ყოველკვირეული ჟურნალი. გამოდის ოთხშაბათობით ფასი: 1 ლარი
№41
9–15.X
2013

სარკე

„მე არა ვარ ბებერი, მერე რა, რომ წლები მემატება...“

ნანი ბრეგვაძე: „სანანებელი ბევრი დამიგროვდა“

გვ.6

ცისანა სეფიაშვილი მეოთხე შვილს ელოდება

„ქმარმა ოჯახი ამიბუნტა, რომ ბავშვი გამეჩინა“

გვ.21

ლილიკო ნემსაძის ქალიშვილი კონკურსზე გაევარა

გვ.22

მაია: „თურმე დათო ფორჩხიძეა მსხვერპლი და მე მას ვქირავ“

დათო: „ერთი გამოსავალი ისაა, რომ გამიშვან შოუდან!“

დათო ფორჩხიძესა და მაია დარსმელიძეს შორის ომი გამოცხადდა?

გვ.30

კოტე თოლორდავა: „პირველები, ვინც ჩემი ნახელავი გასინჯეს, ჩემი ცოლის დაქალები იყვნენ“

გვ.34

ნინა სუხლატი ახალ შეყვარებულზე საჯაროდ ლაპარაკს აღარ აპირებს

გვ.31

გიორგი ნაკაშიძეს მიშა მესხით აშინებდნენ

მიშა: „ცნობილია, რომ მე ბიჭის ბეგრაუნდი მაქვს“

გვ.24

სარკე
+
„მსოფლიო ლიტერატურის ბიბლიოთეკა“
მე-12 ტომი
ფასი ჟურნალთან ერთად
10 ლარი

როცა მეგობრად ცხვრის ქურქში გახვეული მტაცებელი გყავს...

„დაქალის შვილის დაბადების მოწმობაში მამად ჩემი ქმარი ეწერა“

გვ.46

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

ვარსკვლავი

ნანი ბრეგვაძე: „სანანებელი ბევრი დამიგროვდა“ 6

ორი მხარე

ნინო ჯანგირაშვილი: „ჟურნალისტებს და პრემიერს კარგი შოუ გამოგვივიდა, მთელი საქართველო გავართეთ“ 8

გახმაურებული საქმე

სამარ ჩოკუტაევი — მარტოხელა შურისმაძიებელი თუ რუსული სპეცსამსახურების აგენტი 10

გულახდილი საუბრები 12

ბედის ხაზი

რეზო ჭეიშვილი: „საკუთარი თავი მწერლობით დავიცავი“ 14

პოლიტიკა

- ელისო ჩაფიძე: „ჟურნალისტებსაც და პრემიერსაც სალაპარაკოდ ტონი უნდა შეერჩიათ“ 16
- კახა კუკავა: „ივანიშვილის წასვლის შემდეგ პირველი სამიზნე ღარიბაშვილი გახდება“ 18
- ნაცმოძრაობამ მხოლოდ ტანსაცმელი გამოიცვალა! 19

მოლოდინი

ცისანა სეფიაშვილი მეოთხე შვილს ელოდება 21

დედები და ქალიშვილები

ლილიკო ნემსაძეს თავისი გოგონა კონკურსზე გაეპარა 22

ტანდემი

გიორგი ნაკაშიძეს მიშა მესხით აშინებდნენ 24

მოზარდები 28

საკონკურსო ვნებები

დათო ფორჩხიძესა და მაია დარსმელიძეს შორის ომი გამოცხადდა? 30

ეტაპი

ნინა სუბლატი ახალ შეყვარებულზე საჯაროდ ლაპარაკს აღარ აპირებს 31

სცენის მიღმა

ვისთვის აქვს ბოდიში მოსახდელი როლანდ ოქროპირიძეს 33

სამზარეულო

კოტე თოლორდავა: „პირველები, ვინც ჩემი ნახელავი გასინჯეს, ჩემი ცოლის დაქალები იყვნენ“ 34

სარკის წინ

ნანა ლორთქიფანიძე: „ნაოჭების არ მეშინია, მთავარია, ასაკის შესაფერისი როლები მქონდეს“ 36

ავტომოყვარული

ზაზა მარჯანიშვილის საყვარელი მანქანა კატრინამ იმსხვერპლა 37

სამეგობრო

მაიკო კაჭკაჭიშვილი და ვერიკო ტურაშვილი კრიზისს დუეტით ებრძვიან 38

შინ

თეა გობეჯიშვილი: „მინდა, ერთი რჩევა მივცე ყველას, ვინც ახალ სახლში აპირებს გადასვლას!“ 40

ცხოვრება ჩემოდნებზე

ზაზა ბეჟაშვილი ჰამბურგში დისკოთეკიდან გამოაგდეს 43

მეგზური

ზანზიბარი — ქვის ქალაქი და ოქროსფერი უდაბნოები 45

№41(806) 9 — 15 ოქტომბერი, 2013

ჟურნალი სტამბას დასაბეჭდად გადაეცა 7.10.2013, 21.00 სთ-ზე.

ასეც ხდება

როცა მეგობრად ცხვრის ქურქში გახვეული მტაცებელი გყავს... 46

მხოლოდ ქალებისთვის 48

დედიკოების სკოლა 49

ექიმები ხუმრობენ

დავით გაგუა: „სვანები ყველაზე კარგი მშობიარეები არიან“ 50

სპორტის მიღმა 51

ადამიანის ინსტიტუტი 52

გრიშა ქსოვრელი — უკანასკნელ გზაზე ცნობილი ქართველების გამცილებელი

„მისი სიცოცხლე დუდუკს შეეწირა"

„ბაბუას გარდაცვალებიდან ერთი წელი იყო გასული, როცა დამესიზმრა. მითხრა, აქ ვქეიფობ და დუდუკი არ მაქვს, მომეცითო. ზუსტად მიმითითა, სად იყო მისი ყამიში შენახული. ჩემებმა მის საფლავზე მიწა ამოთხარეს და დუდუკი ჩამარხეს. სწორედ იმ დროს გავიგონეთ დუდუკის ჰანგები. ვერ გავიგეთ, ეს ხმა საიდან მოდიოდა. ეს ამბავი დღემდე ამოუხსნელია ჩვენთვის“, — იხსენებს „სარკესთან“ ლეგენდარული მედუდუკის, გრიშა (გრიგოლ) ქსოვრელის შვილიშვილი, მსახიობი ნინო მუმლაძე.

„ნოდარ დუმბაძე რომ კვდებოდა, უკითხავთ, რას ისურვებდა. სამი სურვილი ჩამოუთვლია. პირველი ყოფილა, ჩემს დაკრძალვაზე გრიშა ქსოვრელმა დაუკრასო... ასე უკრავდა ბაბუა ცნობილი ადამიანების დაკრძალვებზე. ერთხელ მას და ვასო გოძიაშვილს რაღაცაზე უკამათიათ. ბოლოს ვასოს უთქვამს, რას მიბრაზდები, მაინც შენი დასამარხი ვარო".

გვ.26

შეშლილი, შეშლილი, შეშლილი მსოფლიო 54

სახალისო 56

იყავით ჯანმრთელი 58

კროსვორდები 60

ჭრელაჭრულა 62

სიცილის გვერდი 63

უცხოური დეტექტივი

წითელი სახლის საიდუმლოება (გაგრძელება) 64

ქალური მოთხრობები

თინათინ ბონი. ოცნების ძიებაში (გაგრძელება) 66

წმინდანები

თუ გვინდა, რომ უფალი გვერდით გვყავდეს, ამისთვის უნდა შევეწიოთ 72

კითხვები მოძღვარს

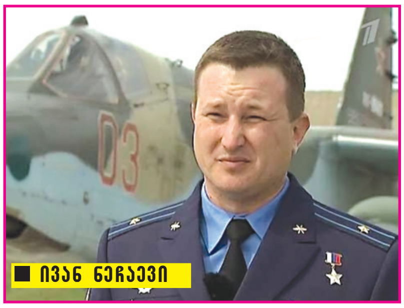
„ყოველი უბედურების ჟამს, ყოველ გარემოებაში გვწამდეს, რომ ხსნა მოვა!“ 74

საბავშვო გვერდი 76

კულინარიული შედევრები 77

ხელსაქმე 78

მფრინავს, რომელიც აგვისტოს ომში საქართველოს ბომბავდა, მოსკოვში ოლიმპიური ცეცხლი აანთებინეს



■ ივან ნეჩაევი

რუსეთი 2014 წლის ზამთრის ოლიმპიურ თამაშებს სოჭში უმასპინძლებს. ოლიმპიური ცეცხლი რუსეთის დედაქალაქში უკვე ჩაიტანეს. ჩირაღდნის ესტაფეტას მოსკოვში რუსეთ-საქართველოს ომის ერთ-ერთი პირველი ვეტერანი და სამხედრო პილოტი ივან ნეჩაევი გაუძღვა. მას 2008 წლის აგვისტოს ომის გმირის წოდება აქვს მინიჭებული, რადგან მის მოიერიშეს ჭურვი მოხვდა, მან კი დაზიანებული თვითმფრინავის რუსულ ბაზაზე დაბრუნება მოახერხა.

ოლიმპიურ სიმბოლოს წითელ მოედანზე ზეიმით დახვდნენ, თუმცა ჩირაღდნის გადაცემის ცერემონიის დროს ცეცხლი ჩაქრა, მაგრამ მალევე აანთეს.

„ჩემ აშენებულ ხელოვნების ცენტრში მარგველაშვილი ყვებოდა, თუ როგორ ვანგრევდით საქართველოს“

პრეზიდენტი მიხეილ სააკაშვილი თბილისობის დღესასწაულის ფარგლებში ევროპის მოედანზე მიუზიკლ „ვერის უბნის მელოდიებს“ დაესწრო, სადაც წუხილი გამოთქვა იმის გამო, რომ შარშან სხვადასხვა სახის კულტურული ღონისძიებების ნაცვლად პრიორიტეტი რეჟისორ ბედუკაძის მიერ დადგმულ ცოცხების კადრებს მიენიჭა.

— შარშან მეტი პრიორიტეტი მიეცა რეჟისორ ბედუკაძის მიერ დადგმულ „ცოცხების კადრებს“ და შემდეგ ეს კაცი ლამის ეროვნულ გმირად გამოცხადდა. სამწუხაროა, რომ ამ პროცესების შედეგად შეჩერდა რიყეზე თეატრისა და ხელოვნების ცენტრის მშენებლობა, რომელიც მართლა მსოფლიო კლასიკაა და საქართველოს სიამაყე იქნება, როცა დასრულდება. იმედია, მის დანგრევას მაინც არავინ განიზრახავს, — განაცხადა პრეზიდენტმა.

ის ბათუმის ხელოვნების ცენტრში „ქართული ოცნების“ პრეზიდენტობის კანდიდატ გიორგი მარგველაშვილის მიერ ადგილობრივ მოსახლეობასთან გამართულ შეხვედრასაც გამოეხმაურა.

— ვნახე, ბათუმის ხელოვნების ცენტრში მმართველი პარტიის საპრეზიდენტო კანდიდატი როგორ ატარებდა კამპანიას და ჩემი და ვარშალომიძის მიერ აშენებულ ხელოვნების ცენტრში (რომელიც ავაშენეთ ერთ წელიწადში და მართლა არის მსოფლიო კლასი, რომელმაც ბათუმს შემატა ბრწყინვალება) ყვებოდა იმას, თუ როგორ ვანგრევდით საქართველოს. უკვე სასაცილოც აღარაა ეს ყველაფერი, — დასძინა სააკაშვილმა.

რატომ გადაწყვიტა მთავრობამ სოჭის ოლიმპიადაში საქართველოს მონაწილეობა

რუსეთში, კერძოდ სოჭში, დაგეგმილ მსოფლიო ოლიმპიადაში საქართველოს მონაწილეობა-არმონაწილეობა კვლავ დაპირისპირებისა და უთანხმოების თემად რჩება. საპარლამენტო უმცირესობა აპროტესტებს, მთავრობა კი საგანგებო განცხადებას ავრცელებს, სადაც თავის გადაწყვეტილებას არგუმენტებით ხსნის.

— ყველას კარგად ესმის, რომ საქართველოს რეგიონების ოკუპაციის ფონზე სოჭის ზამთრის ოლიმპიურ თამაშებში საქართველოს ოლიმპიური გუნდის მონაწილეობის შესახებ გადაწყვეტილება უკიდურესად რთული მისაღები იყო. მიუხედავად ამისა, საქართველოს ოლიმპიურმა კომიტეტმა საქართველოს მთავრობის მხარდაჭერით გამოხატა კეთილი ნება და, საქართველო-რუსეთის ურთიერთობის თანამიმდევრული მოწესრიგების მნიშვნელობიდან გამომდინარე, მიიღო გადაწყვეტილება, მონაწილეობა მიიღოს 2014 წლის სოჭის ოლიმპიადაზე. ვთვლიდით და ახლაც ვთვლით, რომ ჩვენს სახელმწიფოებს შორის ურთიერთობის მოწესრიგება ორივე ქვეყნის მოქალაქეებისათვის უაღრესად მნიშვნელოვანია. ამ რთულ გზაზე კი აუცილებელია ურთიერთობის ისეთი სფეროების გამოკვეთა, რომლებიც ნაკლებად წინააღმდეგობრივია და ასევე ნაკლებად უკავშირდება საქართველო-რუსეთის ძირითად პრობლემებს. ასეთებად ჩვენ მივიჩნევთ კულტურას, ვაჭრობას, სატრანსპორტო კავშირებს, ტურიზმსა და სპორტს.

სამწუხაროდ, რუსეთის მხრიდან საქართველოს კეთილი ნება ჯერ კიდევ ვერ ან არ არის სათანადოდ შეფასებული და შეიმჩნევა საპირისპირო ტენდენციები. ჩვენი სურვილია ოლიმპიური თამაშების დეპოლიტიზაცია და მონაწილეობის მიღება ჯანსაღ სპორტულ შეჯიბრებაში, რადგან ოლიმპიური იდეა სწორედ მშვიდობასა და თანამშრომლობას ემსახურება. ამ დროს მეორე მხარე სწორედ პოლიტიკური მიზნებისთვის ცდილობს მის გამოყენებას. სხვა ვერაფრით აიხსნება, მაგალითად, ის, რომ ოლიმპიადის ერთ-ერთ მეჩირაღდნედ რუსეთმა 2008 წლის აგვისტოს ომის „გმირი“ მფრინავი შეარჩია. ცხადია, ყველა სახელმწიფოს სუვერენული უფლებაა, თავად აირჩიოს გმირები, მაგრამ ასევე ცხადია, რომ მეზობელ სახელმწიფოსთან ურთიერთობის მოწესრიგების მსურველი ქვეყანა ასე გამომწვევად არ მოიქცევა, — ნათქვამია განცხადებაში.

იმავე განცხადებაში წერია, რომ განსაკუთრებული ყურადღებით დააკვირდებიან სოჭის ოლიმპიადის საორგანიზაციო ღონისძიებებს.

— თუ საქართველო საბოლოოდ დარწმუნდება, რომ სპორტული თამაშების ზედმეტი პოლიტიზაცია და მისი მიზანმიმართული გამოყენება ხდება საქართველოს წინააღმდეგ, ხელისუფლება ქვეყნისა და მისი მოქალაქეების ღირსებისა და ინტერესების დასაცავად შესაბამის პოლიტიკურ გადაწყვეტილებებს მიიღებს, — ნათქვამია განცხადებაში.

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 ჩიტიძე.

პოლიტიკა — მანანა გეგია. საზოგადოება, სამართალი, შოუბიზნესი — ირინე მჭედლიძე, რუსუდან ადვაძე, ლანა კიკნაძე, სოფიო ბოჭორიძე, მანანა ნოდია, ავთო ჩიტიძე, ქეთი დინოშვილი, ეკა ლემონჯავა, თათია ბოჭორიძე. მედიცინა — აზა გაგოშიძე, ნათია ტოტიკაშვილი. ფოტო — ქეთი ყორიძლიშვილი. მხატვარი — ქეთი ხარატიშვილი.

კომპიუტერული მომსახურება: დაკაბადონება — ირმა გოგინაძე, ნონა კანდელაკი. ოპერატორი — მარინა ქლენტი, მაია ფიფია. კორექტურა — ლანა გაბუნია, მაია ფიფია.
სარეკლამო სამსახური — მამუკა 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

პროკურორმა ბაჩო ახალაიას სასამართლო პროცესში მონაწილეობაზე უარი განაცხადა

პროკურორმა ია დარჯანიამ ე.წ. ციხის ბუნტის საქმეზე ბაჩო ახალაიას და მასთან ერთად ბრალდებულების სასამართლოს დასკვნით პროცესზე საკუთარი აცილების შუამდგომლობა დააყენა, ამის მიზეზად კი ფსიქოლოგიური ზეწოლა დაასახელა.

— ჩემზე ხდება ფსიქოლოგიური ზეწოლა როგორც პირადად, ასევე სოციალური ქსელების მეშვეობით. ამასთან, ჩემი მეგობარია ახალაიას ადვოკატი გოგა ონიანი. სოციალურ ქსელებში ამ საკითხს, ასევე ფოტოს, რომელზედაც მეორე ადვოკატ რომეო საჯაიასთან ერთად ვარ, გარკვეული დისკუსიები მოჰყვა. ამ ყველაფერთან ერთად მე ვამბობ, რომ გამიჭირდება ობიექტური გადაწყვეტილების მიღება და ვითხოვ საკუთარი თავის აცილებას, — განაცხადა პროკურორმა.

