბ) არა — 0
გ) არ იცით, არ შეგიმოწმებიათ — 3

8. მეგობრები არშიყობენ, თქვენ როგორ იქცევით?
ა) ანალოგიურად იქცევით — 0
ბ) სასწრაფოდ ჟურნალებში შესაბამის რჩევებს კითხულობთ — 3
გ) საკუთარ ინტუიციას ენდობით — 6 ქულა

9. მამაკაცი, რომელიც მოგწონთ, ყურადღებას არ გაქცევთ, როგორ მოიქცევით?
ა) ხელსაყრელ მომენტს დაელოდებით და მთელი ძალით შეტევაზე გადახვალთ — 3
ბ) თავს გაანებებთ — 0
გ) ტაქტიკას შეცვლით და ეცდებით, სხვა მეთოდებით ჩაიგდოთ ხელში — 6

10. მამაკაცებთან ურთიერთობაში ადვილად შედიხართ?
ა) თუ ძალიან მოგწონთ, დიახ — 3
ბ) მომენტალურად — 6
გ) არა, სანამ კარგად არ გაიცნობთ, ურთიერთობას არ ჩქარობთ — 0

11. როგორ ფიქრობთ, ყველაზე სწრაფად რითი შეიძლება დაიპყროთ მამაკაცი?
ა) გამუდმებული ყურადღებით — 6
ბ) სექსუალური გარეგნობით — 3
გ) გააჩნია, რა შემთხვევაში — 0

შედეგები:

0-24 ქულა — სწრაფი ფლირტი თქვენთვის არ არის. სიყვარულში მორიდებული და გაუბედავი ხართ. მოვლენების განვითარებას პასიურად ელით. ასე ვერ გაგიმართლებთ. თუ არ გსურთ, საყვარელი მამაკაცი ვილაცამ აგწაპნოთ, ტაქტიკა შეცვალეთ და მოქმედებაზე გადადით.

25-49 ქულა— თუ ვინმე მოგეწონათ, მომენტალურად ფლირტს აბამთ. კარგად იცით, როგორ მიიქციოთ მამაკაცის ყურადღება, ოღონდ გირჩევთ, არ იჩქაროთ, თორემ ყველა კაცი ერთნაირი არაა, შეიძლება დაფრთხეს და ხელიდან დაგისხლტეთ.

50-72 ქულა— ძალიან მომხიბვლელი და ჭკვიანი ხართ, ამდენად, მიზნის მიღწევა არ გიჭირთ, თუმცა ნამდვილ სიყვარულზე არ ფიქრობთ, სხვისი გრძნობებით თამაში გიყვართ. თქვენთვის მთავარი თვითდამკვიდრებაა. არ დაგავიწყდეთ, რომ ასეთი საქციელით სხვას გულს უტეხთ. ერთ მშვენიერ დღეს კი, შესაძლოა, ასეთივე მდგომარეობაში თქვენც აღმოჩნდეთ.

თქვენი სტუმრობა უხარიათ?

1. როცა მიპატიჟებაზე უარი გითქვამთ, რაიმე მიზეზი სპეციალურად გამოგიგონიათ?
ა) რა თქმა უნდა — 3
ბ) არა, თუ სტუმრად ვერ მივდივარ, მიზეზს რეალურს ვასახელებ — 2
გ) მიპატიჟებაზე არასოდეს ვამბობ უარს — 1

2. სტუმრად წასვლისას მასპინძლებთან საჩუქრები ყოველთვის მიგაქვთ?
ა) აუცილებლად —ბოთლი ღვინო ან ყვავილების თაიგული — 2
ბ) დიახ, ამას ეტიკეტი მოითხოვს — 3
გ) მხოლოდ მაშინ, თუ მასპინძელს კარგად ვიცნობ — 1

3. აკრიტიკებთ მკერავს, თუ მისი ნახელავი თქვენს გემოვნებას არ პასუხობს?
ა) არასოდეს — 2
ბ) მხოლოდ მაშინ, თუ მკერავს კარგად ვიცნობ — 1
გ) დიახ, როგორც წესი, თავს ვერ ვიკავებ — 3

4. უცნობებთან სახლში სტუმრობისას შესასვლელში ფეხსაცმელს იხდით?
ა) არა — 3
ბ) მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ ამას არაორაზროვნად მაგრძნობინებენ — 2
გ) ყოველთვის, ეს ჩემთვის კანონია — 1

5. დაეხმარებით თუ არა მასპინძელს წვეულების შემდეგ სახლის მილაგებაში?
ა) თუ ძალიან გვიანი არ არის, რატომაც არა? — 1
ბ) არა, ეს მასპინძლის პირადი საქმეა — 2
გ) მივეხმარები, თუ თავად მთხოვს — 2

6. რაზე დათანხმდებით ყოყმანის გარეშე უცნობ ქალს (მამაკაცს)?
ა) კინოში წასვლაზე — 1
ბ) რესტორანში სადილზე — 2
გ) მანქანით გასეირნებაზე — 3

7. საზღვარგარეთ მოგზაურობისას შეგიძლიათ შეეგუოთ იმ ქვეყნის ჩვევებს?
ა) უპრობლემოდ — 1
ბ) ყოველთვის არა — 2
გ) ეს არაფერში მჭირდება — 3

შედეგები:

7-11 ქულა— ჩუმი და თავმდაბალი ადამიანი ბრძანდებით, ამიტომ ყველგან სიხარულით გელიან და გეპატიჟებიან. კიდევ იმიტომ უყვარხართ, რომ წვეულებაზე უსიამოვნება თუ მოხდება, არაფრის დიდებით არავისთან წამოგცდებათ.

12-16 ქულა — მეგობრებს ყოველთვის უხარიათ თქვენი სტუმრობა. კარგ განწყობას ყველას გადასდებთ ხოლმე, რასაც ძალიან აფასებენ. თქვენი ყოფნა საზოგადოებაში ყოველთვის სასიამოვნოდ გატარებული დროის გარანტიაა.

17-21 ქულა — გიყვართ, როცა მთელი ყურადღება თქვენკენაა მიმართული და პირდაპირ კარიდან იწყებთ საკუთარი თავისადმი ინტერესის გაღვივებას. ამით გარშემომყოფებს ცოტა ძაბავთ, მაგრამ ასე თუ გააგრძელეთ, ნელ-ნელა თქვენს სტუმრობაზე უარს იტყვიან და აღარ მიგიპატიჟებენ. გირჩევთ, სხვებსაც მისცეთ საშუალება, თავი წარმოაჩინონ და სათქმელი თქვან.

Cyan Magenta Yellow Black

დაავადება, რომელიც კბილების დაცვენით იმუქრება

პაროდონტოზი ქრონიკული დაავადებაა, რომელიც კბილის ირგვლივ ქსოვილის, კბილბუდის გადაგვარებით ცვლილებებს და თანდათანობით გალევას იწვევს. ეს ავადმყოფობა ფართოდაა გავრცელებული, უმეტესად სრულწლოვანნი ავადმყოფობენ.

ბევრ ადამიანს ეჭვიც არ აქვს, რომ კბილების გაწმენდის დროს ღრძილებიდან სისხლდენა სხვა არაფერია, თუ არა კბილებთან დაკავშირებული სერიოზული პრობლემის პირველი ნიშანი.

პაროდონტოზის განვითარების მთავარი მიზეზი პირის ღრუს ცუდი ჰიგიენაა, რომელიც კბილის ქვების გაჩენას და ასევე ღრძილების სხვა დაზიანებებს იწვევს. ბევრ შემთხვევაში პაროდონტოზი აღმოცენდება სხვა მიზეზებითაც, როგორიცაა: ენდოკრინული, გულ-სისხლძარღვთა, საჭმლის მომნელებლი სისტემების ფუნქციის დარღვევა, ასევე ავიტამინოზი, ინფექციური დაავადებები, ფეხმძიმე ქალებში ტოქსიკოზი და სხვა.

პროფილაქტიკის გარეშე დაავადების საწყისი სტადია შორსწასულ პაროდონტოზში გადასვლით იმუქრება, რომელიც, პირველ რიგში, საშიშია კბილების დაკარგვით. გარდა ამისა, შინაგანი ორგანოებიც იტანჯება. ვინაიდან პაროდონტიტის ქსოვილში სისხლძარღვები უხვადაა წარმოდგენილი, ინფექცია მთელ ორგანიზმში სწრაფად ვრცელდება. დაქვეითებული იმუნიტეტი, დისბაქტერიოზი, შინაგანი ორგანოების დაავადებები — ასეთია პაროდონტოზის ყველაზე ხშირი შედეგები. როგორც ხედავთ, დაავადების პროფილაქტიკა მეტად მნიშვნელოვანია.

კბილები ნადებისგან რეგულარულად გაიწმინდეთ და ახალწარმოქმნილი ქვები დროულად მოიცილეთ. ანთების საწინააღმდეგო, ანტიბაქტერიული პასტები, ელექსირები და კბილის ძაფი (ფლოსი) გამოიყენეთ. ღრძილებიდან სისხლდენის, პირიდან ცუდი სუნის დროს, სასწრაფოდ ექიმს მიმართეთ.

თუ დაავადება შორსწასული არ არის, მკურნალობა იწყება კბილებიდან ნადების მოცილებით (კბილების პროფესიული წმენდა) და გამოიყენება ანთების საწინააღმდეგო საშუალებები გამოსავლების, შესაშხურებლის, აბაზანის, აპლიკაციის სახით. აუცილებლობის დროს მედიკამენტოზურ თერაპიას მიმართავენ. მძიმე შემთხვევებში კბილის გადარჩენა შეუძლებელია.

დიეტა პაროდონტოზის დროს

სპეციფიკური დიეტა არ არსებობს, მაგრამ არის ზოგადი რეკომენდაციები, რომლებიც კბილების ირგვლივ რბილი ქსოვილების ანთებას შეამცირებს. საჭიროა მათი კვების გაუმჯობესება, გამაღიზიანებელი ფაქტორების გამორიცხვა.

ჭამეთ ვიტამინებით მდიდარი მეტი ქორფა ბოსტნეული, მწვანილი, ხილი. განსაკუთრებით საჭიროა C, E, B_6 ვიტამინები. რძის მჟავე პროდუქტებში ბევრი კალციუმია. ის საჭიროა ძვლის ქსოვილის გასამაგრებლად, ანემიას თავიდან აგაცილებთ, რომელიც პაროდონტოზის განვითარების ერთ-ერთ მთავარ მიზეზად ითვლება. ამ მიკროელემენტების კარგი წყაროა ოსპი, წიწიბურა, შვრია, ზღვის პროდუქტები.

იკრძალება ტკბილეული, ჩიპსები, მარილიანი თხილი, ფასტ ფუდები და ნებისმიერი „ქიმიური“ გაზიანი სასმელები. მინიმუმამდე შეამცირეთ ყავა და მაგარი ჩაი. ისინი კალციუმს რეცხავენ და ლორწოვანს აღიზიანებენ. და არავითარი მკაცრი დიეტები!

მეტად მნიშვნელოვანია ნახევრადუჯერი ცხიმმჟავები. ისინი ბევრია მცენარეულ ზეთებში, თხილეულში, თევზში.

სამკურნალო რეცეპტები ყველასთვის

ცისტიტი

ანთების საწინააღმდეგო ბალახეული ნაკრების შემადგენლობა: გვირილა, კრაზანა, დათვის კენკრა, მრავალძარღვა, შვიტა, მატიტელა — თანაბარი რაოდენობით. 1 სურფის კოვზ ნაკრებს 1 ლიტრი მდუღარე დაასხით. 150 მლ თბილი სახით დღეში 4-5-ჯერ მიიღეთ.

თმის ცვენა

გამოიყენება დედოფლის ყვავილის ფოთლების წვენი. დაბანის შემდეგ კვირაში 1-2-ჯერ თავის კანში შეიზილეთ.

ნივთიერებათა ცვლის აღდგენა და ორგანიზმის გაჯანსაღება

თანაბარი რაოდენობით აიღეთ მხოხავი ჭანგის, ბაბუაწვერას ფესვები და ფარსმანდუკი. 1 სუფრის კოვზ ნაკრებს 200 მლ მდუღარე დაასხით. ერთი საათის შემდეგ გაწურეთ და დილით უზმოზე, 30 მლ დალიეთ. მიიღეთ კურსობით 2 კვირა, შემდეგ 10 დღე შეისვენეთ და გაიმეორეთ.

დამწვრობა, ჭრილობა

10 ჩაის კოვზ ფარსმანდუკის ყვავილებს 1,5 ჭიქა ზეითუნის ზეთი დაასხით. 40 დღე დადგით, გაწურეთ და მაცივარში შეინახეთ. ზეთოვანი ნარევი დანიშნულების მიხედვით გამოიყენეთ.

თორმეტგოჯა ნაწლავისა და კუჭის ლორწოვანი გარსის ანთება, ნაწლავებში აირების დაგროვება

ფიკუსის 4-5 ფოთოლი ხორცსაკეპ მანქანაში გაატარეთ, წვენი გამოწურეთ, 1 ჩაის კოვზი თაფლი დაუმატეთ, მაცივარში შეინახეთ. 2 სუფრის კოვზი ნარევი დღეში 3-ჯერ, ჭამამდე მიიღეთ.

ექსპრეს მეთოდი დაღლილი თავისთვის

კომპიუტერთან ხანგრძლივად მუშაობისას, გამოცდებისთვის მზადებისას უცებ გრძნობთ, რომ ინფორმაციას ვერ ითვისებთ, თავი თუჯივით ხდება? პრობლემის მოხსნაში თავის მასაჟის ხანმოკლე სეანსი დაგეხმარებათ. დასაწყისში დაგროვილი უარყოფითი ენერგიისგან უნდა გათავისუფლდეთ. ფართოდ გაშლილი თითები თმაში სავარცხლის მსგავსად გაატარეთ. შემდეგ ნეგატივი ხელისგულებიდან ჩამოიბერტყეთ.

ახლა ტვინში სისხლის მიმოქცევა გააძლიერეთ. ერთი ხელით თმა ძირთან ჩაბღუჯეთ, მეორე ხელით მსუბუქად მოქაჩეთ, თითქოს ამოძრობა გსურთ. ასე შემოუარეთ მთელ თავს.

მთელი თავის ქალაზე თითების ბოლოებით მსუბუქად აკაკუნეთ. შუბლიდან თხემისკენ, თხემიდან საფეთქლებისა და კეფისკენ იმოძრავეთ. განსაკუთრებული ყურადღება თავის უკანა ნაწილს და შუბლს დაუთმეთ.

ხელისგულები თავზე დაიდეთ და კანი ამოძრავეთ. ამის შემდეგ თითებით ისეთი მოძრაობა გააკეთეთ, თითქოს თავს იბანთ.

მასაჟი თვალებიდან დაღლის მოხსნით დაასრულეთ. თვალები დახუჭეთ, თითებით ოდნავ დააწექით, შემდეგ ხელები უეცრად აუშვით და თვალები გაახილეთ. 4-5-ჯერ გაიმეორეთ.

არ წავიხემსოთ?

გამოკვლევების შედეგად სპეციალისტები ასეთ დასკვნამდე მივიდნენ, რომ ყოველდღიურად საჭიროა ერთსა და იმავე დროს — დღის 3 საათზე წახემსება. ეს უნდა გააკეთოთ ორი მიზეზით:

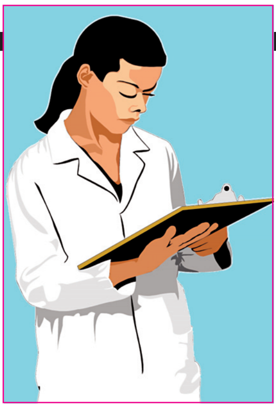
პირველი. სადილსა და ვახშამს შორის მცირე რაოდენობით საკვების მიღება დაღლის მოხსნას, შუადღეზე შრომისუნარიანობის შენარჩუნებას დაეხმარება.

მეორე. თუ დღის 3 საათზე წაიხემსებთ, საღამოს „სპილოს შეჭმა“ უკვე აღარ მოგინდებათ. ამგვარად, ძილის წინ ზედმეტის ჭამისგან თავს დაიზღვევთ.

რა თქმა უნდა, არანაკლებ მნიშვნელოვანია, წახემსებაში რომელი პროდუქტები შედის. სასწრაფოდ ამოიგდეთ თავიდან იმაზე ფიქრი, რომ ეს უნდა იყოს შოკოლადის ბატონი. უმჯობესია, ულუფა იოგურტი, მოხარშული კვერცხი, კრეკერები, უცხიმო მაგარი ყველი ან ვაშლი მიირთვათ.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

Cyan Magenta Yellow Black



გვპასუხობს ექიმი

● **ხშირად მაქვს ცხვირიდან სისხლდენა, რისი ბრალია და რას მირჩევთ?**

— ცხვირიდან სისხლდენა უმეტესად ადგილობრივ მიზეზებთან არის დაკავშირებული. ადგილობრივ მიზეზებს შორის შეიძლება იყოს ლორწოვანი გარსის ტრავმა, წყლული, ატროფიული პროცესი, სიმსივნე. ცხვირიდან სისხლდენას ზოგჯერ მომატებული არტერიული წნევაც იწვევს. ასევე ხშირია სისხლძარღვების კედლების, თირკმლისა და ღვიძლის დაავადებების დროს. ცხვირიდან სისხლდენა შეიძლება ინფექციამ და მაღალმა ტემპერატურამაც გამოიწვიოს. თუ სისხლდენა შემოგეჩვიათ, იკვებეთ ტკბილეულით. ახალი კვერცხი კარგად მოხარშეთ, შემდეგ მისი ნაჭუჭი დაფქვით და ეცადეთ, მცირე რაოდენობით შეისუნთქოთ ან ცხვირის შიგნით, ლორწოვანაზე წაისვათ.

● **ხშირად მაწუხებს მუცლის ქვედა ნაწილი. ვგრძნობ სიმაგრეს, ოდნავ თუ შემცივდება. რა გავაკეთო?**

— შეიძლება თქვენ ცისტიტის ნარჩენი მოვლენები გაქვთ, რომლის დროსაც ხშირია მუცლის შებერილობა და ერთგვარი სიმაგრე. ზოგჯერ აღინიშნება სიმძიმის შეგრძნებაც. უმჯობესია, გაიკეთოთ შარდის ანალიზი, სადაც გამოჩნდება, თუ გაქვთ შარდში მარილები. გაზიანი სასმელების, ალკოჰოლის მიღების დროს ავადმყოფს ცისტიტის მსგავსი ჩივილები აქვს. ეცადეთ, არ შეგცივდეთ, ყოველ დილით მიიღეთ თითო ჭიქა ანადუღარი ცხელი წყალი 10 დღის განმავლობაში. ეს მარტივი პროცედურა ორგანიზმის გაწმენდაში დაგეხმარებათ.

● **მაწუხებს მაღალი წნევა. მასწავლეს გაფცქვნილი კარტოფილის გულზე ჩამოკიდება ძაფით, როგორც მძივის. უნდა გავიჩერო 15 დღე. რა შედეგი მექნება და თუ მიშველის?**

— გულზე კარტოფილის ჩამოკიდებით ჯერ არც ერთ ექიმს უცდია ჰიპერტონიული დაავადებების განკურნება. უმჯობესია, არტერიული წნევის მომატების მიზეზი გაარკვიოთ და შესაბამისად იმკურნალოთ. თუ თქვენ ყოველდღიურად წნევის დამწევ საშუალებას იღებთ, უმჯობესია, დღეში კანიანად მოხარშული 3-4 კარტოფილი მიირთვათ, რომ ორგანიზმიდან დაკარგული კალიუმის მარაგი შეივსოთ.

● **ასაკის მატებასთან ერთად თითქოს მომემატა ხალები. როგორ შეიძლება ამის შეჩერება?**

— ხალი კანის არასწორი პიგმენტაციაა, რომლის გაღიზიანებაც ზოგჯერ არასასურველ შედეგს იძლევა. თუ გეჩვენებათ, რომ თქვენმა ხალებმა ფერი შეიცვალა, აუცილებლად დერმატოლოგს მიმართეთ. თუ ხშირად დადიხართ მზეზე, ხალების რაოდენობამ შეიძლება მოიმატოს.

● **მუდმივად მაწუხებს ცრემლდენა. დილით თვალები მაქვს დაწითლებული. თუ სასმელს ვსვამ, თვალები მტკივა. რა ვიღონო?**

— აუცილებლად მიმართეთ ოფთალმოლოგს. თქვენი სიმპტომებიდან გამომდინარე შესაძლებელია წამწამის ტკიპა ან რომელიმე სოკოვანი დაავადება გჭირთ. აუცილებლად ჩაიტარეთ თვალის ლორწოვანის ნაცხის ანალიზი.

● **20 თვის გოგონას ქრონიკულად დაეწყო თვალების შეშუპება. შარდსაც მცირე რაოდენობით გამოყოფს, მოემატა თმიანობა. ვის მივმართოთ? გვირჩიეთ რამე ხალხური მედიცინიდან.**

— სასწრაფოდ მიმართეთ ბავშვთა უროლოგს. თუ ბავშვი მცირე რაოდენობით შარდს გამოყოფს და თვალები უშუპდება, შეიძლება თირკმლის პათოლოგიაა. გირჩევთ, ექიმის კონსულტაციამდე ბავშვს არანაირი წამალი არ მისცეთ, შეიძლება მდგომარეობა დამძიმდეს.

● **თმის ცვენისთვის მირჩიეს გვირილის ნახარშის გადავლება. მიშველის?**

— გვირილა არის ანთების საწინააღმდეგო საშუალება. უმჯობესია თმებზე მკვებავი ნიღაბი გაიკეთოთ. ორი კოვზი აბუსალათინის ზეთი, ერთი კვერცხის გული და შავი პურის გული გათქვიფეთ და თმაში შეიზილეთ. 30 წუთის შემდეგ თავი ჩვეულებრივ, შამპუნით ჩამოიბანეთ.

● **ყლაპვის დროს მაქვს შეგრძნება, რომ ლუკმა გამეჩხირა, კუჭი არ მაწუხებს. მაქვს სპაზმები. რა შეიძლება იყოს მიზეზი?**

— გასტროენტეროლოგიური გამოკვლევა არ გაწყენდათ. მსგავსი შეგრძნება შეიძლება საყლაპავი მილის ანთებამ ანუ ეზოფაგიტმაც გამოიწვიოს. ეზოფაგიტის დროს საყლაპავი მილი ვიწროვდება და მკერდის ძვლის უკან ტკივილსაც იწვევს. თუ ტკივილი ძლიერდება, სასწრაფოდ ექიმს უნდა მიმართოთ, რომ გულის პათოლოგიები გამოირიცხოს. ქრონიკული ეზოფაგიტი ნებისმიერ დროს შეიძლება გამწვავდეს და საკმაოდ მძიმე ფორმით წარიმართოს. ეზოფაგიტის დროს ეფექტურია ერთი კოვზი მცენარეული ზეთის მიღება უზმოზე. კვების რაციონში უმჯობესია თხიერი საკვები შეიტანოთ, დიდი რაოდენობით კარაქი მიიღეთ. გამწვავებისას, ექიმის მოსვლამდე, შეგიძლიათ ტკივილგამაყუჩებელი დალიოთ.

● **ვარ 26 წლის. გარდატეხის ასაკიდან მუდმივად მაქვს გამონაყარი სახეზე. ბოლო დროს გამონაყარი მიტოვებს კვალს (ნაწიბურებს). არსებობს თუ არა ძლიერი კოსმეტიკური ეფექტის მქონე მალამო, რომელიც ხელს შეუშლის ამ ღრმულების წარმოქმნას. მირჩიეს კონტრატუბექსის მალამო.**

— როცა გარდატეხის ასაკის შემდეგ გამონაყარი არ გაივლის, იქ უკვე კანის პრობლემა არ არის. რაც უნდა მაღალეფექტური მალამო იხმაროთ, შედეგი არ გექნებათ, რადგან გამონაყარი შეიძლება ორგანიზმში მიმდინარე არათანაბარი ჰორმონალური მდგომარეობით იყოს გამოწვეული. თუ გინდათ, რომ ბოლომდე განიკურნოთ პრობლემისგან, პირველ რიგში, მიმართეთ ენდოკრინოლოგს, შემდეგ — დერმატოლოგს. ღრმულები იმიტომ წარმოიქმნება, რომ პრობლემა კანის ზედაპირზე კი არა, სიღრმეშია.

● **ხშირად მაქვს თავბრუსხვევა, ღებინება და ჰაერის უკმარისობის შეგრძნება, შემდეგ გონებას ვკარგავ. გულისცემა ნორმის ფარგლებში მაქვს. მხოლოდ ვარ ცივი და როგორც მიცვალებული. ექიმებმა ვერაფერი დამიდგინეს. ვარ ნაავარიევი და აბრალებენ წამლებს, რომლებსაც ვიღებდი. რამდენად მართალია და რა ვიღონო?**

— თავბრუსხვევა, ღებინების შეგრძნება და ჰაერის უკმარისობა შეიძლება კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის დაავადებებმაც გამოიწვიოს. ყოველგვარი გამოკვლევის შედეგების გარეშე, ზეპირად, დიაგნოზის დასმა საკმაოდ რთულია. არ არის გამორიცხული, თუ ძლიერმოქმედ წამლებს იღებდით, კუჭ-ნაწლავი გაეღიზიანებინა. ნერვული პრობლემები რომ გქონდეთ, ალბათ გულისცემის რიტმი ნორმის ფარგლებში არ გექნებოდათ. არტერიული წნევა აკონტროლეთ. უმჯობესია, ნევროპათოლოგთან ერთად ინფექციონისტს ან გასტროენტეროლოგს მიმართოთ, რადგან მკურნალობა აუცილებელია. არის შემთხვევები, როცა ორგანიზმი რომელიმე დაავადების სიმპტომებს ეჩვევა და განკურნების შემთხვევაშიც ცოტა ხანს კიდევ მეორდება მსგავსი პრობლემები. წამლით გამოწვეულ ინტოქსიკაციას ორგანიზმი ხშირად თვითონ ვერ ერევა და ამიტომ ექიმის ჩარევა აუცილებელია. საჭიროა ჰორმონალური ანალიზების ჩატარებაც, უნდა გამოირიცხოს ფარისებრი ჯირკვლის პათოლოგიაც. შეიძლება პასუხი ბუნდოვანი მოგეჩვენოთ, რადგან კონკრეტულ რჩევას ვერ გაძლევთ, მაგრამ ზეპირად, მხოლოდ რამდენიმე სიმპტომით ზუსტი დიაგნოზის დასმა ძნელია. ექიმმა გამორიცხვის მეთოდით უნდა დასვას დიაგნოზი.

თუ გსურთ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული კითხვის გაგზავნა, აკრიფეთ ასო S და გაგზავნეთ კითხვა ნომერზე 93887 მაგთიდან და 1779 ჯეოსელიდან. 1 სმს-ის ფასია: მაგთიდან 1 ლარი, ჯეოსელიდან 50 თეთრი.

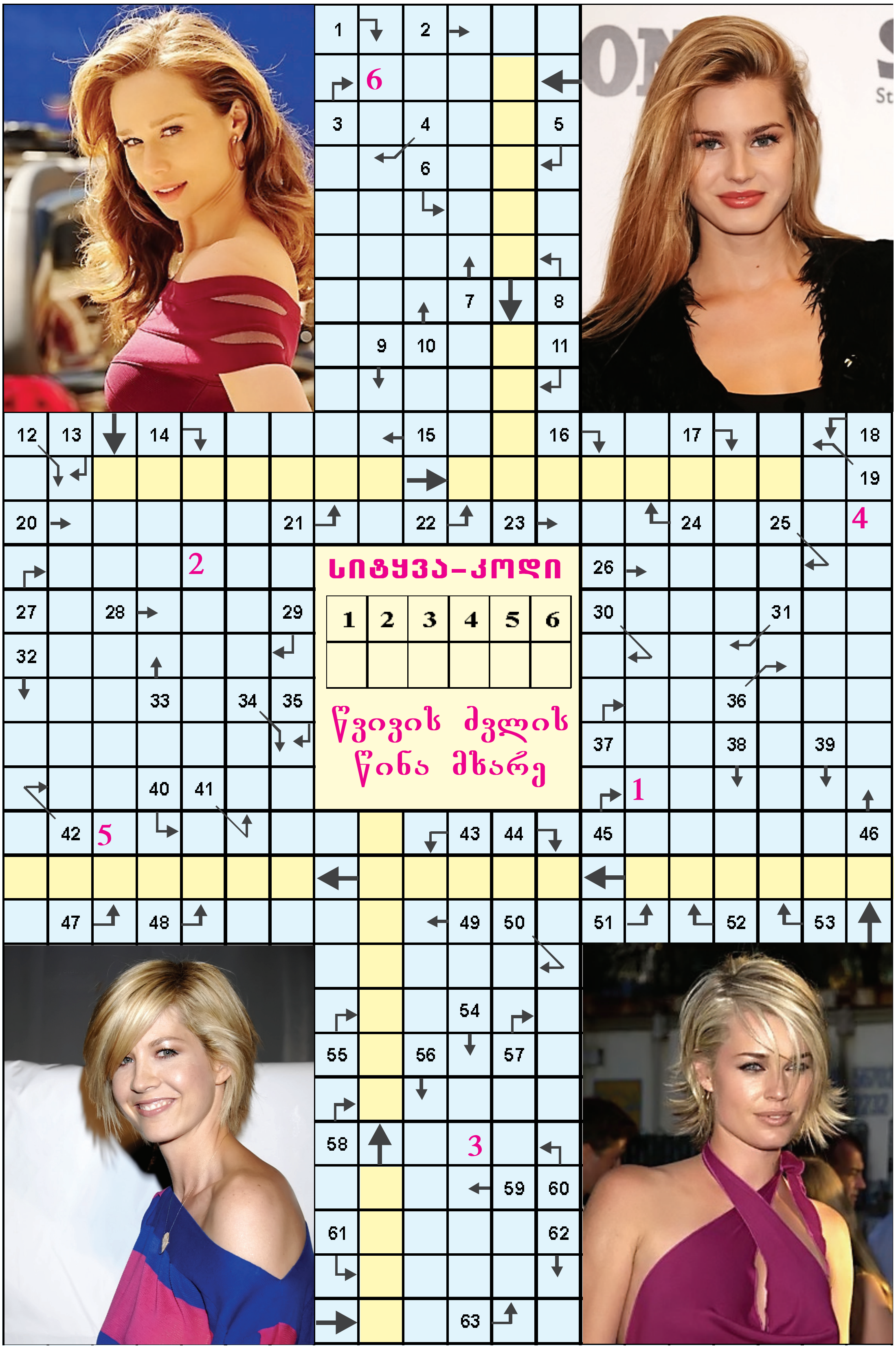
კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი (შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა) დისბაქტერიოზი

მიიღეთ

ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.



1. ერთგვარი ბრუნი ბალეტში; 2. გომბეშოს სახეობა; 3. იტალიური ფიჭვი; 4. გაკვირვების გამომხატველი შორისდებული; 5. ნიავი; 6. რისამე დედააზრი; 7. ფარული დაცინვა; 8. ოთახი გემზე; 9. ... ბოლქვაძე, პოეტი; 10. ცხენის კუდის ბეწვი; 11. ნავსადგური; 12. მემონტაჟე; 13. ხეთების მთავარი ქალღმერთი; 14. ძველებური პატრუქიანი თოფი; 15. ჰუნების წინამძღოლი; 16. ადამიანის გარეგნობა, შესახედაობა; 17. თავდავიწყებით გატაცება რამეთი; 18. ლითონის ფული თურქეთში; 19. ... კრამლინგი; 20. ფრანგი კომპოზიტორი; 21. ძველებური იშვიათი ნივთებით მოვაჭრე; 22. უპირატესად მუსლიმანი მგოსანი-მომღერალი; 23. ბევრ ცხიმში შემწვარი კარტოფილი; 24. ბუნებრივი საღებავი; 25. ჩიტი საბას მიხედვით; 26. მოყავისფრო კანფეტი; 27. სოფელი ქარელის რაიონში; 28. ტაბლეტი; 29. სახელმწიფო აზიაში; 30. ბერძნული ანბანის ასო; 31. იაპონელთა ჯიბის კოლოფი; 32. პატარა მგალობელი ჩიტი; 33. სასიმინდე; 34. ადამიანის ტანი თავისა და კიდურების გამოკლებით; 35. ინგლისელი მათემატიკოსი; 36. სოფელი ონის რაიონში; 37. სატურნის თანამგზავრი; 38. დროის მონაკვეთი; 39. მოთეთრო თხევადი საკვები; 40. მხნეობა, ძალა; 41. ხურდა ფული შვეციაში; 42. ალტაცების შეძახილი კონცერტზე; 43. შტატი აშშ-ში; 44. სამხრეთ აფრიკის რესპუბლიკის დედაქალაქი; 45. უღელტეხილი კოდორის ქედზე; 46. მიმოზისებრთა ოჯახის ხე ან ბუჩქი; 47. ფრანგული ბულიონი; 48. ... სიბელიუსი; 49. წყლიანი ადგილი უდაბნოში; 50. ორგანიზმის ქსოვილების დაზიანება დაჭრით, დაჟეჟვით, დაწვით და ა.შ.; 51. მდინარის წყალვარდნილი; 52. წყალქვეშ სასუნთქი აპარატი; 53. ძირისეული ხმოვნის ცვლა რაიმე სიტყვის სხვადასხვა ფორმაში; 54. მდინარე სამხრეთ ამერიკაში; 55. შხამიანი გველი; 56. პაექრობა, დავა; 57. რძის პროდუქტი; 58. დიეზის ან ბემოლის გასაუქმებელი ნიშანი მუსიკაში; 59. ფუჭი, უნაყოფო; 60. ფირნიში; 61. უფერო აირი, ნახშირბადისა და წყალბადის ნაერთი; 62. ასო ი-ს სახელი; 63. სამეტყველო ორგანო.

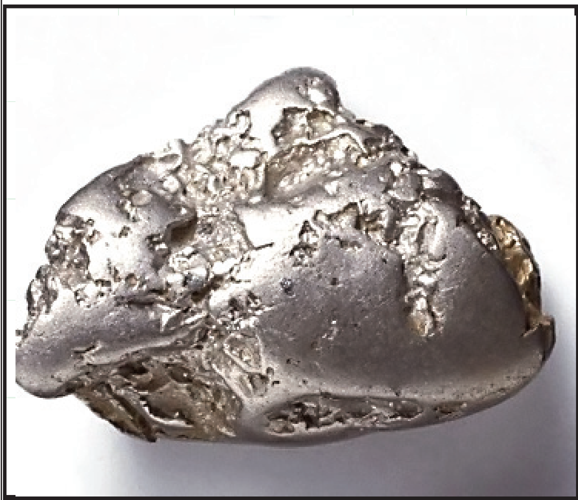
წინა ნომერში გამოქვეყნებული კოდიანი სკანვორდის პასუხები

1. კიმ; 2. მა; 3. ვალაბი; 4. მუდარა; 5. პალმა; 6. პანტა; 7. კორადო; 8. იგავი; 9. კლანჭი; 10. რატილი; 11. ბინგო; 12. ას; 13. სიგარეტი; 14. ფშა; 15. ავაზა; 16. ყუა; 17. ფარ; 18. ინა; 19. ავა; 20. ანალოგია; 21. მოსკიტი; 22. ტოგა; 23. ალადინი; 24. ონაგრი; 25. ერკემალი; 26. სათაფლია; 27. არსენა; 28. ახო; 29. რომა; 30. ცისტიტი; 31. არ; 32. გულაბი; 33. გრაალი; 34. ხვითო; 35. თან; 36. შამფური; 37. ქარაგმა; 38. ელა; 39. ერბო; 40. გრამი; 41. ილბალი; 42. იდეა; 43. მახვში; 44. აგნოზია; 45. აბრისი; 46. მანილა; 47. არე; 48. სამაია; 49. ია; 50. ნოე; 51. ნიუ; 52. ჩოჩორი; 53. ეტი; 54. სასაში; 55. ამბორი; 56. მის; 57. ომი; 58. ალ; 59. ეკლიმეტრი; 60. სიძე. **სურათებზე:** გიორგი ლევაშოვ-თუმანიშვილი; ზაზა ბურჭულაძე; ვახტანგ ბოჭორიშვილი; ირაკლი ჩარკვიანი.

კოდი: შაჰაფი

Cyan Magenta Yellow Black

მწვანე სკანვორდი



1. ძვირფასი ქვა
2. ნოტი
3. გაზაფხულის თვე
4. მექსიკელთა ღვთაება
5. იუპიტერის თანამგზავრი
6. ქალაქი იაპონიაში
7. მონღოლი ჯარისკაცი
8. ყვავილი
9. სარწყავი არხი
10. ქართველი ჰიმნოგრაფი
11. სუსტი არაყი
12. ბზრიალა
13. ღრეობა
14. საყანედ გაკაფული ტყე
15. ტოლგვერდა ოთხკუთხედი
16. ბატონო ინგლისურად
17. ქიმიური ელემენტი
18. დედამიწის ქალღმერთი
19. ალგორითმული ენა
20. მტაცებელი ფრინველი
21. ვაზის ჯიში
22. ღამის ფრინველი
23. ერთ-ერთი რელიგია
24. პირის ნაცვალსახელი
25. ნუშის ლიქიორი

წინა ნომერში გამოქვეყნებული მწვანე სკანვორდის პასუხები

1. კუ; 2. კაკადუ; 3. კი; 4. დათა; 5. სერ; 6. მინორი; 7. თიანეთი; 8. ტერორი; 9. სამანი; 10. ევა; 11. ბრატ; 12. ჭრებალო; 13. ორთი; 14. ტყე; 15. ასთენია; 16. არს; 17. ოსტი; 18. იასაი; 19. ტაილანდი; 20. საბჭო; 21. ნო; 22. იო.

სურათებზე: ჰალსტუხი; საფანქრე; სათვალე; სანთებელა.

Cyan Magenta Yellow Black

სასარგებლო კომბოსტო

მწვანე ბოსტნეულით მდიდარი დიეტა დიაბეტის განვითარების რისკს ამცირებს. ადამიანის ჯანმრთელობაზე დადებით გავლენას ახდენს მხოლოდ ის კერძები, რომელთა შემადგენლობაში შედის ისპანახი, სატაცური, თავხვეული და ყვავილოვანი კომბოსტო. ამ ბოსტნეულის ორი ულუფა დღეში შაქრიანი დიაბეტის განვითარების რისკს 14%-ით ამცირებს. ერთ ულუფად მიჩნეულია 80 გრამი პროდუქტი. ექსპერტების აზრით, მინიმუმით შემოფარგვლა არ ღირს. უმჯობესია დღეში 5 ულუფა ხილი და ბოსტნეული მიირთვათ.

თიხის რძე

თიხის რძით ჯერ კიდევ უძველეს დროში მკურნალობდნენ. მისი მომზადება ადვილია. 6 სუფრის კოვზ თიხას (ან ნებისმიერ სხვას) 3 ლიტრ წყალში ხსნიან. ანჯღრევენ და დალექვას აცლიან. წყალს წურავენ და დღეში 2-ჯერ 100 გრამს იღებენ. თიხა შესანიშნავი ადსორბენტია. ისრუტავს, ტოქსინები და შლაკები ორგანიზმიდან გამოაქვს. თიხის ერთი და იმავე ულუფის გამოყენება რამდენჯერმე შეიძლება. საჭიროა გამოყენებულ თიხას ახალი წყალი დაასხათ.

ტკბილი წიწაკის სასწაულები

ამ ბოსტნეულის სამშობლო ცენტრალური ამერიკის ტროპიკული რაიონებია. მას ბულგარულს უწოდებენ ბულგარელი სელექციონერების გამო, რომლებმაც ტკბილი და მსხვილი ჯიშები გამოიყვანეს.

ბულგარული წიწაკა ძალიან სასარგებლოა. მასში წარმოდგენილია C, B1, B3, P და PP ვიტამინები, ასევე კაროტინი. C ვიტამინის შემცველობით ლიმონსა და შავ მოცხარს აღემატება. ამიტომ ვინც დეპრესიით, მეხსიერების გაუარესებით, უძილობით, ძალის გამოლევით იტანჯება, ეს ბოსტნეული თავის მენიუში აუცილებლად უნდა ჩართოს.

წიწაკა სისხლძარღვების გამაგრებას, თმის ზრდას ეხმარება, კანის მდგომარეობას აუმჯობესებს და მხედველობას იცავს, ხოლო

კალიუმის, კალციუმის, მაგნიუმის, ნატრიუმის, რკინის, თუთიის, სპილენძის, იოდის მაღალი შემცველობის წყალობით, ანემიისა და იმუნიტეტის დაქვეითების დროს შეუცვლელია. წიწაკის შემადგენლობაში ასევე შედის ალკალოიდი კაპსაიცინი. ეს ნივთიერება კუჭისა და კუჭქვეშა ჯირკვლის მუშაობას ასტიმულირებს, სისხლს ათხელებს და თრომბის წარმოქმნისგან იცავს. წიწაკაში არსებული რუტინი (ვიტამინი P) სისხლძარღვებისა და კაპილარების ახალგაზრდობის შენარჩუნებას ხელს უწყობს.

ქორფა უკეთესია

წიწაკით მკურნალობა ძალიან ადვილია, საჭიროა მეტი ჭამოთ ქორფა სახით ცალკე ან სალათებში. მაშინ ორგანიზმი მიიღებს ყველაფერს, რაც ამ ბოსტნეულისგან ესაჭიროება. ტკბილი წიწაკა ტყუილად არ შეიყვარეს დაისახლისებმა. არომატული და ადვილად მოსამზადებელია, კარგია როგორც ქორფა, ასევე მოშუშული, შემწვარი და დაკონსერვებული სახით.

ყურადღება. ბულგარული წიწაკა იმ პროდუქტების ათეულში შედის, რომლებიც დიდი რაოდენობით პესტიციდებს შეიცავს. ამიტომ მისი მოხმარება უნდა შეზღუდონ მათ, ვისაც აწუხებს: გულის იშემიური დაავადება; გასტრიტი და კუჭის წყლული; ღვიძლისა და თირკმლების დაავადებები.

წიწაკა კოსმეტიკაში

ტკბილი წიწაკის ნიღბები უნივერსალურია, ყველა ტიპის კანს მიესადაგება. წლის თბილ დროს აქტუალურია წიწაკის დამატენიანებელი ნიღაბი.

1 წიწაკა ფაფად აქციეთ და 1 ჩაის კოვზი ზეითუნის ზეთი დაუმატეთ. ერთსახოვანი მასა სუფთა სახის კანზე 15-20 წუთი დაიდეთ, შემდეგ ნიღაბი სუფთა ხელსახოცით მოიცილეთ. სახეზე თბილი წყალი გადაივლეთ.

რა დავლიოთ ჭამის დროს

დავლიოთ თუ არა ჭამის დროს? ამ კითხვაზე ერთმნიშვნელოვანი პასუხი არ არის. თითოეული შემთხვევა ინდივიდუალურია. მაგალითად, თუ იგრძენით, რომ საკვები მშრალია, ძნელად ღეჭავთ და ყლაპავთ, სუფთა წყლის მიყოლება აუცილებელია.

ყავა, ჩაი, რძე, წვენები და სხვა სასმელები უმჯობესია ჭამამდე ან მის შემდეგ, ე.ი. საკვების მიღების შუალედებში დალიოთ. სხვათა შორის, თუ ჭიქა წყალს ან ფინჯან ყავას ჭამამდე ნახევარი საათით ადრე დალევთ, ნაკლებს შეჭამთ. ეს განსაკუთრებით სასარგებლოა მათთვის, ვინც დიეტაზე იმყოფება.

რაც შეეხება მაგარ სასმელებს, მხედველობაში იქონიეთ: ალკოჰოლი მცირე რაოდენობით საჭმლის მონელებას ასტიმულირებს, მძიმე საკვების შეთვისებას ეხმარება, ნაწლავებში გაფუებას ამცირებს. უმჯობესია ლუდი საკვებთან ერთად საერთოდ არ დალიოთ.

ვჭამოთ და დავიკლოთ

ჭარბი წონის ერთ-ერთი ყველაზე გავრცელებული მიზეზი არასწორი კვებაა. ხშირად ჩვენს რაციონში მაღალკალორიული პროდუქტებია: ცხიმიანი ხორცი, მაკარონი, შაშხეული. ფიგურა ტონუსში რომ გქონდეთ, აუცილებელია ყოველდღიურ მენიუში ჩართოთ დაბალკალორიული პროდუქტები. მათ მიეკუთვნება ბოსტნეული: ყაბაყი, კომბოსტო, კიტრი, ბოლოკი, სალათა, პომიდორი, სტაფილო, ლობიო, ჭარხალი, გოგრა, ტკბილი წიწაკა. ძალიან ცოტა კალორიაა თევზში (ხეკი, კამბალა, ვირთევზა, ფარგა, ქარიყლაპია). გახდომას ასევე ეხმარება კეფირი, უცხიმო ხაჭო, მაწონი.

რა საკვებით ვძლიოთ დეპრესიას

პანიკაში ნუ ჩავარდებით, თუ დეპრესიამ ხელი დაგრიათ. მისი დაძლევა ძვირადღირებული წამლების გარეშეც შეიძლება. როგორც ცნობილია, საკვები გავლენას ახდენს ადამიანის განწყობაზე. მაშ, ასე: ჭამეთ რუხი პური; დღეში 6-8 ჭიქა წყალი დალიეთ; ხორცი ორგანიზმის უჯრედებს ჟანგბადით გაჯერებაში ეხმარება და ენერგიით მუხტავს; ბანანი გაღიზიანებას აქრობს და ძილს აუმჯობესებს; შავი შოკოლადი განწყობაზე სასიკეთოდ მოქმედებს; ფინჯანი ყავა ამხნევებს, მაგრამ არა — დიდი ხნით.

დეპრესიის დროს მთავარია, წვრილმანების გამო არ გაღიზიანდეთ. უფლება არ მისცეთ მათ, თქვენი ბედნიერება დაანგრიონ.

ორგანიზმის გაწმენდა აღმოსავლურად

თანამედროვე ეკოლოგიურ გარემოში ვერსად გაექცევით რადიოაქტიურ ნივთიერებებს, ნიტრატებსა და სხვა ქიმიას, რომლებსაც წყლითა და საკვებით ვიღებთ, ჰაერით ვსუნთქავთ და აბებით ვშანთქავთ. ისინი ორგანიზმში გროვდებიან და ჯანმრთელობას წვეთობით გვართმევენ.

ამ შხამიანი ტვირთისგან რაღაც დოზით რომ გათავისუფლდეთ, გამოიყენეთ მწვანე ჩაით ორგანიზმის გაწმენდის მეთოდი, რომლითაც ჩინეთსა და იაპონიაში უძველესი დროიდან სარგებლობენ. თვეში ერთხელ ორგანიზმის ერთდღიანი წმენდა ჩაიტარეთ. მთავარი პირობა — ამ დღეს შინ უნდა დარჩეთ და მხოლოდ ახალდაყენებული მწვანე ჩაი უნდა დალიოთ ყოველ 3-4 საათში 1 ფინჯანი. დააყენეთ ასე: 1/2 ჩაის კოვზს 1 ჭიქა მდუღარე დაასხით. ენერგიით რომ აივსოთ, დღის განმავლობაში შეგიძლიათ 2-3 ჩაის კოვზი თაფლი და თბილი წყალი დააყოლოთ. მეტი არაფერი მიიღოთ.

მწვანე ჩაი შეიცავს ნივთიერებებს, რომლებიც ყველა არსებულ ტოქსინს ბოჭავს, მათ შორის კანცეროგენულს (კიბოს გამომწვევი) და ორგანიზმიდან გამოაქვს. იწმინდება სისხლი, თირკმლები, ღვიძლი და ნაღვლის ბუშტი. ხოლო ანტიმჟანგავების დიდი რაოდენობის წყალობით, მწვანე ჩაი დაბერების პროცესს ანელებს, ამიტომ ყოველდღიურად საჭიროა თუნდაც ერთი ფინჯანი ასეთი სასმელი დალიოთ.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

Cyan Magenta Yellow Black

ქართული ანეკდოტები

— ოფიციანტ, ჩემს სუპში ბუზი აგდია.
— თქვენ არ თქვით, ხორციანი სუპი მინდაო?

— სანამ ცოლს მოიყვანდი, მასთან სექსი გქონდა? — ეკითხება ქუთაისელი ძმაკაცს.
— არა, შენ?
— მე — კი, მარა ჩემი ბრალი არაა. რა მაინცდამაინც იგი მოათრიე სახლში, შე ჩემა!

გურიის სოფელში სტრიპტიზიორი ჩავიდა. შეიკრიბნენ კლუბში და დაიწყო წარმოდგენა. ქალი ერთ ამბავშია, გაიხადა კაბა, მერე ლიფი, საცვალი მიაყოლა... დარბაზში სიჩუმეა, გაგიჟდა ქალი.
— რა, არ მოგწონთ სტრიპტიზი?! — იკითხა აღშფოთებულმა, — ტაშს რატომ არ უკრავთ?
— ტიტუ! — წამოხტა ერთი, — ცალი ხელით რაფრა, ცავ?!

მამა შვილს:
— შენ უკვე სრულწლოვანი ხარ. დედაშენს უთხარი, რომ ალიმენტს აღარ გადაგიხდი და დააკვირდი, რა ხასიათზე დადგება.
ბიჭი დედასთან გარბის. დედა:
— წადი ახლა, მამაშენს უთხარი, რომ მისგან არ მყავხარ და დააკვირდი, რა ხასიათზე დადგება!

❖ ❖ ❖

— ექიმო, ქმარი გამიგიჟდა. იძახის, ქათამი ვარ, ქათამი ვარო.
— მოიყვანეთ და აუცილებლად განვკურნავთ.
— აგაშენათ ღმერთმა, თორემ ისე დამაჯერა, დაკვლას ვუპირებდი!

❖ ❖ ❖

ცოლი: ძვირფასო, თავზე ბუზი გაზის.
ქმარი: და შენ გინდა თქვა, რომ მე ნეხვი ვარ?
ცოლი: მე — არა, ბუზი ფიქრობს ასე.

❖ ❖ ❖

— აუ, რა კაცი მოგვიკვდა, რა კაცი!
— აბა, კაცო, საწყალი... არადა გუშინწინ ბაზარში შემხვდა, ლობიოს ყიდულობდა.
— შეხედე შენ, რა მორიდებულია. სხვა არ შევაწუხოო და თავისი ქელეხისთვისაც თვითონ იჩალიჩა საწყალმა.

❖ ❖ ❖

— ამბობენ, შიშს დიდი თვალები აქვსო.
— ჰო და წარმოიდგინე, ჩინელები და იაპონელები როგორი უშიშრები არიან.

❖ ❖ ❖

ფსიქიატრიულში ვიქტორინა ტარდება. ერთ პაციენტს ეკითხებიან:
— რომელ საუკუნეში იბრძოდა გიორგი სააკაძე?
— შაჰ აბასი გვერდით პალატაშია და, თუ შეიძლება, იმას შევეკითხები.

❖ ❖ ❖

დაქალები ჭორაობენ:
— აღარ შემიძლია, ყოველ ორ თვეში ვიკეთებ აბორტს.
— ქმარი არ გიფრთხილდება?
— კაი ერთი, ქმარი რა შუაშია, დაჩურჩუნობს თავისთვის.

❖ ❖ ❖

— აუ, წუხელ ისე დამითვრა ჩემი ძმაკაცი კოტიე, ძლივს მივათრიე სახლში და საწყალს ცოლმა უთხრა, თუ კიდევ დათვრები, აღარ მოგცემო.
— მერე შენ რა გადარდებს?
— მე მითხრა, არც შენო! მისი ქმარი დათვრა და, თუ კაცი ხარ, მე რა შუაში ვარ?!

❖ ❖ ❖

— მიხოვ, გავიგე, ცოლი შაგირთამს. როგორია?
— აი, ხვალ საღამოი მესტუმრე და თვითონ დარწმუნდები.

❖ ❖ ❖

მიხო სკოლაში დაიბარა თამარა მასწავლებელმა.
— კიდევ რა დააშავა ამ ჩემმა მუტრუკმა, ქალბატონო თამრო?
— რა და ბოზი მიწოდა!
— მამაი ჰგამ ეგ შობელძაღლი, — ულვაშებში ჩაიცინა მიხომ, — ვერაფერ მაგაი ვერ გამააპარებ!

❖ ❖ ❖

კახელი ქუთაისელს ავტობუსის გაჩერებაზე ზრდილობიანად მიმართავს:
— რომელ ნომერ ავტობუს მიდევ, ჯო, შენა?
— ალბათ შენ მიდევ, თვარა მე მივყობი.

❖ ❖ ❖

— გუშინ მამაჩემი სანადიროდ იყო და ორი ტახი მოკლა.
— იტყუები, არ მჯერა.
— იმ ორ ტახს გეფიცები!

❖ ❖ ❖

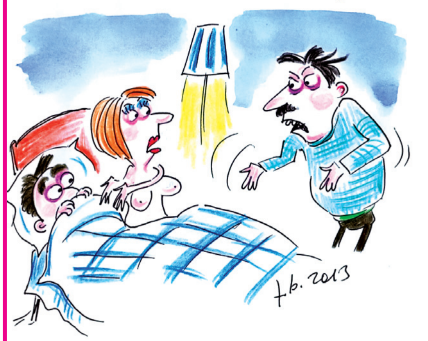
ოსი ექიმთან მივიდა.
— მთელი მუცელი მტკივა ძალიან.
— პირველად სად იგრძენით ტკივილი?
— ცემს სახლსი.

❖ ❖ ❖

ფრონტის ხაზიდან გენერალს უკავშირდებიან, გვიშველეთო.
— ტყვია-წამალი ერთ საათში თქვენთან იქნება, — პასუხობს გენერალი.
— ტყვია არ გვინდა, წამალი მოგვაშველეთ როგორმე!

— რა ჰქვია ქალს, რომელსაც ცხოვრებაში გაუმართლა?
— შინაბერა.

✓ შეკრიბა მურმან მერკვილიშვილმა, ქეთი ხარატიშვილის ნახატები



ქმარმა ცოლი სხვა კაცთან შეისწრო.
— ვინაა, ქალო, ეს კაცი?
— ვერ იცანი? შენი კურსელია, რობერტა. ისევ მე, თორემ თქვენ სულ დაკარგავთ ერთმანეთს!

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი

მიიღეთ

ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

ალან ალექსანდრ მილნი

დასაწყისი №37

წითელი სახლის საიდუმლოება

ბოლოს თავად მარკი შემოვიდა, ყველას მიესალმა, მაგიდას მიუჯდა და წერილების კითხვას შეუდგა, სხვები კი ხმადაბლა საუბრობდნენ.

— ღმერთო ჩემო! — შესძახა მან უცებ.

სტუმრების თავები ინსტინქტურად მისკენ შეტრიალდნენ, რაც მარკს არ გამოჰპარვია.

— მაპატიეთ, მის ნორის! უკაცრავად, ბეტი!

მის ნორისმა მოწყალედ გაიღიმა, რაც პატიებას ნიშნავდა, მარკმა კი წერილი ჰაერშიააფრიალა:

— მისმინე, კეი! შენი აზრით, ეს ვისგანაა?

მაგიდის მოპირდაპირე მხარეს მყოფმა კეილიმ მხრები აიჩეჩა, საიდან უნდა სცოდნოდა?

— რობერტისგანაა, — თქვა მარკმა, — დღეს ჩამოვა.

— მგონი, ავსტრალიაშია, არა?

— მეც ასე ვფიქრობ, — მიუგო მარკმა და რამბოლდს შეხედა, — მაიორო, ძმები გყავთ?

— არა.

— ერთ რჩევას მოგცემთ: არც იყოლიოთ.

— ეს ახლა ცოტა გვიანაა, — შენიშნა მაიორმა.

ბილს გაეცინა, მის ნორისმა კი თავაზიანად იკითხა:

— მაგრამ თქვენ ხომ არ გყავთ ძმები, მისტერ ებლეტ?

— მყავს ერთი, — მიუგო დაღვრემილმა მარკმა, — თუ დროზე დაბრუნდებით, ნახავთ. შეიძლება მაშინვე ხუთი ფუნტი გესესხოთ. ეს არ ქნათ.

უხერხული სიტუაციის განმუხტვა ბილმა სცადა:

— ძმა მყავს, ოღონდ მე ვსესხულობ მისგან.

— როგორც რობერტი, — შენიშნა მარკმა.

— ბოლოს ინგლისში როდის იყო? — დაინტერესდა კეილი.

— დაახლოებით 15 წლის წინ. შენ მაშინ ჯერ კიდევ ბიჭი იყავი.

— ჰო, მახსოვს. პატარა რომ ვიყავი, ვნახე. იქნებ მოგვიანებითაც ჩამოვიდა?

— რამდენადაც ვიცი, არა, — ჯერ ისევ გაღიზიანებულმა მარკმა კვლავ წერილს დახედა.

— პირადად მე ვთვლი, რომ ნათესავები დიდი შეცდომაა, — დააფიქსირა ბილმა.

— და მაინც, ეს უფრო სასაცილოდ მეჩვენება, ვიდრე პრობლემად, — თქვა ბეტიმ.

— ბეტი, — მოიღუშა მარკი, — თუ ასეა, თქვენ ჩაგაბარებთ, კარგი? და თუ ის ცოტათი მაინც ისეთია, როგორიც იყო და როგორადაც იშვიათ წერილებში ავლენდა თავს... ჰო, კეიმ იცის.