პროკურორის გადაწყვეტილება ახალაიას ადვოკატებმა გააპროტესტეს. როგორც ადვოკატმა გოგა ონიანმა პროცესზე განაცხადა, პროკურორის შუამდგომლობა არ უნდა დაკმაყოფილებულიყო, რადგან მისი არგუმენტი დასაბუთებული არ იყო, გადაწყვეტილება კი მხოლოდ ბაჩო ახალაიას სასამართლო პროცესის შეგნებული გაჭიანურებისთვის იყო მიღებული. იქვე დასძინა, რომ დარჯანიასთან მას მეგობრული ურთიერთობა არასოდეს ჰქონია.

მოსამართლე ლაშა ჩხიკვაძემ პროკურორის გადაწყვეტილება დააკმაყოფილა, რადგან ჩათვალა, როცა პროკურორი ეჭვობს, რომ ვერ მიიღებს დამოუკიდებელ გადაწყვეტილებას, იგი აცილებულ უნდა იქნეს საქმეზე. ასე რომ, მომავალ პროცესზე, რომელიც 17 ოქტომბერს გაიმართება, ძველ პროკურორს ახალი პროკურორი ლევან ადეიშვილი შეცვლის.

სანდრო ბრეგაძე „ქართულ ოცნებაში“ კუდ-ის აგენტურულ ქსელს ხედავს

მოძრაობა „ეროვნულების“ ლიდერი სანდრო ბრეგაძე „ქართულ ოცნებაში“ მიმდინარე მოვლენებს „ფეისბუქის“ საკუთარ გვერდზე ეხმაურება. მისი თქმით, ეგონა, რომ „პატიოსანი ხალხის ოცნების არგახარება“ პოლიტიკური ამბიციების გამო ხდებოდა, მაგრამ უკვე სხვა რამ იკვეთება.

„ჩვენდა სამწუხაროდ, „ოცნების“ შიგნით მიმდინარე პოლიტიკურ ინტრიგებში ამბიციები არაფერ შუაშია, საქმე გვაქვს ფართოდ ჩანერგილ აგენტურულ ქსელთან, რომელიც ჯერ კიდევ იმ დღიდან შეიქმნა, როდესაც ბატონმა ივანიშვილმა პირველად განაცხადა პოლიტიკაში მოსვლის შესახებ. მეგის ქარდავას, ვაჟა ლილუაშვილის, დათა ახალაიას, სოსო თოფურიძის პირადი აგენტებით იქნა გავსებული ბატონი ივანიშვილის გარემოცვა და პარტია „ქართული ოცნების“ პოლიტიკური საბჭო. მათ მშვენიერად იცოდნენ, რომ პირადად ივანიშვილის იმიჯს ვერაფერს დააკლებდნენ და ამიტომ კუდ-ის მიერ შემუშავებული სამოქმედო გეგმის მიხედვით, ჯერ „ოცნების“ საპარლამენტო გუნდი გაავსეს უსახური სახეებითა და აგენტებით, შემდეგ პარტია „ქართული ოცნების“ უმაღლესი მმართველობა, ხოლო ბოლოს რაიონებში უავტორიტეტო, ყოფილი ნაცზონდერებით შეცვალეს მებრძოლი და პატიოსანი ხალხი“, — წერს ბრეგაძე.

საქართველოში დანაშაულმა იკლო

შინაგან საქმეთა სამინისტრომ 2013 წლის 9 თვის დანაშაულის სტატისტიკა გამოაქვეყნა. სტატისტიკური მონაცემებით, 2013 წელს, წინა წლის ანალოგიურ პერიოდთან შედარებით, ქვეყნის მასშტაბით დანაშაულმა 5.589 ერთეულით იკლო, ხოლო დანაშაულის გახსნის მაჩვენებელმა 37,2%-ით მოიმატა და 57,2%-ს შეადგენს.

შსს ასევე აქვეყნებს სექტემბრის დანაშაულის სტატისტიკას როგორც ქვეყნის მასშტაბით, ასევე რეგიონების მიხედვით. 2013 წელს, სექტემბრის თვეში ქვეყნის მასშტაბით დაფიქსირდა დანაშაულის კლება 644 ერთეულით, დანაშაულის გახსნის მაჩვენებელი 68,4%-ს შეადგენს და 2012 წლის ანალოგიურ პერიოდთან შედარებით 55,5%-ით მოიმატა.

საქართველოს დემოკრატიაზე ტესტების ჩაბარება აღარ მოუწევს

საქართველოს პარლამენტის თავმჯდომარის, დავით უსუფაშვილის თქმით, ამერიკისა და ევროპისთვის ტესტების ჩაბარების დრო საქართველოში ნელ-ნელა უნდა დასრულდეს. ამის შესახებ მან საერთაშორისო საპარლამენტო კონფერენციაზე განაცხადა:

„ჩვენი ამერიკელი და ევროპელი მეგობრების მხრიდან სულ უფრო და უფრო ნაკლებად გვესმის, რომ მოახლოებული საპრეზიდენტო არჩევნები მორიგი ჩასაბარებელი ტესტი იქნება. ეს იმას ნიშნავს, რომ ტესტების ჩაბარების დრო საქართველოში ნელ-ნელა უნდა დასრულდეს. მიუხედავად ამისა, ჩვენ გვინდა, რომ ეს არჩევნები და საარჩევნო კამპანია ვილნიუსის სამიტის წინ იყოს მკაფიო დემონსტრირება იმისა, თუ რა შეიცვალა საქართველოში და რატომ იმსახურებს ჩვენი ქვეყანა ევროპელი პარტნიორების მხრიდან მხარდაჭერას“.

დავით უსუფაშვილი საერთაშორისო საპარლამენტო კონფერენციაზე მყოფ დასავლელ მეგობრებს პოლიტიკიდან საქართველოს პრემიერმინისტრის წასვლის გადაწყვეტილების მნიშვნელობაზე ესაუბრა, ევროპას კი პრინციპულობისკენ მოუწოდა.

— ევროპა არის მრავალპარტიულ დემოკრატიულობაზე დაფუძნებული პოლიტიკური სისტემა. ეს არის ხალხის ნების აღმასრულებელი მთავრობების პოლიტიკური სისტემა და არა — მორიგი გმირების, მესიების, მხსნელი პიროვნებების იმედებზე არსებული საზოგადოებები, როგორც ეს დღემდე საქართველოში იყო. სწორედ ამ ფონზე უნდა განვიხილოთ ჩვენ პრემიერმინისტრ ბიძინა ივანიშვილის გეგმა და განცხადება იმის თაობაზე, რომ იგი შესაძლოა ახლო მომავალში სხვა როლში მოგვევლინოს, რათა საქართველოს პოლიტიკურ სისტემას, მმართველ კოალიციას მისცეს სწორედ დემოკრატიული გზით განვითარების საშუალება. მე ვიტყოდი, აიძულოს კიდეც პოლიტიკური სისტემა, რომ ამ მიმართულებით გადადგას ნაბიჯები, — განაცხადა უსუფაშვილმა. მისი სიტყვებით, ჩვენი ქვეყანა მზად არის, მოვუსმინოთ ყველას, გავიზიაროთ ყველა ქვეყნისა და სახელმწიფოს სტრატეგიული ინტერესებიც, მაგრამ მივიღოთ გადაწყვეტილებები და გადავდგათ ნაბიჯები ჩვენი სახელმწიფოს სტრატეგიული ინტერესების შესაბამისად.

— დღეს, როდესაც ჩვენ ამ კონფერენციას ვატარებთ და საქართველო თავის არჩევანზე საუბრობს, გრძელდება მცოცავი ოკუპაცია. საქართველოს ტერიტორიების ახალი და ახალი ნაწილები ექცევა საოკუპაციო ხაზის მიღმა. ამიტომ ჩვენ კიდევ ერთხელ გამოვთქვამთ იმედს, რომ ის თავისუფალი ევროპა, რომლისკენაც ჩვენ მივისწრაფით, იქნება ქმედითი და პრინციპული ძალიან მარტივი ფუნდამენტური ღირებულებების დასაცავად, — დასძინა უსუფაშვილმა.

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

ნანი ბრეგვაძე: „სანანებელი ბევრი დამიგროვდა“

დაუჯერებელია, მაგრამ ქართული სცენის ლეგენდამ, ნანი ბრეგვაძემ, პირველად ჩაწერა სოლო ალბომი, რომელსაც ერთ-ერთი სიმღერის სახელი ჰქვია — „ვიხსენებ მე“. ესტრადის ვარსკვლავისა და „ბრავო რექორდსის“ თანამშრომლობა 3 წლის წინ დაიწყო, მაშინ, როცა ქალბატონმა ნანიმ შეატყო, რომ მისი ხმა ისე ველარ ჟღერდა, როგორც ადრე. 12 საყვარელ სიმღერას მოუყარა თავი და დიდი სიყვარულით მიუძღვნა თავის მსმენელს, რომლის წინაშეც ყოველთვის დიდ პასუხისმგებლობას გრძნობს.

დღეს, როცა განვლილ წლებს აფასებს, თვლის, რომ ბედის ნებიერაა, აქვს დიდი წარმატება, ხალხის სიყვარული, ლამაზი ოჯახი, შვილი, შვილიშვილები. თუმცა როცა უკან იხედება, სინანულსაც გრძნობს, არის რაღაცეები, რასაც საკუთარ თავს ვერ პატიობს... და მაინც, ოცნებობს და გეგმებს აწყობს.

— **ქალბატონო ნანი, გილოცავთ პირველ სოლო ალბომს! როდის დაიწყეთ მასზე მუშაობა?**

— გმადლობთ! მინდა, მადლობა გადავუხადო იმ გუნდს, ვინც ჩემ გვერდით იდგა. ამ ალბომზე მუშაობა 3 წლის წინ დავიწყეთ. მართალი გითხრათ, მეშინოდა ამის წამოწყება. ნიკა მემანიშვილი ხშირად სხვა საქმით იყო დაკავებული, ხან მე გამომიჩნდებოდა რაღაც, დროში ვერ ვეწყობოდით ერთმანეთს და... 3 წლის წინ შესანიშნავად მქონდა ხმა, მერე და მერე შევატყვე, რომ კარგად აღარ ჟღერდა და ზუსტად იმ პერიოდში დავიწყე აქტიური ჩაწერა. ყოველ ჯერზე, როცა სტუდიაში მოვდიოდი, ვფიქრობდი, როგორ უნდა ვიმღერო, მაღალი ნოტი როგორ უნდა ავიღო-მეთქი. რომ არა ის განწყობა, რომელიც ჩემ მიმართ იყო, დიდი სიყვარული და პატივისცემა, ალბათ თანამშრომლობა არ შედგებოდა.

„3 წლის წინ შესანიშნავად მქონდა ხმა, მერე და მერე შევატყვე, რომ კარგად აღარ ჟღერდა და ზუსტად იმ პერიოდში დავიწყე აქტიური ჩაწერა. ყოველ ჯერზე, როცა სტუდიაში მოვდიოდი, ვფიქრობდი, როგორ უნდა ვიმღერო, მაღალი ნოტი როგორ უნდა ავიღო-მეთქი... სიმღერას შიშით ვწერდი".

ალბომის ჩაწერის დროს ალეკო ბერძენიშვილი ძალიან მეხმარებოდა. ჩვენ რამდენიმე ხნის წინ ერთად ვიყავით ამერიკაში. ალეკომ შეშალა ამერიკის საზოგადოება, რატომღაც ყველას ჩემი შვილიშვილი ეგონა. მეც ძალიან მსიამოვნებდა, ასე რომ ამბობდნენ. თქვენ არ იცით, ალეკო როგორ მღერის. მადლობას ვუცხადებ იმისთვის, რომ ჩემს ალბომზე თავდაუზოგავად მუშაობდა. ზოგან თანამედროვე ინტონაციები იყო საჭირო. ასეთ შემთხვევებში ალეკოს დიდი მოწიწებით ვეკითხებოდი, როგორ მემღერა. ერთი სიტყვით, რომ არა „ბრავო რექორდსი“, ალბომს ვერასდროს ჩავწერდი.

— **გულისხმობთ, რომ დამოუკიდებლად, მხოლოდ საკუთარი ძალებით ვერ შეძლებდით?**

— ბუნებით აქტიური არ ვარ. თუ გვერდით ვინმე არ მყავს, რომელიც მიბიძგებს, დამოუკიდებლად ინიციატივას არ ვიჩენ, თუმცა საქმე თუ წამოვიწყე, მას არასოდეს ვუღალატებ. ჩემს ასაკში პროფესიონალიზმი თუ არ მექნება, მაშინ წასული ყოფილა ჩემი საქმე.

„ადამიანი რომ ბერდება, ჰგონიათ, სულელდება, მაგრამ ასე არ არის. მომავლით ვცხოვრობ, არ ვასრულებ ცხოვრებას და ეს არის ჩემი პლუსი! მე არა ვარ ბებერი, მერე რა, რომ წლები მემატება. იცით, რამდენი გეგმა მაქვს?".

— **ახლა საკუთარი ნამუშევრით კმაყოფილი ხართ?**

— სიმღერას შიშით ვწერდი. არ მეგონა, კარგად თუ ჩავწერდი. რომ მეუბნებოდნენ, ძალიან კარგი ნამღერიაო, ვფიქრობდი, ეტყობა, კარგად ვერ მისმენენ-მეთქი.

— **ყოველთვის ასეთი თვითკრიტიკული იყავით?**

— ყოველთვის. თუ ჩემს საქმიანობაში მე მომეწონა რამე, იმას წყალი არ გაუვა. ჩემი შეხედულების შემდეგ მთავარია, ხალხს მოსწონდეს და აფასებდეს. საერთოდ, რაშიც სიყვარული, ენერგია და ნერვებია ჩადებული, ის საქმე ყოველთვის კარგად გამოდის. ულრმესი მადლობა ჩემს ქართველ ხალხს! თქვენ რომ არა, ფუჭი იქნებოდა ყველაფერი. თქვენგან ყოველ ფეხის ნაბიჯზე დიდ სიყვარულს ვგრძნობ და ეს ძალიან მნიშვნელოვანია ჩემთვის. ახლა უკვე მეტირება... ყოველთვის პატივს ვცემდი კრიტიკას, ახლა არ არის კრიტიკა და ამიტომაც არ არის კარგად საქმე.

— **საოცარია, რომ დღემდე არ გქონდათ სოლო ალბომი.**

— ძალიან ბევრ სიმღერას ვწერდი, ვწერდი „ორერასთან“, მედეა გონგლიაშვილთან ერთად. ჩანაწერების უამრავი ფირფიტა არსებობს. მაშინ არ იყო დიდი მოთხოვნა, რომ უსათუოდ სოლო ალბომი მქონოდა, თანაც ასეთ რაღაცეებში დიდი პრეტენზიები არასოდეს მქონია. ერთხელ მომივიდა აზრად, ამდენი წლის ნამღერი ერთად თავმოყრილი არ მაქვს-მეთქი და „ბრავო რექორდსმა“ ეს ყველაფერი შემისრულა. ჩემი ალბომები მოსკოვში გამოიცემოდა, საქართველოში ხმის ჩამწერი სტუდიები არ იყო.

ამ ალბომში 12 სიმღერაა შესული. ბევრი კომპოზიტორის სიმღერა მაქვს შესრულებული — ლაღიძის, ცაბაძის, კვერნაძის, ყანჩელის, აზარაშვილის... ყველას ერთად მოვუყარე თავი. შესულია ფილმ „ვერის უბნის მელოდიების“ საუნდტრეკი.

— **ხშირად გახსენდებათ თქვენი პირველი სოლო კონცერტი?**

— მინდა გითხრათ, რომ დიდი განსხვავება არ არის ჩემს განწყობაში. ყოველთვის ვღელავდი და ახლაც ვღელავ. როდესაც რუსეთში ვმღეროდი, ასეთი მძაფრი განცდები არ მქონდა. მგონია, რომ მათ ყველაფერი მოსწონთ. როდესაც საქართველოში ვმღერი, ჩემს ხალხს ვუმღერი, ეს სხვა პასუხისმგებლობაა. უწინ მსმენელს ვერაფერს გამოაპარებდი, მაგრამ მთავარი შიში კი არა, პასუხისმგებლობაა. სცენაზე რომ გამოდიხარ, მარტო სიმღერა კი არ არის მთავარი, ყურადღება ექცევა დგომას, სიარულს, საუბარს, ჩაცმულობას. შეიძლება გასაგიჟებელი ხმა გქონდეს, მაგრამ — არაფრისმომცემი.

— **დღემდე გადიხართ რეპეტიციებს?**

— არა. არავინ დამიჯერებს, მაგრამ მე და მედეა გონგლიაშვილს (პიანისტი) რეპეტიციები არასოდეს გვქონია. ის გენიოსი იყო. მე მასთან გასვლა მეზარებოდა, მას — ჩემთან. ტელეფონით დამირეკავდა, დაჯდებოდა როიალთან, ის უკრავდა, მე ვმღეროდი. მერე კონცერტამდე ორი დღით ადრე ვხვდებოდით ერთმანეთს, მივდიოდით დარბაზში და გენერალურ რეპეტიციას იქ გავივლიდით ხოლმე.