— მე მხოლოდ ის ვიცი, რომ მასზე კითხვების დასმა მიღებული არ იყო, — შენიშნა კეილიმ.

ეს თემა ამით ამოიწურა და უფრო მიმზიდველით შეიცვალა: ოთხეულის სავარაუდო გოლფის პარტიით. მისის კოლედაინი მოთამაშეებთან ერთად წასვლას აპირებდა, ლანჩი რომ გაეყო თავის ძველ დაქალთან ერთად, რომელიც გოლფის მოედანთან ახლოს ცხოვრობდა, მარკი და კეილი კი საქმეების გამო შინ რჩებოდნენ. ამ „საქმეებში“, როგორც ჩანს, უძღები ძმაც მოიაზრებოდა, თუმცა გოლფის მოსალოდნელი პარტია ამით ნაკლებად მიმზიდველი ნამდვილად არ ხდებოდა.

დაახლოებით იმ დროს, როცა მაიორმა მეექვსე ფოსოსააცდინა, მარკი და კეილი კი წითელი სახლში სხვადასხვა საქმეებით იყვნენ დაკავებულნი, სადგურ ვუდჰემში მიმზიდველი ჯენტლმენი ენტონი ჯილინჰემი ჩამოვიდა, ბილეთი დააბრუნა და იკითხა, სოფლამდე როგორ მისულიყო. როცა აუხსნეს, თავისი ჩემოდანი სადგურის უფროსთან დატოვა და აუჩქარებლად გაუდგა გზას.

ის ამ ისტორიის მნიშვნელოვანი პერსონაჟია, ამიტომ, მოდით, სადმე ბორცვზე შევაჩეროთ და კარგად დავაკვირდეთ.

მისი სუფთად გაპარსული სახე და სწორი ნაკვთები, როგორც წესი, სამხედრო-საზღვაო ფლოტთან ასოცირდება, ნაცრისფერი თვალები კი თითქოს ყველაფერს ისრუტავს. ეს მზერა უცნობ ადამიანს თითქმის აშინებს — შენ კი გიყურებს, მაგრამ გონებით, ფიქრით სულ სხვაგანაა, სხვა მიმართულებით მიქრის. ამგვარი „გაორება“ სხვებსაც ახასიათებთ, მაგრამ მათ თვალები „ყიდის“, ამ ჯენტლმენისგან განსხვავებით.

ამ თვალებით მან სამყარო ნახა, მაგრამ არა როგორც მეზღვაურმა. როცა 21 წლის ასაკში გარდაცვლილი დედისგან 400 ფუნტის ოდენობის წლიური შემოსავალი ერგო, მოხუცმა ჯილინჰემმა „მესაქონლის გაზეთს“ თვალი მოსწყვიტა, რომ ეკითხა, ამ ფულს რას უპირებდა.

— სამყაროს ვნახავ, — მიუგო ენტონიმ.

— ორი-სამი სტრიქონი მომწერე ხოლმე, ამერიკიდან იქნება თუ რომელიმე სხვა ადგილიდან.

— კარგი, — შეჰპირდა შვილი.

მოხუცი გაზეთს მიუბრუნდა. ენტონი მისი უმცროსი ვაჟი იყო და ფაქტობრივად, ნაკლებად საინტერესო, ვიდრე, ვთქვათ, ჩემპიონ ბერკეტის ახალგაზრდა ნაშიერები — უფროს ჯილინჰემს ჰერთფორდის ჯიშის საქონელი გამოჰყავდა, ჩემპიონი ბერკეტი კი მათგან საუკეთესო ხარი გახლდათ.

მაგრამ ენტონი ლონდონზე შორს გამგზავრებას არ აპირებდა და სამყაროში ქვეყნებს კი არა, ადამიანებს, მათზე დაკვირვებას, მათ შესწავლას გულისხმობდა. ამისათვის ლონდონიც იკმარებდა, სხვადასხვა ტიპის ადამიანების თავშეყრის ადგილი და ენტონიც აკვირდებოდა მათ, ოღონდ განსხვავებული, მოულოდნელი რაკურსით — როგორც კამერდინერი, რეპორტიორი, ოფიციანტი, მაღაზიის გამყიდველი...

ახალი პროფესიის შეძენას იოლად ახერხებდა. პირველ თვეს უხელფასოდ მუშაობდა, მერე კი, თუ დამქირავებელს მოეწონებოდა, ორმაგს ითხოვდა და ყოველთვის იღებდა.

ამჟამად 30 წლის იყო. ვუდჰემში იმიტომ ჩამოვიდა, რომ სადგური მოეწონა. ჩემოდანი თან ჰქონდა, ისევე, როგორც ფული ჯიბეში. მაშ, რატომ არ უნდა ჩასულიყო?..

„გეორგის“ დიასახლისმა სიამოვნებით მიიღო. შეჰპირდა, რომ საღამოს მისი ქმარი სადგურში წავიდოდა და ბაგაჟს წამოუღებდა. მერე შეეკითხა:

— სერ, ლანჩს ხომ არ ინებებთ?

— ჰო, მაგრამ ნუ შეწუხდებით, ისე კი, ყველაფერი შეიძლება, რაც ცივი მოგეძებნებათ.

— ძროხის ხორცზე რას იტყვით, სერ?

— შესანიშნავია. თან თუ ერთ პინტ ლუდსაც მოაყოლებთ.

— არის, სერ...

ლანჩის შემდეგ ოჯახის უფროსიც გამოჩნდა და კლიენტს ბაგაჟის თაობაზე შეეკითხა. ენტონიმ აუხსნა, რაც საჭირო იყო, მერე კი ახალ პროფესიაზე გაფიქრებამ შემდეგი ათქმევინა:

— სოფლის სასტუმროს ფლობა სახალისო საქმეა ალბათ.

— მაგას ნუ იტყვით, სერ. თავი გაჭირვებით გაგვაქვს, ცოტას კი შავი დღისთვის ვდებთ.

— მაშინ... სადმე დასასვენებლად უნდა გაემგზავროთ, — ურჩია ენტონიმ და მასპინძელს თვალებში ჩააშტერდა.

— უცნაური დამთხვევაა, — გაიღიმა სასტუმროს მეპატრონემ, — გუშინ მისტერ ებლეტმაც მაგდაგვარი რაღაც მითხრა, მე შეგენაცვლებიო და ა.შ.

— ეს ვინ არის?

— წითელი სახლის პატრონი.

— წითელი სახლის? სტენტონში ხომ არ არის?

— სწორედ ისაა, სერ. ვუდჰემის მომდევნო სადგურში ჩამოხვალთ ან სულაც ფეხითაც შეიძლება. აქედან წითელ სახლამდე ერთი მილიც არ იქნება.

ენტონიმ ჯიბიდან წერილი ამოიღო და უკუმისამართი წაიკითხა:

— წითელი სახლი, სტენტონი, ბილ ბევერლის.

მათ ერთმანეთი ორი წლის წინ ტრაქტირში გაიცნეს, მერე რესტორანში შეხვდნენ, რამაც საბოლოოდ დააახლოვათ. ენტონის მაშინვე ესიმპათიურა ბილი, ალბათ მისი სიჭაბუკის და სილაღის გამო. მათი ურთიერთობა წერილობითაც გაგრძელდა, ოღონდ ბილი წერილს ასე იწყებდა: „ძვირფასო ფსიხო“, რაც ენტონის არ მოსწონდა, მაგრამ არ ამჟღავნებდა.

ალბათ მიხვდით, რომ ამის შემდეგ მისტერ ენტონი ჯილინჰემი

Cyan Magenta Yellow Black

სოფლის სასტუმროს მასპინძლებს დაემშვიდობა და ფეხით გაუდგა წითელი სახლისკენ მიმავალ გზას.

უკვე ესმოდა ენტონის, როგორ ბზუოდნენ ზანტად ფუტკრები ყვავილების ბორდიურებში, რა ნაზად ღუღუნებდნენ მტრედები თელების კენწეროებში, შორეული მდელოდან კი გაზონსაკრეჭი მანქანის გუგუნის ხმა მოდიოდა, ყველაზე სასიამოვნო სოფლის სხვა ხმებს შორის...

ვესტიბიულში კი მამაკაცი მუშტებს აბრახუნებდა ჩაკეტილ კარზე და ღრიალებდა:

— გააღე-მეთქი! ახლავე გააღე!

— ჰელოუ! — თქვა გაოცებულმა ენტონიმ.

ამ ხმამ კეილი მოახედა.

— დაგეხმაროთ? — თავაზიანად შეეკითხა ენტონი.

— რაღაცა მოხდა, — კეილი მძიმედ სუნთქავდა, — ბიბლიოთეკაში ვიყავი, როცა გასროლის ხმა გავიგონე... არ ვიცი, რა იყო, კარი კი ჩაკეტილია, — მან ისევ ბრახუნი ატეხა, — მარკ, რა მოხდა? გააღე! ახლავე გააღე!

— კარი ალბათ რაღაც მიზნით ჩაკეტა, — თქვა ენტონიმ, — თქვენი თხოვნით თუ მუქარით ნეტა, რატომ გააღებს?

— მომეხმარეთ! უნდა შევამტვრიოთ! — ბრაზით გამოსცრა კეილიმ და კარს ბეჭით ეძგერა.

— კი მაგრამ, ამ ოთახს ფანჯარა არ აქვს? — იკითხა ენტონიმ.

— ფანჯარა? — კეილი შემობრუნდა და სტუმარს უაზრო მზერა მიაპყრო.

— ფანჯრიდან შეღწევა უფრო ადვილი იქნება, — ღიმილით შენიშნა ენტონიმ.

იგი მშვიდად იდგა ხელჯოხზე დაყრდნობილი და, როგორც ჩანს, ფიქრობდა, რომ მთელი ეს ალიაქოთი ტყუილად იყო ატეხილი. მას ხომ არანაირი გასროლის ხმა არ გაუგონია.

— ფანჯარა!.. რა თქმა უნდა! რა იდიოტი ვარ! — შესძახა კეილიმ და ენტონის ჩაუქროლა. ესეც, ცხადია, თან მიჰყვა.

მათ ფასადის გასწვრივ გაირბინეს, მერე მარცხნივ შეუხვიეს, მერე ისევ მარცხრივ, ბალახზე და...

— აქაა! — შესძახა კეილიმ და ფანჯრის მინას სახით მიეკრო.

იგივე გაიმეორა ენტონიმ.

— ღმერთო ჩემო, ხედავთ?! — ხმა აუკანკალდა კეილის, — იქ... სიღრმეში...

და აქ ენტონიმაც დაინახა: იატაკზე, მათკენ ზურგით, ადამიანი იწვა. ადამიანი? თუ მისი გვამი?

— ვინაა? — იკითხა ენტონიმ.

— არ ვიცი.

— მაშინ... შევაღოთ და ვნახოთ.

ფანჯარა იოლად გაიღო. ისინი ოთახში გადაძვრნენ. კეილიმ იატაკზე დაწოლილთან მიირბინა, ჩაიჩოქა, დააკვირდა, მერე წამოდგა და თქვა:

— მადლობა ღმერთს.

— ვინ არის? — შეეკითხა ენტონი.

— რობერტ ებლეტი.

— მეგონა, მარკი ერქვა, — უფრო თავისთვის ჩაილაპარაკა ენტონიმ.

— ჰო, მარკ ებლეტი აქ ცხოვრობს. რობერტი ძმაა მისი, — კეილის თითქოს შეაყრუოლა, — მეშინოდა, რომ მარკი იქნებოდა.

— მარკიც ამ ოთახში იყო?

— ჰო, — დაბნეულად მიუგო კეილიმ, მერე, უცნობის შეკითხვებით უეცრად გაბრაზებულმა, დაამატა, — თქვენ ვინ ხართ?

ენტონის არაფერი უპასუხია, ჩაკეტილ კართან მივიდა, სახელური მოატრიალა, მერე უკან დაბრუნდა და თქვა:

— ჩემი აზრით, გასაღები ჯიბეში ჩაიდო.

— ვინ?

— იმან, ვინც ეს ჩაიდინა, — ენტონიმ იატაკზე მწოლიარეზე მიანიშნა, — მკვდარია?

— მომეხმარეთ, — თქვა კეილიმ.

მათ სხეული ზურგზე დააწვინეს და წამოდგნენ. სანახაობა არასასიამოვნო იყო: რობერტ ებლეტს ტყვია თვალებშუა მოხვედროდა და სული გაეფრთხობინებინა.

— კარგად იცნობდით? — ხმადაბლა შეეკითხა ენტონი.

— პრაქტიკულად არა, — მიუგო, მერე კი დაამატა, — მკვდარია?

— ჰო.

— თქვენ იქნებ შეგიძლიათ... იქნებ ასეთ დროს... რა უნდა ვქნათ? მე წავალ, წყალს მოვიტან.

ჩაკეტილი კარის პირდაპირ კიდევ ერთი იყო, რომელსაც, როგორც ენტონიმ მიაგნო, გავყავდით დერეფანში, სადაც კიდევ ორი ოთახი გადიოდა. კეილი დერეფანში გავიდა და მარჯვენა კარი შეაღო. კარი დერეფნის ბოლოში დაკეტილი იყო.

„წყალი მკვდარს ვეღარაფერს უშველის, — გაიფიქრა ენტონიმ, — მაგრამ განცდა, თითქოს რაღაცას აკეთებ, როცა აღარაფერი შეგიძლია, ერთგვარ შვებას მაინც გგვრის".

კეილი კაბინეტში დაბრუნდა, სველი ცხვირსახოცით გვამს სახე გაუწმინდა, მერე კი ზედ დააფარა.

— მითხარით, რით დაგეხმაროთ, — თქვა ენტონიმ.

— ძალიან კეთილი ხართ... ბოდიში უნდა მოგიხადოთ, ისე გაგაწვალეთ...

— ეგ არაფერი, — ენტონიმ თავი გააქნია, — ბევერლის სანახავად შემოვიარე. ჩემი ძველი მეგობარია.

— ახლა გოლფს თამაშობს. საცაა ყველანი დაბრუნდებიან.

— მაშინ... იქნებ დავრჩე და დაველოდო? თან რამეშიც გამოგადგებით.

— აუცილებლად! თქვენი თანადგომა, თუნდაც მორალური, ძალიან მნიშვნელოვანია...

პასუხად ენტონიმ გაუღიმა:

— მაშინ დასაწყისისთვის პოლიციაში დარეკვას გირჩევთ.

— პოლიციაში? ჰო... ჰო... — მან ეჭვით შეხედა ბევერლის მეგობარს, — ჩემი აზრით...

— მისმინეთ, მისტერ...

— კეილი. მისტერ ებლეტის ნათესავი ვარ და მასთან ვცხოვრობ.

— მე კი ენტონი ჯილინჰემი ვარ. მაპატიეთ, აქამდე რომ არ გაგეცანით. მისტერ კეილი, ფაქტი სახეზეა: ეს კაცი ტყვიამ იმსხვერპლა ანუ ვიღაცამ ესროლა. ხომ დასადგენია, ვინ არის ეს ვიღაცა?

— იქნებ თავი მოიკლა? ხომ შეიძლებოდა?

— ჰო, მაგრამ ეს არ უქნია. ან ოთახში კიდევ იყო ვიღაცა, ვინც რევოლვერი წაიღო. ეს ყველაფერი ხომ პოლიციის გასარკვევია.

კეილის არაფერი უპასუხია, ისე ჩაშტერებოდა იატაკს.

— ჩვენ ხომ ბავშვები არ ვართ, — განაგრძო ენტონიმ, — თუ ამ ოთახში ეს თქვენი ბიძაშვილი თუ მამიდაშვილი მარკ ებლეტი იყო, გამოდის, რომ ტყვია მან...

— ვინ თქვა, მარკი აქ იყოო? — გააწყვეტინა კეილიმ.

— თქვენ, როცა კარზე აბრახუნებდით.

— მე ბიბლიოთეკაში ვიყავი, მარკი მოვიდა... მაგრამ შეეძლო ისევ წასულიყო. არ ვიცი... შეიძლება კიდევ ვინმე შემოსულიყო...

— ჰო, ჰო, — ენტონის ტონი ისეთი იყო, თითქოს ბავშვის ელაპარაკებაო, — თქვენ თქვენს ნათესავს კარგად იცნობთ, მე კი არა. მოდით, შევთანხმდეთ, რომ ის აქ არაფერ შუაშია, მაგრამ როცა ამ კაცს ესროლეს, ოთახში ვიღაცა სხვა ხომ მაინც იყო. ამაში ხომ მეთანხმებით?

— სავსებით.

— ჰოდა, იმაშიც უნდა დამეთანხმოთ, რომ აუცილებელია, პოლიციას შევატყობინოთ. თქვენ, ასე ვთქვათ, თავს იკავებთ. იქნებ ეს მე გავაკეთო?

— არა, რატომ... — კეილიმ მხრები აიჩეჩა და ტელეფონისკენ გაემართა.

— მისტერ კეილი, — ენტონიმ ღია კარისკენ მიანიშნა, — შეიძლება აქაურობა ცოტა მივათვალიერ-მოვათვალიერო?

— ა? ჰო, რა თქმა უნდა, როგორ არა, — ის დაჯდა და ტელეფონი თავისკენ მიიწია, — მისტერ ჯილინჰემ, გთხოვთ, ძალიან მკაცრად არ განმსაჯოთ. საქმე ისაა, რომ ძალიან დიდი ხანია, რაც მარკს ვიცნობ და მასზე ოდნავი ეჭვის მიტანაც კი ჩემი მხრივ, უბრალოდ, მეტი რომ არ ვთქვა, უმადურობა იქნებოდა.

— თქვენი კარგად მესმის, — თავი დააქნია ენტონიმ.

— მეორე მხრივ, თქვენც აბსოლუტურად მართალი ხართ, როცა პოლიციისთვის შეტყობინებას ითხოვთ, მე კი, ასე ვთქვათ, ბრიყვულად ვორჭოფობდი, — კეილიმ ტელეფონის ყურმილი აიღო და ნომერი აკრიფა.

გაგრძელება შემდეგ ნომერში

✓ *თარგმნა გურამ ჩხეტიანმა, ქეთი ხარატიშვილის ნახატი*

Cyan Magenta Yellow Black

ტინატინ ბონი

ოცნების ძიებაში

დასაწყისი №31-37

www.facebook.com/Tinatinbonney

თავი 8

გათიშული ვეცემი საწოლზე. შაკო და დედამისი მშვიდობიანად გაფრინდნენ. შაკოს ნათესავებმა მლოცეს და მკოცნეს. გამოფიტული ვარ. მთავარია, შაკო კარგად იყოს და დანარჩენს მიეხედება. ამდენი საშინელება დროის ასეთ პატარა მონაკვეთში.

ტელეფონი წკარუნობს. „რატომ აღარ შემეხმიანე?“ — ზურა მწერს. საერთოდ დამავიწყდა, რომ მიმეწერა. რა მივწერო? „მეგობარი მყავდა ცუდად და არ მეცალა“, — ვაგზავნი და ტელეფონს საწოლზე ვდებ. ისევ წკარუნობს. „იმედია, ყველაფერი კარგადაა. რამე ხომ არ გჭირდება?“ — მომწონს, მომწონს. „არა, მადლობა, მივხედეთ და ახლა მხოლოდ ლოდინი შეგვიძლია“.

რატომ ვარ ასეთი დარწმუნებული, რომ ეს ჩემი ზურაა? ან ირაკლისი ნეტა ვინ არის? თუმცა ახლა ამას არანაირი მნიშვნელობა არ აქვს. საერთოდ არანაირი. შაკო რომ კარგად გახდება, ჩემებს ვეტყვი, რომ მდიდარი აღარ ვარ და მიშოს და სოფიკოს ჩვენთან მოუწევთ ცხოვრება. დროებით მაინც და მერე დავდგები ფეხზე. ნეტა, როგორ ვაპირებ ამას? ისევ გათხოვებით? იქნებ ზურას გავყვე. გაჭირვებული იქნება, აი, ვიცი, რა. „სახელი მაინც მითხარი შენი“, — ისევ მწერს. „მალე“, — ვწერ და ვიცი, რომ მეტს აღარ მომწერს. ამხელა კაცი რომ ასე უცხო ქალს ემესიჯება, ცოტა კი მიკვირს, თუმცა ბედი ისეთი რამაა. ვიძინებ.

რეკავს მობილური. ძილში ვპასუხობ:

— გისმენთ.

— მისმინე, მისმინე, — მესმის ნაცნობი ხმა, რომლის გაგონებისას არასასიამოვნო ჟრუანტელი მივლის.

— რას მირეკავ?

— მაინტერესებს, როგორ ეჩვევი მათხოვრულ ყოფას, — გივი იცინის.

— ვეღარც ვბრაზდები შენზე, ისეთი არარაობა ხარ.

— მაგით დაიმშვიდე შენ თავი.

— რამ გაგაბოროტა ასე?

— შენმა წასვლამ. გაფრთხილებდი, არ გადადგა ეს ნაბიჯი, თორემ ინანებ-მეთქი. გახსოვს?

— შენ მართლა გააფრინე, მგონი. ხან ვისთან გეძინა და ხან — ვისთან და კიდე ჩემთან გაქვს პრეტენზია?

— არანაირი პრეტენზიები. უბრალოდ გახსენებ, რომ გაგანადგურებ.

— რითი, გივიკო? ცოლის მოყვანით თუ ჩემი დაპატიჟებით?

— კარგად მიცნობ და იცი, რაზეც ვარ წამსვლელი.

— კი, მაგრამ რატომ? — საბოლოოდ ვფხიზლდები და საწოლზე ვჯდები.

— იმიტომ, რომ შენ ხარ ჩემი!

სიჩუმე. ნუთუ ახლა ის ხდება, რაც მე მგონია? გივის მე ვუნდივარ და ამიტომ ირჯება ასე თავგანწირვით? ღირსია, რომ მე გავანადგურო.

— გივი...

— რა?

— იცი, ახლა საწოლში ვწევარ სულ შიშველი და ვფიქრობ, რომ მარტო არ უნდა ვიყო...

სიჩუმე. მგონი, მოკვდა. ვიფიქრებდი, რომ გაითიშა, მისი სუნთქვა რომ არ მესმოდეს.

— და ძალიან მინდა, ახლა შეხებას რომ ვგრძნობდე. ისე, მე რომ მიყვარს...

ვიცი, რომ ახლა გონს კარგავს!

— შენ მხოლოდ დამიძახე და მე ყველაფერს გავაკეთებ და მანდ გავჩნდები!

ხა, ხა და დიდი ხა შენ, გივი!

— შენ? შენ რა პონტში? რაც დავცილდით, იმდენი კაცი მყავდა, რომელიმეს დავურეკავ და მოვა, კაცო!

მისი კბილების კრაჭუნი მესმის.

— შენ ასე უცებ არავისთან არ გექნებოდა არაფერი!

— აუ, როგორ ცუდად მიცნობ. მოკლედ, ძილი ნებისა. ქორწილში გეწვევი და ახლა მაცალე, უნდა გადავრეკო.

მობილურს ვთიშავ და კმაყოფილებისგან ვიღიმი. ვიცი, ახლა რომ ეჭვიანობისგან ყველაფერს ამსხვრევს და მისი საცოლე, თუ საერთოდ იქაა, გაოცებული და, სამწუხაროდ, ალბათ შეშინებულიც კი უყურებს. ცოდოა. მუცელზე ვწვები და ძილს ვუბრუნდები.

❖ ❖ ❖

ზურა მობილურს უყურებს. არ მოუწერია. არც იცის, ვინ სწერს, მაგრამ დაინტრიგებულია. იქნებ... არა, ის არ იქნება. ვიღაცა ძალიან საინტერესოა. ვიღაც უცხო და ამ დროს ძალიან ახლობელი. დღეს არ მუშაობს, ისვენებს. მამაკაცი ოცდაათს რომ გადასცდება, თავს უნდა უვლიდეს. ზურა ტანსაცმელს იხდის და სამასაჟო მაგიდაზე წვება. ასაკოვანი ქალბატონი შემოდის და ფარდას აფარებს. მასაჟი ზურასთვის წმინდაა და სექსში არასოდეს ურევს, ამიტომაც მასაჟისტი ისეთი ჰყავს, როგორთანაც ვერაფერი ექნება. ქალბატონი შუქს აქრობს და სანთლებს ანთებს. სრული რელაქსაცია. ზურა თვალებს ხუჭავს.

— ბატონო ზურაბ, რომ გთხოვეთ, ის ზეთი ხომ არ შეგაძინეთ? — ქალბატონი ხელის თითებს უმასაჟებს.

— არა, ჯერ ვერ მოვახერხე. გპირდებით, რომ ამ კვირაში მდივანს დავავალებ და შეიძენს.

— კარგი იქნება, მოგეწონებათ.

— აუცილებლად.

— თქვენი მეუღლე როგორ არის?

— კარგად, — ზურას არ სურს ამ თემაზე საუბარი.

მისი მეუღლე უკვე ორი თვეა, რაც ცალკე ცხოვრობს. ეს ჯერ არავინ იცის.

— ულამაზესი ქალბატონია.

— გმადლობთ, — რა აუცილებელია პირადული საუბრები?

— როგორი დაჭიმული გაქვთ ბეჭები, — მასაჟისტი ცდილობს, რომ ბეჭებში გახსნას.

— მართლაც.

— იღლებით ალბათ სამსახურში.

— ნამდვილად.

— თანაც ასეთი თანამდებობა გაქვთ.

ზურა კრიჭას კრავს, რომ არ იუხეშოს.

— აი, ჩემმა ბიჭმა კი ვერ იშოვა სამუშაო.

— რა პროფესიისაა? — ზურა ცდილობს, მის ინტერესს სიყალბე არ დაჰკრავდეს.

— სახელმწიფოს მართვა აქვს დამთავრებული.

— მერე რატომ არ მართავს სახელმწიფოს? — ცდილობს, იხუმროს.

— რას ლაპარაკობთ! ვინც მართავს, ხომ აგვაშენეს.

— გეთანხმებით.

— ნებისმიერ სამუშაოზე წავა, ახალგაზრდა და მონდომებულია.

ზურა ტრიალდება და ახლა ქალბატონი მის ფეხებს ამუშავებს.

— დამირეკოს და იქნებ დავეხმარო, — ამბობს ზურა.

— უღრმესი მადლობა. ღმერთმა გვიმრავლოს თქვენნაირი ადამიანები.

მართლაც. ზურამ საკუთარი თავის ფასი იცის. რატომღაც მისმა ცოლმა არ იცის ეს ან არ უნდა, რომ გაიგოს. ზურა სახლში ვერ დაჯდება და ზოგადად სითბოსაც კი თავისებურად გამოხატავს. ზურა ასეთია და მორჩა.

— აბა, მოხარეთ მარცხენა ფეხი.

ზურა ემორჩილება და უეცრად ძალიან ერევა ძილი. მესიჯი ახსენდება.

— მობილური დავდე მაგიდაზე და მომაწოდეთ, თუ არ შეწუხდებით.

— ახლავე, — ქალბატონი ტელეფონს აწვდის.

ზურა ნომერს კრეფს. მალევე პასუხობენ.

— გამარჯობა. როგორ ხარ? მეც მასე. ახლა ნომერს გადმოგიგდებ და უცებ გამიგე რა, ვისზეა რეგისტრირებული და რა მისამართზე ცხოვრობს.

თიშავს და თვალებს ისევ ხუჭავს.

— ახლა მარჯვენა მოხარეთ.

ზურა ემორჩილება. მობილური წკარუნობს და ზურა შეტყობინებას ხსნის.

— ალექსანდრა... — ამბობს ხმამაღლა.

— რა, გენაცვალე?

— არაფერი. დადეთ, თუ შეიძლება, მაგიდაზე ისევ, — ზურა მობილურს აწვდის.

— ახლავე.

ზურამ უკვე იცის, დღეს საღამოს სად წავა. და როცა იქ მივა, მერე გადაწყვეტს, შემდეგი ნაბიჯი რა იქნება, და იქნება თუ არა საერთოდ.

❖ ❖ ❖

ვიღვიძებ. გივის მართლა ველაპარაკე თუ დამესიზმრა? ვრთავ ტელეფონს და ვამოწმებ შემოსულ ზარებს. მილაპარაკია. საოცარად ცუდი გზა აქვს არჩეული, თუ ჩემს შერიგებას ცდილობს. და მის დამპალ ქორწილშიც მივალ! რაღა უნდა დამაკლოს? ვდგები და გარეთ ვიხედები. სასიამოვნო ამინდია, თბილი და მშვიდი. ვიცვამ და გარეთ გავდივარ. უბრალოდ მივდივარ. იქ წავალ, სადაც ფეხები წამიყვანს. ენერგია უნდა

Cyan Magenta Yellow Black

დავხარჯო. გზად ვაკვირდები ხალხს. ყველა შეწუხებულია. ჩემ გარდა არავის უხარია, რომ დღეს ახალი დღეა. ტელეფონი სპეციალურად არ წამოვიღე. უნდა ვიარო, სანამ ფეხები არ ამტკივდება. ვჩერდები მარკეტთან და შევდივარ შიგნით. წყალი მინდა. ვყიდულობ, ვსვამ და განვაგრძობ გზას.

❖ ❖ ❖

ირაკლი შეხვედრების ოთახში ბოლო შევიდა. ყველა მას ელოდებოდა, ის კი უბრალოდ იჯდა კაბინეტში და ცდილობდა, ეიძულებინა საკუთარი თავი, რომ ამდგარიყო და გასულიყო მათთან. ირაკლი ჯდება და ბლოკნოტს შლის.

— დაიწყე, დიტო.

— მე ბევრ დროს არ წაგართმევთ.

— წაგვართვი.

დიტო იშმუშნება და ფეხზე დგება. ისინი ხომ ბავშვობის ძმაკაცები არიან და ირაკლის უფროსობასთან შეგუება ძალიან გაუჭირდა. თუმცა შეეგუა.

— ბიუჯეტირებას ვიწყებთ და მინდა, ყველამ თავისი საქმე იცოდეს.

— დააგზავნე მეილები, რომ გითხარი? — ირაკლი მასთან განსაკუთრებით მკაცრია.

— დავაგზავნე, მაგრამ მაქსიმალურად „მიაფუშინგეთ" თქვენი ხალხი, თორემ ვადებში ვერ ჩავეტევით.

— აუდიტზე რა ხდება?

— ვიწყებთ.

— როდის?

— თვის ბოლოს.

დიტო დაფასთან მიდის და ხაზვას იწყებს, თან საკმაოდ დეტალურად აღწერს რაღაცას, რაც ირაკლის უკვე აღარ ესმის. მისი გონება ოთახიდან გავიდა და ახლა სადღაც კუნძულზე განისვენებს აბორიგენებთან ერთად.

— მოკლედ, სიტუაცია ასეთია, — დიტო ჯდება.

— კარგი, — ზომბივით ამბობს ირაკლი.

— მაშინ მე გავაგრძელებ, — ხატია ფეხზე დგება.

— იჯექი, თუ გინდა.

— არა, დაფა მჭირდება. სამუშაოს შესრულების შეფასების ახალ სისტემას ვნერგავთ და მინდა, გაგაცნოთ ძირითადი მომენტები.

ახლა ხატია წერს რაღაცეებს. ირაკლის გონება კი ჯერ არ დაბრუნებულა და არც აპირებს.

— გასაგებია? — ხატია ჯდება.

— კი, — პასუხობენ ერთ ხმაში.

სიჩუმეა. ყველა ირაკლის უყურებს. ირაკლი კი შუშის თვალებით უყურებს კარს.

— ირა, — დიტო ბეჭზე ადებს ხელს.

— ხო, — ირაკლი ფხიზლდება.

— ხო კარგად ხარ?

— კი. კაი, დავამთავრეთ და, აბა, თქვენ იცით.

ირაკლი დგება და ოთახიდან გადის. თავის კაბინეტში ბრუნდება, კარს კეტავს და სავარძელში ჯდება. იღებს მობილურს და კრეფს ალექსანდრას ნომერს. დარეკოს? თუ აზრი არ აქვს? იქნებ რამე გადაუდებელი იყო და იმიტომ წავიდა? უყურებს აკრეფილ ნომერს, მაგრამ არ რეკავს. ვერ რეკავს. შედეგის ეშინია. ურჩევნია, გაურკვევლობაში იყოს, ვიდრე მტკიცე უარი მიიღოს. პატარა ბიჭივით ნერვიულობს. მობილურს ჯიბეში იდებს და ფანჯარასთან მიდის. რა კარგი ამინდია.

❖ ❖ ❖

შაკოს დედამ დარეკა. ექიმებმა დააიმიდეს და ახლა ოპერაციისთვის ამზადებენ. ამოვისუნთქე. ვზივარ სამზარეულოში და კარტოფილს ვფცქვნი. სვეტა სტაფილოს ხეხავს.

— შაკოს ამბავმა ჩემი პრობლემები სულ დამავიწყა, — ამბობს სვეტა და გახეხილ სტაფილოს ტაფაზე ათავსებს.

— ბეწვზე გადარჩა.

— აწყვეტილები დადიან და არ ფიქრობენ არაფერზე. თავი ხომ დაილუპა იმ ბიჭმა და კინაღამ ჩვენც არ დაგვლუპა ყველა?

— ცოდოა ისიც ძალიან, — კარტოფილის ჭრაზე გადავდივარ.

— ვერ ვიგებ და მომკალი, რა ნახეს ამ სიჩქარეში.

— ღამე გივიმ დარეკა, — უცებ ვცვლი თემას.

— რაიო?! — გაოცებული სვეტა სკამზე ეშვება.

— უკან ვუნდივარ.

— არ არსებობს!

— გეუბნები.

— ვამბობდი, ეგ კაცი არაა ნორმალური-მეთქი და შენ გწყინდა.

— კაი, როდის მწყინდა?

— როდის და ახალი დაწყებული რომ გქონდათ სიარული, მე მაშინვე არ მომეწონა.

— გულთმისანი ყოფილხარ.

— დიახაც.

— კარგად იყოს, კაცო, მთავარია, ჩემგან შორს.

— და ის როგორაა, ირაკლი? — სვეტა თვალებს ჭუტავს.

— რა ვი, არ ვიცი.

— რას ჰქვია, არ იცი? შენც გაკლია გივისავით?

— რა გინდა ჩემგან?

— არ გაუშვა ეგ ბიჭი ხელიდან. ინანებ. დაუჯერე გულთმისან სვეტას.

ვფიქრობ, ვუთხრა თუ არა ზურაზე. არ ღირს.

— თანაც მიხარია, ნიცა რომ გამწარდება.

— ეგ რაღა მოსატანი იყო?

— ხომ იცი, როგორი ავარდნილი აქვს თავში. დაეშვას აგერ ჩვენ გვერდით, — სვეტა იატაკზე მიმითითებს.

— მარილი უქენი? — ქვაბს ვხდი თავსახურს.

— არა.

— არ იცი, რომ მარილი ცივ წყალში უნდა უქნა და ზეთი ცხელში?

— ვაიმე, ნუ შემჭამე, უქენი ეგ მარილი და შემეშვი.

— არაფერი შენგან არ გამოვა, — ვამბობ სიცილით.

— რაღა მზარეული უნდა გამოვიდეს, რამე უკეთესი არ შეიძლება?

— მაგალითად?

— პარლამენტის სპიკერი.

ვდებ კოვზს და გაოგნებული ვუყურებ სვეტას.

— რა თქვი?

— პარლამენტის სპიკერობა მინდა, — სვეტა ჭურჭელს რეცხავს.

— მასეთი ოცნებები მარტო შენ გაქვს.

— რითია ცუდი?

— და რითია კარგი?

— ძალაუფლება, ფული.

— ვაიმე, ნუ ბოდავ რაღაცეებს.

— კაი, ეგ თუ არ მოგწონს... მაშინ მე მინდა, ვიყო ჰიუ ჰეფნერის მუზა.

ისტერიკულად ვიცინი.

— შენი ასაკისა ჰეფნერს კონიაკი აღარ უნდა, რა მუზა!

სვეტა ჩანგალს მიშვერს.

— დაგჭრი!

— ისტერიჩკა! — ვამბობ სიცილით.

კარზე ზარია. ხელებს ვიბან და კარისკენ მივდივარ. ვაღებ. დგას ბიჭი და უჭირავს ვარდების დიდი თაიგული.

— ალექსანდრა აქ ცხოვრობს?

— დიახ, — ვამბობ და ვნატრობ, რომ ეს ვარდები გივისგან არ იყოს.

— აბა სადაა? — მეკითხება ბიჭი.

— აგერ ვარ, კაცო.

— ინებეთ, — მაწვდის ვარდებს.

— მადლობა, — ვართმევ და კარს ვკეტავ.

— ეს ვისგანაა? — კითხულობს სვეტა.

— ვნახოთ, ვნახოთ, — ვიღებ ბარათს და ვკითხულობ წარწერას: „აღარ არის ადრე".

წამიერად ვიბნევი და მალევე ვხვდები, რომ ზურასგანაა. ნეტა თუ მიცნო?

❖ ❖ ❖

ზურა შუშას ოდნავ სწევს. მანქანა მოშორებით გააჩერა, თავი დაიზღვია. ყვავილებს ძალიან ლამაზი ქალი იღებს. მშვენიერია. ახლა უნდა გაარკვიოს, საიდან იცნობენ ერთმანეთს. ძალიან ლამაზი ქალია. ძალიან.

გაგრძელება შემდეგ ნომერში

Cyan Magenta Yellow Black

ლელა ცუცქირიძე

ერთგული

— არა, ხომ უნდა სცოდნოდა, ვის მიჰყვებოდა?! როგორი უშნო, ჯოჯო, ნამდვილი ჯოჯო და მარტო უშნო და ჯოჯო? გაუთლელი, გაუნათლებელი, ვირი... მაგისთანების ხელშია ახლა ყველაფერი.

ჰო, კარგი, სახლი აქვს, კი, ბატონო! უზარმაზარი, სამი სართული ზევით, ორი — მიწისქვეშა დინებებით, მაგრამ რად გინდა, მაგათთან მისვლა ერთი ტანჯვაა. ღმერთო ჩემო, ვერ გაიგებ, ვინ რომელი ოთახიდან გამოდის, ვინ ადის მეორე სართულზე, ვინ ჩადის პირველ სართულზე, ვინ ტუალეტში შედის, ვინ საძინებლიდან გამოდის გაჩეჩილი.

სამზარეულოშიც ვერ მოისვენებ, იქ დედამთილია ქოთნის ყვავილივით მუდმივად გადაშლილი, მთელი სამზარეულო დაპყრობილი აქვს მონსტერასავით. აი, მაგას რომ დაქალები მიუვლენ, ხომ საერთოდ. ჭორიკნები, ღმერთო, როგორი ჭორიკნები! ჰგვანან კიდევაც ჭორიკნებს, კედლებზე გადიან, ყურები აქვთ მიბჯენილი ფოთლებივით, აბა, რა ხდება გვერდით ოთახში, გვერდით სახლში, ვის ვინ მიუვიდა სტუმრად, ვინ რა თქვა, ვინ მთვრალი იყო და ვის სექსი ჰქონდა ღამით...

სად მოძებნა, სად იპოვა ასეთი. რომ ჰკითხო, ამან კი არ იპოვა, იმან თავად მოძებნა. რა, სეტერია თუ კოკერ-სპანიელი, თავისით მიეგნო ყნოსვით ან ეს რომელი ხოდაბუნებიდან აფრენილი მწყერია?!..

ოჰ, გადასარევი შედარება გამოუვიდა ამასობაში: ქმარი ჩამოყრილი ყურებით, ჩამოშვებული თვალებით შესციცინებს, კუდის ქიცინილა აკლია, მეტი არაფერი. არა, არა, სეტერი და კოკერ-სპანიელი საყვარელი ძაღლები არიან, კაცო! ეს უფრო ვირს ჰგავს, მაგრამ ჯანდაბას, შედარებისთვის ძაღლებსაც გაიმეტებს. აი, ეს კი, ეს მწყერია, აბა რა, ოღონდ, რომ იტყვიან, მწყერივით ქალიაო, ისე კი არა.

— აბა რით ჰგავს მწყერს? — ინტერესდება თიკა.

გულისყურით უსმენს გვანცას, წარმოდგენა არ აქვს, როგორია ის, ვისზეც ამდენს ლაპარაკობს.

— რით და ქვითქვითით, — კმაყოფილი სახე აქვს გვანცას. ეს რა შედარება გამოუვიდა, იეს! ჩაეთვალა.

— ეგ რაღაა? — გაოცებული სახე აქვს თიკას.

— როგორ, არ იცი? — უფრო მეტად კმაყოფილია გვანცა. ჰმ, ეს რა ცარიელია, ხო აზრზე ხარ, ამასთან როგორ დაქალობს, ტვინი აქვს -50 გრადუსზე შეყინული ყინულის სქელი ფენით და ლოლუებით.

— წარმოდგენა არ მაქვს, — სულაც არ რცხვენია თიკას, — დიდი ამბავი, თუ არ ვიცი.

— აი, ციკანი ხომ კიკინებს, — უხსნის.

— და ციკანი რაღაა? — ფიუუ, სიგარეტის ბოლს უმიზნებს თიკა, პირდაპირ ცხვირში არტყამს.

— ნუ გამაგიჟე! — ახლა ესეც უმიზნებს სიგარეტის ბოლს. ცოტაც და, თვალში მოახვედრა. თიკა თვალს ხუჭავს და გამალებით ისრესს. — ციკანი, ჩემო კარგო, იგივე თიკანია. სინონიმებია. იმედია, სინონიმი რას ნიშნავს, ეგ მაინც იცი.

— დებილი ხომ არ გგონივარ, რა თქმა უნდა, ვიცი, — სწყინს თიკას.

ოჰოჰო, იცის! არადა აშკარად ეტყობა, რომ არ იცის.

— ჰოდა, იმას გეუბნებოდი, რომ ზის და მწყერივით ქვითქვითებს, ანუ ეს იგივეა, რომ ვთქვა, თიკანი, ანუ ციკანი კიკინებს-მეთქი, — უხსნის დაწვრილებით.

— აა, — ამბობს თიკა. ციკან-თიკანის ამბავი სულ არ აინტერესებს.

— აჰაა, — ღრმად ამოისუნთქა გვანცამ.

როგორც იქნა, გააგებინა. ნუ, შეედაროს ყველა სერტიფიცირებული პედაგოგი, რა. უცებ მეორე ჩამჭრელ კითხვას უსვამს:

— და მწყრის შვილს რა ჰქვია, თუ იცი?

— მწყრის შვილს? — თვალებს ჭერზე აგორავებს თიკა. რაკ-რუკ, რაკ-რუკ, გორაობენ თვალები აქეთ-იქით. — ბარტყი, — თვალები გვანცას სახეს ეცემიან და ბრწყინავენ, — აა, ეგ ხომ ვიცი, არა?

— ბარტყი, არა? — სიცილს იწყებს გვანცა, — ვაიმე, როგორ გამაცინე! შენ რა გითხარი, გოგო, სკოლაში მაინც არ გივლია?

— სკოლაში კი არა, სკოლებში მივლია, — ცხვირს იბზუებს თიკა, — და რატომ მეკითხები?

— არა, ისე, — აღარ ამწვავებს გვანცა.

გაამწვავებდა, მაგრამ მერე ეს გაიბუსხება, მერე წამოხტება და გავარდება და გვანცას მსმენელი რომ აღარ ეყოლება? მართალია, ტვინგაყინული, მაგრამ მაინც მსმენელი. არაა, არ ღირს გამწვავება.

— პრინციპში, ამას სკოლებში, მგონი, არც ასწავლიან. მოკლედ, მწყრის შვილს ჰქვია ჩოჩო-რი.

— კაი ერთი, — აქ კი მართლა პირი დააღო თიკამ, — ჩოჩორიი?!

— აბაა!

ოჰ, ისე, რა სიამოვნებაა ხანდახან ასეთი ტვინგაყინული მსმენელი. რა ადვილია, თავი ღრმა ინტელექტუალად მოაჩვენო, საკუთარი I-ს უკიდეგანობა ირწმუნო, შენი ცოდნა გადმოუფინო ჭრელ ხალიჩასავით. ძალიან არ მიხვდეს, რომ ხალიჩა ფრიად უხარისხოა, ნაჩქარევად მიბლანდული და არა — ხასხასა ფერებით, ფერებს იქით სიბრძნის ჩუქურთმებით, საუკუნეებგამოვლილი, ნამდვილი სპარსული ან ირანული...

— მოიცა, ჩოჩორი იმას... ვირის შვილს არ ჰქვია? — ეკითხება თიკა, ისევ გაოცებულია.

— ჰო, სახედრის, — თავი დაუქნია გვანცამ, — მაგრამ მწყრის შვილსაც ჩოჩორი ჰქვია.

— მოიცა და, — თიკას სახე უბრწყინდება, — შენს მეგობარს შვილი ჰყავს? აი, ვისზეც ახლა მიყვებოდი.

— კიი, — ისევ თავს უქნევს გვანცა, — ორი.

— და გამოდის, რომ ორი ჩოჩორი ჰყავს? აჰ-აჰ, აჰაჰაჰაჰაჰაჰა, — თიკას სიცილი უტყდება.

— არაა, ხომ არ გაგიჟდი! ბავშვებს მაგას როგორ ვაკადრებ, კარგი ბავშვები არიან, — უარობს გვანცა.

— და მამა თუ ვირია და დედა თუ მწყერი და ვირის და მწყრის შვილებს თუ ჩოჩორი ჰქვია, აი, რა გამოდის?! მითხარი, რაა, რა გამოდიიის? აჰ, აჰ, აჰაჰაჰაჰაააა! — სულს ვეღარ ითქვამს თიკა.

ჰმ, უყურე ამას, ცოტა მოულღვა ყინული ტვინზე, კარგად გაარაჩხუნ-გამოარაჩხუნა. სიცილი უტყდება გვანცასაც. არა რა, რა სერტიფიცირება, რის სერტიფიცირება, მოუყვანონ ნებისმიერი ტვინგაყინული და გაალხობს, რაა.

— ნუ, ჰოოო, მაგ ლოგიკით კი, მარაა... — ძლივს იკავებს თავს.

არ უნდა, თიკას აგრძნობინოს, რომ თავადაც ეცინება ამ მოულოდნელ მიგნებაზე. ჩაეთვალა რა, თიკას ჩაეთვალა. ესე იგი, რა ყურდაცქვეტილი უსმენდა, რომ ყველა ეპითეტი აუკენკავს.

— ვაიმეე, მიშველეეთ, ცუდად ვაააარ! ქხხხუხ-ქხუ, ქხუუუ, — თიკას სიგარეტის ბოლი გადასცდა.

— ვაიმე, არ გაიგუდო, — ბეჭებში გამეტებით ურტყამს ხელს გვანცა.

— რა არის, მკლაავ? — ახლა ამაზე იცინის თიკა, — ვისთვის მკლავ, მაგ ზოოპარკისთვის?

— ნუ, ზოოპარკი ძალიან მკაცრი შედარებაა, უფრო ფაუნას ვიტყოდი, — კიდევ ერთხელ ცდილობს გვანცა ღრმა განსწავლულობით თავის მოწონებას.

— ფაუნაა თუ ფლორა, რა მნიშვნელობა აქვს, — უცებ ამბობს თიკა.

ოჰ, ფლორა და ფაუნა საიდან იცის ამან? მაინცდამაინც არ სიამოვნებს გვანცას, ისევ ჩამჭრელ კითხვას სვამს:

— აბა, ფლორა რას ნიშნავს და ფაუნა რას ნიშნავს?

— აუ, ასი წელი რაში მაინტერესებს. უბრალოდ, გამიგია, ერთად რომ ამბობენ, — ფეხებზე ჰკიდია თიკას განსწავლულობა და I ხომ ალბათ საერთოდ...

უიმეე! ან ტელევიზორს არ უყურებს, ან პრესას არ ეცნობა, ან ინტერნეტმედიას, თუმცა იქიდან რას ისწავლი საერთოდ.

რა გოგო, რა შხვართი, რა ჯეირანი და ამ დროს, ფიუუუ! ცარიელი. იმ საჩუქრის კოლოფს ჰგავს, ლამაზად შეფუთული რომაა. ბრწყინავს, ბრჭყვიალებს ათასფრად, გახსნი და იაფფასიანი ნივთი დევს, დიდი-დიდი, ათლარიანი.

ერთხელ მიართვა ასეთი გვანცას თანამშრომელმა. სიმართლე რომ თქვას, იმ ბიჭის მიმართ რაღაცას გრძნობდა, ყოველ შემთხვევაში, ჭიანჭველების ბუდე დაჰყვებოდა იმ ტიპს, დაინახავდა გვანცას, გამოუშვებდა თავისი ჭიანჭველების არმიას, შეაცოცდებოდნენ გვანცას ჭიანჭველები, მაინცდამაინც მუცლის არეში დატრიალებოდნენ, დაცოცავდნენ... მოკლედ, როგორც არის, ტიპი რომ ძალიან მოგწონს და მუცელი გიფართხალებს.

ჰოდა, ამ ტიპმა ყველას თვალწინ მოუტანა უზარმაზარი, კარგად შეფუთულ-გაბაფთული ყუთი. გვანცამ ამაყად გადახედა თანამშრომლებს. მე შენ გეტყვი და, არ მიაჩერდნენ, ლამის გვანცაზე ადრე გაბდღვნეს ყუთი. გვანცამ მოაძრო ბაფთა, შემოაცალა ბრჭყვიალა ქაღალდი, გახსნა ყუთი, ყუთის ძირში ძლივს შესამჩნევი კოლოფი... ვაიმე! ოქროს ბეჭედი, ნამდვილად ოქროს ბეჭედი! უფრო ამაყად გადახედა თანამშრომლებს, საზეიმოდ გახსნა კოლოფიც და... ბეჭედი არა, ბოდიში და, ჩემი ფეხები, თუმცა ფეხებიც არა, აშკარად ლილოს ბაზრობაზე ნაყიდი უუუხარისხო, უუუშნოესი საყურეები, ოქროზე მეტად რომ ბრჟღვიალებს, მაგრამ ოქრო კი არა, მგონი, სპილენძიც არაა.

— ფხუკ, — მოესმა ერთი თანამშრომლისგან.

— ფხუკ-ფხუკ, — იმას მეორე აჰყვა, მერე მესამე.

გვანცა აფერადდა, ჯერ თეთრი, მერე წითელი, მერე მწვანე...

— ეს რა არის? — ამოიღრინა, ჭიანჭველების ბუდის წინამძღოლს შეხედა.

— მოგწონს? — გაუღიმა იმან.

ფუი, რა დებილია, ეს თუ ამდენს ვერ ხვდება! გვანცა ჩამუქმწვანდა.

— შენ მე ვინ გგონივარ? — ესროლა საყურე.

ძველი დრო რომ ყოფილიყო, ეს ხელთათმანის სროლის ტოლფასი იქნებოდა, დუელში გამოიწვევდა, ათ დამბაჩას დაახლიდა ერთდროულად, მაგრამ დუელების დრო დიდი ხანია, წარსულს ჩაბარდა.

„სტოპ!“ — უბრძანა გვანცამ ჭიანჭველებს, მუცლიდან ყველა ერთიანად გარეკა და თავის პატრონს დაუბრუნა სირენებით და ლანძღვაგინებით. ის დღე იყო და ის დღე, რა ჭიანჭველები, რის მოწონება, ტიპი გაქრა თავის

Cyan Magenta Yellow Black

ჭიანჭველებთან და საყურეებთან ერთად, აორთქლდა, ჰაერში გაიფანტა უწვრილეს ნაწილაკებად. არა, რა თქმა უნდა, ისევ არსებობდა სადღაც, შეიძლება ისევ ამ ქალაქში, შეიძლება სხვა ქალაქში, სადღაც, მაგრამ გვანცასთვის მოკვდა, გაქრა, ფა-ფუ!

სად წავიდა, რა უნდოდა ახლა იმ ტიპთან, რამ მოაგონა, რამ კი არა, ვინ მოაგონა? ვინ და ამ ცარიელმა თიკამ. და რაზე ლაპარაკობდნენ? ა, ჰო, ელის ქმარზე. აი, ეგ კი ნაღდად „რაა“, „რა“ და არა „ვინ“.

სად მოძებნა, სად მიაგნო! არა, გასაგებია, უზარმაზარი სახლი აქვს და აგარაკი იმ სახლზე უფრო უზარმაზარი, ცხრა მთაზე არ ეტევა, მის აუზში ცხრა ზღვის წყალი რომ ჩაასხა, არ ეყოფა. აი, ეგეთი აგარაკია, მაგრამ რად გინდა, თავად ელის ქმარი!.. ღმერთო ჩემო, სად მიაგნო, სად მოძებნა ამ გოგომ?!

— კარგად კი მოუძებნია, — ამბობს თიკა, — ამდენი ქონება თუ აქვს, მეტი რა უნდა?

— და მარტო ქონებაა საქმე? და სიყვარული? — ფილოსოფიური კითხვა დასვა გვანცამ შესაბამისად ღრმად ფილოსოფიური სახით. ვითომ თავად მხოლოდ სიყვარული აინტერესებს, მაგრამ ჩუუ, თიკამ რატომ უნდა გაიგოს?

— აუ, მაგდენი რამე მქონდეს და სიყვარულის დედაც... — თიკამ ამოიოხრა.

ნწ, ნწ, ასეთი ტუჩები და ზედ შაქარყინულის ნაცვლად გინება ქვამარილივით. არ რცხვენია ამ გოგოს, არაფრის არ რცხვენია!

— ნუ, ცოტა სიყვარული ხომ მაინც უნდა იყოს, — თუმცა გულსიგულში თიკას აზრი გაიზიარა, არა, არა, ნაწილობრივ, მხოლოდ ნაწილობრივ, — ქონება უნდა გიყვარდეს თუ კაცი? — გააგრძელა მაინც.

— და იქნებ უყვარს კიდეც იმ გოგოს ის თავისი ქმარი? აი, ვირი თუ კოკერ-პოინტერი? — დაეჭვდა თიკა. ერთმანეთში აურია სეტერ-პოინტერ-კოკერ-სპანიელი.

— ის როგორ შეიძლება გიყვარდეს? ფუ, რას ჰგავს, განახა რა, რას ჰგავს! მაგისი არც პენტაგონივით სახლი მინდა, არც რაიონივით აგარაკი და არც ბოინგივით ჯიპები.

— მე კი სიამოვნებით გავიცნობდი ეგეთს, — განაზდა თიკა.

— ეგეთს? — ცხვირი აიბზუა გვანცამ, — მე შენზე უფრო კარგი წარმოდგენა მქონდა.

— აუ, ეგეთი შემხვდეს და არ გავკარი ყველა კარგ წარმოდგენას? — უიმეე, რას ბილწსიტყვაობს!

გვანცამ თავი გადააქნია, თიკამ კი არხეინად გადაიდო ფეხი ფეხზე, მერე ერთი ფეხი ასწია, აათვალიერა, ჩაათვალიერა, ხელი აუსვა, ჩაუსვა:

— ხომ არ გამაცნობ, რამე რომ იყოს?

— ვაიმე, მაგას?! — შეიცხადა.

— ჰო, დიდი ამბავი, ქმრად კი არ მინდა. ვნახავ, შევხედავ, ცოტას წავიფლირტავებ, გავერთობი, მოკლედ.

— ეგეთთან?! — ისევ შეიცხადა.

— ჰო, რა, წ ზკწიდუქ. დახუჭავ თვალებს და ეგაა, რა მნიშვნელობა აქვს, ბრედ პიტია თუ მახინჯი? — თიკამ ახლა მეორე ფეხი გაფშიკა, შეათვალიერა, იმას აუსვ-ჩაუსვა ხელი.

— ჰმ, რომ იცნობდე, ამას არ იტყოდი, — უთხრა გვანცამ.

— შენ გამაცანი და ვნახოთ, — თიკამ ფეხი ჩამოსწია, სიგარეტს მოუკიდა.

— ვერა, — მტკიცედ თქვა გვანცამ.

— და რატომ? — გაუკვირდა თიკას.

— ელის მაგას ვერ გავუკეთებ, — არა, გენაცვალე. მიუხედავად იმისა, რომ მეგობრის ქმარს ვერ იტანს, თავად მეგობარს პატივს სცემს, ბოლოს და ბოლოს.

— ძალიან ცუდი, — ფიუუ, ისევ დაუმიზნა სიგარეტის ბოლი თიკამ.

— ასეთს როგორ უნდა ეფლირტავო ფულის გულისთვის? — აშკარად ბოლი აიცილა გვანცამ, თავი გვერდზე გადასწია.

— მოკლედ, არ მაცნობ, — როგორც იქნა, მიხვდა თიკა.

— მე რომ ვიცნობ, რა ხეირი? — ჰკითხა გვანცამ და ენაზე იკბინა, — იმის თქმა მინდა, რომ ამას რამე სასიკეთო კი არ მოაქვს ჩემთვის, პირიქით, მამძიმებს. როგორი ასატანია? ერთი წიგნიც არ ექნება წაკითხული, შეიძლება არც გაზეთი... მაგრამ რას ვიზამ, მეგობრის გულისთვის მის აუტანელ ქმარსაც ვითმენ. მაინც ჩემი მეგობარი ჰქვია. არა, არ გაგაცნობ, მაგას არ გავუკეთებ.

ტელეფონმა დარეკა. გვანცამ ნომერს დახედა.

— აჰა, მირეკავს, უჩემოდ ვერ ძლებს ეს გოგო, — მობილური აიღო, — ჰო, ელ, როგორ ხარ?.. კი, როგორ არა... ახლავე, ძვირფასო, აბა რა, ახლავე გამოვალ, რა თქმა უნდა.