გამუდმებით რეპეტიციები მქონდა „ორერასთან“ ერთად. მაგალითად, მოსკოვში ჩავატარებდით 30 კონცერტს. თბილისში

„ღმერთს ვევედრები, იმ დრომდე მიმიყვანოს, რომ ნატალია ვნახო მეტროპოლიტენ ოპერაში. ეს აუცილებლად მოხდება და რომ წარმოგიდგენიათ, რამდენი ხანი უნდა ვიცხოვრო! მინდა სიცოცხლე! მინდა, აგარაკი შევიძინო, მოვაწყო..."

რომ ვბრუნდებოდით, მხოლოდ ერთ კვირას დავისვენებდით და შემდეგ ისევ ვიწყებდით მუშაობას, რეპეტიციებს. რობერტ ბარძიმაშვილი გენიოსი იყო და ამ სიტყვების თქმის არ მეშინია. სულ ქექავდა, ეძებდა, ის პერიოდი მართლაც რომ გამორჩეულად საინტერესო იყო ჩემთვის. პრაქტიკულად მაშინ ჩამოვყალიბდი მომღერლად.

— **ახლა ვინ არის თქვენი კონცერტმეისტერი?**

— სხვათა შორის, ის წარმოშობით სომეხია. თვითონ მოვიდა ჩემთან, მითხრა, მინდა, თქვენ დაგიკრათო. ვიცოდი, როგორც უკრავდა და არ მომწონდა. მედიკოსნაირად არავინ უკრავდა... მაგრამ ის ხან ვიზის და ხან სხვა მიზეზის გამო ვერ ჩამოდიოდა მოსკოვში. მე ოჯახი მყავდა შესანახი, უნდა მემუშავა და ამიტომ სხვასთან დავიწყე თანამშრომლობა. მას ვუთხარი, ისწავლე, როგორც მედეა გონგლიაშვილი უკრავს და მაშინ ვითანამშრომლოთ-მეთქი. მას მთელი ჩემი რეპერტუარი აქვს შესწავლილი. როდესაც მინდა, ბისზე წამოვიწყო სიმღერა, ამას ვერ ვაკეთებ პიანისტის გამო. მე კი არ გავდივარ რეპეტიციებს, ის მუშაობს და იმდენს უკრავს, რომ ხანდახან მეცოდება. თუ ერთი აკორდი შეეშალა, წასულია საქმე, ველარ მეწევა. ხანდახან თავის იმპროვიზაციას რომ გამიკეთებს, მისი მოკვლა მინდება!.. (იცინის).

Cyan Magenta Yellow Black

ყველაფერს ვპატიობ ადამიანს, მაგრამ, როცა ვმღერი და ცუდად უკრავენ, თვალებზე ბინდი მეკვრება.

— **მოსწავლეები ოდესმე გყოლიათ?**

— არა. თეატრალურ უნივერსიტეტში ბავშვებისთვის სიმღერა უნდა მესწავლებინა, მაგრამ იმდენი გასტროლი მქონდა, ამას

> **„დედას და მამას ისე არ ვაფასებდი, როგორც ახლა. ისეთი სინანული მაქვს... მათთან მეტად გახსნილი ურთიერთობა უნდა მქონოდა".**

ვერ ვახერხებდი. არაერთი მასტერკლასი მაქვს ჩატარებული. ქართველი ადამიანი ძალიან მუსიკალურია, მაგრამ წინ ვერ მიდის, რადგან გემოვნება არ აქვს. აი, ამაშია საქმე.

— **დღეს, როცა თვალს ავლებთ თქვენს შემოქმედებას, განვლილ გზას, კმაყოფილი ხართ?**

— არა მგონია, უკეთესი გზა გამევლო. ბედნიერ ადამიანად დავიბადე. ისეთ დროს ვყალიბდებოდი მომღერლად, როცა ბუმბერაზი კომპოზიტორები წერდნენ სიმღერებს, იყვნენ კარგი პოეტები, კრიტიკოსები. მასას პატივს ვცემ, მაგრამ ჩემს კონცერტზე ძირითადად მუსიკოსები ისხდნენ. დამწყებ მომღერალს ვურჩევდი, თუ ქართველი ხარ, ჩასწვდი სიღრმეებს.

ძალიან მიყვარს ფოლკლორი, ეს ფუძეა ჩვენი და კარგად უნდა გესმოდეს. ბავშვობიდან მესმოდა ოჯახში ხალხური სიმღერა. ჯანო კახიძე ჯერ ჩემი მეზობელი იყო, შემდეგ დავმეგობრდით. მისი სახლიდან სულ ისმოდა სიმღერა და ეს ყურში მქონდა გამჯდარი. ქართველებს უდიდესი სიმდიდრე გვაქვს — ეს არის ქართული ფოლკლორი.

> **„არავინ დამიჯერებს, მაგრამ მე და მედეა გონგლიაშვილს რეპეტიციები არასოდეს გვქონია. ის გენიოსი იყო. მე მასთან გასვლა მეზარებოდა, მას — ჩემთან. ტელეფონით დამირეკავდა, დაჯდებოდა როიალთან, ის უკრავდა, მე ვმღეროდი".**

— **თქვენს ოჯახზე გვიამბეთ, გარემოზე, სადაც ჩამოყალიბდით პიროვნებად, მუსიკოსად.**

— ბედმა გამიღიმა, დედამ ჩემს მომღერლად ჩამოყალიბებაში დიდი როლი ითამაშა. ბაბუა და დეიდები სცენაზე სამღერლად არ მიშვებდნენ, მაგრამ დედამ იმარჯვა. დედას ხუთი და ჰყავდა, რომლებიც ერთიმეორეზე უკეთესად მღეროდნენ. დედა ჩემი პირველი მასწავლებელი იყო. როცა მან აღმოაჩინა, რომ სმენა მქონდა და ვმღეროდი, სახლში დახვეწილი მუსიკალური გემოვნების ხალხი მოჰყავდა, რომ მათგან მესწავლა. სამწუხაროდ, ისინი ცოცხლები აღარ არიან, არც ჩემზე 10 წლით უფროსი მეგობრები არიან ამქვეყნად. ასე რომ, ისეთი საინტერესო აღარ არის ურთიერთობები.

ჩვენი გვარი (დედის მხრიდან) ევგენი მიქელაძის შტოდანაა. ჩემი დიდი ბებია დიდი მომღერალი იყო. შემთხვევით არაფერი მოდის — ჩვენ ძალიან ძლიერი გენები გვაქვს. ტრადიციულ ოჯახში გავიზარდე, სადაც სულ სტუმრიანობა იყო. ჩვენი სტუმრები კარგი მოქეიფეები იყვნენ და ამავე დროს — განათლებულები, კარგი ოჯახის შვილები, კარგი პიროვნებები. თავიანთი საქმის პროფესიონალები გახლდნენ. ბედნიერი ვარ, რომ ამ ეპოქაში მოვხვდი, რომელმაც ბევრი კარგი რამ მომიტანა. იყო ცუდიც და კარგიც... დედაჩემი რაღაცაზე იტყოდა ხოლმე, ჩემს დროს, აი, ასე იყოო. ახლა ეკას (შვილი ეკა მამალაძე. ავტ.) და ნატალიას (შვილიშვილი. ავტ.) მე ვეუბნები რაღაცაზე იმავეს.

— **რაზე ოცნებობთ, რის გაკეთებას აპირებთ?**

— ბევრი რამ კი გავაკეთე, მაგრამ დღემდე მომავლის იმედით ვცხოვრობ. ადამიანი რომ ბერდება, ჰგონიათ, სულელდება, მაგრამ ასე არ არის. მომავლით ვცხოვრობ, არ ვასრულებ ცხოვრებას და ეს არის ჩემი პლუსი! მე არა ვარ ბებერი, მერე რა, რომ წლები მემატება. იცით, რამდენი გეგმა მაქვს? ვერც კი წარმოიდგენთ!

— **რამდენი?**

— ძალიან ბევრი. ჩემს ნატალიაზე ვფიქრობ, რომელიც კლასიკური ხაზით წავიდა. ღმერთს ვევედრები, იმ დრომდე მიმიყვანოს, რომ ნატალია ვნახო მეტროპოლიტენ ოპერაში. ეს აუცილებლად მოხდება და ხომ წარმოგიდგენიათ, რამდენი ხანი უნდა ვიცხოვრო! მინდა სიცოცხლე! მინდა, აგარაკი შევიძინო, მოვაწყო. ოცნებად მაქვს, დედის ტრადიცია გავაგრძელო, ხალხი დავპატიჟო და კარგი შემოქმედებითი, საინტერესო საუბრები გავმართოთ. ქართველი ერის გენში ზის სტუმართმოყვარეობა, ყველას უყვარს მეგობრები. ჩემს სახლში მიმოსვლა გრძელდება. ამ

მხრივ, დედაჩემი ეკამ შეცვალა. ის ჩემი ძალაა, ოჯახის ბურჯია. უკვე გითხარით, როგორი თვითკრიტიკულიც ვარ, მაგრამ ოჯახის წევრებს ორჯერ მეტს ვთხოვ, ხშირად ამის გამო ბრაზობენ ხოლმე.

— **რომ შეგეძლოთ, განვლილ წლებში შეცვლიდით რამეს? რას ნანობთ ყველაზე მეტად?**

— სინანული ბევრია... ერთ ბანალურ რამეს გეტყვით — დედას და მამას ისე არ ვაფასებდი, როგორც ახლა. ისეთი სინანული მაქვს... მათთან მეტად გახსნილი ურთიერთობა უნდა მქონოდა.

> **„ყველა ჩემი სასცენო კოსტიუმის დიზაინი ჩემია. დედაჩემს ჰქონდა არაჩვეულებრივი გემოვნება, ბავშვობიდან დახვეწილად მაცმევდა, მდიდრულად კი არა, შეხამებით. წლებმა კიდევ უფრო ჩამომიყალიბა გემოვნება".**

როცა ვარსკვლავს მიხსნიდნენ, მამა ძალიან ავად იყო, ვერ დადიოდა. არ ვუთხარი, რომ ვარსკვლავს მიხსნიდნენ, თუმცა შეიძლებოდა, რაღაც მომეფიქრებინა და რამენაირად ჩემ გვერდით ყოფილიყო. ამას საკუთარ თავს ვერ ვპატიობ, დღემდე ძალიან ვნანობ. ბევრი წვრილმანია, რასაც ვნანობ და სწორედ ამ წვრილმანებისგან შედგება ცხოვრება. თუმცა უმადური არასოდეს ვყოფილვარ, მადლობა ღმერთს იმისთვის, რაც ცხოვრებაში მარგუნა. მე რომ დღემდე თქვენთან ერთად ვდგავარ და თქვენ მესაუბრებით, ეს უკვე დიდი ბედნიერებაა. მთავარი მომღერლობა არ არის, შეიძლება ცხოვრების რაღაც ეტაპზე ხმა დაკარგო, მაგრამ შენი კეთილშობილება, ადამიანობა არ იკარგება, ესაა მთავარი ცხოვრებაში.

— **თქვენი გარეგნობა, გემოვნება ყოველთვის ეტალონია. ეს რისი ან ვისი დამსახურებაა?**

— ეს ყველაფერი ჩემი გულიდან და სულიდან მოდის, ასეთია ჩემი განწყობა. ჩემი გარეგნობა გენეტიკის დამსახურებაცაა... არ ვამთავრებ ცხოვრებას, მივდივარ წინ!

— **ვინ გირჩევთ სასცენო სამოსს?**

— ყველა ჩემი სასცენო კოსტიუმის დიზაინი ჩემია. დედაჩემს ჰქონდა არაჩვეულებრივი გემოვნება, ბავშვობიდან დახვეწილად მაცმევდა, მდიდრულად კი არა, შეხამებით. წლებმა კიდევ უფრო ჩამომიყალიბა გემოვნება.

✓ **ლანა კიკნაძე**

Cyan Magenta Yellow Black

„ჟურნალისტებს და პრემიერს კარგი შოუ გამოგვივიდა, მთელი საქართველო გავართეთ“

საქართველოში ხელისუფლების შეცვლიდან ერთი წლის თავზე, 2 ოქტომბერს, ბიძინა ივანიშვილთან შეხვედრაზე მიწვეული ტელეჟურნალისტები პრემიერმა კრიტიკის ქარცეცხლში გაატარა, მათი მისამართით მკვეთრი შენიშვნები არ დაიშურა. ზოგადად ქართველ ჟურნალისტებს ლანძღვა კი არა, რეპრესიებიც კარგად ახსოვთ წინა, ნაციონალური რეჟიმისგან, ამიტომაც განიცადეს მცირე შოკი, როცა „ოცნების“ მთავრობის მეთაურმაც ჭკუის დარიგება დაუწყო, თუ რას ნიშნავს ჟურნალისტიკა. ბატონ ბიძინას ხელში ეჭირა ამონარიდები სატელევიზიო გადაცემებიდან და ტელეჟურნალისტებს ახსნა-განმარტებას სთხოვდა. როცა ჩაეკითხნენ, გამოჩნდა, რომ პრემიერს ის გადაცემები ნანახი არ ჰქონდა და კონტექსტიდან ამოგლეჯილ ციტატებს იშველიებდა, რის გამოც ბოდიშის მოხდაც მოუწია ანალიტიკური დეპარტამენტის მაგივრად, რომელმაც ეს მასალა შეუგროვა და მიაწოდა და რომლის ხელმძღვანელიც შევარდნაძის ეპოქიდან ცნობილი ჟურნალისტი კოკა ყანდიაშვილი გახლავთ.

„ვინ გიამბოთ ჟურნალისტიკის როლის შესახებ, როდესაც ასეთი წარმოდგენა შეგიქმნათ, რაც ჩვენს შეხვედრას ლაიტმოტივად გასდევს? ვინ გიმზადებთ, ვინ გეხმარებათ, კონსულტაციებს ვისთან გადიხართ მსგავსი შეხვედრების ორგანიზებისას? ნაწერი რომ გიჭირავთ, ვისი ნაწერია? ვინ გირჩევთ კომუნიკაციის ამ ფორმას ჟურნალისტებთან და აქედან რომ გახვალთ, თუ უსაყვედურებთ მათ? ეს ფორმა კომუნიკაციისა თქვენი არჩევანია თუ არის დამხმარის როლი?“ — ამ კითხვებით პრემიერის გამოსვლის მიზეზების გარკვევა სცადა ჟურნალისტმა ნინო ჟიჟილაშვილმა, მაგრამ პასუხი ვერ მიიღო.

❖

შეხვედრა პირდაპირ ეთერში გადაიცემოდა და პრემიერის მიერ გამოთქმული მოსაზრებები საზოგადოების დიდმა ნაწილმა მასმედიის საქმიანობაში ჩარევად აღიქვა. რას ელოდნენ, რა მიიღეს და რა დასკვნები გააკეთეს ბიძინა ივანიშვილთან შეხვედრის შემდეგ თავად ჟურნალისტებმა, „სარკე“ ამ თემაზე სწორედ მათ ესაუბრა.

ნინო ჯანგირაშვილი — ტელეკომპანია „კავკასიის“ დამფუძნებელი და ტელეწამყვანი:

— მერჩივნა, ეს შეხვედრა ჩვეულებრივი კითხვა-პასუხის რეჟიმში წარმართულიყო. რა თქმა უნდა, პრემიერმინისტრს აქვს უფლება, ჟურნალისტების მიმართ პრეტენზიები ჰქონდეს და ისინი გამოთქვას, მაგრამ მე არ მიყვარს საქმის გარჩევა და მხარედ ყოფნა პოლიტიკოსებთან. ეს შეხვედრა კი საქმის გარჩევა გამოვიდა და ჩვენც ავყევით. ალბათ ჯობდა, ჩვენს პროფესიაში უფრო მეტად დავრჩენილიყავით და მისთვის საქმის გარჩევის საშუალება არ მიგვეცა. კითხვა-პასუხის რეჟიმში უნდა ვყოფილიყავით და საზოგადოებისთვის მაქსიმალური ინფორმაცია მიგვეცა. ამ დროს კი იმ მომენტში ჩვენი ფუნქცია დაგვავიწყდა და ყველამ „ტიპობა“ დავიწყეთ.

— ანუ თქვენთვისაც მოულოდნელი იყო პრემიერის ასეთი პოზიცია?

— ჩემთვის მოულოდნელი არაფერია. უამრავ შეხვედრაზე ვყოფილვარ და ყველაფერი მინახავს. ეს შეხვედრა ყველამ აღიქვა, როგორც სანახაობა და ასევე ყველამ აღგვიქვა მხარეებად. შეხვედრის დაწყების წუთიდან იმაზე მიდიოდა მსჯელობა სოციალურ ქსელებში, ვინ აჯობა, ვინ მოიგო, ვინ წააგო. ზოგი გვეუბნებოდა, ახლავე ადექით და დატოვეთ იქაურობაო. ზოგი ამბობდა, უჰ, რა კარგია, რომ პრემიერმინისტრმა ამ დღეში ჩაგაგდოთ, მიგჯირყვნათო.

პრემიერმინისტრსაც და ჩვენც დაგვავიწყდა ჩვენ-ჩვენი ფუნქციები. ჩვენი ფუნქციაა, ნებისმიერი შეხვედრიდან მაქსიმალური ინფორმაცია გამოვიტანოთ, რაც საზოგადოებისთვისაა საჭიროა და შეიძლება მათ აინტერესებდეთ და პრემიერმინისტრის ფუნქციაა, რომ ჩვენი საშუალებით რაც შეიძლება მეტი ინფორმაცია მიაწოდოს საზოგადოებას. ჩვენ ხომ რეალურად მედიატორები ვართ და გლადიატორულ წარმოდგენებში არ უნდა ვმონაწილეობდეთ.