თიკას გადახედა.

— წავედი, თიკ, ელისთან უნდა გავიდე, ვერ ძლებს უჩემოდ, არადა მესიკვდილება იმ სახლში მისვლა. ღმერთო, რა დავაშავე ასეთი! ნეტავ, ის ვირი თუა სახლში, რისი ატანა მიწევს, არ ვიცი. ოჰ, მეგობრობას რა ვუთხარი.

— მეც წამოვალ, — წამოხტა თიკა.

— არა, ძვირფასო, ახლა არა, სხვა დროს ვნახოთ, — „ეს გოგო პირდაპირ შეტევაზეა

გადასული. რა მალაპარაკებდა ამასთან, ახლა ველარ მოვიშორებ, რას გადამეკიდა. თავმოყვარეობა სულ არ ჰქონია“.

მპუა-მპუა, ჰაერში გადაკოცნეს ერთმანეთი, მერე თიკა გაურკვეველი მიმართულებით წავიდა. გვანცა ელისთან გაჭენდა მანქანით, ჭიშკართან ჩორთზე გადართო და ჩამომხედრდა.

მშვენივრად აჭენებს რა, აი, მშვენივრად! ახალი მანქანა აქვს. ნუ, მოახერხა, ასეთებს ახერხებს ადამიანი? მით უმეტეს, თუ ოდნავ ტვინი აქვს, თუ ოდნავ სურვილი და უნარი.

— კარგი მანქანაა, — კიბეებიდან ჩამოვიდა ელი, მანქანას მიუახლოვდა.

— მპუა, — ჰაერში საკოცნელად გადაიხარა გვანცა.

ელიმ თავი გადასწია, აიცილა.

— რა მოხდა? იმ ვირმა გაწყენინა? — აღშფოთდა გვანცა, შეშფოთდა ევროპულ-ამერიკულად, — როდემდე უნდა იყო მაგ ხეპრესთან, არ მესმის! და რატომ, რატომ, აი, ეს სულ არ მესმის! — ფრიად შეწუხებულმა ჰკითხა.

დაინახოს ელიმ, როგორ წუხს მასზე, როგორ უთანაგრძნობს, როგორ არ ემეტება ამ ტყიდან გამოვარდნილი მგლისთვის, უკაცრავად, ქმრისთვის...

— აჰ, — ჩაეცინა ელის, — და ამას შენ ამბობ, ძვირფასო?

— სხვა ამას ვინ გეტყვის, მეგობრის გარდა, თანაც ჩემისთანა ერთგული მეგობრის გარდა?! ღმერთო ჩემო, სადღა არიან ერთგული მეგობრები!

— აჰ, — ისევ ჩაეცინა ელის, — ერთგული მეგობრები... მართალი ხარ, ძვირფასო, ნამდვილად აღარ არიან.

— აჰაა, — დაემოწმა გვანცა, — რარიტეტივით ვარ შემორჩენილი.

— და შენ შენი თავი ერთგული მეგობარი გგონია? — ჩაეკითხა ელი, — და ეს მანქანა ვინ გიყიდა, ერთგულო მეგობარო?

— რატომ მეკითხები? — შეცბა გვანცა.

— მოკლედ, — მოჭრა უცებ ელიმ, — ყველაფერი ვიცი, უბრალოდ სკანდალის ატეხად არ მიღირს. ათასი ყური მოისმენს, გაიტანს, აურევს, დაურევს და ეს ჩემს ინტერესებში არ შედის. საკუთარ თავს ვცემ პატივს და არანაირი სურვილი არ მაქვს, აქ, ამ სახლში, ის იფიქრონ, რომ მეგობრები მღალატობენ, ანუ პატივს არ მცემენ და თავადაც ასე მომექცნენ. ასეთია ადამიანის ბუნება, სამწუხაროდ...

— ელი, რა ხდება? — კიდევ ერთხელ სცადა აღშფოთება გვანცამ.

— ვერ ხვდები, არა? — ელის ხმა უფრო მეტად გაუმკაცრდა.

— წარმოდგენა არ მაქვს, — თიკას პოზიცია დაიჭირა გვანცამ.

— მისმინე, ერთგულო! ყველაფერი ვიცი: ჩემს ქმართან რომ დაძვრებოდი, ლოგინში რომ ჩაუგორდი... დარწმუნებული ვარ, ეს მანქანაც მისი დამსახურებაა. ვერაფერს იტყვი, მაგარი გოგო ყოფილხარ. ჩემთან ოცდაოთხი საათი ჩემს ქმარს ლანძღავ და ისე ალბათ ტკბილად ეჭუკჭუკები, არა?

— რა სისუ... — გვანცამ გაიცინა.

— სისულელე ისაა, ამ სახლში რომ შემოგიშვი! — გამოცრა ელიმ, როგორ აღარ ჰგავდა მწყერს... — მოკლედ, აქ აღარ დაგინახო და ჩემს ქმარს კი თავი დაანებე, თორემ დიდ სიურპრიზებს ელოდე ჩემგან. რა თქმა უნდა, იმაზე ბევრად საშინელს, ვიდრე შენ წარმოგიდგენია.

— ვინ გითხრა, რა სისულელეა! — გვანცა წამოწითლდა. მანქანისკენ წავიდა.

— თავად ჩემმა ქმარმა, სხვათა შორის. რატომ და როგორ, ეს უკვე შენი საქმე არაა. ახლა კი აქედან წადი და მეორედ აღარ დაგინახო არც აქ და არც სადმე. წადი, დროზე გამასწარი, გირჩევ!

— მაინც როგორ იფიქრე ასეთი რამ? — გვანცა მანქანაში ჩაჯდა, — ამას შენგან ნამდვილად არ მოველოდი!

და სანამ ელი პასუხს გასცემდა, სწრაფად გაეცალა იქაურობას.

მართლა ვირია, კაცი კი არა! დადგა და ცოლს ჩაუკაკლა ყველაფერი. დიდი ამბავი, იმდენი ქონება აქვს, ცოტა გვანცასაც თუ გაუყო, რა მოხდა? ძუნწი, იყოს იმ თავის იდიოტურ ოჯახში, ისტერიკა ცოლით, ორი ჩოჩორით და ათასი ნათესავით... არ უნდოდა ლამაზი, სექსუალური, ჭკვიანი, ინტელექტუალი ქალი?!

ამ ქალბატონს კი... ნეტავ, ვინ ჰგონია თავისი თავი! მადლობა თქვას, მაგის ვირ ქმართან თუ მქონდა სექსი, საერთოდ თავი რომ გავუყადრე მაგ მახინჯს, ქაჯს. მოიცა, ამას არ შევარჩენ არც ერთს, არც მეორეს, მაგათ მაინც მოვუვლი! ჰმ, სახლიდან გამაგდო გოგომ, სახლი, თორემ... ეგეც არის რა, საერთო საცხოვრებელი.

მობილური აიღო.

— თიკ, წელანდელზე ვფიქრობ. ცუდად გამომივიდა, გაძლევ იმ ვირის კოორდინატებს და დანარჩენი შენ იცი.

მერე სიჩქარეს მოუმატა და თავისი ახალი ბინის სანახავად წავიდა, უკვე რემონტს ამთავრებდა.

გავიცნობ, ვეძებ

2017

sms-ები გამოაგზავნეთ ორშაბათიდან. sms-ის გამოგზავნის ბოლო ვადაა შაბათი, 21 სექტემბერი, 17 საათი.

გავიცნობ ქალს შეხვედრებისთვის

1. გავიცნობ მეგობარ გოგონას სასიამოვნო ურთიერთობისთიავს. 555756149
2. ვარ 45 წლის მამაკაცი, სამეგობროდ გავიცნობ ნორმალურ ქალს, რომელიც შემხვდება დღის საათებში. 558901358. თაზო
3. ვარ 23/183/73, სიმპათიური ახალგაზრდა, გავიცნობ თბილისელ, მარტოსულ, არამწეველი, მიმზიდველ ქალს 45 წლამდე. 555529387
4. ვარ 35 წლის, სიმპათიური მამაკაცი, გავიცნობ უკრაინელ ქალს, ქართულის მცოდნეს ან ქალს, რომელსაც სურვილი ექნება შეხვედრების. 555175609
5. გავიცნობ 22-38 წლამდე ქალს, გასათხოვარს, განათხოვარს ან გათხოვილს. ვარ 27 წლის, მყავს ცოლი, ვარ დასაქმებული, ვცხოვრობ თბილისში. 555163585
6. გავიცნობ კარგ ქალს, ვცხოვრობ თბილისში მარტო, მაქვს სამსახური, ვარ 28 წლის. 555582290. დათა
7. ვარ სიმპათიური, თბილისელი, მყავს მანქანა, შეხვედრებისთვის გავიცნობ სიმპათიურ გოგოს. 593135572. დათო
8. გავიცნობ ოდნავ მსუქან, 35 წლამდე ქალს შეხვედრებისთვის. 551216131. ანრი
9. გავიცნობ 20-40 წლამდე თბილისში მცხოვრებ ქალს შეხვედრებისთვის. 555195062. ირაკლი
10. გავიცნობ იმერელ, მხოლოდ ქვრივ, სერიოზულ, 37 წლამდე ქალს. ვარ 38 წლის, სიმპათიური მამაკაცი ქუთაისიდან. დამიმესიჯეთ საღამოს 5 საათამდე. 557994113. ჯონი
11. სამეგობროდ გავიცნობ იმერეთში მცხოვრებ 35 წლამდე ქალს. ვარ 29 წლის. 5142488998. ბექა
12. გავიცნობ ქალს შეხვედრებისთვის. ვარ 28 წლის თბილისელი ბიჭი, უმჯობესია, თუ იქნება მარტო მცხოვრები. 558556340. დათო
13. გავიცნობ 40 წლამდე თბილისში მყოფ ქალს. მყავს მანქანა. 595750060. ნიკა
14. ვარ 38 წლის, თბილისელი, დასაქმებული მამაკაცი, გავიცნობ 40 წლამდე თბილისელ, არამსუქან ქალს. 593908100
15. ვარ 29 წლის, თბილისელი, ნამდვილი მამაკაცი, ვცხოვრობ მარტო, გავიცნობ ქალს შეხვედრებისთვის. 555285639
16. ვარ 32 წლის. გავიცნობ ქალს შეხვედრებისთვის. 555148894
17. სამეგობროდ გავიცნობ თბილისელ ქალს. ვარ 23 წლის ბიჭი. 599079806. შაკო
18. სამეგობროდ გავიცნობ ქუთაისელ, 38-48 წლამდე ლამაზ ქალს. ვარ 50 წლის. 557993104. ნიკა
19. გავიცნობ ფინანსურად ძლიერ ქალს, მესაჭიროება ფინანსურად და ადამიანურად გვერდში დგომა. ვარ 33 წლის, თბილისელი, წესიერი მამაკაცი. 558600892
20. ვარ 28 წლის, ვცხოვრობ თბილისში. გავიცნობ თბილისში მცხოვრებ, განათხოვარ ქალს. 555004073. ზურა
21. ვარ 30 წლის მამაკაცი, ფარული შეხვედრებისთვის გავიცნობ მიმზიდველ და სერიოზულ გოგოს. ვარ სანდო და დაოჯახებული, მყავს მანქანა. 555136496. გიო
22. ვარ მაღალი, გამხდარი, სპორტული აღნაგობის. მსურს გავიცნო 40 წლამდე ასაკის სიმპათიური ქალი შეხვედრებისთვის. 551533792
23. გავიცნობ თბილისელ, მაღალ გოგოს, სერიოზული ურთიერთობისთვის. ვარ 25 წლის ბიჭი. 514121212. ნიკა
24. შეხვედრებისთვის გავიცნობ 35 წლამდე ქალს. ვარ 35/170/60, მსუქნები არ გამომეხმაუროთ. 557229949. ზურა
25. ვარ 27 წლის თბილისელი ბიჭი. გავიცნობ ქალს შეხვედრებისთვის, თუნდაც შვილიანს, ვარ დასაქმებული. 598951103
26. სამეგობროდ გავიცნობ 38 წლამდე გოგოს, თუნდაც გათხოვილს, ვისაც მამაკაცის სითბო აკლია. 599334570. გიგი
27. გავიცნობ სულიერად ლამაზ, მდიდარ, მშვიდ და თბილ ქალს. 555675264. ნიკა
28. ვარ 30 წლის, თბილისელი მამაკაცი, ბინით და მანქანით უზრუნველყოფილი. გავიცნობ თბილისელ, ლამაზ გოგოს. 558346559
29. შეხვედრებისთვის გავიცნობ 35 წლამდე თბილისელ, გათხოვილ, ლამაზ ქალს, დავეხმარები მატერიალურდაც. 593050806
30. გავიცნობ 35 წლამდე იმერეთში მცხოვრებ ქალს. ვარ 29 წლის. 514248998. ბექა
31. გავიცნობ თბილისში მცხოვრებ 30 წლამდე, თავისუფალ და უკომპლექსო, სასიამოვნო გოგოს. 598772903
32. შეხვედრებისთვის გავიცნობ 40 წლამდე ქალს. 555236325. კახა
33. გავიცნობ 38 წლამდე მშვიდ, ლამაზ, თბილისში მყოფ ქალს სამეგობროდ. ვარ 33/170/80, მშვიდი მამაკაცი. 551585530. გიორგი
34. გავიცნობ 40 წლამდე ქალს შეხვედრებისთვის. ვარ თბილი და მოსიყვარულე მამაკაცი. 574070310
35. ვარ 40 წლის სიმპათიური მამაკაცი, თბილისელი, გაცილებული, სამეგობროდ გავიცნობ თბილისში მცხოვრებ ქალს. 555639450
36. გავიცნობ 35-40 წლამდე თბილისელ ქალს შეხვედრებისთვის. 555562562
37. გავიცნობ სულიერად ლამაზ, მდიდარ, მშვიდ და თბილ ქალს. 555675264. ნიკა
38. სამეგობროდ გავიცნობ 40 წლამდე ქალს. 514879911
39. გავიცნობ 38 წლამდე მარტო მცხოვრებ ქალს შეხვედრებისთვის. ვარ 26 წლის, თბილისელი, დასაქმებული მამაკაცი. 555243760
40. ვარ სიმპათიური, თბილისელი, მყავს მანქანა, გავიცნობ სიმპათიურ გოგოს შეხვედრებისთვის.593135572. დათო
41. გავიცნობ თბილისელ გოგოს შეხვედრებისთვის. 558420758. ლაშა
42. გავიცნობ 35-დან 45 წლამდე, თბილისელ ქალს სამეგობროდ. 555422544. გიო
43. შეხვედრებისთვის გავიცნობ თბილისელ გოგოს. ვარ სასიამოვნო გარეგნობის, ნორმალური ბიჭი, მაქვს ჩემი ბიზნესი. 579500599
44. ვარ 25 წლის მამაკაცი, სამეგობროდ გავიცნობ 35 წლამდე გოგოს. 555109884
45. გავიცნობ ბათუმელ ან ქობულეთელ ქვრივ, სერიოზულ 37 წლამდე ქალს. ვარ წყალტუბოდან, 39 წლის სერიოზული მამაკაცი. 593 145836. ირაკლი
46. გავიცნობ ლამაზ გოგოს. 592100123. ირაკლი
47. შეხვედრებისთვის გავიცნობ ზესტაფონის ან ჭაითურა-საჩხერეში მცხოვრებ 40 წლამდე ქალს. 557451540. დათო
48. ვარ 43 წლის საკმაოდ თბილი და მოსიყვარულე მამაკაცი, სამეგობროდ გავიცნობ ნებისმიერი ასაკის ქალს, ვცხოვრობ თბილისში. 558348494

გავიცნობ ქალს ოჯახის შესაქმნელად

1. ვარ წყაროს წყალივით ანკარა წარსულის, 30 წლის, დასაქმებული მამაკაცი, ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ თბილისელ, დედისერთა ან მარტოხელა გოგოს. 593104726
2. გავიცნობ ქალს ოჯახის შექმნის მიზნით, ქალიშვილს ან განათხოვარს, ოღონდ შვილიანებმა თავი შეიკავეთ. ვარ 27 წლის. 593164619
3. ვარ 31 წლის მამაკაცი, გავიცნობ მხოლოდ ოჯახის შესაქმნელად სერიოზულ, ჭკვიან და ძალიან მომხიბვლელ ქალს. 558660712
4. ვარ სერიოზული, 41 წლის, თბილისელი მამაკაცი, ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ თბილისთან ახლოოს მცხოვრებ 32-22 წლამდე, სერიოზულ, ქალიშვილ გოგოს. 558215498
5. ვარ სიმპათიური, დასაქმებული მამაკაცი, ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 40 წლამდე თბილისში ბინით უზრუნველყოფილ, სერიოზულ ქალს. 557409121
6. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ სასიამოვნო გარეგნობის სუსტი აღნაგობის, თუნდაც განათხოვარ 30-დან 40 წლამდე ქალს. 551790888
7. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ თბილისში მცხოვრებ 20-დან 26 წლამდე პატიოსან გოგოს. ვარ 27 წლის, ცოლს გაშორებული, თბილისში მცხოვრები დასაქმებული ბიჭი. 596000038
8. ვარ ახალგაზრდა, სიმპათიური, მარტოხელა, თბილისელი მამაკაცი, ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 25-დან 35 წლამდე თბილისში მცხოვრებ ქალს.558270100
9. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 25-დან 40 წლამდე გოგოს, თუნდაც განათხოვარს, ვარ 41 წლის, სიმპათიური მამაკაცი. 558728712. შოთიკო
10. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 25-დან 30 წლამდე ქალიშვილ გოგოს. 595726053. ზურა
11. ვარ 32 წლის, დასაქმებული, კარგი ხასიათის, იუმორის გრძნობით, ეკლესიური მამაკაცი, ლამაზი და ბედნიერი ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ ქალს. 555127818
12. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 40 წლამდე წესიერ გოგოს. 555263388
13. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 35 წლამდე თბილისელ გოგოს, ვისაც უნდა ლამაზი და მოსიყვაურულე ოჯახი, ვარ 37 წლის მამაკაცი, დასაქმებული. 555593222

გავიცნობ მამაკაცს ოჯახის შესაქმნელად

1. ოჯახის შექმნის მიზანით გავიცნობ 28-დან 35 წლამდე კარგ ადამიანს, ვარ განათხოვარი, მყავს ერთი შვილი. 558176273. მარი
2. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 30-35 წლამდე თბილისელ მამაკაცს. 555422547

გავიცნობ მამაკაცს შეხვედრებისთვის

1. ვარ ლამაზი, ახალგაზრდა ქალი, გავიცნობ 40-50 წლამდე მამაკაცს შეხვედრებისთვის, ვინც გამიწევს მეგობრობას, სასურველია იყოს დასაქმებული. 555669069
2. ვარ 45 წლის თბილისელი ქალი, გავიცნობ 45-53 წლამდე დასაქმებულ, პატივისმცემელ მამაკაცს, იშვიათი შეხვედრებისთვის, ზარებს არ ვპასუხობ. 557309224

**თუ გსურთ, ახლობელს მიულოცოთ რაიმე ან გაუმხილოთ თქვენი გრძნობები ჟურნალ „სარკის" მეშვეობით, აკრიფეთ ასო „M", შემდეგ — ტექსტი და გააგზავნეთ sms ნომერზე 2017 ჯეოსელის და 93887 მაგთის აბონენტებმა. გაცნობის განცხადებებში მიუთითეთ თქვენი ტელეფონის ნომერი. თქვენი ტექსტი დაიბეჭდება „სარკის" უახლოეს ნომერში. sms უნდა გამოგზავნოთ 21 სექტემბრის 17 საათამდე.
ერთი sms-ის ღირებულებაა 1 ლარი. წერილი, რომელიც 3-ზე მეტ sms-ში იქნება მოთავსებული, არ დაიბეჭდება!
ერთი ადრესატისადმი მიწერილი ორ ბარათზე მეტი არ დაიბეჭდება**

Cyan Magenta Yellow Black

← 8

მეტი გადაღება აქვს, უფრო კმაყოფილი ვარ.

— როცა ლევანის გმირი ცოლს ღალატობდა, რა რეაქცია გქონდათ?

— როცა ფილმს ვუყურებ, ლევანს ჩემს ქმრად კი არა, მსახიობად აღვიქვამ, რომელიც ძალიან კარგად თამაშობს თავის როლს. სხვა ქალებივით მეც ვბრაზობდი, მისი გმირი მეუღლეს რომ ღალატობდა. რადგან ასე გააბრაზა ამ ამბავმა მთელი საქართველო, ვთვლი, რომ ძალიან კარგად ითამაშა. მთელი ოჯახი დიდი ინტერესით ველოდებით, რა მოხდება ახალ სეზონში.

— დათოს საყვარლის, ნათიასნაირ ქალებზე რას ფიქრობთ?

— ასეთ ქალებს ვერასოდეს გავუგებ. რატომ უნდა დაანგრიონ სხვისი ოჯახი, ვერ ვხვდები! იქ ბავშვებია, ამდენი ხნის ოჯახია. თუმცა ცხოვრებაში იმდენი რამ ხდება, ვერ ვიტყვი, ნათია ცუდია-მეთქი. არის მიზეზები, რაც განაპირობებს, რომ კაცმა ასეთი ნაბიჯი გადადგას. ვერავის განსჯი. თუ მარტო ქალს უნდა და კაცს — არა, მაშინ ურთიერთობა არც შედგება. მაინც უფრო კაცზეა ბევრი რამ დამოკიდებული. ქალი თავისი ბუნებით მაცდურია და კაცმა ამას უნდა გაუძლოს.

ისე, სხვის მაგივრად ლაპარაკი ყოველთვის ადვილია. არ უნდა იფიქრო, რომ იმ სხვას რაც დაემართა, შენ არ დაგემართება. ხომ შეიძლებოდა, დათოს ნათია აერჩია, მაგრამ ნინა ამჯობინა.

— როცა ქმარი სხვა ქალისკენ იწყებს ყურებას, ამაში ცოლის ბრალიცაა?

— შეიძლება რაღაც აკლია კაცს ოჯახში და ამ რაღაცას სხვაგან ეძებს. ამიტომ ყველა ცოლმა მეტი ყურადღება, მეტი სითბო უნდა გამოაჩინოს, რომ კაცმა იგივე სხვაგან არ ეძებოს. ჩვენმა ოჯახმა უკვე ბევრ წელს გაუძლო ისე, რომ მსგავსი პრობლემა არ გვქონია. ვფიქრობ, მეც და ლევანიც ვახერხებთ ერთმანეთისთვის სითბოსა და სიყვარულის განაწილებას. იმდენად პატარები ვიყავით და ისეთი სიყვარულით დავქორწინდით, ვერც წარმომიდგენია, ვინმემ ჩვენს ურთიერთობას ხელი შეუშალოს. რაც თავი მახსოვს, ლევანთან ერთად ვარ.

„ვცდილობ, ქმარს ყოველთვის მოწესრიგებული დავხვდე, ყველაფერი ისე გაკეთებული დავახვედრო, როგორიც ლევანს გაუხარდება".

გვერდით შეუმჩნევლად ვერ გაივლი. ავტოგრაფებს, სურათების გადაღებას სთხოვენ და ისიც ყველასთან უბრალოა. ჩვენზე ბევრს ჭორაობენ და ათას რამეს ამბობენ. მთავარია, რომ ახლა ერთად და კარგად ვართ და სულ არ მაინტერესებს, ვინ რას იტყვის.

— ოჯახურმა პრობლემებმა შეიძლება სიყვარული მოკლას?

— არა. თუ გიყვარს, გიყვარს. უბრალოდ მერე გარკვეული პრობლემები იჩენს თავს. ჩვენ გავიზარდეთ ამ სიყვარულთან ერთად და კი არ ნელდება, უფრო ძლიერდება. უერთმანეთოდ ნამდვილად ვერ გავძლებდით. ვერც წარმომიდგენია ლევანის გარეშე ცხოვრება. ჩვენ იმან გაგვაბრაზა, რაც შეიძლება სხვა ოჯახებში ყოველდღეც ხდება. უბრალოდ სხვას სხვა რეაქცია აქვს და ჩვენ სხვანაირი გვქონდა.

„ბევრისგან გამიგია, როცა პოპულარულები ხდებიან, თავში უვარდებათო. ლევანი კი ისევ ისეთი უბრალო ადამიანია, როგორიც აქამდე იყო. პოპულარობა და ყურადღება სიამოვნებს, მაგრამ მაინც ისევ ისეთია".

— ინტერვიუში გვითხრა ცოტა ხნის წინ, შეიძლება აღარც კი შევრიგდეთო.

— გაბრაზებული იყო და ალბათ იმიტომ თქვა, თორემ საკითხი ასე არც დამდგარა. ჩვენი გოგონა განიცდიდა, რაც ჩვენზე პრესაში იწერებოდა. ორივეს გვეწყინა. ისე არ ყოფილა, რომ მარტო ერთი გავბრაზებულიყავით.

მოდით, ყველაფერი ისე განვიხილოთ, როგორც ახლა არის. ერთად კარგად ვართ და გვიხარია ცხოვრება. სამწუხაროდ, ძალიან ცოტა დრო აქვს ჩვენთვის. როცა თავისუფალია, ისვენებს, ტელევიზორს უყურებს. ვცდილობ, ყოველთვის მოწესრიგებული დავხვდე და ყველაფერი ისე გაკეთებული დავახვედრო, როგორც მას გაუხარდება. ბევრისგან გამიგია, როცა პოპულარულები ხდებიან, თავში უვარდებათ. ლევანი კი ისევ ისეთი უბრალო ადამიანია, როგორიც აქამდე იყო. პოპულარობა და ყურადღება სიამოვნებს, მაგრამ მაინც ისევ ისეთია. მის

— რომელი უფრო ფიცხი ხართ?

— მე არ ვარ ფიცხი. ლევანმა უფრო იცის უცებ გაბრაზება. უკვე ვიცით, ლევანს რა უყვარს, რა აღიზიანებს და ყველა ვცდილობთ, ისე მოვიქცეთ, რომ არ გავაბრაზოთ. მისი სიფიცხე ყვირილით კი არ გამოიხატება, ეწყინება ხოლმე და იბუტება. რომ გაიბუტება, შემორიგება სჭირდება და ამის ხერხები ვიცი. ყურადღება არ აკლია, მაგრამ, როცა გაბუტულია, მაშინ მთელი დრო მას უნდა დაუთმო. მგონი, ყველა მამაკაცი ასეა, დიდ ყურადღებას ითხოვენ ქალისგან.

— რა უყვარს განსაკუთრებით?

— შემწვარ ქათამზე გიჟდება, ისე უყვარს. როგორი გაბუტულიც უნდა იყოს, შეგირიგდება. ასევე უყვარს კარგი ღვინო და სალათები.

— თავად რითი განებივრებთ?

— თვითონაც უყვარს საჩუქრების კეთება. არასოდეს დაავიწყდება რომელიმე მნიშვნელოვანი თარიღი. ჩემთვის, ბავშვებისთვის, ახლობლებისთვის მუდამ ყიდულობს საჩუქრებს. ბედნიერია, როცა იმას იყიდის ჩემთვის, რაც მინდა. ასევეა დედამისთანაც.

სიყვარული რომ გამოხატო, აუცილებელი არ არის, რაიმე საჩუქარი მიართვა. შეიძლება ერთმა სიტყვამ, მოქმედებამ უფრო დიდი სითბო დაგანახოს და უკეთეს ხასიათზე დაგაყენოს, ვიდრე სასწაულმა საჩუქარმა.

ლევანს მაღაზიებში სიარული არ უყვარს, ვერაფრით წაიყვან. ყველაფერს მე ვყიდულობ მისთვის. ჭკუიდან გადაჰყავს არჩევის, ჩაცმა-გახდის პროცესს. ურჩევნია, სხვამ უყიდოს და როცა მოუნდება, მაშინ ჩაიცვას.

— თქვენ მუშაობთ?

— არა. ვმუშაობდი, მაგრამ ვასიკო პატარა იყო და დავანებე თავი. ოჯახს ასე სჭირდებოდა და მეც ვფიქრობდი, რომ ასე მეტად გამოვადგებოდი ჩემს შვილებს. ახლა აღარ არიან ისეთი პატარები და ალბათ დავიწყებ მუშაობას. ქალი რეალიზებული უნდა იყოს, თავდაჯერება ემატება და ბევრი რამ უკეთესად გამოსდის. როცა მუშაობ, საკუთარი თავის იმედიც გაქვს. კაცსაც გააჩნია, როგორ უდგება ცოლის მუშაობის საკითხს. ბევრ კაცს არ სიამოვნებს ეს ამბავი და ურჩევნია, მისმა ცოლმა მუდმივად სამზარეულოში იტრიალოს. ლევანს ეს პრობლემა არ აქვს. როცა ადამიანს პროფესია აქვს, უნდა იმუშაოს.

— ლევანი კბილის ექიმთან ხშირად დადის?

— არც ისე. ლევანს კარგი კბილები აქვს. ასე რომ, ამ მხრივაც თავი ქუდში მაქვს.

— ეჭვიანი არ ხართ?

— არა, საერთოდ არ ვარ ეჭვიანი და ალბათ იმიტომაც, რომ ლევანი ძალიან კარგი ადამიანია და ამის საბაბი არასოდეს მოუცია.

— სერიალში დათოც არ აძლევდა ნინას ეჭვიანობის საბაბს.

— ის დათო გოცირიძეა და ეს ლევან ყოჩიაშვილი! ღმერთმა დამიფაროს, ნინას დღეში აღმოვჩნდე.

✓ **რუსუდან ადვაძე**

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი (შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა) დისბაქტერიოზი

მიიღეთ

ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას, გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

ღვთის შესაძლებლობების არათუ ხილვა, წარმოდგენაც და გააზრებაც კი წარმოუდგენელია ჩვენთვის

ცხოვრება ღირსისა მამისა წმინდა ნიფონისა

ღირსი ნიფონის ცხოვრება ნათელი მაგალითი არის თავმდაბლობის და უბრალოების, თუ რა საზომს შეიძლება მიაღწიოს კაცმა თავმდაბლობით. წმინდა მამის მაგალითი განსაკუთრებით გამოადგება სასულიერო პირებს, რომელთა მიმართ ამპარტავნების ალბათობა საკმაოდ დიდია, რიგით ქრისტიანებსაც და ახალბედა სასულიერო პირებსაც, რომელთათვისაც მღვდლობის პატივი შეიძლება დამღუპველიც კი აღმოჩნდეს ხშირ შემთხვევაში.

ღირსი მამა დაიბადა მეცამეტე საუკუნის ბოლოს და მოღვაწეობდა მეთოთხმეტე საუკუნის პირველ ნახევარში. გახლდათ ღვთისმოსავი მღვდლის შვილი. ქალაქ არღიროკასტროს ერთ პატარა სოფელ ლუკოვოში გაატარა ბავშვობა. ათი წლის იყო, როდესაც საკუთარმა ბიძამ, მამის ძმამ მონასტერში წაიყვანა. მონასტერი, როგორც ირკვევა, წმინდა ნიკოლოზის სახელობის ყოფილა, რომელშიც წმინდა მამის ბიძა ეკონომოსი იყო. მონასტერი იმპერატორ კონსტანტინე მონომახოსის ძალისხმევით დაარსდა და ისტორიული მნიშვნელობისაც გახლდათ, დღემდე იმპერატორის პატივსაცემად მისივე სახელით იცნობენ.

ღირსი მამა მისვლის დღიდანვე გულმოდგინედ შეუდგა საღვთო ლიტერატურის შესწავლას. იმდენად მოეწონა მონასტერში ცხოვრება, რომ სახლში აღარც დაბრუნებულა. დანამდვილებით არ ვიცით, თუმცა ძალიან ახალგაზრდა შეიმოსა მონაზვნის სქემით ამავე მონასტერში. მალე კი მოშურნე და თავდადებული მონაზონი მონასტრის ტიპიკარი და წიგნის მკითხველი გახდა. მოგვიანებით, როცა რჯულის მიხედვით სრულწლოვანი გახდა, მღვდელმონაზვნად დაუსხამთ ხელი, წმინდა მამათა მიმბაძველობით საკმაოდ დიდ მადლმოსილებასაც მიაღწია და უკვე განმარტოებისა და მყუდრო ადგილისთვის დაიწყო ფიქრი.

ღირსი ნიფონი მალე დაემშვიდობა წმინდა ნიკოლოზის მონასტრის საძმოს წევრებს და სახელმოხვეჭილ მოღვაწეს დაემოწაფა, რომელიც სინას მთიდან მობრუნებული მონასტრის ახლოს მარტოდმარტო დაყუდებული მოსაგრეობდა. მასთანაც აღარ დარჩა დიდხანს და მისივე კურთხევით ათონის წმინდა მთაზე წავიდა სამოღვაწეოდ. პირველად ათანასეს ლავრას მიადგა, საიდანაც წმინდა პეტრე ათონელის ასკიტიროში განმარტოვდა, სულიერ მითითებებს უშუალოდ გამოცდილი ასკეტისგან, სახელად თეოგნოსტისგან იღებდა.

მალე ნიფონი წმინდა ბასილი დიდის სახელობის ასკიტირიოში გადავიდა მარტოდმარტო სამოღვაწეოდ, სადაც სრული თოთხმეტი წელიწადი დაჰყო ისე, რომ არც არავის გაუგია, მღვდელი თუ იყო, ისე ემორჩილებოდა უკანასკნელი თავმდაბლობით. დღეში მხოლოდ ერთხელ ჭამდა, ისიც გამხმარ პურს, უფრო მეტად კი პურის ნაცვლად მხოლოდ სეფისკვერს.

თოთხმეტწლიანი მოსაგრეობის შემდგომ ისე მოხდა, რომ მამების უმრავლესობა, ვინც ათანასეს ლავრაში მოღვაწეობდნენ, გარდაიცვალნენ. წმინდანიც იძულებული გახდა, სამოღვაწეო დაეტოვებინა და მონასტრის წინამძღვრობაზე დათანხმებულიყო, თუმცა მისი ფიქრები განმარტოებისკენ იყო მიპყრობილი. სამ წელიწადზე მეტხანს ვერ გაჩერდა ლავრის წინამძღვრად, ყველასგან შენდობა ითხოვა და ისევ სამოღვაწეოს მიაშურა, ოღონდ ამჯერად იქ, სადაც აწვიმდა და ათოვდა, მაგრამ მაინც ბედნიერი იყო, რადგან ყველაზე მთავარი მყუდროება ჰქონდა.

ესეც დროებითი აღმოჩნდა, რადგან კეთილის მოძულე უხსენებელმა ვერ აიტანა წმინდა მამის უბრალოება და მკაცრი მოსაგრეობა და საკუთარი მონასტრის წმინდა ლავრის ძმები დაუპირისპირა. ცილი დასწამეს, ეშმაკეულია და იმიტომ არ ჭამს საჭმელს, ბოროტისგან არის, ამდენი შიმშილის შემდგომ მაინც რომ ცოცხლობსო. წმინდა მამა ღიმილით შეხვდა ამ განსაცდელს, რადგან უწყოდა, ეს ყოველივე ვისგანაც მოდიოდა. შეიცვალა სამოღვაწეო და ახალი სამოღვაწეო დააარსა ფერისცვალების სახელობის.

არ გასულა დიდი დრო და წმინდანზე დამოწამება იმდენმა მონაზვნობის მსურველმა მოინდომა, რომ მყუდროებას მიჩვეული მოღვაწისთვის შეუძლებელი იყო ამდენი ადამიანის ერთად ხილვა. ღირსი ნიფონი იძულებული გახდა, კიდევ უფრო მყუდრო ადგილზე გადასულიყო სამოღვაწეოდ. კავსოკალივიის მიუვალ კლდეს მიაშურა და ღირსი მაქსიმე კავსოკალიველის გვერდით განმარტოვდა. წლების განმავლობაში ისეთი ერთობა ჩამოუყალიბდათ ერთმანეთის მიმართ, რომ კაცი იფიქრებდა, ერთი სული და გონება მოქმედებს ორ სხეულშიო.

ამ ღვაწლში დაჰყო წმინდა ნიფონმა რამდენიმე წელიწადი და უდიდესი მონდომებით ასაიდუმლოებდა თავის არსებობას. ამდენი წლის შემდეგ კი მოულოდნელად ღირს მამასთან მოვიდა მისივე თანამემამულე, რომელმაც იცოდა ღირსი ნიფონის არსებობის შესახებ და დამოწაფების სურვილი გამოთქვა, რათა ღირსეული მონაზვნის გზა გაევლო.

ღირსი ნიფონი დათანხმდა მამა მარკოზს, დაჩენილიყო მის გვერდით სამოღვაწეოდ. ცოტა ხნის შემდეგ უთხრა მამა მარკოზს, შენ სამოღვაწეოს კიდევ მოუშენე ერთი სამოღვაწეოც შენი ძმისთვის, რომ ამოვიდეს და დარჩეს ჩვენთან ერთადო. ამის გამგონე მამა მარკოზი გიჟს დაემსგავსა და ბრაზმორეულმა მიუგო მამა ნიფონს, ეგ რა მოგივიდა თავში, ღირსო მამაო, ჩემი ძმა აქ როგორ ამოვა სამოღვაწეოდ, ერისკაცია და თანაც დაოჯახებულიაო. მაშინ წმინდანმა თავმდაბლად მოუბოდიშა, რომ ასეთი უგნურება მოუვიდა თავში.

ერთხელ აუცილებელი გახდა ლავრაში ჩასვლა რაღაც საქმისთვის. ღირსმა ნიფონმა მამა მარკოზს გაცილებისას უთხრა, უკან წამოსვლისას შენი ძმის წამოყვანა არ დაგავიწყდესო, რაზეც ისევ უსაყვედურა ღირსმა მარკოზმა. რომ მიუახლოვდა ლავრის შესასვლელ კარიბჭეს, თვალებს არ უჯერებდა, როცა საკუთარი ხორციელი ძმა შენიშნა, რომელიც კარიბჭესთან ჩამომჯდარიყო ჩაფიქრებული. დიდი სიყვარულით მოიკითხეს ძმებმა ერთურთი და მამა მარკოზს მაშინვე გაახსენდა ღირსი ნიფონის წინასწარმეტყველება. უკან დაბრუნებულმა მამა მარკოზმა შენდობა ითხოვა ღირსი ნიფონისგან თავისი ურწმუნოების გამო, რადგან არ ირწმუნა მისი, როდესაც ეუბნებოდა, რომ ძმაც აქ მოეყვანა მათ გვერდით.

მომხდარიდან დიდი დრო არ იყო გასული და მამა მარკოზს ხელ-ფეხი წაერთვა. არა მარტო გადაადგილება, საკუთარი ხელით ჭამაც კი აღარ შეეძლო. აცრემლებულმა დახმარება სთხოვა მამა ნიფონს, რომლის ლოცვითაც უნდა განკურნებულიყო. ღირსი ნიფონი არ ჩქარობდა მამა მარკოზის გამოჯანმრთელებას, რადგან სურდა, რომ კიდევ უფრო მეტი სინანული გასჩენოდა საკუთარი ურწმუნოების, უფრო სწორად, მცირედმორწმუნეობის გამო. მიუგო მამა მარკოზს, მე ცოდვილს რა შემიძლია, ევედრე უვერცხლო მკურნალთ, რომელთაც ძალუძთ შენი განკურნებაო. მაშინვე გულით ითხოვა განკურნებაც და პატიებაც იმის გამო, რომ არ ერწმუნა წმინდა მამის სიტყვებს წინასწარმეტყველების შესახებ.

წმინდა ნიფონმა კანდელიდან ზეთი სცხო ავადმყოფს და მყისვე განიკურნა. მამა ნიფონმა მიუგო განკურნებულ მამა მარკოზს: „ჯანმრთელი ხედავ იმას, რაც მოხდა, ნურასდროს გაიმეორებ იგივეს, რომ უარესი არ დაგემართოს“. მიუხედავად ამისა, ისევ განმეორდა წმინდა მამისადმი დაუმორჩილებლობა, როდესაც მამა მარკოზმა მოძღვრის დაუკითხავად გადაწყვიტა, ჩასულიყო ზღვაში, რომელიც აკრავს ათონის წმინდა მთას და ეთევზავა. ერთი თევზიც კი არ გაჩერდა იმ ადგილას, სადაც მამა მარკოზი თევზაობდა, იმედგაცრუებული და ხელცარიელი ნაპირზე გამოვიდა და ტანსაცმლის გარეცხვა გადაწყვიტა წარუმატებელი თევზაობის შემდეგ.

მოულოდნელად მგელი დაესხა თავს მამა მარკოზს და უცილობლად შეჭამდა, რომ არა ღვთის მოწყალება და ბედნიერი შემთხვევა, რადგან მაშინვე გაახსენდა მოძღვარი, რომელსაც ეურჩა და ლოცვა დაიწყო, რის წყალობითაც გადაურჩა მხეცისგან შეჭმას. როგორც კი წარუდგა მოძღვარს, მაშინვე მიმართა ღირსმა ნიფონმა: „ნუ იქნები ურწმუნო და ნუ დაარღვევ მორჩილების უზენაეს მცნებას, რადგან, როგორც უხსენებელმა ბოროტმა მიიღო გველის სახე და აცდუნა ჩვენი დიდი წინაპრები, ისევე მიიღო მგლის ფორმაც უხსენებელმა ბოროტმა, რომელსაც სურდა შენი დაღუპვა ურჩობის გამო. შენ იესო ქრისტემ გამოგიხსნა ბოროტისგან თავისი კაცთმოყვარეობის გამო, რომელიც მოვიდა ქვეყნად კაცთა მოდგმის გამოსახსნელად. ნუღარასდროს შეჭამ თევზსაც, თუკი ეს იქნება ურჩობის მიზეზი და ნაყოფი“.

იმ დღიდან აღარასდროს გადაუდგამს ნაბიჯიც კი მამა მარკოზს ღირსი ნიფონის გარეშე, სიცოცხლის ბოლომდე სრულ მორჩილებაში გალია წუთისოფელი და მორჩილების გვირგვინით დააჯილდოვა თვით უფალმა. თავის ნაცვლად საკუთარი ძმის, დოსითეოზის შვილი გაბრიელი დატოვა წმინდა ნიფონთან, თვითონ კი მიაბარა სული ყოვლისშემოქმედ უფალს.

წმინდა ნიფონი უფალმა წინასწარჭვრეტის უნარით დააჯილდოვა და არაერთი სასწაულის მომსწრეთა გადმოცემები არის მოთხრობილი სინაქსარში, რომელშიც სხვა წმინდანების გვერდით დაცულია წმინდა ნიფონის ცხოვრება-მოღვაწეობაც. მამა დო-

Cyan Magenta Yellow Black

სითეოზმა ერთ დღეს ღირს ნიფონს სთხოვა, მამა გაბრიელისთვის კურთხევა მიეცა, ვატოპედიის მონასტერში გამგზავრებულიყო რაღაც საქმისთვის და ორ დღეში უკანვე დაბრუნდებოდა. წმინდა ნიფონმა აკურთხა მამა გაბრიელი და გზას დაადგა.

მამა გაბრიელი დათქმულ დროს არ დაბრუნდა სამოღვაწეოში, რამაც უზომოდ ააფორიაქა მამა დოსითეოზი. გამოქვაბულში განმარტოვდებოდა და ცრემლით ევედრებოდა შვილის, გაბრიელის უსაფრთხოდ დაბრუნებას, რადგან მოაღწია აგარიანელთა ათონის წმინდა მთაზე შეჭრის და მათ მიერ მონასტრების საუნჯის ძარცვა-გლეჯვის ამბავმა.

ეს რომ წმინდა ნიფონმა შეიტყო, იხმო თავისთან მამა დოსითეოზი და მშვიდი სახით მიმართა: „ნუ სწუხარ, მამა დოსითეოზ, მამა გაბრიელი უსაფრთხოდაა და სადაც არის, დაბრუნდება კიდეც თავის საცხოვრებელში“. ასეც მოხდა. როცა უვნებელი დაბრუნდა მამა გაბარიელი, ყველას გაახსენდა მამა ნიფონის წინასწარჭვრეტის ამბავი, რისთვისაც ადიდებდნენ უფალს.

მოგვიანებით მამა გაბრიელი შეიქნა ულონოდ ისე, რომ საშველი არსაიდან ჩანდა. ყველა დარწმუნებული იყო, რომ თავის ბოლო დღეებს ითვლიდა. ამ ყოველივეს ყველაზე საშინლად მამა დოსითეოზი განიცდიდა, ნუგეშს ვერ პოულობდა. ერთ დღესაც მამა ნიფონი მივიდა მამა დოსითეოზთან და უთხრა, ნუ სწუხარ, მამაო, რადგან მამა გაბრიელს არაფერი ემუქრება, ამიტომაც არ გაქვს ნერვიულობის საბაბი, რადგან მორჩილებას აღასრულებს ისე, როგორც უფლისთვის არის სათნოო. თვითონ შებრუნდა აღმოსავლეთით და შეავედრა ყოვლადმოწყალე უფალს მამა გაბრიელის ჯანმრთელობა. იმავე საღამოს სრულიად ჯანმრთელი წამოდგა მამა გაბრიელი, თითქოს ცუდად არც კი ყოფილიყოს.

ერთხელ მოვიდა ღირს მამასთან მონაზონი ვინმე ლავრიდან და გადასცა წმინდანს წინამძღვრის დანაბარები. მღვდელმონაზონი იოანიკიოსი მონაზვნებთან ერთად კუნძულ სკიროსზე გაემგზავრა. გზად მონასტრის ნავის გარეცხვა გადაწყვიტეს, რომლითაც მგზავრობდნენ. ამ დროს თავს მეკობრეები დაესხნენ და ტყვედ აიყვანეს. ლავრის მონასტრის სახელით კი ფულის შეგროვება დაიწყეს მამების გამოსასყიდად. წმინდა ნიფონმაც მისცა მამების გამოსასყიდად ფული და თან დაამატა, უმჯობესია, ამ ფულით გაჭირვებულებს დაეხმაროთ, რადგან მამა იოანიკიოსიც და თანმხლები პირებიც უკვე თავისუფლები არიან და მალე დაბრუნდებიან მონასტერშიო.

იმავე დღეს დაბრუნდა მონაზონი მონასტერში და აუწყა წინამძღვარს ღირსი ნიფონის ნათქვამი. ყველამ დაიმახსოვრა ის დღე, როცა იწინასწარმეტყველა წმინდა ნიფონმა მამა იოანიკიოსის და მისი თანმხლები ბერების გათავისუფლების ამბავი და როცა ჯანმრთელები და უვნებლები დაუბრუნდნენ მონასტერს, ყველამ ერთხმად აღნიშნა წმინდა ნიფონის წინასწარჭვრეტის და წინასწარმეტყველების მადლმოსილება, რისთვისაც ერთხმად უგალობდნენ და ადიდებდნენ უფალს.

რთულია ყველა იმ სასწაულის აღწერა, რაც წმინდა ნიფონის ცხოვრებაში არის გადმოცემული, თუმცა ის რამდენიმე შემთხვევაც, რომლებიც მოგიყევით, საკმარისი უნდა იყოს იმის დასადგენად, თუ რა საზომის და შესაძლებლობების მოღვაწესთან გვაქვს საქმე.

ნუ მოგვაკლებ, უფალო, წმინდა ნიფონის და ზოგადად წმინდანთა მეოხებას ყოველთა დღეთა ცხოვრებისა ჩვენისათა, სახელითა მამისათა და ძისათა და სულისა წმინდისათა აწ და უკუნისამდე, ამინ!

ქრისტესმიერი სიყვარულით პროტოდიაკონი მირიანი. ამინ.

„ვაჟკაცობა სასულიერო პირების სისუსტეებზე გამოკიდება კი არა, საკუთარი თავის განკითხვაა“

ადამიანები, მათ შორის მორწმუნენიც კი, ხშირად თავს უფლებას აძლევენ, სამღვდელოება გააკრიტიკონ, მოძღვრები განიკითხონ. პრეტენზიებიც მრავალფეროვანია: „მამაომ ყურადღება არ მომაქცია“, „აღსარების დროს უხეშად მიპასუხა“, „თვითონ ჯიპით დადის, მე — სამარშრუტო ტაქსით“ და ა.შ. ყველა განმკითხველი მოძღვარს ისე უყურებს, როგორც ზებუნებრივ არსებას, რომელსაც ადამიანური სისუსტე, ნაკლი არ უნდა გააჩნდეს. მოძღვარს მართლაც უდიდესი მისია აკისრია, მისი ჯვარი სხვებისაზე მძიმეა, მას მეტი სიწმინდე მოეთხოვება. მაშ, როგორი უნდა იყოს ერისკაცის დამოკიდებულება მის მიმართ — გამადიდებელი შუშით უნდა აკვირდებოდეს მის ადამიანურ ნაკლს და ამხელდეს თუ მასში სულიერ მამას, უფალთან შუამავალს ხედავდეს და შესაბამისი კრძალვა ჰქონდეს? სწორედ ამ საჭირბოროტო თემაზე გვესაუბრება წმინდა იოანე ღვთისმეტყველის სახელობის ტაძრის დეკანოზი, მამა გიორგი (სხირტლაძე).

■ მამა გიორგი

— მამაო, რამდენად მძიმე ცოდვაა მოძღვრის განკითხვა?

— რჯულმა კაცნი დაადგინა ღვთისმსახურების აღსასრულებლად, რომელთაც, ბუნებრივია, აქვთ თავიანთი სისუსტეები. მოძღვარი ჩვეულებრივი ადამიანია, რომელიც სამღვდელო მადლით არის გამორჩეული ერისკაცთაგან და შესაბამისად, მეტი სიმაღლე და სიწმინდე მოეთხოვება, მაგრამ არ დაგვავიწყდეს, რომ სადაც სიწმინდეა, იქ ბოროტი მეტად იბრძვის. სამწუხაროდ, ისეც ხდება, რომ ბოროტი ძალა ადამიანს აბრკოლებს, მოძღვარში სისუსტეს აჩვენებს, რომ შემდეგ ათქმევინოს — ამას საკუთარი თავისთვის ვერ მიუხედავს და მე რა უნდა მიშველოსო. ჯანსაღი დამოკიდებულება უნდა გვქონდეს და სწორად გავაცნობიეროთ, რომ სასულიერო პირი, რომელსაც მიცემული აქვს მღვდელმოქმედების მადლი, მაცხოვარს განასახიერებს. მღვდლობა, მოძღვრის პიროვნული სისუსტის მიუხედავად, არ იბღალება. მღვდლობა წმინდა, უბიწო, უმანკოა, მას ვერანაირი ბიწი ვერ შელახავს.

„სასულიერო პირი, რომელსაც მიცემული აქვს მღვდელმოქმედების მადლი, მაცხოვარს განასახიერებს. მღვდლობა, მოძღვრის პიროვნული სისუსტის მიუხედავად, არ იბღალება. მღვდლობა წმინდა, უბიწო, უმანკოა, მას ვერანაირი ბიწი ვერ შელახავს“.

— რატომ გვჭირდება მოძღვარი?

— ყოველ ადამიანს სჭირდება მოძღვარი. საღვთო მადლის მასწავლებელი წმინდა იოანე ღვთისმეტყველი ამბობს: „ესრეთ შეიყვარა ღმერთმა სოფელი ისე, რომ მხოლოდშობილი ძე თვისი მოსცა მას, რათა ცხოვრება ქონოდა და უმეტესი ქონოდა“. აქედან გამომდინარე, ვიცით, რომ მაცხოვარმა ცოდვით დაცემულ ადამიანს, რომლის მდგომარეობაც მძიმე იყო, ხსნა მოუტანა, ცხონების გზა დაანახა, სიმართლე მისცა და წმინდა ეკლესია დააფუძნა, რომელიც მან გამოისყიდა საკუთარი უბიწო სისხლით და განწმიდა ნათლისღების წყლით. უფალი ამბობს: „მე ვარ გზა, ჭეშმარიტება და სიცოცხლე“. ამიტომაც მის მიერ დადგენილი სასულიერო პირი მოწოდებულია, ასწავლოს იესო ქრისტეს სიმართლე, რომელსაც მართლმადიდებელი ეკლესია საუკუნეთა განმავლობაში შეუცვლელად ინახავს, რომელზეც მე-10 საუკუნის ეკლესიის დიდი მამა გიორგი მთაწმინდელი ამბობს: „არა გეცრუვნეთ შენ სიწმიდით, მშობელო ჩვენო ეკლესიაო. არცა განგცეთ შენ, სიქადულო ჩვენო, მართლმადიდებლობაო“.

ძალზე მნიშვნელოვანია მართლმადიდებელ ტაძრებში სიარული, სადაც უხვად მოედინება სულიწმიდის მადლი. ის განწმედს ყველას და ყოველივეს, რომელიც რწმენით მიეახლება.

მოძღვარი აღასრულებს უდიდეს საიდუმლოებებს: აღსარების, ნათლისღების, მირონცხების, ჯვრისწერის, მიცვალებულის წესის აგების, სახლის კურთხევის, ავადმყოფის ზიარების და სხვებს, რომელთათვისაც არის ის მოწოდებული.

— ხშირად გვსმენია: „ღმერთი მწამს, მაგრამ მღვდელი — არა“. საიდან მოდის ასეთი დამოკიდებულება?

— მართებული არ არის, რომ საავადმყოფოსი სჯეროდეს ადამიანს და მასში მომუშავე მკურნალი ექიმის — არა. ყოვლად წარმოუდგენელია ადამიანის ცხოვრება მოძღვრის გარეშე. ადამიანები, რომლებიც ადრე არ დადიოდნენ ტაძარში და ახლა მოვიდნენ, ამბობენ, რომ მათთვის წარმოუდგენელი იყო ეკლესიური აზროვნება და ის მძიმე მდგომარეობა აკმაყოფილებდათ, რომელშიც ცხოვრობდნენ, ხოლო, რაც ეკლესიის მაცხოვნებელ მადლს ეზიარნენ, სხვაგვარადაა საქმე. ყველაფერი თავის ადგილზე დადგა და ველარ წარმოუდგენიათ თავი ეკლესიური აზროვნებისა და მოძღვრის გარეშე. მოძღვარი ქრისტეს რჯულს აღასრულებს და ამასვე ასწავლის მართლმადიდებელ მრევლს.

— როგორ უნდა მოვიქცეთ, როდესაც მოძღვრის განკითხვას შევესწრებით?

— მოძღვრის განკითხვა საშინელი ცოდვაა, საერთოდაც განკითხვა მეტყველებს ადამიანის გაუკულმართებულ მდგომარეობაზე. ხშირად ადამიანი საკუთარ თავს არ გამოიძიებს, ჰგონია, რომ მას ყველაფერი მოწესრიგებული აქვს და საკუთარი, ვნებითი სურვილებით და ცოდვით დამძიმებული მდგომარეობა არ აწუხებს. სამაგიეროდ მოყვასის შეცდომა ტრაგედიად მიაჩნია. ასეთ ადამიანზე მაცხოვარი ამბობს: „ორგულო, ამოიღე დირე შენი თვალიდან ჯერ და მერე ეძებე სხვის თვალში ბეწვი!“.

მოძღვრის სისუსტეებზე გამოკიდება კი არა, საკუთარი თავის →74

Cyan Magenta Yellow Black

განკითხვა არის ვაჟკაცობა. გავიხსენოთ ძველი აღთქმის მაგალითი, როდესაც ნოე ყურძნის ნაყურს ჭარბად მიიღებს და დათვრება. ძილის დროს საბანი გადაეხდება. ნოეს სიშიშვლეს მისი შვილი ქამი იხილავს და დასცინებს მას, ხოლო დანარჩენი შვილები, სემი და იაფეთი საძინებელში შევლენ ზურგით, რომ მამის სიშიშვლე არ დაინახონ და კრძალვით გადააფარებენ მძინარეს საბანს. ვეკითხები მკითხველს: იფიქრეთ, სამი შვილიდან თქვენ რომელი ხართ?

— **როგორი უნდა იყოს სულიერი მოძღვრისა და სულიერი შვილის ურთიერთობა?**

— სულიერი მამისა და სულიერი შვილის ურთიერთობა რამდენიმე პირობით ეტაპად შეგვიძლია დავყოთ. პირველ ეტაპს მრევლის ის კატეგორია მიეკუთვნება, რომელიც შეიძლება აქტიურად დადიოდეს ეკლესიაში, მაგრამ მის აღსარებას მექანიკური ხასიათი ჰქონდეს. ადამიანს აღსარებაზე მიაქვს ცოდვების ჩამონათვალიდან ამოკრებილი ნუსხა და მას მოძღვრის წინაშე წარმოთქვამს. ამ დროს სასულიერო პირსა და სულიერ შვილს შორის ცოდვათა შესახებ არანაირი საუბარი არ მიმდინარეობს. ეს მოძღვრის ბრალი იმდენად არ არის, რამდენადაც თვითონ აღმსარებლის, რადგან მას არ უჩნდება საჭიროება და სურვილი, რაიმე უფრო დააკონკრეტოს და მოძღვრისაგან რჩევა იკითხოს. ვერ გრძნობს, რომ თუნდაც მისი პრობლემების მოგვარებაში მოძღვრის რჩევა-დარიგებამ შეიძლება მნიშვნელოვანი როლი ითამაშოს. თუ მოძღვართან მუდმივად ამგვარი ურთიერთობა გვექნება, ურთიერთობის შემდეგ ეტაპზე ვერანაირად გადავალთ.