— მგონი, პრემიერმინისტრი ცდილობდა, საზოგადოებისთვის დღევანდელი ჟურნალისტიკის სახე დაენახვებინა.

— ეს მისი საქმეა, რაც უნდა, იმას ეცადოს. ვინც აჰყვება, აჰყვეს, მაგრამ მე ამდენი წლის განმავლობაში ყოველთვის ვცდილობდი, მედიის ძირითად ფუნქციებს დიდად არ გავცილებოდი. ჩვენ ხშირად გვაყენებდნენ ისეთ მდგომარეობაში, როცა ბრძოლა გვიწევდა, რადგან ეს ეხებოდა ჩვენს უფლებებს, ჩვენს პრობლემებს, მედიის უფლებებს. 9 წელი მუდმივი ბრძოლა გვიწევდა. მგონი, ეს ამბავი დავამთავრეთ, ამიტომ კარგი იქნება, მედიასა და ხელისუფლებას შორის ისეთი საქმიანი ურთიერთობა იყოს, რომლითაც საზოგადოება მოიგებს. კარგი იქნება, ვისაუბროთ ეკონომიკაზე, გადასახადებზე, სოციალურ პრობლემებზე და ა.შ. და არ გავხდეთ შოუს მონაწილეები. ისე, ეს შოუც არ იყო ცუდი, კარგად გავართეთ ხალხი. 4 საათი ერთობოდა მთელი საქართველო.

ნინო ჯანგირაშვილი: „შეიძლება მათრახიც დავიმსახურო, მაგრამ პრემიერმინისტრმა მედიას საქმე მაინც არ უნდა უჩხიროს“.

— პრემიერმინისტრს ჟურნალისტების „მიჯირყვნა“ გამოუვიდა?

— რომ გამოვედით, კი ვიყავით მიჯირყვნილები.

— რა სიტუაცია იყო ამ შეხვედრის დასრულების შემდეგ, როგორი გაარჩიეთ ერთმანეთში ეს ამბავი?

— როგორც კი შეხვედრა დამთავრდა, ყველა ერთმანეთს ვეცით და გადაცემაში ვეპატიჟებოდით. ეკრანის გარეთ კოლეგებთან ეს შეხვედრა არ გამირჩევია. მგონი, საუკუნის შეხვედრა არ იყო, რომ ვარჩიოთ და ვარჩიოთ.

— პირადად თქვენ პრემიერმინისტრთან ცალკე გასაუბრების საშუალება მოგეცათ?

— კი, იყო ამის საშუალება. ივანიშვილი სააკაშვილისგან განსხვავებით, არ გარბის ხოლმე. მიშა წამოხტება და გარბის. ივანიშვილი არ გაქცეულა, მაგრამ იმდენი ვილაპარაკეთ და კიდევ რაღა უნდა გვეკითხა?! ტკბილად დავემშვიდობეთ ერთმანეთს და წამოვედით. არაფერი განსაკუთრებული არ მომხდარა ეკრანის მიღმა. რაც ყველაზე საინტერესო იყო, ეთერში ჩანდა.

— გამოჩნდა, რომ პრემიერმინისტრს რამდენიმე არასწორი ინფორმაცია ჰქონდა. ჰკითხეს კიდეც ვინ გაწვდით ამ ინფორმაციებს და ვინ გირჩევთ მედიასთან ასეთი ტიპის ურთიერთობასო. როგორ ფიქრობთ, ივანიშვილის დამოკიდებულება მედიისადმი მისი პიარისა და პრესსამსახურების დამსახურებაა?

— არ მიყვარს ინტრიგაგარეული, ქვეშქვეშა, შიგა გარჩევებისკენ მიმართული აქცენტების დასმა. სულ არ მაინტერესებს, ვინ რას უწერს და ეუბნება პრემიერმინისტრს. თუ ვინმე მას შეცდომით აწვდის რაიმე ინფორმაციას, თავად მოჰკითხოს პასუხი. პრემიერმინისტრი პატარა ბავშვი არ არის და თვითონ უნდა მიხვდეს ყველაფერს. ზრდასრული ადამიანი თავის სიტყვებზე პასუხისმგებელი თავად უნდა იყოს. შეიძლება რაღაცეები კონტექსტიდან ამოგლეჯილი იყო და რაღაცეები არასწორად იყო აღქმული, მაგრამ მთავარი, რაც მე დავინახე, ის არის, რომ ჩვენ — პირადად მე და ბიძინა ივანიშვილი — ძალიან განსხვავებულად ვუყურებთ ჟურნალისტის პროფესიას. არც ესაა ტრაგედია.

პოლიტიკოსები ზოგადად სხვანაირად ხედავენ ჟურნალისტიკას. სააკაშვილს მიაჩნდა, რომ ჟურნალისტები მის პიარსამსახურში აგიტატორები უნდა ყოფილიყვნენ. ბევრს აქვს მცდარი შეხედულება ჟურნალისტიკაზე, მაგრამ მე ეს არ მადარდებს. ბიძინა ივანიშვილის კრიტიკა ჩვენ მიმართ იმიტომ არ მადარდებს, რომ დარწმუნებული ვარ, ამას არ მოჰყვება სისტემური ძალადობა მედიაზე, არ მოჰყვება ფინანსური პოლიციის და სხვა სტრუქტურების ზეწოლა, მაგალითად, რეკლამის დამკვეთებზე. ყველა კარგად ვხედავთ — მიუხედავად იმისა, რომ „რუსთავი 2“ ნაციონალური მოძრაობის მხარდამჭერი ტელევიზიაა, რეკლამითაა გაჭედილი და მათ არავინ უშლის ხელს. არავინ აიძულებს რეკლამის დამკვეთებს, რომ იქ რეკლამა არ მიიტანონ. ჩემთვის ეს არის მთავარი და ფასეული.

მე არც სააკაშვილის კრიტიკაზე მექნებოდა რეაქცია, შემდგომ ეს გამყარებული რომ არ ყოფილიყო მარეგულირებელი კომისიის, პოლიციის თუ ფინანსური პოლიციის სისტემის მუშაობით მედიასაშუალებების წინააღმდეგ და უფრო მეტიც, მათ გასანადგურებლად. ივანიშვილმა გვისაყვედურა, მე არ დავეთანხმე და ამაში ტრაგედიასაც ვერ ვხედავ, რადგან ვიცი, სადამსჯელო ღონისძიებებს არ გაატარებს. წინა ხელისუფლებისგან სწორედ ეს განასხვავებს ახალს, რომ ძალისმიერ მეთოდებზე არ დგას. პრობლემა არ არის იმაში, თუ ივანიშვილი არასწორად ხედავს ჟურნალისტის ფუნქციებს. როგორც უნდა, ისე დაინახოს.

— თავისი მინისტრების შექებისკენ მოგვიწოდა.

— ესეც მისი გულწრფელი სურვილი იყო. სულ რომ ანგელოზები იყვნენ, მაინც გამიჭირდება მათი ქება. მე მხოლოდ ჩემს შვილს ვაქებ და ხანდახან — ჩემს ქმარს. ქმარს ვაქებ არასამსახურებრივ საქმეებში, სამსახურში მასაც ვეჩხუბები და ვსაყვედურობ. რა ვქნა, ივანიშვილის მინისტრებს ვერც დავუყვავებ და ვერც მოვეფერები. მხოლოდ ჩემს შვილს მოვეფერები.

— ივანიშვილის არც ერთი პრეტენზია

→71

Cyan Magenta Yellow Black

თბილისობა მარნეულის მწნილის ფესტივალთან ერთად

100 პროცენტით ქართულ ნედლეულზე დამზადებული პროდუქტი

თბილისობის სადღესასწაულო განწყობას არც კომპანია „მარნეული“ გამოკლებია და „მწნილის ფესტივალი“ მოაწყო. ორი დღის განმავლობაში აბანოთუბანში თბილისელებსა და თბილისის სტუმრებს მარნეულის 100 პროცენტით ქართული პროდუქტებისგან დამზადებული მწნილეულის დაგემოვნების საშუალება ჰქონდათ. უფრო კონკრეტულად კი, სტენდზე გამოფენილი იყო „მარნეული აგროს“ ქართულ მიწაზე მოყვანილი კიტრი და პომიდორი; თელეთის „ფერმა მარგებელის“ ნატურალური რძისგან დამზადებული სხვადასხვა სახეობის ყველი. გარდა ამისა, მწნილის ფესტივალზე „მარნეულის სასურსათო ქარხნის“ და „მარნეული აგროს“ პროდუქცია სპეციალურ ფასად გაიყიდა. ცნობისმოყვარე მომხმარებელს თავად ჰქონდა საშუალება, ქართული ბოსტნეულის დამწნილებაში თავისი წვლილიც შეეტანა.

ირინე გაფრინდაშვილი, მარნეულის სასურსათო ქარხნის დირექტორი:

— თბილისობის დღესასწაულის დაგეგმვის დროს მოგვეცა საშუალება, კომპანია „მარნეულის“ ეკოლოგიურად სუფთა და საქართველოში წარმოებული პროდუქცია გამოგვეფინა. ვეცადეთ,

■ ირინე გაფრინდაშვილი

რომ ჩვენი მომხმარებლისათვის მაქსიმალურად სადღესასწაულო გარემო შეგვექმნა და ამიტომ ჩვენს სტენდთან ორი დღის განმავლობაში მუდმივად იყო ქართული სიმღერა და კარგი განწყობა. გვყავდა ქართული ფოლკლორული ანსამბლი „მოძახილი“ და ჩვენს მომხმარებელს „მარნეულის“ პროდუქციასთან ერთად საშუალება ჰქონდა, უშუალოდ გასცნობოდა წარმოების პროცესს, დაეგემოვნებინა ახალი პროდუქტები და გამოეთქვა თავისი აზრი.

თბილისობის გამოფენაზე „მარნეული“ ჰოლდინგში შემავალი სხვა კომპანიებიც წარმოვადგინეთ, კერძოდ „მარნეული აგრო“, რომელიც მარნეულის სასურსათო ქარხანას ნედლეულით ამარაგებს. მომხმარებელს შესაძლებლობა ჰქონდა, ენახა ის ქართული კიტრი და პომიდორი, რომლის გადამუშავებასაც ვაწარმოებთ.

ასევე წარმოვადგინეთ თელეთის მეცხოველეობის ფერმა, რომელიც ჩვენს ჰოლდინგში შედის და მცირე რაოდენობით ყველს აწარმოებს.

— თქვენი მომხმარებლის მხრიდან რის მიმართ იყო ყველაზე დიდი ინტერესი?

— ძალიან დიდი დაინტერესება ჰქონდა ჩვენს ლამაზ სტენდს და გამოფენა-გაყიდვას. ორი დღის განმავლობაში მომხმარებლის მომართვა და ინტერესი დიდი იყო. ახალი პროდუქტების გასინჯვისას მოწონებას აშკარად გამოხატავდნენ. კმაყოფილებას გვიზიარებდნენ და გვეუბნებოდნენ, ვიცოდით, რომ თქვენი პროდუქტები ეკოლოგიურად სუფთა იყო, მაგრამ ახლა უფრო დავრწმუნდითო. ჩვენ გვაქვს პრეტენზია, ვაწარმოოთ პროდუქტი, რომელიც 100 პროცენტით ქართულ ნედლეულზეა მომზადებული.

ძალიან ვამაყობთ, რომ ჩვენი მომხმარებელი მუდმივად კმაყოფილი გვყავს და ამას ყოველთვის ვგრძნობთ.

— „მარნეულის“ მრავალფეროვნულ ასორტიმენტს შორის რა სიახლე გაქვთ?

— მასობრივად დავიწყეთ ცნობილი „ლეჩოს“ წარმოება და შემოდგომის ბოლოდან სხვადასხვა სახეობის კომპოტებს შევთავაზებთ ჩვენს მომხმარებელს. ჩვენს ქარხანაში მუდმივად ეწყობა ტურები მომხმარებლებისათვის, რომლებსაც საშუალება აქვთ, საკუთარი თვალით ნახონ ის გარემო, სადაც მათი საყვარელი პროდუქტი იქმნება. ჩვენ მომხმარებლებისათვის ქარხნის კარი მუდამ ღია გვაქვს.

— მარნეულის პროდუქტებიდან ყველაზე გაყიდვადი რომელია?

— ტომატ პასტა და მწნილეულობა. ძალიან პოპულარულია სოუსები და საწებლები, ასევე მურაბები და ჯემები. ჩვენს ყველა სიახლეს მომხმარებელი დიდი ენთუზიაზმით იტაცებს.

Cyan Magenta Yellow Black

სამარ ჩოკუტაევი — მარტოხელა შურისმაძიებელი თუ რუსული სპეცსამსახურების აგენტი

«მისი დაპატიმრება ალბათ დროში გაიწელება ან სულაც არ მოხდება»

„ავღანეთი ჩვენი მიწაა და ყველა, ვინც მის დაპყრობას შეეცადა, ალაჰისგან დაისაჯა. ახლა კი ახალი ჯვაროსნები ჩამოვიდნენ საქართველოდან ჩვენი შვილებისა და ცოლების დასახოცად. ქვეყნის პრეზიდენტმა მიხეილ სააკაშვილმა ამერიკის დასახმარებლად გამოგზავნა ჯარები ავღანეთში. ჯიჰადი ქართველ ჯვაროსნებზე შურს იძიებს. ყოველდღე ჰელმანდში საშინელი სიკვდილით იხოცებიან ქართველი ჯვაროსნები და იგივე ბედი ელის ყველას, ვინც ჩვენს მიწაზე სისხლს ღვრის. ჩვენ ვიცით თქვენი სახელები, მისამართები, ნათესავები და მალე საქართველოში ჩამოვალთ. ჩვენ შურს ვიძიებთ!“ — ნათქვამი იყო ვიდეოში, რომელიც 2013 წლის 6 ივნისს ინტერნეტში აიტვირთა. ის ავღანეთში ქართველი ჯარისკაცების დაღუპვას მოჰყვა. მასში ქართველი ჯარისკაცების სახეები, სახელები და გვარები ჩანდა. საქართველოს მოსახლეობა ამ კადრებმა და „საღვთო ომის“ მუქარამ შოკში ჩააგდო.

საქართველოს შსს-მ მყისვე გამოძიება დაიწყო და ვიდეოს გამავრცელებლის კვალს თავდაპირველად თბილისში, ორ სხვადასხვა მისამართზე მდებარე კერძო სტრუქტურათა ოფისებში მიაგნო.

რამდენიმეთვიანი პაუზის შემდეგ კი შსს-მ მოულოდნელად გამოაცხადა, რომ ე.წ. ჯიჰადის ვიდეოების საქმე ერთი თვის წინ გახსნა, მაგრამ აქამდე საქმის დეტალების გახმაურებისგან თავს იკავებდა. ბრალდებულად ყირგიზეთის მოქალაქე, ამჟამად სოხუმში მცხოვრები, 24 წლის ვინმე სამარ ჩოკუტაევი დასახელდა. შსს-მ იმ მეთოდებსა და საშუალებებზეც ისაუბრა, რომლითაც დამნაშავემ ვიდეოს ატვირთვა მოახერხა.

„ოპერატიულ-ტექნიკური ღონისძიებების შედეგად დადგენილია დანაშაულის ჩამდენი პირი — 1989 წლის 6 მარტს დაბადებული ყირგიზეთის მოქალაქე სამარ ჩოკუტაევი, რომელიც სოხუმში მობილური კავშირგაბმულობის ერთ-ერთ კომპანიაში მუშაობს... საქმეზე შეკრებილ მტკიცებულებათა ერთობლიობით უდავოდ დადგენილია, რომ ბრალდებული სამარ ჩოკუტაევი არის მაღალი კვალიფიკაციის აიტი სპეციალისტი და დანაშაული მან საქართველოს არაკონტროლირებად ტერიტორიაზე ჩაიდინა. კერძოდ, 2013 წლის 4 ივნისს ბრალდებულმა ინტერნეტსივრცეში მომხმარებელ ჰამან ზამანის სახელით განათავსა ვიდეორგოლი, რომელიც შეიცავს ავღანეთში მყოფი საქართველოს შეიარაღებული ძალების და საქართველოს პრეზიდენტის მიმართ მუქარას.

უშუალოდ ვიდეორგოლის, აგრეთვე ბრალდებულის მიერ დანაშაულის ჩადენისას გამოყენებული ტექნოლოგიის დეტალური შესწავლისა და სათანადო ექსპერტიზის ჩატარების შედეგად დადგინდა, რომ ვიდეომასალა, რომელიც გამოყენებულია მუქარის შემცველი ვიდეორგოლის შესაქმნელად, მოპოვებულია თავისუფალი წვდომის ინტერნეტსივრცეში. რგოლი შექმნილია ამ ვიდეომასალის დამონტაჟების შედეგად და მის დასამზადებლად ავტორს არ დასჭირვებია რომელიმე ქართული ტელეკომპანიის ვიდეოარქივთან უშუალო ანუ ფიზიკური წვდომა. დანაშაული ჩადენილია აფხაზეთის ოკუპირებული ტერიტორიიდან. კვალის დაფარვის მიზნით, სამარ ჩოკუტაევმა გამოიყენა ქართული მობილური ოპერატორების უსბ-ის ინტერნეტმოდემები. აღსანიშნავია, რომ აფხაზეთის ტერიტორიის გარკვეულ ნაწილზე ვრცელდება საქართველოში მოქმედი სამივე ჯიესემ ოპერატორის სიხშირე — „მაგთი“, „ჯეოსელი“, „ბილაინი“. თავად ანძები კი, რომლებითაც ბრალდებული სარგებლობდა, საქართველოს ცენტრალური ხელისუფლების მიერ კონტროლირებად ტერიტორიაზეა განლაგებული.