მეორე ეტაპზე აღმსარებელი ცდილობს, ამა თუ იმ სულიერ საკითხზე მოძღვრის აზრი გაიგოს, რომელიც შეეხება სულის სნეულებებს, მანკიერებებს, ვნებებს, მათთან ბრძოლის მეთოდებს და არა — ოჯახში შექმნილ ყოფით თუ მატერიალურ პრობლემებს. ურთიერთობის ამ ეტაპზე ადამიანს სურვილი უჩნდება, მოძღვრის აზრი მოისმინოს, თუმცა მუდმივად განიხილავს, განსჯის, თუ რამდენად მართებული და ჭეშმარიტია მისი რჩევა.

სულიერი ცხოვრება ისეთი თავისებურებებით გამოირჩევა, რომ ერთი შეხედვით, ის პასუხი, რომელიც მოძღვრისგან მივიღეთ, შეიძლება უცნაურადაც მოგვეჩვენოს, ამიტომ ზოგჯერ ადამიანი არ უჯერებს სასულიერო პირს, თვითონ ცდილობს, საკუთარი გადაწყვეტილებით იმოქმედოს. მაგრამ სულიერი შვილი აღმოაჩენს, რომ, როგორც კი თავისი ნებით იმოქმედა და სულიერ ცხოვრებასთან მიმართებაში მოძღვრის რჩევა არ გაითვალისწინა, თავს დიდი უბედურება და მარცხი დაატყდა. როდესაც ამგვარი რამ რამდენჯერმე განმეორდება, წესით, ურთიერთობამ უფრო ღრმა ხასიათი უნდა მიიღოს, განვითარდეს და გადაიზარდოს მესამე ეტაპზე.

თუ მოძღვარი შესაბამის რჩევას ვერ იძლევა და მრევლი კვლავ პრობლემებს აწყდება, მას ამ სასულიერო პირთან ურთიერთობისა და რაიმე რჩევის მიღების სურვილი აღარ აქვს. ასეთ შემთხვევაში ჯობს, ადამიანმა სხვა მოძღვრის ძიება დაიწყოს, რომელსაც შესაბამისი გამოცდილება ექნება. თუ მოძღვრის რჩევა ყოველთვის კეთილია და ჩვენი სულისათვის სასარგებლო, მაშინ მოძღვრისადმი ჩვენი ნდობა ნელ-ნელა იზრდება და გონებაში აღარ მიმდინარეობს იმის განხილვა, სწორი გვითხრა თუ არა მან.

მესამე ეტაპზე ადამიანი მთლიანად ენდობა მოძღვრის რჩევას და თუ მისთვის რაიმე გაუგებარი იქნება, ჩაეძიება კიდეც. წესით, გამოცდილი მოძღვარი რთული საკითხის განმარტებასაც უნდა ახერხებდეს. თუ მოძღვარი ამას შეძლებს, სულიერი შვილი მეტი ნდობით, სიყვარულით განიმსჭვალება და, საბოლოო ჯამში, მოძღვარსა და სულიერ შვილს შორის უფრო სიღრმისეული ურთიერთობა ჩამოყალიბდება.

მეოთხე — სრულყოფილი ეტაპი დამახასიათებელია მონასტრებისთვის, როდესაც ადამიანის მოძღვართან ურთიერთობა არა მხოლოდ რჩევების მიღებით შემოიფარგლება, არამედ საკუთარი ნების სრული უარყოფითა და მოძღვრის ნებისადმი განუსჯელი მორჩილებით. ერში მცხოვრები ქრისტიანებისთვის მონაზვნური ცხოვრების ამგვარი წესის შემოღება მართებული არ არის.

— **რას გულისხმობს მოძღვართან მამაშვილური ურთიერთობა?**

— მოძღვრისა და სულიერი შვილის ურთიერთობის პირველი ეტაპი მხოლოდ ღვთისმსახურისა და მრევლის ურთიერთობას ჰგავს, არანაირი მამაშვილური, მზრუნველობითი ხასიათი არ გააჩნია. ამ დროს მორწმუნე ადამიანი სასულიერო პირს არანაირ პასუხისმგებლობას არ აკისრებს და ამ ურთიერთობას მხოლოდ გარეგნული ხასიათი გააჩნია. მეორე ეტაპი უფრო სიღრმისეულია. ამ ურთიერთობას შეგვიძლია ვუწოდოთ მოძღვრის, როგორც კეთილი მასწავლებლის, ურთიერთობა თავის მოწაფესთან. მესამე ეტაპი კი უკვე მამაშვილური ურთიერთობაა. შვილი მამას ბოლომდე ენდობა და მისი ნათქვამის მართებულობაში ეჭვი არც კი ეპარება. სულიერი მამაც, საჭიროების შემთხვევაში, თავს შვილის გაკიცხვის უფლებასაც აძლევს, რასაც შვილი, მამისადმი სიყვარულიდან გამომდინარე, უდრტვინველად იღებს.

— **როგორ განვავითაროთ მოძღვართან ჩვენი ურთიერთობა?**

— უნდა ვეცადოთ, რომ სულიერ მოძღვართან მექანიკური, გარეგნული აღსარებიდან რჩევით ურთიერთობის ფორმაზე გადავიდეთ და თუ რაიმე გაუგებარი, მიუღებელი იქნება, მასთანვე გავარკვიოთ, ჩავეძიოთ. ამას კი მხოლოდ მაშინ მოვახერხებთ, თუ საკუთარ თავს უფრო კრიტიკულად ჩავუღრმავდებით, ჩვენში არსებულ უამრავ შინაგან მანკიერებას აღმოვაჩენთ და მათთან ბრძოლის თავისებურებების ძიებას დავიწყებთ. ამის შედეგად თუ ვფიქრობთ, რომ ღვთის მცნების საწინააღმდეგო რჩევებს გვაძლევს მოძღვარი, შეგვიძლია მას არ დავუჯეროთ. მაგრამ უბედურება ისაა, რომ ხშირად თავად არ ვიცით ღვთის მცნებების არსი და როგორ შევამოწმებთ და შევაფასებთ მის ნათქვამს? ამიტომ მოძღვართან სიღრმისეული ურთიერთობისა და სულიერი განვითარებისთვის აუცილებელია, თავადაც ვფლობდეთ გარკვეულ ცოდნას. წმინდა მამები ამბობენ: თუ ღმერთს აწყენინებთ, სულიერი მოძღვრის ლოცვა ღმერთთან შეგარიგებთ, მაგრამ მოძღვრის განაწყენების შემთხვევაში ღმერთთან ვინღა გვიშუამდგომლებს?

ამდენად, ჩვენს ცხოვრებაში სულიერ მოძღვარს უდიდესი როლი აკისრია. სწორედ ის ფიქრობს ჩვენს სულიერ ზრდაზე და თუ მასთან სიღრმისეულ ურთიერთობას ვერ მოვახერხებთ, მაშინ ჩვენი სულიერი ფერისცვალება, განვითარება და მადლის მოპოვება ყოვლად წარმოუდგენელი იქნება.

„ნოეს სიშიშვლეს მისი შვილი ქამი იხილავს და დასცინებს მას. ხოლო დანარჩენი შვილები, სემი და იაფეთი, საძინებელში შევლენ ზურგით, რომ მამის სიშიშვლე არ დაინახონ და კრძალვით გადააფარებენ მძინარეს საბანს. ვეკითხები მკითხველს: იფიქრეთ, სამი შვილიდან თქვენ რომელი ხართ?".

✓ მანანა ნოდია

არგენტინაში ფეხბურთის სათამაშოდ წასულმა ბიჭმა საკუთარ თავში მღვდელმსახური აღმოაჩინა

მამა თეიმურაზი: „მე ვეკუთვნი უფალს და იმ ადამიანებს, ვინც აღსარების სათქმელად მოდიან ჩემთან“

მამა თეიმურაზი (მჟავანაძე) სიონის საკათედრო ტაძარში მსახურობს. მღვდლის მძიმე ჯვრის ზიდვას 3-4 წლის წინ შეუდგა. მანამდე კი მისი ოცნებაც და გატაცებაც ფეხბურთი იყო. ჯერ საქართველოში თამაშობდა, მერე კი არგენტინის ერთ-ერთ საფეხბურთო კლუბში მოხვდა. კარიერის დასრულების შემდეგ მწვრთნელობას აპირებდა. ეკლესია მის ცხოვრებაში არ ფიგურირებდა. ერთმა შემთხვევამ კი მისი გზა და მომავალი რადიკალურად შეცვალა.

— **მამაო, როდის იქცა ეკლესიაში სიარული თქვენი ცხოვრების წესად?**

— ფეხბურთელი ვიყავი. სულ მეგონა, რომ ამაზე საინტერესო ჩემთვის არაფერი იყო. ტაძარში ძალიან იშვიათად დავდიოდი და არც მოძღვარი მყოლია. ერთხელაც სერიოზული ტრავმა მივიღე, რის შედეგადაც ფეხბურთის თამაშის გაგრძელება ველარ შევძელი. თავიდან ტაძარში სიარული იმიტომ დავიწყე, რომ ღმერთს ვთხოვდი, ჩემი ტრავმა მალე მოშუშებულიყო და თამაშის გაგრძელების საშუალება მომცემოდა. სამწუხაროდ, თამაში ველარ შევძელი. შემდეგ მივხვდი, რომ იქ მივედი, სადაც ჩემი ადგილი იყო და სპორტის მიმართ ინტერესი დავკარგე. ეკლესიამ იმდენად მიმიზიდა, ჩემი ცხოვრების წესი მთლიანად შეიცვალა.

— **რომელ ეკლესიაში დაიწყეთ სიარული?**

— ქაშუეთის ტაძარში. იქ მისვლამდე მონასტრებში მივდიოდი, მშენებლობებზე ვეხმარებოდი. მერე წირვა-ლოცვებზე დასწრება დავიწყე. გავიცანი მამა გიორგი (ზვიადაძე), რომელიც ჩემი პირველი მოძღვარი გახდა. ამ ადამიანს ჩემს ცხოვრებაში დიდი წვლილი მიუძღვის და ჩემთვის მამასავით არის. მამა გიორგისგან ყოველ წუთს ახალ რაღაცეებს ვსწავლობდი სარწმუნოების შესახებ. მისი გაცნობის შემდეგ ჯერ ქაშუეთის აღმსარებელი გავხდი, მერე კი სტიქარით შევიმოსე. მალე ჩემი მოძღვარი სიონის საკათედრო ტაძრის წინამძღვრად დაინიშნა და მეც აქეთ გადმოვედი. იმავე წელს სასულიერო აკადემიის სტუდენტი გავხდი. სწავლა შარშან დავამთავრე. მეორე კურ-

Cyan Magenta Yellow Black

სზე ვიყავი, დიაკვნად რომ მაკურთხა ბოლნისის სიონში ბოლნელმა ეპისკოპოსმა მეუფე ეფრემმა. მღვდლად ხელდასხმის საიდუმლო კი სამების საკათედრო ტაძარში უწმინდესისა და უნეტარესის, ილია II-ის მიერ შესრულდა. ამჟამად სასულიერო სემინარიის დეკანი ვარ, ჩემი ჯგუფი მყავს.

— რამდენი წელი იყო ფეხბურთი თქვენი გატაცება?

— ბავშვობიდან ფეხბურთს ვთამაშობ. 12-13 წელი ვიყავი სპორტის ამ სახეობაში. ბოლო წელიწადნახევარი არგენტინაში ვცხოვრობდი, ბუენოს-აირესის ერთ-ერთ საფეხბურთო კლუბში ვთამაშობდი. ჩემმა ტრავმამ თავი იქ ყოფნისას იჩინა. სწორედ ბუენოს-აირესში დავიწყე ტაძარში სიარული. რუსული ეკლესია მოვნახე და ვცდილობდი, ყოველ კვირას წირვა-ლოცვას დავსწრებოდი. 4-5 თვე ვიარე იმ ტაძარში, მერე კი სამშობლოში დავბრუნდი.

არგენტინაში მოძღვარი არ მყოლია, უბრალოდ ლოცვებს ვესწრებოდი, სანთელს ვანთებდი. იქ უჩვეულო სიმშვიდეს ვპოულობდი. მერე მივხვდი, რომ ეს სულიერი სიმშვიდე იყო. ძალიან ძნელია უცხო ქვეყანაში მარტო ყოფნა. მით უმეტეს, ისეთ ქვეყანაში, სადაც სულ სხვა ტრადიციებია. მე ტრადიციულ ოჯახში ვარ აღზრდილი და ამ მხრივაც გამიჭირდა არგენტინაში ცხოვრება. ამის გადალახვაში ეკლესიაში სიარული ძალიან დამეხმარა.

— მანამდე ოდესმე გიფიქრიათ, სასულიერო პირი გამხდარიყავით?

— სანამ ეკლესიის სიღრმეში არ შევედი, ამაზე არასოდეს მიფიქრია. წინასწარ დაგეგმილი არაფერი მქონია, მაშინაც კი, როდესაც ეკლესიურ ცხოვრებას შევუდექი. ყველაფერი თავისთავად მოხდა. ამაში დიდი როლი მამა გიორგისაც მიუძღვის. პირველად მან მკითხა, მინდოდა თუ არა, დიაკვანი გავმხდარიყავი. ვუპასუხე, რომ ამაზე დავფიქრდებოდი. მანამდე ეკლესიაში მხოლოდ იმიტომ დავდიოდი, რომ ღმერთთან ახლოს ვყოფილიყავი, უფრო მეტ სიახლოვეზე კი არ მიფიქრია. მამა გიორგის ნათქვამმა დამაინტერესა და ჩემს თავში აღმოვაჩინე სურვილი, რომ დიაკვნობა მართლაც მინდოდა. მაშინ მხოლოდ 24 წლის ვიყავი, მღვდელი კი 25 წლის ასაკში გავხდი.

— როგორც ვიცი, მღვდლად კურთხევისთვის სასურველი ასაკი 30 წელია, თქვენ კი საკმაოდ ახალგაზრდა შეუდექით ამ რთულ გზას. არ გაგიჭირდათ?

— პირველი ღვთისმსახურების ჩატარება ძალიან გამიჭირდა. მართალია, თეორიულად ბევრი რამ ვიცოდი, მაგრამ ამის პრაქტიკაში გატარება ადვილი არ იყო. დაძაბული ვიყავი, რომ რამე შეცდომა არ დამეშვა.

— იმ წლებმა, რაც სასულიერო პირი ხართ, რა დაგანახათ, რა გასწავლათ?

— დამანახა და მაგრძნობინა ის, რომ ერთი შეხედვით რაც ადვილი გვეჩვენება, სინამდვილეში ძალიან რთულია. მივხვდი, რომ სასულიერო პირობა არ არის ადვილი, მაგრამ უნდა ეცადო, ყველაფერი ისე გამოგივიდეს, როგორც საჭიროა. სანამ ადამიანი მოძღვარი არ გახდება, ვერ მიხვდება, ეს რამხელა ტვირთია. ჩვენ, მოძღვრებს, მხრებზე საკმაოდ მძიმე ჯვარი გვადევს, რომელიც შორიდან სულაც არ ჩანს ასეთი. ამ წლებმა მანახა ისიც, რომ მარტო ჩემს თავს არ ვეკუთვნი. ვეკუთვნი უფალს და იმ ადამიანებს, რომლებიც ჩემთან აღსარების სათქმელად მოდიან. ჩემი ვალია, თითოეული მრევლი ცხონების გზაზე წავიყვანო, მათ სულებზე ვაგებ პასუხს.

სასულიერო პირს მრევლი ზრდის. ჩვენთან სხვადასხვა ხასიათისა და შეხედულებების მქონე ხალხი მოდის, მათთან ურთიერთობით კი ჩვენ ბევრ ახალს ვიგებთ. თითოეულს თავისებურად უნდა მიუდგე. ვიღაც მეტად უნდა დასაჯო, ვიღაც — ნაკლებად. ცოდვისთვის პასუხს ყველას ერთნაირად ვერ მოსთხოვ. შეიძლება მოვიდეს პიროვნება, რომელსაც ძალიან დიდი ცოდვა ადევს, მაგრამ ამისთვის ზედმეტად რომ დავსაჯო, საერთოდ გაიქცევა და ეკლესიაში აღარ ივლის. ასეთ რთულ ადამიანებს შესაბამისად უნდა მიუდგე. ხშირია ისეთი შემთხვევაც, რომ აღმსარებელს რალაცეებს ვერ აგებინებ. ეუბნები, რა არის სწორი და რა — არასწორი, მაგრამ ის ვერ იგებს. მრევლთან ურთიერთობაში ბევრი მოთმინება და შრომაა საჭირო. საბოლოოდ უფლის დახმარებით ყველაფრის მოგვარება შეიძლება.

— ფეხბურთის გარეშე რომ გააგრძელეთ ცხოვრება, ამან გული არ დაგწყვიტათ?

— ფეხბურთიდან ეკლესიაში ისე უცებ გადავერთე, მე თვითონაც ვერ მივხვდი. გულისტკივილი არ მქონია, თუმცა, სიმართლე გითხრათ, ჩემი სპორტსმენობა ხშირად მახსენდება და იმ დროის ნოსტალგია მაქვს.

— თქვენი ამგვარი რადიკალური ცვლილება ოჯახმა როგორ მიიღო?

— რა თქმა უნდა, თავიდან ამის აღქმა გაუჭირდათ. ჩემი უეცარი ცვლილება მათთვის გაუგებარი აღმოჩნდა. ადამიანი, რომელიც ეკლესიის წიაღში შედის, იცვლება როგორც გარეგნულად და შინაგანად, ასევე მთლიანად იცვლის ცხოვრების წესს.

ჩემი მშობლები თავდაპირველად ვერ იგებდნენ, რატომ შევიცვალე ასე, მაგრამ, რაც მთავარია, მათგან ხელისშეშლა არ მიგრძვნია. მხოლოდ მირჩიეს, შენი ოჯახი რომ გექნება, ხომ უნდა არჩინო, ამისთვის კი სამსახური უნდა გქონდეს და ამაზე დაფიქრდიო. როცა ადამიანი არ არის რწმენაში, მისთვის რთულია იმის გაგება, რომ ღმერთს უნდა მივენდოთ და ის დაგვეხმარება გაჭირვების თავიდან აცილებაში. ერთხანს მონასტერში წასვლაზეც ვფიქრობდი, მაგრამ ჩემი მშობლები სასტიკი წინააღმდეგები წავიდნენ. უფრო მეტად დედას არ უნდოდა. მყავს ძმა, რომელიც 12 წელია ინგლისში ცხოვრობს. ჩემს მშობლებს გვერდით მხოლოდ მე ვყავარ. დედმამას აღარ შევეწინააღმდეგე და მონასტერში წასვლა გადავიფიქრე, მოძღვარი კი მაინც გავხდი.

— როდესაც პირველად ჩაიცვით სასულიერო პირის სამოსი, ოჯახის წევრების რეაქცია როგორი იყო?

— დიაკვნად რომ მაკურთხეს და სახლში კაბით მივედი, დედაჩემს ცრემლები წამოუვიდა. დედას ღმერთი ყოველთვის სწამდა, სანთელსაც ანთებდა, მაგრამ ეს საკმარისი არ არის. მისთვის ძნელად აღსაქმელი იყო, რომ შვილი მღვდლის სამოსში ივლიდა. ამას თანდათან შეეჩვია.

— ოჯახი როდის შექმენით?

— ჩემი მეუღლე, ნინო ესართია, ქაშუეთის ეკლესიაში გავიცანი. ჩემი მეგობრის, მამა გიორგი სანამაშვილის მრევლია. მიუხედავად იმისა, რომ ნინოს ოჯახიდან დიდი წინააღმდეგობა იყო, მაინც შევუღლდით. მადლობა ღმერთს, ყველა დაბრკოლება მალე დავძლიეთ. დღეს ჩემი მეუღლის მშობლებთან ძალიან კარგი და თბილი ურთიერთობა მაქვს.

— საცოლის ოჯახისთვის დაბრკოლება თქვენი ეკლესიური ცხოვრება წარმოადგენდა?

— დიახ. არ უნდოდათ ისეთი სიძე, რომელიც ასე ძალიან იყო რწმენაში „გადავარდნილი“. მით უმეტეს, რომ ერთი წელი სიონის ეკლესიაში ვცხოვრობდი, ტაძრის დარაჯი ვიყავი. ჩემი საცოლის ოჯახისთვის ესეც მიუღებელი იყო.

მე და ნინომ ჯვარი ზარზმის მონასტერში დავიწერეთ. თან მხოლოდ მეჯვარეები გვახლდნენ. ოჯახებმა ამის შესახებ არაფერი იცოდნენ. ჩავთვალეთ, რომ სხვა გამოსავალი არ არსებობდა და ამიტომ გავიპარეთ... ცოტა მერიდება ამ თემაზე საუბარი, რადგან არ მინდა, ჩემი ამბავი ვინმესთვის მაგალითი აღმოჩნდეს. ვთვლი, რომ გაპარვა და მალულად ჯვრისწერა არასწორი საქციელია. მეტად უნდა მეცადა, ნინოს ოჯახს დავახლოვებოდი და მათთვის თავი გამეცნო. საბედნიეროდ, მშობლები მალე შემოვირიგეთ.

— ნინომ გაცნობისთანავე იცოდა, რასაც აპირებდით?

— რომ გავიცანი და ურთიერთობა აეწყო, ნინომ ჩემი გეგმების შესახებ გაიგო. თავიდანვე შეგუებული იყო, რომ მე სასულიერო პირი გავხდებოდი.

— თავად რას საქმიანობს?

— თბილისის ივანე ჯავახიშვილის სახელობის სახელმწიფო უნივერსიტეტის სოციალურ-პოლიტიკური ფაკულტეტი დაამთავრა, პროფესიით სოციოლოგია. ამჟამად არ მუშაობს, მაგისტრატურაში ჩაბარებას აპირებს. ჩვენს შვილებს ზრდის და ოჯახს უვლის. ორი შვილი გვყავს, ანასტასია ორწლინახევრის არის, ალექსი — წლინახევრის. ისინი მხოლოდ ზიარებაზე დაგვყავს. წინააღმდეგი ვარ, რომ ბავშვი დილის 9 საათზე წირვაზე დააყენო და 2 საათი ასე ამყოფო. ამით შეიძლება ეკლესიაში სიარული საერთოდ შეაძულო. ლოცვაზე დგომით დაიღლება, შეწუხდება და გაუჩნდება აზრი, რომ იქ მისვლა არ უნდა. ამიტომ ჯობია, სანამ პატარაა, მხოლოდ ზიარებაზე ვატაროთ, წირვა-ლოცვაზე დასწრების სურვილი კი თავად უნდა გაუჩნდეს. არავის არაფერი უნდა დავაძალოთ, ასე ადამიანი რწმენაში ვერ გაძლიერდება.

— საუბრის დასასრულს, რას უსურვებთ მორწმუნე და ასევე რწმენაში არმყოფ ადამიანებს?

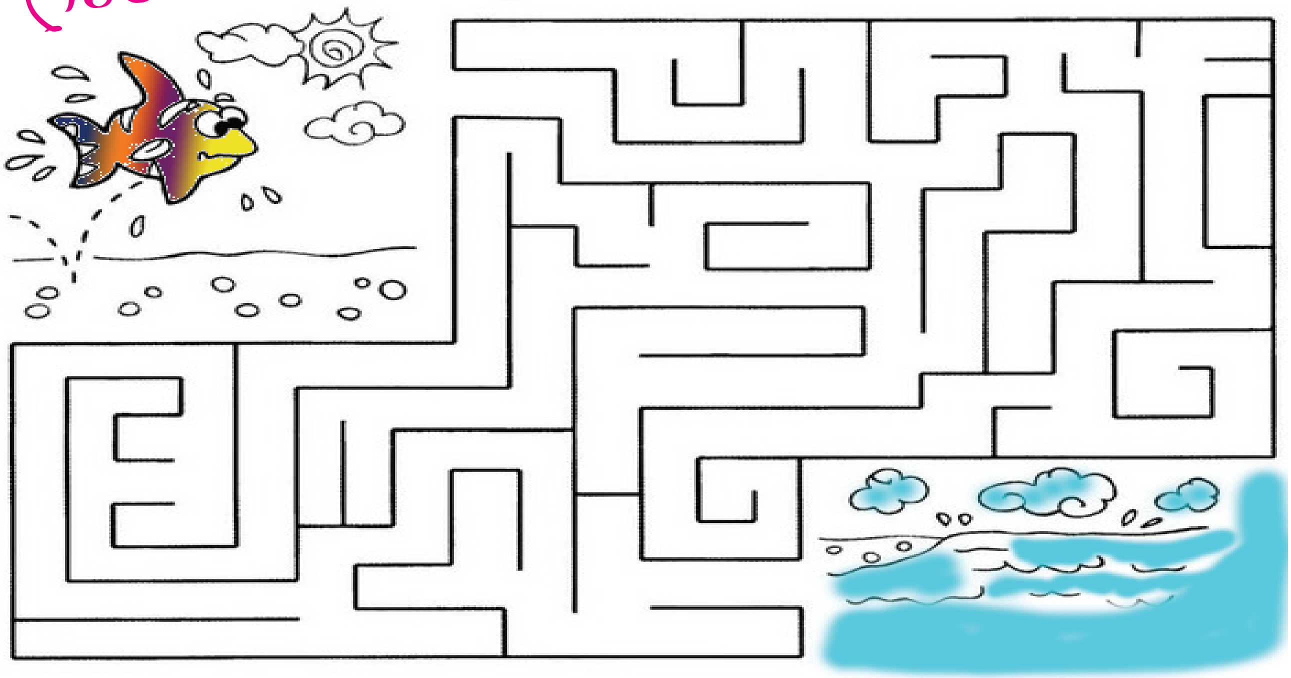
— ყველას ვუსურვებ, რომ, პირველ რიგში, ჩვენს პატრიარქს მიბაძონ. მის ქადაგებებს ვუსმინოთ და შევეცადოთ, მისი სიტყვები შევასრულოთ. უწმინდესს დიდი ცხოვრებისეული გამოცდილება აქვს, ჩვენზე მეტი რამ უნახავს და ამიტომაც უნდა მივბაძოთ. ვისურვებდი, რომ კათოლიკოს-პატრიარქის სიტყვას ყველასთვის დიდი ძალა ჰქონდეს.