სამარ ჩოკუტაევი

გამოძიებით დადგენილია, რომ სამარ ჩოკუტაევმა აფხაზეთის ოკუპირებული ტერიტორიიდან მალაიზიაში წინასწარ მომზადებული სერვერის გამოყენებით, დაშიფრული ხაზით შეაღწია თბილისში, ორ სხვადასხვა მისამართზე მდებარე კერძო სტრუქტურათა ოფისების ინტერნეტქსელში და კვალის არევის მიზნით, იმგვარად ატვირთა მუქარის შემცველი ვიდეორგოლი აღნიშნულ ოფისებში განთავსებული როუტერების გამოყენებით, რომ შექმნილიყო შთაბეჭდილება, თითქოს დანაშაული ამ ოფისების მიმდებარე ტერიტორიაზე იქნა ჩადენილი.

შეგახსენებთ, რომ გამოძიების საწყის ეტაპზე სწორედ თბილისში განთავსებული აიპი მისამართები იქნა იდენტიფიცირებული ქართველი სამართალდამცავების მიერ. სამარ ჩოკუტაევს თბილისის საქალაქო სასამართლომ აღკვეთის ღონისძიებად დაუსწრებლად შეუფარდა პატიმრობა. ამჟამად ხორციელდება ბრალდებულის ძებნის ღონისძიებები როგორც საქართველოში, ასევე მის ფარგლებგარეთ. გამოძიება გრძელდება და მისი შედეგების კვალდაკვალ, შსს გააგრძელებს მოქალაქეთა ინფორმირებას ამ საქმესთან დაკავშირებით. შსს მადლობას უხდის მოკავშირე ქვეყნების სპეცსამსახურებს ამ საქმის გამოძიებაში გაწეული ქმედითი დახმარებისთვის“, — ნათქვამია შსს-ს განცხადებაში.

■

ჩოკუტაევის აღმოჩენამდე აქტიურად ვრცელდებოდა ინფორმაცია, რომ ე.წ. ჯიჰადის კლიპები პრემიერის ადმინისტრაციის თანამშრომელმა, ჟურნალისტმა კოკა ყანდიაშვილმა ბიძინა ივანიშვილის ვაჟის, ბერას სტუდიაში დაამზადა, ხოლო მიზანი საქართველოში ნატო-ს საწინააღმდეგო პროპაგანდა და პრორუსული პოლიტიკის გატარება იყო. ის, რომ შსს-მ ვერ დაადგინა, ვინ არის საქართველოში დამზადებულ-გავრცელებული კლიპების ავტორი, სწორედ იმ ეჭვს აძლიერებს, რომ კლიპი „ოცნებამ“ დაამზადაო, ამბობდნენ ნაციონალები და მათი მომხრეები. „ოცნების“ მხარდამჭერები კი პირიქით, ქვეყნის არევის მცდელობისთვის მსგავსი ვიდეოს დამზადებას სწორედ ნაციონალებს მიაწერდნენ.

■

სამარ ჩოკუტაევი ყირგიზეთის მოქალაქეა. ყირგიზეთის დედაქალაქ ბიშკეკში დაიბადა და გაიზარდა. უმაღლესი ტექნიკური განათლებაც იქ მიიღო — ყირგიზეთის სახელმწიფო ტექნიკური უნივერსიტეტი აქვს დამთავრებული. ყირგიზეთში კომპანია „ტურ ტელეკომში“ ქსელის ადმინისტრატორის თანამდებობაზე დაიწყო მუშაობა. 2011 წლის აპრილში კი სოხუმში, კომპანია „აქვაფონში“ დაიწყო მუშაობა. ახლაც აფხაზეთში ცხოვრობს და მუშაობს. იგი 24 წლისაა. სოციალურ ქსელში აღნიშნული სახელისა და გვარის მქონე, იმავე ასაკის მამაკაცი ფიქსირდება. დაბადების თარიღი შსს-ს მიერ გავრცელებულ ინფორმაციას ემთხვევა. სამარ ჩოკუტაევს სამუშაო ადგილად მითითებული აქვს კომპანია „აქვაფონი“, რომელიც აფხაზეთის მობილური კავშირგაბმულობის კომპანიაა. ცნობილია აგრეთვე ის, რომ სამარ ჩოკუტაევი ავღანელი აიტი სპეციალისტების მწვრთნელი იყო.

მის მიერ სოციალურ ქსელში განთავსებული ფოტოების მიხედვით, ის მრავალ ქვეყანაშია ნამყოფი. მართალია, ქართულმა სასამართლომ ბრალი დაახლოებით ერთი თვის წინ წაუყენა და წინასწარი პატიმრობაც შეუფარდა, მაგრამ სოციალურ ქსელში მისი ბოლო ვიზიტი ახლახან, 1 ოქტომბერს არის დაფიქსირებული.

■

უსაფრთხოების საკითხების ექსპერტი ხათუნა ლაგაზიძე ამბობს, რომ ე.წ. ჯიჰადის ვიდეოს გავრცელება გაუგებარი ხასიათის ერთჯერადი აქტი იყო და მასში რუსულ, აფხაზურ, მით უმეტეს ავღანურ კვალს გამორიცხავს.

ხათუნა ლაგაზიძე: ფაქტობრივი მასალა იმდენად მწირია, რომ რეალური დასკვნის გაკეთების საშუალებას არ გვაძლევს. ამიტომ საუბარი გვიწევს მხოლოდ და მხოლოდ თეორიებზე. ბევრი ვერსიის და კვალის თეორიული განხილვაა შესაძლებელი, მათ შორის — ავღანური კვალისაც. შსს-ს მიერ შემოთავაზებული ვერსიით, ამ ვიდეოების შემსრულებელი თავისი ცხოვრების გარკვეულ პერიოდში დაკავშირებული იყო ავღანელებთან. ის ასწავლიდა აიტი ტექნოლოგიებს ავღანელებსაც, რომლებიც, სავარაუდოდ, ჩადიოდნენ მის ქვეყანაში. მით უმეტეს, რომ ვიდეოს გამოქვეყნება და ავღანეთში ქართველების მიმართ დაგეგმილი ტერაქტი ერთმანეთს ემთხვევა დროში.

მეორე ვერსიაა რუსული კვალი, რომელიც მიზნად ისახავს დასავლეთისკენ სწრაფვის შეჩერებას. ეს ვერსია ნაკლებად დამაჯერებლად გამოიყურება, გამომდინარე იქიდან, რომ ეს იყო ერთჯერადი აქცია. ასეთი

Cyan Magenta Yellow Black

ტიპის აქციებს კი საზოგადოებაზე გავლენა ნაკლებად აქვს.

მესამე ვერსიით შეიძლება ვივარაუდოთ, რომ დამკვეთი ერთობლივად რუსულ-აფხაზურია. გაუგებარია, ის ადამიანი, რომელიც შსს-ს ვერსიაში ფიგურირებს, დამკვეთია თუ შემსრულებელი. სრულიად ალოგიკურია, რომ ერთი ადამიანი ყოფილიყო ავტორი და შემოქმედი ამ ყველაფრისა. თუ დამკვეთი არ არსებობდა, მოტივაცია არ ჩანს. მხოლოდ აფხაზური ვერსია ყველაზე ნაკლებად განსახილველია. არანაირი რეალური შედეგი არ ჩანს. ეს რომ არ ყოფილიყო ლოკალური, ერთჯერადი აქტი და გვეხილა რამდენიმე სერია, მაშინ სხვა იქნებოდა.

— **„შედეგში“ ტერორისტულ აქტებსაც გულისხმობთ?**

— არა, ტერაქტი გამორიცხულია და ამ მიმართულებას არავინ განიხილავს. თუ დადასტურდა კონკრეტული ბმა ამ ვიდეოებისა და იმისა, რაც მოხდა ავღანეთში, როცა ქართველ სამხედროებს თავს დაესხნენ, მაშინ უკვე ამ ვიდეოს გავრცელება აზრს კარგავს, რადგან მას არაერთჯერადი ხასიათი არ აქვს. ან დაუსრულებელი ოპერაციის სახე აქვს, ან ძალიან არასერიოზულია. თავისთავად, არანაირ საფრთხეს არ შეიცავს და ეს აჟიოტაჟიც გადაჭარბებულია.

— **ქალბატონო ხათუნა, შემოვიდნენ და ვიდეო ატვირთეს ქართული სერვერების გამოყენებით. ამ მხრივ სრულიად დაუცველები ვართ და, ვინც მოინდომებს, შეუძლია კვალის ასარევად მსგავსი კიბერშეტევა განახორციელოს?**

— საქართველოსთვის ნებისმიერი სახის უსაფრთხოება პრობლემაა და ეს ახალი არ არის. ჩვენ არ ვართ ის ქვეყანა, რომელსაც შეუძლია დაცვის მექანიზმები შეიმუშაოს, თუნდაც სამხედრო თავდაცვის მიმართულებით. ძალიან პატარა და ღარიბი ქვეყანა ვართ იმ მხრივ, რომ მსგავსი რაღაცეები გამოვრიცხოთ. კიბერშეტევები ხორციელდება არამხოლოდ საქართველოში, არამედ ამერიკის უმაღლესი დაწესებულებების საიტებზეც კი. ასე რომ, ვერ ვიტყვით, ჩვენს თავს რაღაც ექსტრაორდინარული ხდება.

— **რამდენად რეალურია ჩოკუტაევის დაპატიმრება?**

— თუ ის მარტო მოქმედებდა, ამ შემთხვევაში უფრო იოლი დასაკავებელი იქნება. არ იქნება რთული სხვადასხვა ქვეყანაში მისი იდენტიფიცირება. თუ ის ვილაცის დაკვეთის მხოლოდ ტექნიკური განმახორციელებელი იყო, მისი დაკავება უფრო გართულდება. ინტერპოლის ფარგლებში შეიძლება ის აფხაზეთშიც დააკავონ, რადგან რუსეთი და საქართველო ასეთ დროს უნდა თანამშრომლობდნენ და, წესით, არ უნდა გართულდეს. ვფიქრობ, ეს საქმე არ იყო ისეთი, რომელსაც ასეთი აჟიოტაჟი უნდა გამოეწვია. ან შეიძლება იყო და მოხდა მისი ლოკალიზება, რაც იმას დაადასტურებს, რომ ჩვენი სპეცსამსახურები ძალიან მაგრები არიან. მე მაინც მრჩება შთაბეჭდილება, რომ ეს ყოვლად გაუგებარი, ერთჯერადი ხასიათის აქტი იყო.

■

სამხედრო ექსპერტი **გიორგი თავდგირიძე** დარწმუნებულია, რომ გავრცელებულ ვიდეოსთან თალიბანს კავშირი არ აქვს და ამ მხრივ საქართველოს მოსახლეობას საფრთხე არ ემუქრება. ექსპერტის აზრით, ეს ან მარტოხელა ჰაკერის ბოროტი ხუმრობაა ან რუსეთის სპეცსამსახურების ნამუშევარი:

— ჩვენ ვიცით მხოლოდ შემსრულებელი, რომელსაც შესაძლებელია დამკვეთი სულაც არ ჰყოლოდა. თანამედროვე ეპოქაში არც ვიდეორგოლების დამზადებაა ტექნიკურად ძალიან რთული და არც დიდი ფინანსებია საჭირო, მით უმეტეს, მისი განთავსება არ არის პრობლემა. ამ შემთხვევაში, როგორც ჩანს, გარკვეულმა ჯგუფმა მოინდომა საქართველოს საგარეო პოლიტიკაზე შტურმის მიტანა. ძირითადი აქცენტი ის იყო, რომ საქართველო მონაწილეობს ავღანეთში ამერიკის მხარდასაჭერად და თალიბები ამის გამო შურს იძიებენ. ფაქტობრივად შეტევა ხორციელდებოდა საქართველოს პროდასავლური კურსის გამო.

— **გავრცელდა მოსაზრება, რომ ეს ვიდეო ნაციონალური მოძრაობის დაკვეთით გავრცელდა...**

— სიმართლე გითხრათ, აქ რომელიმე პარტიის სტილი არ ჩანს. საკუთარ თავზე დარტყმის განხორციელება იმისთვის, რომ ნაციონალურ მოძრაობას ამან მოუტანოს გარკვეული დივიდენდი, ცოტა რთული დასაჯერებელია. ნაციონალურ მოძრაობას კარგად ეხერხება პიარი და, როგორც წესი, საინფორმაციო ომს ის ვერ ახორციელებს. ძირითადად საკუთარი თავის თეთრი და მოწინააღმდეგის შავი პიარით არის დაკავებული. ამიტომ ნაკლებად სავარაუდოა, ასეთი კლიპები ნაციონალური მოძრაობის დაკვეთით დამზადებულიყო.

გიორგი თავდგირიძე: „ალბათ მეგობრების წრეში ისმენდა ანტიქართულ ისტორიებს და შესაძლებელია, ამ ადამიანმა თავად გადაწყვიტა, ზედმეტი ფინანსური დანახარჯების გარეშე ფსიქოლოგიური ტრავმა მიეყენებინა ქართველებისთვის, შეეშინებინა".

— **მსგავსი ვიდეოების გავრცელება რამდენად არის ჩვენთვის საფრთხის შემცველი?**

— ამ ვიდეოს პარალელურად რომ განხორციელებულიყო გარკვეული ტიპის შეტევა ავღანეთში მყოფ საქართველოს ბაზებზე, ეს იქნებოდა ცუდი ტენდენციის მაჩვენებელი და ტერორიზმის საფრთხე უშუალოდ საქართველოსაც დაემუქრებოდა. ერთი სიტყვით, სულ სხვა რეალობაში გავიღვიძებდით. ამ შემთხვევაში ეს არ დასტურდება, ანუ პირდაპირი კავშირი არ აქვს თალიბანთან. საინფორმაციო ომი კი ყოველდღიურად მიმდინარეობს. მთელ მსოფლიოში ხორციელდება მსგავსი სახის კიბერშეტევები. ეს ფაქტი, რა თქმა უნდა, პრობლემურია, მაგრამ დაუძლეველი საფრთხე არ არის. ამაზე შეიძლება რეაგირება და კონტრღონისძიებების გატარება.

საინტერესოა, მარტოხელა ჰაკერის შურისძიებაა ეს თუ რუსული სპეცსამსახურების ნამოქმედარი. თუ რუსული სპეცსამსახურის ხელი დადასტურდება, მივიღებთ იმას, რომ, გარდა ომისა, რომელიც ჩვენსა და რუსეთს შორის განხორციელდა, ასევე — საინფორმაციო ომისა, კიბერსივრცეშიც გადავალთ. ეს ნიშნავს იმას, რომ ყოველწამიერად არსებობს საფრთხე, მაგალითად, რომელიმე ბანკის სერვერი გაითიშოს ან სხვა სახის კიბერშეტევა განხორციელდეს. ეს მუქი სცენარია, რომელიც ჯერ არ გვემუქრება, რადგან ამის ტენდენცია არ ჩანს, მაგრამ შესაძლებელია, დაგვემუქროს.

ჩოკუტაევი, რომელმაც სამსახური იპოვა აფხაზეთში რუსების დახმარებით თუ მათ გარეშე, შეიძლება სულაც არ არის რუსების სპეცსამსახურებთან კავშირში, მაგრამ რუსების ფინანსებით ეხმარება აფხაზებს. შესაბამისად, აფხაზეთში დაიწყო კამპანია ქართველების წინააღმდეგ. ალბათ მეგობრების წრეში ისმენდა ანტიქართულ ისტორიებს და შესაძლებელია, რომ ამ ადამიანმა თავად გადაწყვიტა, ზედმეტი ფინანსური დანახარჯების გარეშე ფსიქოლოგიური ტრავმა მიეყენებინა ქართველებისთვის, შეეშინებინა.

თუ ეს რუსების ნამოქმედარია, მათ ამისთვის ჩოკუტაევის სახით ძალიან საინტერესო პიროვნება შეარჩიეს. ის დაკავშირებულია ავღანელებთან — მათი მწვრთნელი იყო. ის არ არის ცნობილი ფიგურა ყირგიზეთში, ჩვეულებრივი ადამიანია და, შესაბამისად, მისი გაწირვაც არ იქნებოდა რთული. მას შეიძლება ისე მიაწოდეს ვიდეო ინტერნეტსივრცეში განსათავსებლად და გადაუხადეს ფული, რომ არც უთხრეს, რას შეეხებოდა. ჩვენთვის ყველაზე მნიშვნელოვანია ის, რომ ეს არ არის თალიბების მიერ დამზადებული კლიპი და საქართველოს ამ მხრივ საფრთხე არ ემუქრება!

— **რამდენად შესაძლებლად მიგაჩნიათ წინასწარ პატიმრობაშეფარდებული ჩოკუტაევი ქართულმა მხარემ დააპატიმროს?**

— ძალიან საეჭვოა, ტექნიკურად მოხერხდეს ჩოკუტაევის დაკავება. თუ ის რუსული სპეცსამსახურების წარმომადგენელია, მისი დაკავება ფაქტობრივად გამორიცხულია. თუ ის მარტოხელა შურისმაძიებელია, ამ შემთხვევაში არსებობს გარკვეული ალბათობა მისი დაკავების, მაგრამ იმდენად უმნიშვნელოა მისი დანაშაული... ორი კომპანიის სერვერის გატეხვა და მისი გამოყენება ყოველდღიურად ხდება ნებისმიერ ქვეყანაში. ასეთი ვიდეორგოლებიც უამრავი იტვირთება. დანაშაულის კატეგორია არც ისეთი მნიშვნელოვანია. ეს ვიდეორგოლები პირდაპირ კავშირში რომ იყოს ტერორისტულ აქტებთან, ეს უკვე ორ ქვეყანას შორის პოლიტიკურ დაძაბულობასაც გამოიწვევდა. ახლა კი ჩოკუტაევის დაპატიმრება ალბათ დროში გაიწელება ან სულაც არ მოხდება.

✓ **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

„რძალს და შვილიშვილებს დედაჩემის დაჩაგვრას არ ვაპატიებ!“

მე და ჩემს ძმას საოცარი სიყვარული გვაკავშირებდა. ერთიმეორის გარეშე პურს არ გავტეხდით, ერთმანეთს ლუკმას ვუყოფდით, ახლა კი მამის დატოვებულ უზარმაზარ აგარაკს ვერ ვიყოფთ. გაუმაძღარი ნამდვილად არ ვარ, მაგრამ ჩემს წილ ქონებას მაინც არ დავთმობ და გეტყვით, რატომაც.

თავდაპირველად ვიტყვი, რომ ძმისთვის სული არ დამენანება. რომ დასჭირდეს, მისთვის სიცოცხლეს დავთმობ, მაგრამ მისი ცოლ-შვილი არაფრის ღირსია, მათთვის კი არაფერი მემეტება და ამას ხმამაღლა ვამბობ. ჩვენი სიამტკბილობა მას შემდეგ დაირღვა, რაც ჩემი ძმა ცოლს გაშორდა და ის მოიყვანა ცოლად. მისი პირველი მეუღლე არაჩვეულებრივი გოგო იყო, მაგრამ ამ ქალბატონმა არ მოასვენა. ჩემი ძმა სკოლის ასაკიდან უყვარდა და მანამ არ მოეშვა, სანამ ოჯახი არ დაუნგრია. ბევრი ვიბრძოლე, რომ ეს არ მომხდარიყო, მაგრამ ვერაფერს გავხდი. ცოლ-ქმარს შორის ისეთი პრობლემები გაჩნდა, რომ მე ველარაფერს გავხდებოდი. რძალი სახლიდან გაიქცა და მისი უკან მობრუნება ვერ შევძელით. მალე სხვას გაჰყვა ცოლად და დღეს შესანიშნავი ოჯახი აქვს. მისი ადგილი კი დაიკავა ქალმა, რომელიც არავის მოგვწონდა.

დედაჩემი ამაზე ნერვიულობას ლამის გადაჰყვა. ამიტომ ისევ მე მოვეგე გონს, მივხვდი, რომ სიტუაცია უნდა დამელაგებინა, თორემ მშობლები ჯავრს გადაჰყვებოდნენ. დედას შემოვუძახე, ხომ ხედავ, შენი შვილი როგორ უყვარს, მთავარია, რომ ბედნიერი იყოს, სხვას რას დაეძებ-მეთქი. ამდენი ჩიჩინით რძლისკენ გული მოვუბრუნე. ისიც ბატკანივით იქცეოდა, სულ თვალებში შემოგვციცინებდა, დედაჩემს სულ ენის მოჩლექით ელაპარაკებოდა. მოკლედ, ბედს შევეგუეთ. მალე ჩემი პირველი ძმისშვილიც გაჩნდა და ამან სულ გადაგვრია. ბავშვი ისე გვიყვარდა, მის დედას უბატონოდ ხმას ვინ გასცემდა?! დრო რომ გავიდა და რძალმა ოჯახში პოზიციები გაიმყარა, მაშინ კი გამოაჩინა ნამდვილი სახე. იმ პერიოდში მამაჩემიც გარდაიცვალა და საწყალი დედაჩემი დაიბრიყვა. შვილიშვილებს, რომლებიც დედაჩემის გაზრდილები არიან, ახლოს არ აკარებდა. ყველაფერს მოვითმენდი, მაგრამ დედის ასე დაჩაგვრა ვერ ვაპატიე. შევეპასუხე და მოვთხოვე, რომ თავისი ადგილი სცოდნოდა. მან კი საშინლად შემიძულა. იმდენი მოახერხა, რომ ძმა დამიპირისპირა.

დედაჩემის დაბადების დღეს ყოველთვის ვიხდიდით. მამას ნათქვამი ჰქონდა, მიცვალებული რომ ვიყო, დედათქვენს დაბადების დღე მაინც გადაუხადეთო. ნათესავებმა იცოდნენ, რომ ამ დღეს ყოველთვის აღვნიშნავდით და ჩვენთან მოდიოდნენ სტუმრად. მამაჩემის გარდაცვალების შემდეგ რძალმა გამოაცხადა, ამდენი ხალხის გამასპინძლება და მომსახურება არ შემიძლია, ამიტომ დაბადების დღეს ვერ გადავიხდითო. ჩემმა ძმამაც წუწუნი დაიწყო, იმდენი საშუალება არ არის, ამდენ კაცს დავუძახოთო. ეს საქმე მე ვითავე, ვთქვი, მამის ანდერძს აუცილებლად შევასრულებ-მეთქი. ყველაფერი მე ვიყიდე და პურმარილიც გავამზადე. შვილები მეხმარებოდნენ, ჩემი ძმისშვილები კი მეორე ბებიასთან წავიდნენ, ასე სპეციალურად მოიქცნენ. სუფრასთან, სტუმრების თვალწინ ძმამ საშინლად დამამცირა. მითხრა, ამ ოჯახის გენერალი ვერ გახდები, აქ მთავარი მე და ჩემი ცოლი ვართო. დედამ სტუმრებს მოკრძალებით უთხრა, ჩემი ქმრის სიკვდილის შემდეგ ამ დღის აღნიშვნა აღარ მიხარია, ამიტომ აღარასოდეს გადავიხდიო. ნათესავებს დელიკატურად მიანიშნა, რომ მისი დაბადების დღე აღარ მოელოცათ.

იმ დღის შემდეგ ჩემსა და ძმას შორის კონფლიქტი გამწვავდა. დედაჩემს საშინლად ექცევიან, შვილიშვილები არ ელაპარაკებიან. რამე რომ ასტკივდება, ეუბნებიან, შენმა საყვარელმა შვილმა და შვილიშვილებმა მოგხედონო, ანუ ჩემმა გოგონებმა.

თბილისთან ახლოს აგარაკი გვაქვს, რომელიც მამამ აგვიშენა. წილი მოვითხოვე, ძმას ვუთხარი, რომ სახლს არ დავთმობ, უნდა გამიყოს. ამას იმიტომ არ ვაკეთებ, რომ რამეში მჭირდება, უბრალოდ არ მინდა, მშობლების ნაწვალები ჩემს გაუმაძღარ რძალს და ძმისშვილებს დავუტოვო. მამაჩემის სახელზე ერთ სანთელს მაინც რომ ანთებდნენ, ხმას არ ამოვიღებდი, მაგრამ ახლა მათთვის არაფერი მემეტება!

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

„თურმე ბიცოლას როგორ უხარია, რომ არ გავთხოვდი...”

41 წლის ქალი ვარ. ოჯახი ვერ შევქმენი, მაგრამ ყველა ჩემი მეგობრის შვილი ჩემი შვილი მგონია, ყველა ახლობლის ბავშვს ჩემად ვთვლი, ძმისშვილებზე ხომ ლაპარაკი არც მაქვს. გეფიცებით, ყველას ბედნიერება მიხარია. ამიტომ არ მესმის ხოლმე იმ ადამიანების, ვინც სხვების უბედობით ხარობენ. არც იმას განვიცდი, რომ არ გავთხოვდი. კარგი განათლება მივიღე, კარგი სამსახური მაქვს. ჩემთვის ნომერი პირველი საკითხი არასოდეს ყოფილა ოჯახის შექმნა და ბავშვების გაჩენა. განვლილ წლებს რომ ვუყურებ, არაფერს ვნანობ. დიდი სიყვარული არ მქონია, უსიყვარულოდ და უგულოდ კი ოჯახი ვერ შევქმენი.

ბიცოლა ჩემს სწავლა-განათლებას ყოველთვის მტკივნეულად განიცდიდა. ჩემს ბიძაშვილს ცემით კლავდა, ის რატომ გჯობიაო. რასაც მე ვაკეთებდი, უნდოდა, მის შვილსაც ეკეთებინა, მაგრამ არ გამოსდიოდა. სამაგიეროდ კარგი ოჯახის ქალი დადგა და ეს ძალიან მახარებს.

რამდენიმე ხნის წინ ბიძაშვილმა დამპატიჟა, მული გავათხოვე და ვიწრო წრეში ვაკეთებთ ქორწილსო. მართლაც თითზე ჩამოსათვლელი ხალხი ჰყავდათ დაპატიჟებული, პრინციპში, ქორწილი არც ეთქმოდა. პატარა სუფრასთან ძალიან კარგად მოვილხინეთ, ვიმხიარულეთ. ამასობაში კი დამირეკეს და მახარეს, რომ სამსახურში მაწინაურებდნენ. თავი ვერ შევიკავე და ხმამაღლა ვთქვი. ყველას გაუხარდა, უცხო ადამიანებიც კი მოვიდნენ და მომილოცეს. თამადამ ჩემი სადღეგრძელო დალია. ბიცოლაჩემს კი სახე წაეშალა, სუფრიდან არ განძრეულა, ჭიქა აიღო, მადლეგრძელა და ბოლოს ნიშნისმოგებით დააყოლა, ქმარი და შვილები არ გეღირსა და ამით მაინც გაიხარეო. ეს ისე მკვახედ გამოუვიდა, თვითონვე მიხვდა და შეცდომის გამოსწორება სცადა, მერე ისე მაქო, უხერხულ სიტუაციაში ჩამაგდო. ყველა მიხვდა, რა გესლიც გადმომაფრქვია. ჩემი ბიძაშვილის დედამთილი მოვიდა და მითხრა, ყურადღებას ნუ მიაქცევ, ხომ იცი, ეგეთიაო.

ბიცოლას ნათქვამმა გული ჩამწყვიტა. თურმე როგორ უხარია, რომ არ გავთხოვდი და თურმე როგორ სწყინს, რომ კარგი კარიერა შევიქმენი. ცოტა არ იყოს, მეცოდება კიდეც. ადვილი არ იქნება ბოლმით, შურით ცხოვრება. მის სიტყვებს ჩემთვის არაფერი დაუშავებია, მაგრამ სხვების თვალში თვითონ დაკარგა ღირსება, რაც ნამდვილად არ მახარებს.

„სარკის” მკითხველი

Cyan Magenta Yellow Black

„ყველაზე მძიმე წუთებში მშობლებმა ხელი მკრეს“

ა რა მგონია, ადამიანმა ისე იცხოვროს, რომ შეცდომა არ დაუშვას. ამ დროს ხელი კი არ უნდა ჰკრა, პირიქით, საშუალება აღარ უნდა მისცე, რომ იგივე გაიმეოროს. თუ ჭაობში ეფლობა, სიმძიმეები კი არ უნდა დაჰკიდო, რომ მალევე ჩაეფლოს შიგ, მისი იქიდან ამოყვანა უნდა სცადო. მე კი ერთი შეცდომის გამო ყველამ მომიძულა, მშობლებმა სახლიდან გამომაგდეს.

სტუდენტობისას შევცდი — ლექტორი შემიყვარდა, რომელთანაც რომანი გავაბი. თავიდანვე ვიცოდი, რომ ცოლად არ მომიყვანდა, რადგან ჩვენ სხვადასხვა სოციალურ ფენას მივეკუთვნებოდით. მისი მშობლები რძლად არასოდეს მიმიღებდნენ. ეს ყველაფერი ვიცოდი, მაგრამ გრძნობას თავი ვერ დავაღწიე. საყვარელი მამაკაცისგან დავორსულდი. როგორც მოსალოდნელი იყო, მიმატოვა. ორ თვეში სხვა ქალზე დაქორწინდა. საშველად დეიდაჩემს მივმართე, მეგონა, ისე დამეხმარებოდა, არავის ეტყოდა, მაგრამ ის პანიკაში ჩავარდა. მაშინვე ჩემს მშობლებს შეატყობინა. მათ სასწრაფოდ აბორტი გამაკეთებინეს, მაგრამ ჩემი ორსულობის ამბავი მაინც ყველამ შეიტყო. ჩემებს შერცხვათ და ხალხის წინაშე თავი რომ მოეწონებინათ, სახლიდან გამაგდეს, მომიკვეთეს.

მტერს არ ვუსურვებ იმას, რაც მე გადავიტანე. არ ვიცოდი, სოფლიდან წამოსული 21 წლის გოგო ვის შევკედლებოდი. სრულიად უსუსურ მდგომარეობაში აღმოვჩნდი. იძულებული გავხდი, სასტუმროში დამეწყო მუშაობა, სწავლაზე ლაპარაკი აღარ იყო, სტუდენტობას სამუდამოდ დავემშვიდობე. ცხოვრებაზე ხელჩაქნეულმა უამრავი შეცდომა დავუშვი. ერთხელ გავთხოვდი კიდეც, მაგრამ ოჯახი ვერ ავაწყვე. შვილიც არ მეყოლა, ექიმებს არაფერი უთქვამთ, მაგრამ, ჩემი აზრით, იმ აბორტის გამო დამემართა ასე.

ახლა თურქეთში ვმუშაობ. მატერიალურად არ მიჭირს. ერთი პატარა ბინის ყიდვაც მოვახერხე, მაგრამ ჩემი ცხოვრება მაინც დიდი ჭაობია. რომ ვფიქრობ, აქედან ამოვალ-მეთქი, უფრო ვიძირები. მშობლებმა რამდენჯერმე შემომითვალეს, მოდი, გვნახეო, მაგრამ არ მივალ. განა, არ მენატრებიან, ვერ ვაპატიებ, რომ ყველაზე მძიმე წუთებში ხელი მკრეს. კი, შეცდომა დავუშვი, მაგრამ ისინი რომ ადამიანურად მომქცეოდნენ, შემდეგ შეცდომებს თავს დავაღწევდი. იქნებ მეც ამეწყო მომავალი, იქნებ მეც გავმხდარიყავი კარგი ცოლი, კარგი დედა, კარგი შვილი, კარგი და. ამის შანსი კი სამუდამოდ მომისპეს. ან რას ერჩოდნენ ჩემს შვილს, ის ხომ წრფელი სიყვარულის ნაყოფი იყო? იმის გამო, რომ სოფელში არ შერცხვენილიყვნენ, უშვილოდ დამტოვეს, ბავშვი მომაკვლევინეს... არ გეგონოთ, ყველაფრის მათზე გადაბრალებას ვცდილობდე, მაგრამ უნდა ეპატიებინათ ჩემთვის.

ყველას ვთხოვ, რომ გაჭირვებაში ჩავარდნილ ადამიანს ზურგს ნუ აქცევენ, ცოდვილს უარესი ცოდვებისთვის ნუ გაიმეტებენ. გთხოვთ, ადამიანებმა მიეცით ერთმანეთს შანსი, რომ უკეთესობისკენ შეიცვალოთ. თქვენი გულქვაობით ახლობელს ჭაობში ჩასაძირად ნუ გასწირავთ!

დიდი მადლობა „სარკეს“, რომ ჩემი ამბის მოყოლის საშუალება მომეცით.

თქვენი ერთგული მკითხველი

„ჩემი ორივე ყოფილი ქმარი ერთი და იმავე გვარ-სახელის, ერთი ასაკის და ერთ თვეში დაბადებულები იყვნენ”

ჩემს ცხოვრებაში უცნაური რამ მოხდა. ორჯერ გავთხოვდი და ჩემი ორივე ქმარი ერთი და იმავე გვარ-სახელის, ერთი ასაკის და ერთ თვეში დაბადებულები იყვნენ. ორივესთან დამენგრა ოჯახი.

პირველი ქმარი ძალიან ცუდი ადამიანი აღმოჩნდა. მასთან ცხოვრება არ შეიძლებოდა, რადგან ბოლოს უკვე ფიზიკურ შეურაცხყოფაზე გადადიოდა. ისეთი ტრავმა მომაყენა, განქორწინების შემდეგ გათხოვების ხსენებაც არ მინდოდა. ვერავინ მიბედავდა იმის თქმას, რომ მეორედაც შემექმნა ოჯახი, მაგრამ მერე ყველაფერი შეიცვალა.

ერთ დღეს თანამშრომლებთან ერთად სუფრასთან ვიჯექი. ერთ-ერთს ქმარმა მოაკითხა, რომელსაც მეგობარი მოჰყვა. იმ ბიჭმა თავისი გვარ-სახელით მიიქცია ჩემი ყურადღება. ჩემი ქმრის მოსახელე და მოგვარე იყო. ამაზე უნებურად მქონდა რეაქცია, მან კი ამის გამო მომაქცია ყურადღება. სუფრასთან მოვყევი, რომ ჩემი ყოფილი ქმარი მისი მოსახელე და მოგვარე იყო. ამის შემდეგ საუბარი გავაბით, გამომკითხა, სადაურები იყვნენ, ფუძე სად ჰქონდათ. მითხრა, მასთან არანაირი ნათესაური კავშირი არ მაქვსო. ბოლოს ხუმრობით ვუთხარი, ახლა რომ გავიგო, თქვენი ჰოროსკოპიც ემთხვევა ერთმანეთს, გავგიჟდები-მეთქი. პირადობის მოწმობა რომ დამიდო, თვალები ლამის ბუდიდან ამომიცვივდა. მხოლოდ რიცხვი არ ემთხვეოდა, ერთ წელიწადს და ერთ თვეში იყვნენ დაბადებული!