✓ **თეონა კენჭიაშვილი**

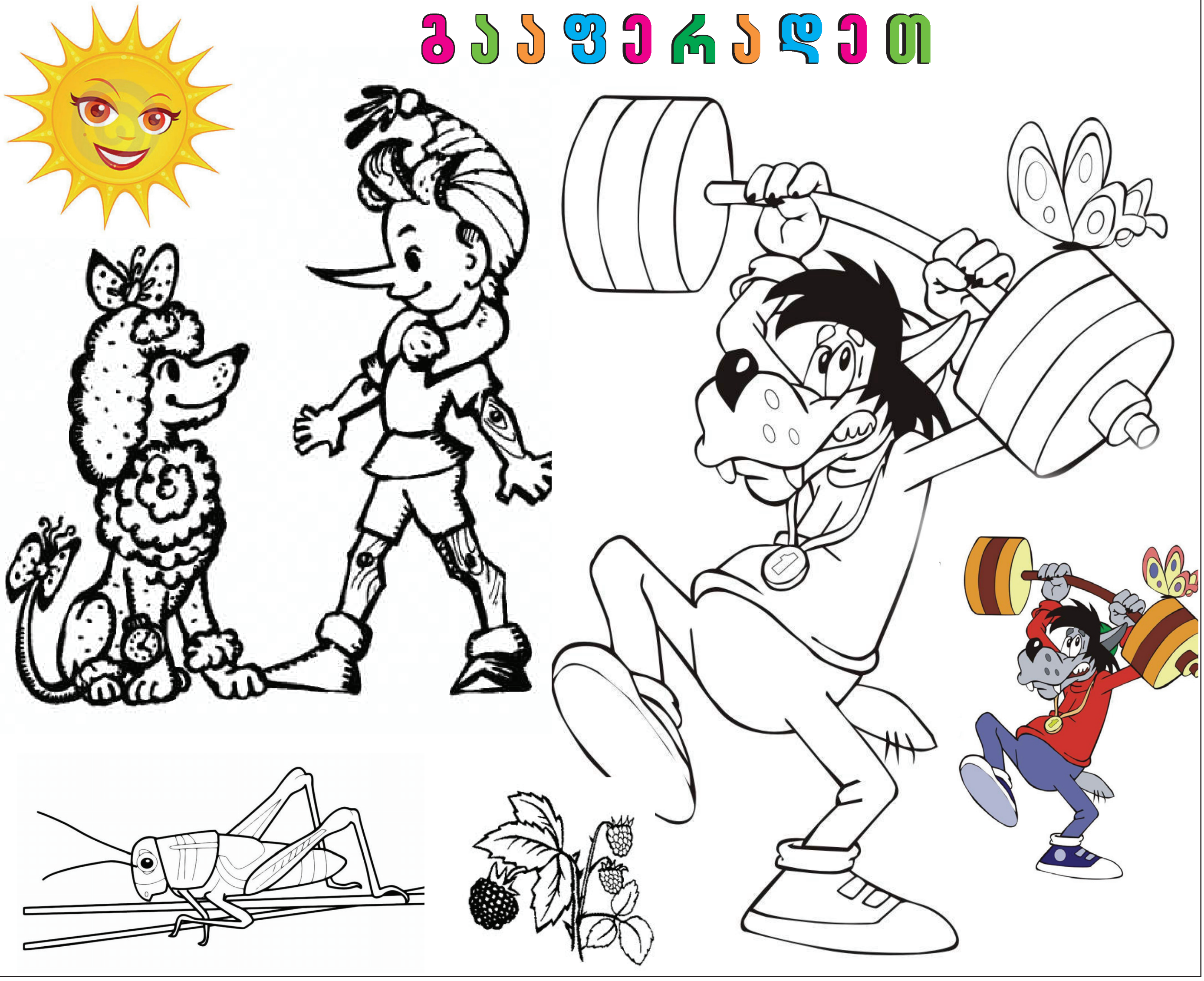
Cyan Magenta Yellow Black

ლაბირინთი

გაიყვანეთ თევზი ზღვაში



გააფერადეთ



Cyan Magenta Yellow Black

კულინარიული შედევრები

ბრინჯი მექსიკურად

მასალა:
ზეთი — 3 ს.კ.
გრძელი ბრინჯი — 1 ჭიქა
ნიორი — 1 კბილი
მარილი — 1 ჩ.კ.
დაფქული კვლიავი — 1/2 ჩ.კ.
ხახვი (აკეპილი) — 1/4 ჭიქა
პომიდვრის სოუსი — 1/2 ჭიქა
ქათმის ბულიონი — 2 ჭიქა

მომზადება: ნიორი დაჭერით, მოაყარეთ მარილი და გააჩერეთ 10-20 წუთით. დიდი ზომის ქვაბი საშუალო ცეცხლზე შემოდგით, ჩაასხით ზეთი და ჩაყარეთ ბრინჯი. ურიეთ მუდმივად, სანამ ბრინჯი ოქროსფერს არ მიიღებს. შეაზავეთ მარილით, ნივრითა და დაფქული კვლიავით. შემდეგ ჩაუმატეთ დაჭრილი ხახვი და შუშეთ, სანამ არ დარბილდება. ბოლოს ჩაასხით პომიდვრის სოუსი, ქათმის ბულიონი და მიიყვანეთ ადუღებამდე. დაუწიეთ გაზს, დააფარეთ თავსახური და ადუღეთ 20-25 წუთი, სანამ ბრინჯი სითხით კარგად არ გაიჟღინთება.

მარტივი ნამცხვარი

მასალა:
შაქარი — 1 ჭიქა
კარაქი — 115 გ
კვერცხი — 2 ცალი
ვანილის ექსტრაქტი — 2 ჩ.კ.
ფქვილი — ჭიქანახევარი
გამაფხვიერებელი — კოვზნახევარი
რძე — 1/2 ჭიქა
ცხიმი და ფქვილი ფორმისთვის — გემოვნებით

ბანანის კრემისათვის:
ლიმონის წვენი — 1/2 ჩ.კ.
დაჭყლეტილი ბანანი — 1/2 ჭიქა
დარბილებული კარაქი — 1/4 ჭიქა
შაქარი — სამნახევარი ჭიქა

მომზადება: ღუმელი 175 გრადუსამდე გააცხელეთ, გამოსაცხობ ფირფიტას ცოტაოდენი კარაქი წაუსვით და ფქვილი მოაყარეთ.

ჯამში ათქვიფეთ შაქარი და კარაქი, სათითაოდ შეაზილეთ 2 კვერცხი, მოასხით ვანილის ექსტრაქტი და ათქვიფეთ. გაცერით ფქვილი, შეურიეთ გამაფხვიერებელი და ცომს შეაზილეთ. ბოლოს ჩაასხით რძე და მიქსერით ათქვიფეთ.

მიღებული ცომი გადაიტანეთ ფორმაში, შედგით ღუმელში და აცხვეთ 30-40 წუთი. როცა გამოცხვება, ფორმიდან ამოიღეთ და გააგრილეთ.

ბანანის კრემისათვის მიქსერით ათქვიფეთ ლიმონის წვენი და დაჭყლეტილი ბანანი, ჩაუმატეთ დარბილებული კარაქი და თქვიფეთ ერთგვაროვანი მასის მიღებამდე. შემდეგ დაუმატეთ შაქარი და კარგად ათქვიფეთ ჰაეროვანი კრემის მიღებამდე.

მომზადებული კრემი გამომცხვარ ბისკვიტს წაუსვით. ცოტა ხანს დააყოვნეთ, რომ ნამცხვარი გაიჟღინთოს და გემრიელად მიირთვით.

ყაურმა ალუჩითა და ლიმონით

მასალა:
ცხვრის ხორცი — 280 გ
ერბო — 30 გ
ხახვი — 50 გ
ალუჩა — 30 გ
ლიმონი — 1/6 ცალი
ზაფრანა — 0,5 ჩ.კ.
პილპილი, მარილი — გემოვნებით

მომზადება: ცხვრის ხორცი მოხარშეთ, შემდეგ კუბიკებად დაჭერით, მოაყარეთ მარილი, პილპილი, გადაიტანეთ ფართო ტაფაში, დაუმატეთ დაჭრილი ხახვი, ერბო და შეწვით. შემდეგ ჩაუმატეთ ბულიონი (ისე, რომ ფარავდეს), ზაფრანა, ალუჩა და თავდახურული ხარშეთ მომზადებამდე. მაგიდასთან მიტანის წინ ზემოდან მოაწყვეთ ლიმონის ნაჭრები.

წიწაკა ცხვრის ხორცით

მასალა:
ცხვრის ხორცი — 150 გ
გამდნარი კარაქი — 30 გ
ბულგარული წიწაკა — 150 გ
ხახვი — 20 გ
ფქვილი — 10 გ
ბრინჯი — 10 გ
პომიდორი ან ტომატ-პასტა — 20 გ
მჟავე რძე — 50 გ
კვერცხი — 1-2 ცალი
ოხრახუში — 5 გ
დაფქული წითელი წიწაკა, პილპილი, მარილი — გემოვნებით

მომზადება: წვრილად დაჭრილი ხახვი ზეთში მოშუშეთ, დაუმატეთ წიწაკა, გარჩეული და გარეცხილი ბრინჯი, ტომატ-პასტა, ცოტა წყალი და ადუღეთ 10-15 წუთი. ნახევრად მოხარშულ ბრინჯს შეურიეთ დაჭრილი ხორცი, მოაყარეთ მარილი, პილპილი და აკეპილი ოხრახუში.

ბულგარულ წიწაკას თავები მოაჭერით და ამოაცალეთ თესლები. მომზადებული ფარშით წიწაკები ამოავსეთ და შეწვით მდუღარე ზეთში. შემდეგ გადაიტანეთ ქვაბში, დაასხით სოუსი და ადუღეთ დაბალ ცეცხლზე.

სოუსის მოსამზადებლად ხახვი ზეთში მოშუშეთ, დაუმატეთ ფქვილი, წიწაკა, ტომატ-პასტა ან დაჭრილი პომიდორი, დაასხით თბილი წყალი ან ბულიონი და შეაზავეთ მარილით.

მჟავე რძის მოსამზადებლად კვერცხი და სოუსი (რომელშიც იშუშებოდა წიწაკა) მჟავე რძეში ჩაასხით, ქვაბი შემოდგით ცეცხლზე და ურიეთ, სანამ არ შესქელდება. შემდეგ გაწურეთ საწურში და ზემოდან ოხრახუში მოაყარეთ.

წითელი ხიზილალის სალათა

მასალა:
კვერცხი — 1 ცალი
ხიზილალა — 20 გ
კიტრი — 20 გ
მწვანე სალათა — 10 გ
პომიდორი — 20 გ
მწვანე ხახვი — 10 გ

მომზადება: მაგრად მოხარშულ კვერცხს ორივე მხრიდან ბოლოები მოაჭერით. ერთი მხრიდან ამოაცალეთ გული და ამოავსეთ ხიზილალით. თეფშზე დააწყვეთ მწვანე სალათის ფოთლები, მორთეთ კიტრის, პომიდვრის ნაჭრებით, მწვანე ხახვით და ხიზილალიანი კვერცხები დაალაგეთ.

კუჭ-ნაწლავის დისკომფორტი
(შეკრულობა, ფაღარათი, შებერილობა)
დისბაქტერიოზი
მიიღეთ
ლაქტო-ჯი
www.laqto.ge
გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას,
გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

Cyan Magenta Yellow Black

ხელსაქმე

ტყავის სამაჯური

ტყავის ნაკუწებისგან განსხვავებული დიზაინის სამაჯურების გაკეთება რომ შეიძლება, ვიცით. ახლა ვნახოთ, როგორ მზადდება ერთ-ერთი მათგანი.

დაგჭირდებათ ტყავის ნაკუწები, ლითონის შესაკრავი და ორიოდე ლითონისვე გასაწყობი.

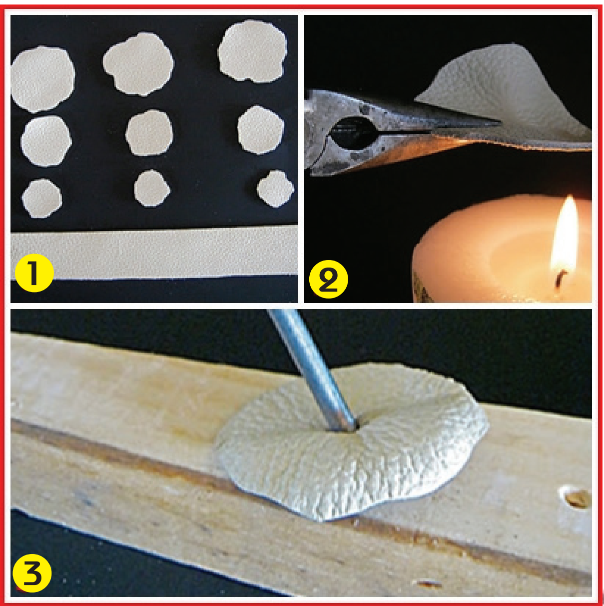
გამოვჭრათ ტყავისგან წრეები, ისე, როგორც პირველ ფოტოზეა. მოვუწვათ ბოლოები და გავხვრიტოთ ლურსმნით. გამოვჭრათ სამაჯური და დავამაგროთ მას შესაკრავები. თუ შესაკრავები არ გაქვთ, შეიძლება სამაჯურს ორივე ბოლოში გაუყაროთ შესაფერისი ან კონტრასტული ფერის დეკორატიული რეზინი.

გავხვრიტოთ სამაჯური იმ ადგილებზე, სადაც გვინდა, რომ ყვავილები ჩამაგრდეს და ავკინძოთ მასზე გამოჭრილი წრეები თანმიმდევრობით: დიდი, საშუალო, პატარა. აკინძულ ყვავილს ბოლოს ჩავუმაგროთ ლითონის გასაწყობი.

სულ ესაა. აბა, თქვენ იცით!

გისურვებთ წარმატებას!

✓ ლელა ცუცქირიძე



წინა ნომერში გამოქვეყნებული სუდოკუს პასუხები

№ 1

9	3	8	6	1	4	2	7	5
1	6	2	7	5	9	8	3	4
4	7	5	3	8	2	9	1	6
2	5	7	9	3	1	4	6	8
3	8	9	4	2	6	1	5	7
6	1	4	5	7	8	3	2	9
7	2	6	8	9	3	5	4	1
5	9	1	2	4	7	6	8	3
8	4	3	1	6	5	7	9	2

№ 2

3	7	2	5	9	6	4	1	8
9	4	6	3	1	8	2	7	5
8	1	5	2	4	7	9	3	6
7	3	4	6	8	1	5	9	2
6	8	1	9	5	2	3	4	7
5	2	9	7	3	4	6	8	1
4	5	7	1	2	9	8	6	3
2	6	8	4	7	3	1	5	9
1	9	3	8	6	5	7	2	4

ეს იცოდით?

❖ პირველად ლიქიორი ნიდერლანდელმა ბერებმა შექმნეს მე-18 საუკუნეში და სამკურნალო საშუალებად გამოიყენებდნენ.

❖ მეცნიერთა მტკიცებით, უძველეს ეგვიპტეში ლუდი საკმაოდ პოპულარულ სასმელად მიიჩნეოდა. ისინი 6 სახეობის ლუდს აწარმოებდნენ.

❖ ერთადერთი ამერიკელი პრეზიდენტი, რომელმაც რამდენიმე რომანი დაწერა და გამოაქვეყნა, ჯიმი კარტერი გახლდათ.

❖ 1930 წელს ამერიკელებმა, ჩარლზ კრეიტონმა და ჯეიმზ ჰარგისმა, მსოფლიო რეკორდი დაამყარეს ავტომობილით უკუსვლაში. მათ ნიუ იორკიდან ლოს ანჯელესამდე და უკან უკუსვლით 11 ათასი კილომეტრი დაფარეს.

❖ საფრანგეთის ეროვნულმა გმირმა ჟანა დ,არკმა ქვეყნის წინაშე დამსახურებისათვის მეფისაგან რამდენიმე ცხენი და მშობლიური სოფლის მცხოვრებთა გადასახადებისაგან გათავისუფლება მოითხოვა. მას შემდეგ არც ერთ საფრანგეთის მეფეს ამ სოფლის მოსახლეობა არ დაუბეგრავს.

❖ ფრანგი წინასწარმეტყველის, ნოსტრადამუსის მიერ ნაწინასწარმეტყველებ ტექსტებში სიკვდილი 139-ჯერაა ნახსენები, ბრძოლა — 111-ჯერ, სისხლი — 89-ჯერ, ცეცხლი — 78-ჯერ, ჭირი — 42-ჯერ, ხოლო შიმშილი — 38-ჯერ.

❖ ამერიკის სამოქალაქო ომის დასასრულს (1861-1863 წლები) ქვეყანაში ქაღალდის ფულის კუპიურების დაახლოებით 33% ყალბი იყო.

❖ ერთ წელიწადში საშუალოდ ადამიანი 1460 სიზმარს ხედავს.

❖ 3.000 წლის წინ ეგვიპტელების უმეტესობა 30 წლის ასაკში კვდებოდა.

❖ სტატისტიკური მონაცემებით, ამერიკაში ყოველ 45 წამში ერთი სახლი იწვება.

❖ სინგაპურში საღეჭი რეზინის შეტანა აკრძალულია.

❖ ქათმის ყველაზე ხანგრძლივი ფრენა, რაც კი მეცნიერებს დაურეგისტრირებიათ, 13 წამს გაგრძელდა.

❖ ისტორიაში ყველაზე ხანგრძლივი მიწისძვრა ალასკაზე დაფიქსირდა. 1964 წლის 27 მარტს იქ მიწისქვეშა ბიძგები უწყვეტად 4 წუთის განმავლობაში გრძელდებოდა.

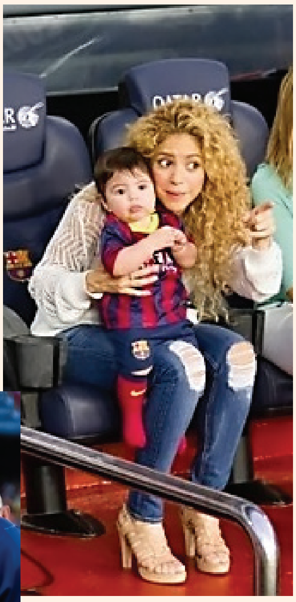
❖ მეცნიერების მტკიცებით, ბოლო 5 საუკუნის განმავლობაში დედამიწის მასამ კოსმოსური ნივთიერებების დალექვის შედეგად მილიარდი ტონით მოიმატა.

❖ ზამთარში ხეები სიმაღლეში არ იზრდებიან.

Cyan Magenta Yellow Black

ვარსკვლავთსიახლენი

შაკირა საყვარელი მამაკაცის მატჩებს შვილთან ერთად ესწრება



კოლუმბიელი ვარსკვლავი, მომღერალ შაკირას და ფეხბურთელ ჟერარდ პიკეს 7 თვის ბიჭი უკვე სპორტის აქტიური გულშემატკივარია. მომღერალმა თავისი შვილი „ბარსელონა“-„სევილიას“ მატჩზე წაიყვანა და

ტრიბუნიდან აჩვენა, მამამისი როგორ თამაშობს.

შაკირა ცდილობს, რაც შეიძლება ხშირად იყოს სტადიონზე. ერთი წლის წინ მას საერთოდ არაფერი გაეგებოდა ფეხბურთში, ახლა კი თვლის, რომ კარგი გულშემატკივარია. მთელი მატჩის განმავლობაში შაკირა 7 თვის მილანს ფეხბურთის ქომაგისთვის საჭირო უნარ-ჩვევებს უვითარებდა — ხელების აწევას, სიხარულის გამოხატვას ასწავლიდა.

— შეუძლებელია გვერდით გყავდეს მამაკაცი და მისი საქმე არ გიყვარდეს. ფეხბურთის არაფერი გამეგებოდა, მაგრამ ახლა დიდი გულშემატკივარი ვარ. მინდა, რომ ჩვენი შვილი მამის გზას გაჰყვეს. სხვათა შორის, პიკესაც მოუყვანია მილანი ჩემს კონცერტებზე. ასე რომ, ჩვენი შვილი განებივრებულია, ხან კონცერტს ესწრება და ხან ფეხბურთს, — ამბობს შაკირა.

ნიკოლ კიდმანს ველოსიპედისტმა გადაუარა

ჰოლივუდის 46 წლის ვარსკვლავს, მსახიობ ნიკოლ კიდმანს, ცოტა ხნის წინ უსიამოვნო ინციდენტი შეემთხვა — ნიუ იორკის მოდის კვირეულზე ყოფნისას მას ველოსიპედზე ამხედრებულმა ფოტოგრაფმა გადაუარა. დაჯახება იმდენად ძლიერი იყო, რომ ნიკოლი ყველას თვალწინ წაიქცა და ადგილზე სასწრაფო დახმარების გამოძახებაც კი გახდა საჭირო. ინციდენტი კელვინ კლაინის

ჩვენების დასრულების შემდეგ მოხდა, როდესაც ნიკოლი თავის სასტუმროში ბრუნდებოდა. მას ფოტოგრაფი დაედევნა, რომელმაც სიჩქარის გამო დამუხრუჭება ვერ შეძლო.

ჰოლივუდის ვარსკვლავის დასახმარებლად მაშინვე მივიდა ასისტენტებისა და დაცვის მთელი ბრიგადა. ორ წუთში სასწრაფოც გაჩნდა, თუმცა ვარსკვლავს მათი დახმარება და, მით უმეტეს, საკაცის გამოყენება არ დასჭირვებია. მსახიობს ტერფი ისე ეტკინა, რომ მაღალქუსლიანი ფეხსაცმლით გავლა ველარ მოახერხა და ნომერში ფეხშიშველი ავიდა. ცნობილია, რომ ნიკოლს ოსტეოპოროზი აწუხებს, ამიტომ ეს ტრავმა მისთვის ორმაგად მტკივნეული აღმოჩნდა.

ნიკოლი ამ ინციდენტის უყურადღებოდ დატოვებას არ აპირებს და უკვე ამზადებს სარჩელს იმ ფოტოგრაფის წინააღმდეგ, რომელიც მას დაეჯახა.

ჰაიდი კლუმი საუკეთესო ტელევარსკვლავად აღიარეს

ლოს ანჯელესში ყოველწლიური სატელევიზიო პრემიით „კრეატივ არტ ემი“ დაჯილდოების ცერემონიალი შედგა, რომელიც სხვებისგან იმით გამოირჩევა, რომ ძირითადად კრეატიულ ადამიანებს — არტდირექტორებს, ოპერატორებს და რეჟისორებს აჯილდოვებენ. ამიტომაც იყო ყველასათვის მოულოდნელი, როდესაც ცერემონიალის ტრიუმფატორი ყოფილი მოდელი და ახლა უკვე ტელევარსკვლავი ჰაიდი კლუმი გახდა. ჯილდო მან აიღო თავისი საავტორო გადაცემისთვის „პროჯექტ ლანვეი“.

— ნებისმიერი აღიარება ჩემთვის ძალიან მნიშვნელოვანია, მიყვარს ეკრანზე მუშაობა. ხანდახან ვხვდები, რომ ეს საქმე მოდელობაზე მეტად მომწონს. როცა ტელეწამყვანი ხარ, ეს იმას ნიშნავს, რომ ცხოვრებაში ძალიან გაგიმართლა. ვხვდები, რომ იღბლიანი ქალი ვარ. მინდა, მომავალში ისეთი ოჯახი შევქმნა, რომ მივიღო ტიტული — საუკეთესო ცოლი. ვიცი, რომ ამასაც მივაღწევ, — განაცხადა ტელევარსკვლავმა.

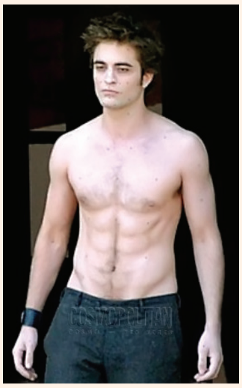
დემი მურს ყოფილი ბოიფრენდის მამასთან აქვს რომანი

ბოლო წლებია, რაც ჰოლივუდის ვარსკვლავ დემი მურის შესახებ ინფორმაცია მხოლოდ მისი ბოიფრენდებით შემოიფარგლება. ეშტონ კატჩერთან დაშორების შემდეგ ის საიმედო მამაკაცს ვერ პოულობს. ახლა კი ცნობილი გახდა, რომ მსახიობს რომანი აქვს 66 წლის მილიონერ პიერ მორტონთან, რომელიც მსოფლიოში ცნობილი კაფე-ბარების ქსელის მეპატრონეა.

შეიძლება ამ ამბავში უცნაური არც არაფერი ყოფილიყო, რომ არა ერთი გარემოება — ცოტა ხნის წინ დემის რომანი ჰქონდა პიტერ მორტონის შვილთან, 31 წლის რესტორატორ გარი მორტონთან. მათი რომანი რამდენიმე თვე გრძელდებოდა და 2013 წლის მაისში დასრულდა.

როგორც ამბობენ, უმცროსმა მორტონმა მამისა და მისი ყოფილი შეყვარებულის ურთიერთობა დადებითად აღიქვა. დემი მური ყოფილ შეყვარებულთან დღემდე მეგობრულ ურთიერთობას ინარჩუნებს.

რობერტ პატინსონი ათლეტურ სხეულზე ოცნებობს

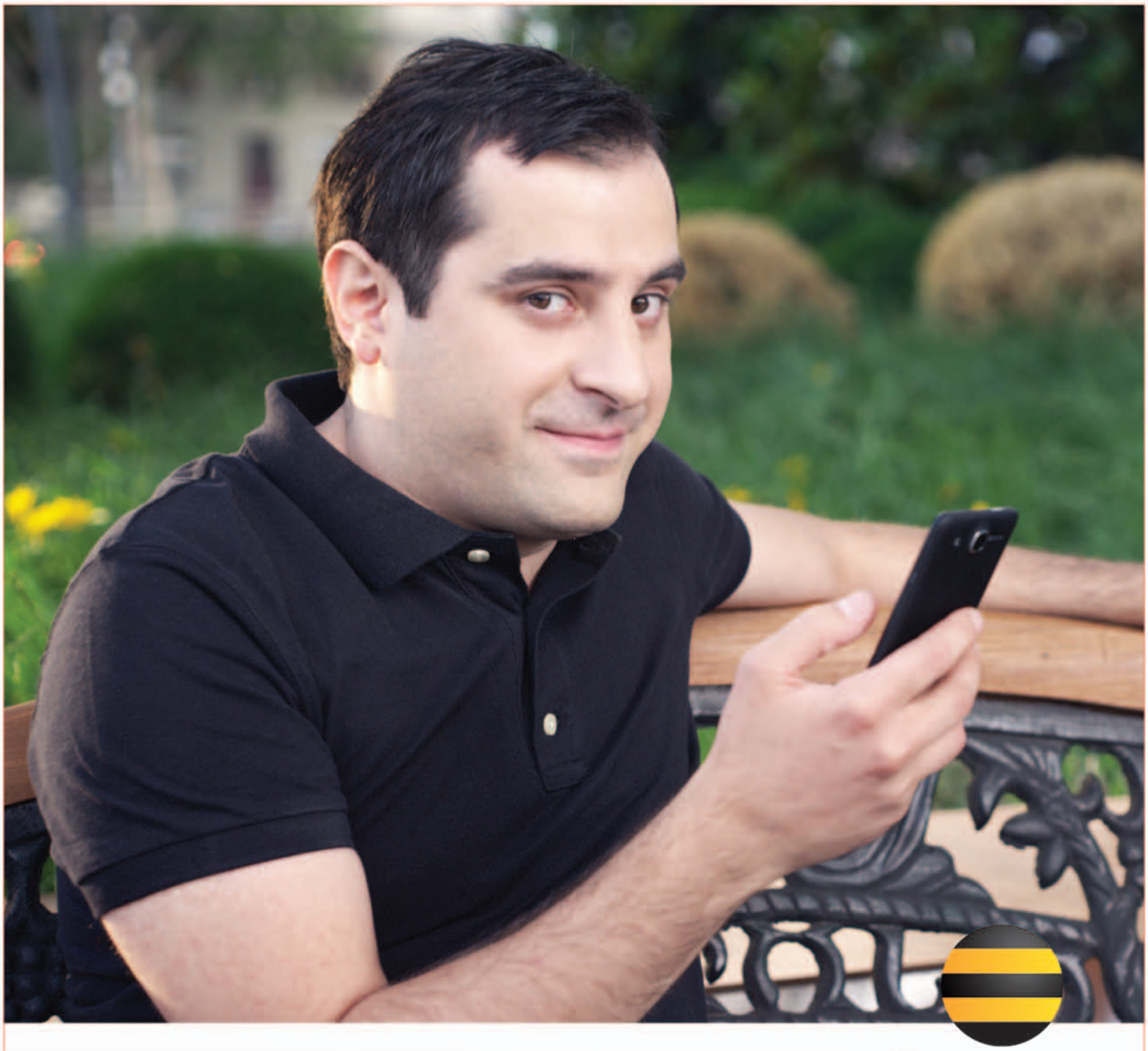


„ვამპირული საგას“ ვარსკვლავი, რობერტ პატინსონი, შეშინებულია, რომ ახალი თაობის სექსსიმბოლოებს კონკურენციას ვერ გაუწევს. 27 წლის ვარსკვლავი სერიოზულად არის შეშფოთებული და ფიქრობს, რომ როლების სიმცირე მისი გარეგნობის შედეგია.

— ვფიქრობ, კინოში სამუშაო იმიტომ არ მაქვს, რომ სხვა მამაკაცებს ჩემზე უკეთესი სხეული აქვთ. ჰოლივუდში ნიჭზე მეტად გარეგნობა ფასობს, ყველაფერი ამაზეა დამოკიდებული. მომავალ ფილმში სამი სერიოზული ინტიმური სცენა მაქვს სათამაშო და ამიტომ დღე და ღამე უნდა ვივარჯიშო, რომ ქალებს ჩემი შიშველი სხეულის ყურება მოეწონოთ. აღარ მინდა თინეიჯერული გარეგნობა, მინდა, რომ ათლეტურობით მოვიწონო თავი, — ამბობს მსახიობი.

რობერტ პატინსონი ვარსკვლავურმა ცხოვრებამ შეაწუხა და ჰოლივუდის მიმართაც ბევრი პრეტენზია გაუჩნდა.

— ჰოლივუდი საჩემო არ არის, ამიტომაც თავს კარგად ვერ ვგრძნობ. არ მიყვარს პაპარაცები, მაგრამ ვიცი, რომ მათ გარეშე ჩემი ცხოვრება წარმოუდგენელია. კარგად ვისწავლე პირადი ცხოვრების დამალვა. კარგა ხანი ვერავინ გაიგებს, ვისთან ერთად ვიღვიძებ, — აცხადებს ახალგაზრდა კინოვარსკვლავი.



გაიაქტიურე «ბილაინ MIX»

ბილაინი®

და გათავისუფლდი ზედმეტი ფიქრებისგან!

MIX S	MIX M	MIX L
150 წუთი	250 წუთი	1000 წუთი
1500 მბ	2500 მბ	10 გბ
1500 სმს	2500 სმს	10000 სმს
*110*71#	*110*72#	*110*73#
10 ლარი	20 ლარი	45 ლარი

«ბილაინ MIX»-ის მოქმედების ვადა - 30 დღე
წუთები ყველა ადგილობრივ ქსელზე

11 01 01

www.beeline.ge