მეორე დღეს დამირეკა და ხუმრობით მითხრა, შენი ქმრის ორეული გირეკავ, ოღონდ გაცილებით უკეთესი ვარიანტიო. შესანიშნავი იუმორი ჰქონდა და ამით მომხიბლა. ცოლთან ისიც გაყრილი იყო. ერთმანეთს ძალიან დავუახლოვდით. ცოლობა რომ შემომთავაზა, ბევრი არ მიფიქრია და გავთხოვდი. შეყვარებულობის პერიოდში სულ სხვანაირ თვისებებს ამჟღავნებდა, ყოველ შემთხვევაში, მე სხვანაირად ვხედავდი. ერთ ჭერქვეშ დავიწყეთ თუ არა ცხოვრება, იმდენი მსგავსება ვიპოვე მასა და ყოფილ ქმარს შორის, რომ... ახლაც არ ვიცი, ასე რამ დამაბრმავა და მანამდე რატომ ვერ დავინახე ის, რასაც პირველი ქმრისგან გამოვექეცი. თითქოს ჩემი ცხოვრება მეორდებოდა. ბოლოს უკვე ფიზიკურ მსგავსებასაც ვამჩნევდი და ამან ლამის ჭკუიდან შემშალა. მივხვდი, რომ იმ ადამიანისგან უნდა წამოვსულიყავი და ასეც მოვიქეცი.

ახლაც არ ვიცი, ასეთი რამ როგორ ან რატომ მოხდა ჩემს ცხოვრებაში. სხვათა შორის, ჩემები წინააღმდეგები იყვნენ, რომ მას გავყოლოდი ცოლად. მეუბნებოდნენ, მართალია, ნათესავები არ არიან, მაგრამ მისი ჯიშის არის და რაღაცით მაინც ემსგავსებაო. ჩემი ძმის ცოლს ჰოროსკოპების სჯერა, ამიტომ სულ მაფრთხილებდა, არ გარისკო, ერთმანეთს ვერ შეეწყობითო. მე კი ყველას წინააღმდეგ წავედი და ასეთ მდგომარეობაში აღმოვჩნდი.

მაინც ვთვლი, რომ ჩემს თავს რაღაც ამოუხსნელი მოვლენა მოხდა. თითქოს ჩემი ბედისწერა იყო, რომ ორივე ოჯახი უნდა დამნგრეოდა.

თქვენი ერთგული მკითხველი

✓ რუბრიკა მოამზადა ირინე მჭედლიძე

ძვალ-სახსართა პრობლემების:

კოქსართროზის, ოსტეოქონდროზის, ოსტეოპოროზის, ოსტეოართროზის, რევმატოიდული ართროზის, ანკილოზივური სპონდილიტის, პოდაგრული ართრიტის, პოლიართრიტის მკურნალობა. დაზიანებული ხრტილისა და გაცვეთილი ძვლის სტრუქტურის აღდგენა, სითხის დაბალანსება სახსარში, ტკივილების მოხსნა, ნერვული სისტემისა და ძილის მოწესრიგება. მკურნალობა საოპერაციო და ნაოპერაციებ სახსრებზე — ძვლის მკვებავებით, მცენარეული პრეპარატებით. წონის დარეგულირებით, სისხლის მიმოქცევის აღდგენით, იმუნიტეტის გაძლიერებით, მარილებისა და შლაკებისაგან გათავისუფლებით. უკუჩვენება არაა. შედეგები საუკეთესოა და მყარი.

☎ 599-91-37-65. ქალბატონი ქეთათო

Cyan Magenta Yellow Black

ბედის ხაზი

რეზო ჭეიშვილი: „საკუთარი თავი მწერლობით დავიცავი“

— გრენადა, გრენადა! — ყვირის მარკშეიდერი. გრენლანდია უნდოდა ეთქვა, შეიძლება.

— გრენადა! — ინთება და ქრება შუქი; ბოლი ადის, მტვერი იყრება.

— დარჩა ხომ ორი სათაური? — დირექტორის ხმაა ქაოსებში.

— ნუ აჰყვებით პანიკას! — მარკშეიდერია, — გაიყვანეთ დაშავებული და გაიტანეთ ფერწერა. დატოვეთ ეპიცენტრი!

— რა მოხდა, აფეთქდა?

— დაბრუნდი, იროდიონ?

— არ წავსულვარ! — ბოლში მომკითხველს ვერ უყურებს თვალცრემლიანი.

თინა რეკავს შეშლილივით:

— სასწრაფოა? იყოს, სულერთია, სასწრაფო! ნომერი არ გვაინტერესებს, გადავიხდით... ჩამოვარდა გრენლანდია...

— რა ჩამოვარდა?! — გარკვევით ისმის თამბაქოს მწეველი მამაკაცის მშვიდი ხმა.

— გრენლანდია.

— კარგად გაგვაგებინეთ, რა ჩამოვარდა?

მაგიდაზე გაწოლილ ვასო ჩორგოლაშვილს უბერავენ სულს და ასულდგმულებენ.

— ფეხები აუწიეთ!

სურათი გააქვს ექვს მუშას, სამი წინ დგას, სამი — უკან. მღებავის ადგილი არ რჩება. ვერც წინ შეუყუდა ბეჭი, ვერც უკან, ტლინკი მიაყოლა ერთმა:

— გადი, შე შობელძაღლო, იმ კაცს მიხედე, სამუშაოს გვართმევ, ორი ისედაც ზედმეტი ვართ!

— ალო, ალო, ალო! — თინაა ისევ.

— დაწყნარდით, ქალბატონო, დადევით ყურმილი, ჩვენ დაგირეკავთ.

მორჩილად დებს ყურმილს და იმწუთსვე იღებს. ზარია. თუთუნის მოყვარული მამაკაცის აუღელვებელი, ჩაჟანგული ხმა მოუყვება წკრიალს:

— ჩვენს კითხვას უპასუხეთ, ქალბატონო: გრენლანდია როგორ დაგეცათ, ჯარი გადმოსხა?

— სად ჰყავს გრელანდიას ჯარი! — ნერვიულობს ამ საუბრის გუშაგი გრიშა.

— ბატონო, სურათი გრენლანდია ჩამოვარდა, დიდი სურათი, ჩარჩოიანი, და დაეცა ჩვენს თანამშრომელს, განყოფილების გამგეს...

— გასაგებია, — აწყვეტინებს მამაკაცი, — მისამართი!

— წმინდა ილარიონ დარეხვილის 9-

■

ასე მთავრდება მწერალ რეზო ჭეიშვილის ნაწარმოები „ცისფერი მთები“, რომლის მიხედვითაც რეჟისორმა ელდარ შენგელაიამ ცნობილი ფილმი გროტესკი გადაიღო ზოგადად ქართველ საბჭოთა ინტელიგენციასა და კონკრეტულად ერთი გამომცემლობის აბსურდამდე მისულ მუშაობის სტილზე.

ადვილი არ იყო ხელოვნებაში ეზოპეს ენით საუბარი, ეს ბეწვის ხიდზე გავლას ნიშნავდა. ამიტომაც რეზო ჭეიშვილი არასოდეს იყო საბჭოთა ხელისუფლების ფავორში... რუსთაველის პრემიის ლაურეატი მწერალი „სარკეს“ თავისი ცხოვრების გზას უამბობს.

— ბატონო რეზო, ბავშვობის სურათებიდან მეხსიერებაში მკვეთრად რა გაქვთ ჩარჩენილი?

— ქუთაისის ვაჟთა მე-8 სკოლა დავამთავრე. ჩემი სკოლის წინ „კაგებე“ იყო. იმ შენობის ეზო ცხოველებით იყო სავსე, ეზოში დათვი დასეირნობდა, ეზოს ერთ მხარეს კი ფარშევანგები დადიოდნენ. მერე გავიგე, რომ იქ, სადაც ფარშევანგები დასეირნობდნენ, მიწისქვეშ ხალხს აწამებდნენ. ფარშევანგები და ცხოველები იმიტომ ჰყავდათ, რომ მაშინ ყველაფერი მოჩვენებითი იყო. მოჩვენებითი სიმშვიდე, მოჩვენებითი კაცთმოყვარეობა და ასე შემდეგ. მაშინ ბავშვებმა ამის შესახებ არაფერი ვიცოდით და ამ საზარელი შენობის ეზოს „მოკლე გზად“ ვიყენებდით, ანუ სკოლის ეზოდან „კაგებე“-ს ეზოში გადავიპარებოდით, იქიდან კი სტადიონზე გადავდიოდით. გზას ვიმოკლებდით.

ჩემი ბავშვობიდან ორ ისტორიას მოგიყვებით:

ერთ ზაფხულს მშობლებმა წაღვერში, ბავშვთა დასასვენებელ ბანაკში წამიყვანეს და ჩემი თავი ორ უფროსკლასელ გოგონას ჩააბარეს, ისინიც ახალი ჩამოსულები იყვნენ ბანაკში. პირველ დღეს გოგონები მართლა ზრუნავდნენ ჩემზე, მერე კი თავი დამანებეს. ერთ დღეს ბანაკიდან სადღაც წაგვიყვანეს და სურათებიც გადაგვიღეს. ფოტოები რომ მოიტანეს, ფული არ მქონდა და ვერ შევიძინე. ყველამ იყიდა სურათი, ჩემ გარდა. ბავშვები ფოტოებს რომ ათვალიერებდნენ, გული მწყდებოდა. დასაძინებლად რომ დავწექი, სიზმარშიც კი სურათები დამესიზმრა. მეორე დღეს, დერეფანში რომ გავედი, დახეული ფოტოების ნაგლეჯები იატაკზე ეყარა. უნებურად დავიხარე და ერთ-ერთი ნაწილი ავიღე, სადაც ჩემი თავი შევნიშნე. იქვე

■ სოფიო ჭოხელი და უფროსი შვილი მამუკა

„სოფიოს მოუჩენელი სენი დაემართა, იმჯუნალა, მაგრამ 19 წლის შემდეგ მაინც ამ დაავადებით გარდაიცვალა. 40 წლისაც არ იყო...“.

კუთხეში ჩამოვჯექი და დიდხანს ვუყურე ჩემს სურათს, მერე ვნახე, რომ ჩემზე უფროსი ბიჭი თავზე დამჩერებოდა და სინანულით მიყურებდა. იცოდა, რომ ფოტოსურათი ვერ შევიძინე და შევეცოდე. მისი მზრუნველი მზერა რომ დავინახე, ფოტოსურათი გადავაგდე და წავედი. როგორც ჩანს, იმ ბიჭმა სხვებსაც უამბო ჩემი ამბავი და სადილობის დროს ყველა თანაგრძნობით მიყურებდა.

მეორე ისტორიაც საინტერესოა. ერთ ზამთარს მშობლებმა ბაზარში თბილი, ყურებიანი ქუდი იყიდეს ჩემთვის. არ ვიცი, ვისი ნაქონი იყო, მაგრამ, როგორც კი დავიხურე, მაშინვე გამითბო სახე და ყურები. ყოველკვირა ბავშვები თეატრში, დილის სპექტაკლებზე დავდიოდით. მეც ეს თბილი ქუდი დავიხურე და თეატრში წავედი. ბილეთის ასაღებად რიგში შევძვერი და მოლარეს ფული რომ გადავაწოდე, ვიღაცამ ქუდი თავიდან წამაძრო. რიგიდან რომ გამოვედი, ბილეთი ხელში მეჭირა, ქუდი კი დაკარგული მქონდა. გაბითურებული ვიდექი ქუჩაში. უცებ ნაბიმ (ქართველი ბიჭი არ იყო) ჩამოიარა და ბილეთი მომთხოვა. ნაბი ავარდნილი ბიჭი იყო და ბილეთს თუ არ მივცემდი, ძალით წამართმევდა. ძალიან უყვარდა თეატრი და სპექტაკლებზე ხშირად დადიოდა. ნაბის ბილეთი რომ მივეცი, სახლში მაინც არ წამოვედი, რატომღაც ერთ ადგილზე ვიდექი. მეორედ გვერდზე რომ ჩამიარა და ისევ იმ ადგილზე მდგარი დამინახა, მიზეზი მკითხა. მეც ვუთხარი, ვიღაცამ თბილი ქუდი მომპარამეთქი. წავიდა და 15 წუთში ჩემი ქუდი უკან მომიტანა. თან სიცილით დამარიგა: „შეისკვენი მაგ ზორტები ნიკაპთან, თვარა კიდევ გადაგღლიტავს ვიღაცა!“ მერე, არ ვიცი, რა იფიქრა და — თეატრის ბილეთიც დამიბრუნა.

— როგორი ბიჭი იყავით, რა განტერესებდათ?

— წიგნის კითხვა 8-9 წლის ასაკში დავიწყე. სათავგადასავლო ლიტერატურა ძალიან მიყვარდა, ამიტომ, თანატოლებისგან განსხვავებით, ფანტაზიის უნარი კარგი მქონდა. ბიჭებში ყოველთვის ავტორიტეტით ვსარგებლობდი, რადგან ნაკითხი ვიყავი. ძალიან მიყვარდა ფეხბურთი, ლახტი, დანასობია — დანით თამაში.

მე-8 კლასამდე სწავლა ადვილი იყო, მერე გართულდა. საერთოდ არ ვსწავლობდი მათემატიკას, ალგებრას, გეომეტრიას, ტრიგონომეტრიას. სკოლის დირექტორმა, ვალიკო თუმანიშვილმა, რომელიც ქართულ ენას და ლიტერატურას გვასწავლიდა, ერთხელ ყველას ერთიანი დაგვიწერა. მას ბავშვებმა „მხარგრძელი“ შევარქვით, რადგან ერთი მხარი მეორე მხარზე გრძელი ჰქონდა. იმ დღეს მასწავლებელს მთელმა კლასმა ვუთხარით, რომ გაკვეთილი არ ვიცოდით. მიხვდა, რომ ბოიკოტი გამოვუცხადეთ, მაგრამ ხმა არ გაგვცა. სახაზავი აიღო და ჟურნალში წითელი ხაზი ჩამოუსვა, მერე კი ყველა გრაფაში ამ ხაზს თავი გაუკეთა, ანუ ყველას ერთიანი დაგვიწერა. დამრიგებელმა ჟურნალში 27 ერთიანი რომ ნახა, გადაირია, ხმამაღლა ყვიროდა, გაგიჟდა ეს კაცი, ჟურნალი გამიფუჭაო.

მერე ქართულ ენას და ლიტერატურას სხვა გვასწავლიდა. ერთხელ იმ ახალმა მასწავლებელმა კლასში ხუთიანი მარტო მე დამიწერა. რვეული რომ გადავშალე, ხუთიანი ძალიან მესიამოვნა. კლასში ერთი ბარბაქაძე გვყავდა, რომელიც ტოლს არავის არაფერში უდებდა, არც სწავლაში და არც ბიჭობაში, სიმაღლითაც და ჭკუითაც ყველას გვჯობნიდა. ბარბაქაძემ რომ გაიგო, მე ხუთიანი მივიღე და მან კი — ოთხიანი, გადაირია, მასწავლებელს შავი დღე აყარა. საწყალი ქალი თავდაცვაზე გადავიდა. ბარბაქაძე მასწავლებელს ხმამაღლა უყვიროდა, ნიშანი გადამიკეთე, თორემ გიჩივლებო, მაგრამ მან ნიშანი არ გადაუკეთა.

— სკოლის პერიოდში შეყვარებული თუ გყავდათ?

— სერიოზულად არავინ მყვარებია, ისე კი ვიღაცეები მომწონდა. ბავშვობაში გოგონებს ძალიან ვაფასებდით და პატივსაც ვცემდით.

— გოგონასთვის ლექსი დაგიწერიათ?

— როგორ არა! მერე ეს ლექსი გამოვაქვეყნე კიდეც.

— როგორ გაიხსენებთ სტუდენტობის წლებს?

— 18 წლისამ დავამთავრე სკოლა, მაგრამ იმავე წელს ვერ ჩავაბარე. თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტში ჰუმანიტარულ ფაკულტეტებზე ძალიან დიდი კონკურსი იყო. ან ისტორიულზე უნდა ჩამებარებინა, ან — ფილოლოგიურზე. ერთ ადგილზე 7-8 აბიტურიენტი აბარებდა. ძალიან გამიხარდა, როდესაც გავიგე, რომ ფილოსოფიის ფაკულტეტზე ნაკლებ აბიტურიენტს ჰქონდა საბუთები შეტანილი და მეც იქ მივიტანე. ის კი რა ვიცოდი, რომ ფილოსოფიის ფაკულტეტზე მხოლოდ 7 კაცს იღებდნენ, ამიტომ პირველ წელს ვერ მოვხვდი. მეორე წელს ფილოლოგიურზე ჩავაბარე.

სტუდენტობის არაჩვეულებრივი წლები გავა-

Cyan Magenta Yellow Black

ტარე. ჩემი ლექტორი აკაკი შანიძე გახლდათ. ბატონი აკაკი დაფაზე რომ წერდა, სულ ცარცით ისვრებოდა. კოსტიუმი ცარცით ჰქონდა გათეთრებული. სტუდენტები ამაზე ვიცინოდით. კორნელი კეკელიძე ცოტა მკაცრი პიროვნება იყო და მასთან სიცილს ვერ ვბედავდით. ბატონ კორნელის ლექტორებიც მოწიწებით ესალმებოდნენ და ჩვენ რამეს როგორ გავუბედავდით? გამოცდების დროს საგნების ჩაბარება არასოდეს გამჭირვებია. მაშინ სტიპენდია დაახლოებით 360 მანეთი იყო და ყველა ვიბრძოდით, რომ მიგვეღო. თუ გამოცდაზე სამიანს მიიღებდი, სტიპენდიას ვერ აიღებდი, ამიტომ გამოცდებზე ორჯერ, სამჯერ გავდიოდით და სასურველ ნიშნებს ვიღებდით.

— ცნობილია, რომ ადრეულ ასაკში დაოჯახდით. ვინ იყო თქვენი რჩეული?

— უნივერსიტეტი რომ დავამთავრე, უკვე შვილი მყავდა. ჩემი მეუღლე, სოფიო ჩოხელი, ჩემზე ერთი კურსით წინ იყო და ისიც ფილოლოგიურზე სწავლობდა. ერთმანეთი ექსკურსიაზე გავიცანით. მაშინ მესამე კურსის სტუდენტი ვიყავი. ექსკურსიაზე მე და სოფიო ერთმანეთს დავუახლოვდით, მერე მეგობრობა სიყვარულში გადაიზარდა. მშობლებს არ უნდოდათ, რომ ოჯახი ადრე შეგვექმნა, მაგრამ ჩვენ ჩუმად მოვაწერეთ ხელი და მათ მერე გავუმხილეთ. უფროსები ფაქტის წინაშე რომ დადგნენ, ხმა აღარ ამოუღიათ. პირველად სოფიოს მშობლებთან ვცხოვრობდით, მერე ბინა შევიძინეთ და გადავედით.

■ შვილები — გუბაზი და მამუკა

— ალბათ არასოდეს დაგავიწყდებათ პირველად სად და როგორ დაიბეჭდა თქვენი ნაწარმოები.

— მესამე კურსზე ვიყავი, როდესაც ჩემი პირველი ნაწარმოები გამოვაქვეყნე სტუდენტურ ჟურნალში „პირველი სხივი". ბესო ჟღენტმა (ლიტერატურის ცნობილი კრიტიკოსი. რედ.) ჩემი ნაწარმოები რომ წაიკითხა, ძალიან მოეწონა და პირველი რეცენზია დამიწერა. ეს ჩემთვის ძალიან დიდი სტიმული იყო. მერე ჟურნალ „ცისკარში" დამიბეჭდეს ნაწარმოებები.

უმაღლესი რომ დავამთავრე, სამუშაოდ კინოსტუდიაში მივედი. რეჟისორ ნანა მჭედლიძეს თავისი ფილმისთვის სცენარი უნდოდა და მე დავუწერე. მაშინ ნანას უფლება არ მისცეს ამ ფილმის გადაღების, მაგრამ კინოსტუდიის დირექტორ მიხეილ კვესელავას ჩემი სცენარი ძალიან მოეწონა და დარჩენა შემომთავაზა. როცა მწერალთა კავშირში მივედი, ჟურნალ „ცისკარში" უკვე გამოქვეყნებული მქონდა ნაწარმოებები.

— შემოქმედი ადამიანი მთლიანად თავის საქმეშია ჩაფლული და ოჯახისთვის ნაკლები დრო რჩება, თქვენ როგორი მეოჯახე დადექით?

— ოჯახისთვისაც ვიცლიდი, მაგრამ ძირითადად ყველაფერს ჩემი მეუღლე განაგებდა. თავის კარიერას ოჯახი ამჯობინა. როდესაც ქალს ოჯახი და შვილები ჰყავს, ეს ყველაფერი კარიერაში ხელისშემშლელია.

— თქვენი ორი ვაჟისთვის მკაცრი მამა იყავით?

— სიტუაციიდან გამომდინარე. ორთოდოქსი მამა ვიყავი. შვილებს ჩემი არ ეშინოდათ, უბრალოდ რიდი ჰქონდათ.

— მწერლები, პოეტები მუზების ძიებაში არიან ხოლმე. არ მიწყინოთ, პირდაპირ გკითხავთ, მეუღლისთვის გიღალატიათ?

— ღალატს რას ეძახით, წამიერ გატაცებას? ამას ღალატი არ ჰქვია.

— ეს „წამიერი გატაცება" ყოფილა თქვენს ცხოვრებაში?

— კი, აქ უჩვეულო არაფერია.

— მეუღლე ჯერ კიდევ სრულიად ახალგაზრდა დაკარგეთ. მისი გარდაცვალების მიზეზი რა გახდა?

— მოურჩენელი სენი დაემართა. მაშინდელ ლენინგრადში მკურნალობდა, იქ ჩასვლა მეც ხშირად მიწევდა. ეს სენი რომ აღმოუჩინეს, იმკურნალა, მაგრამ 19 წლის შემდეგ მაინც ამ დაავადებით გარდაიცვალა. 40 წლისაც არ იყო... ძალიან ძნელად გადავიტანე მისი დაკარგვა. ბავშვების აღზრდაში ცოლისდა და სიდედრი მეხმარებოდნენ. და-ძმა პატარები იყვნენ.

■ რეზო ჭეიშვილი და მარინე ვერულაშვილი

„ბეკინა სამანიშვილის დღეში აღმოვჩნდი..."

— რა პროფესია აირჩიეს თქვენმა ვაჟიშვილებმა?

— ერთი მხატვარია, მეორე — ბიოლოგი. სამი შვილიშვილი მყავს: რეზო, ნანა და ქეთი. უფროსი შვილიშვილი დასაოჯახებელია, გოგონაც გასათხოვარია, მაგრამ არ ჩქარობენ. მესამე შვილიშვილი ჯერ პატარაა.

მეორედ რომ შევქმენი ოჯახი, ჩემი უფროსი შვილი, მამუკა, უკვე მუშაობდა. მარინა ვერულაშვილი ახლობლის ოჯახში გავიცანი. ბეკინა სამანიშვილის დღეში აღმოვჩნდი... (იცინის). მეც ასაკში შესულმა შევირთე ცოლი.

— რა არის თქვენი, როგორც მწერლის, საიდუმლო?

— ჩემი საიდუმლო ჩემი სტილი და გამოცდილებაა, აგრეთვე იუმორიც. მწერალი დროში უნდა ცხოვრობდეს. თუნდაც ისტორიულ თემაზე წერდე, უნდა ეტყობოდეს, როდის არის დაწერილი.

— უფროსმა კოლეგებმა ასპარეზზე გამოსული ახალგაზრდა, დამწყები მწერალი როგორ მიგიღეს?

— ჩვეულებრივად, მაგრამ რთული გზა გავიარე. ცენზურა ცალკე იყო, რეცენზენტები — ცალკე. ჟურნალ „მნათობში" სერიოზული მწერლები იკრიბებოდნენ, „ცისკარში" კი — ახალგაზრდები.

— როგორც მწერალს, რომელმა ნაწარმოებმა მოგიტანათ აღიარება?

— ავტობიოგრაფიულმა რომანმა „ქარების დაბრუნება". ყველაფერი, რასაც ვწერ, ჩემი ტკივილია. კინოსცენარებიდან გამოვყოფდი: „ექსპრეს-ინფორმაციას" და „ცისფერ მთებს".

— საბჭოთა ცენზურა, აკრძალვა, არაობიექტური კრიტიკა თქვენს ნაწარმოებებს შეხებია?

— კი, ასეთი რაღაცეები დრო და დრო იყო, მაგრამ მოყოლის თავი არა მაქვს. რომანი „დალი" რომ დავწერე, რატომღაც ჩათვალეს, რომ ჩემთვის ნაადრევი იყო რომანის დაწერა. დანარჩენ რომანებზე გართულება არ მქონია. ახლა ვის აინტერესებს, რას წერ და როგორ წერ? რაც გინდა, ის წერე, არავინ მოგთხოვს პასუხს. ადრე მკითხველიც ჩასაფრებული იყო და კრიტიკოსობა მოსწონდა, თუმცა ამ კრიტიკაში ლანძღვა-გინება უფრო მეტი იყო. როცა მოეჩვენათ, რომ თავს გამივიდა, შეეცადნენ, მაგრად შევეხურებინე. საბაბად კი ჩემი მოთხრობა „პაპიაშვილის ბრალდების საქმე" გამოიყენეს. ამ მოთხრობაში მთავარი გმირი სახლის სახურავზე ქვებს ყრიდა. კრიტიკოსებმა ისე დაწერეს, თითქოს ისინი ხალხს რომ აკრიტიკებდნენ, თავიანთ სახურავზე ყრიდნენ ქვებს. იცით, რა დღე დამაყარეს? ედუარდ შევარდნაძემ დამიბარა და მითხრა, კრიტიკა ხომ არ გეწყინაო. ვუთხარი, არა-მეთქი. აბა, იმას ხომ არ ვეტყოდი, მეწყინა-მეთქი.

ასეთი რაღაცეები მთავრობიდან ხდებოდა. ხელისუფლებას ჰყავდა ისეთი ხალხი, ვისაც მითითებას აძლევდა, იმაზე დაწერეო და ისინიც წერდნენ. ჩემთვის კი ასეთი რამ არასოდეს უთქვამთ. საკუთარი თავი მწერლობით დავიცავი. კინოსტუდიაშიც იყო რაღაცეები, მაგრამ ჩემზე უფრო მეტად იყვნენ დამოკიდებული, ვიდრე მე — მათზე.

— ბატონო რეზო, რატომ დაგაპატიმრეს ახალგაზრდობაში?

— 1956 წელს ახალგაზრდების ერთი ნაწილი სტალინის კულტის წინააღმდეგ გამოვდიოდით და ყველა დაგვიჭირეს. რამდენიმე ღამე „კაგებე"-ში მაქვს გატარებული. მერე 9 მარტის სისხლიანი ამბები რომ მოხდა, ჩვენ, დაჭერილები, გამოგვიშვეს, რადგან „კაგებე"-ში ადგილი არ იყო და ახალი დაჭერილები სადმე ხომ უნდა შეეყვანათ? ჩვენ გამოგვიშვეს, ისინი შეიყვანეს.

— თქვენ გამოსცემთ საკუთარ გაზეთს, სახელწოდებით „ბაგრატი". გვიამბეთ მის შესახებ.

— ეს ჩემი გაზეთია, აწერია კიდეც: „ჩემი გაზეთი — რეზო ჭეიშვილი". წელიწადში ერთი გამოდის. ყველაფერს ვწერ, რაც ერთ წელიწადში ხდება. ამ გაზეთთან დაკავშირებით ერთ კურიოზს მოგიყვებით. ერთ-ერთი ნომერი რომ გამოვიდა, ერთ ადამიანს მივუტანე, რომლის ინტერვიუც იმ ნომერში ეწერა. სამსახურში არ დამხვდა. დიდი ხნის ლოდინის შემდეგ მის მდივანს გაზეთი მივეცი და ვუთხარი: „გადაეცით, რომ ვიყავი". ჩემი ვინაობა აღარ ვუთხარი, მეგონა, მიცნო. კიბეებზე რომ ჩამოვდიოდი,

■ ელდარ შენგელაია და რეზო ჭეიშვილი

მდივანი დამეწია და ვინაობა მკითხა, თან ხელში ჩემი გაზეთი ეჭირა. მეც ვუთხარი, ამ გაზეთში წერია ჩემი სახელი-მეთქი და კიბეებზე ჩასვლა გავაგრძელე. უცებ ისევ ამ ქალის ხმა შემომესმა — ბატონო ბაგრატ, ბატონო ბაგრატ, უფროსი რომ მოვა, რა გადავცეო...

✓ **ლია ოსაძე**

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

ელისო ჩაფიძე:
„ჟურნალისტებსაც და პრემიერსაც სალაპარაკოდ ტონი უნდა შეერჩიათ“

ქართულ ტელემედიაში და მის გარშემო დიდი ვნებათაღელვაა. საზოგადოებრივ მაუწყებელში გაურკვევლობა და დაძაბულობა გამწვავდა მას შემდეგ, რაც სამეურვეო საბჭოს ცხრა მოქმედი წევრიდან ორმა თანამდებობა დატოვა. შედეგად საბჭო უფუნქციო გახდა, რადგან ნებისმიერი გადაწყვეტილების მისაღებად სხდომას რვა წევრი მაინც უნდა ესწრებოდეს. სამეურვეო საბჭოს თავმჯდომარე ემზარ გოგუაძე ვარაუდობს, რომ ავთანდილ ანთიძემ და ეკა მაზმიშვილმა თანამდებობები ზეწოლის შედეგად დატოვეს. ზეწოლაზე საუბრობს სამეურვეო საბჭოს ერთ-ერთი წევრი ნინო დანელიაც და ამბობს, რომ მას „ქართულ ოცნებასთან“ დაახლოებულმა პირებმა ურჩიეს, გადამდგარიყო. ემზარ გოგუაძე ირწმუნება, რომ თავად მას ბორდის დაშლით დუშეთის მაჟორიტარი დეპუტატი ერეკლე ტრიპოლსკი დაემუქრა...

ხელისუფლებასა და მასმედიას შორის რომ ურთიერთგაგება, უფრო სწორად, მთლად დემოკრატიული ურთიერთობა ვერ არის, ცხადი გახდა პრემიერისა და ტელეჟურნალისტების საჯარო შეხვედრიდან. ივანიშვილმა ჟურნალისტთა ჯგუფი საკუთარ რეზიდენციაში იმის სათქმელად მიიწვია, რომ საქმეს კარგად ვერ აკეთებენ, მუშაობის სტილი და პროფესიონალიზმი დაუწუნა. მეოთხე ხელისუფლების წამომადგენლებმა თავი „მიჯირყვნულად“ იგრძნეს...

რას ფიქრობს ყოველივე ამაზე ყოფილი ჟურნალისტი და აწ უკვე უმრავლესობის წევრი, დეპუტატი ელისო ჩაფიძე? მასთან საუბარი საზოგადოებრივი მაუწყებლის თემით დავიწყეთ და, რა თქმა უნდა, პრემიერისა და ჟურნალისტების შეხვედრის შეფასებით გავაგრძელეთ.

ელისო ჩაფიძე:

— საზოგადოებრივ მაუწყებელში არის კრიზისი და ეს არ დაწყებულა ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში. კრიზისი გამოიწვია სწორედ იმ ერთპიროვნულმა გადაწყვეტილებებმა, როცა სამეურვეო საბჭოს და გენერალურ დირექტორს, ასევე საინფორმაციო სამსახურის ხელმძღვანელს ერთპიროვნულად ნიშნავდა საქართველოს პრეზიდენტი მიხეილ სააკაშვილი. საკანონმდებლო ორგანოში შემოვიდა სამეურვეო საბჭოს ორი წევრის განცხადება გადადგომასთან დაკავშირებით და, თუ პარლამენტი ცნობს მათ მიერ მიღებულ განცხადებებს, შემდეგ სასწრაფოდ უნდა დაიწყოს ახალი სამეურვეო საბჭოს ფორმირება. ეს ნიშნავს სამეურვეო საბჭოს კომისიის შექმნას, ანუ უნდა გაიმართოს საკმაოდ რთული და ხანგრძლივი პროცესები და

„ის, რომ ბიძინა ივანიშვილი ხვდება ჟურნალისტებს და მათ შორის — მათ, ვინც მის მიმართ კრიტიკულად არიან განწყობილი და არავის აქვს იმის შიში, რომ ამის მერე დააპატიმრებენ, წამალს ჩაუდებენ და აწამებენ ციხეში, მგონი, ჩვენი ერთ-ერთი დიდი მიღწევაა. უბრალოდ პრემიერს უყვარს პოლემიკა და საკუთარი სიმართლის მტკიცება. ეს ცუდი არ გახლავთ, თუმცა ეს დისკუსია საყურებლად ნამდვილად არასასიამოვნო იყო“.

შევარჩიოთ ახალი სამეურვეო საბჭო, რომელიც იქნება უფრო მეტი პასუხისმგებლობის მქონე, უფრო მეტ ყურადღებას დაუთმობს საზოგადოებრივი მაუწყებლის როგორც ბიუჯეტის, ისე პრიორიტეტების შესრულებას და ჟურნალისტიკის ეთიკის სტანდარტების დაცვას.

— **უკვე წელიწადი გადის, რაც ვერ ლაგდება სიტუაცია მაუწყებელზე. რა არის ის გადაულახავი წინაღობა, რაც ხელს უშლის ჭეშმარიტად საზოგადოებრივი ტელევიზიის შექმნას?**

— იმ, რომ ზოგადად არის რთული სიტუაცია. როცა ხელისუფლება ცდილობს, საზოგადოებრივი მაუწყებელი გადააქციოს საკუთარ ტელევიზიად, შემდეგ კი იცვლება კანონი და ხელისუფლება, ბუნებრივია, ეს კატაკლიზმები აისახება ტელევიზიაზე. აღსანიშნავია ისიც, რომ, მიუხედავად ასეთი ძალისხმევისა და დაფინანსებისა, მაუწყებელმა დღემდე ვერ მოახერხა, გამხდარიყო ყურებადი ტელევიზია, რომელსაც საზოგადოება ენდობა. ეს არის წლების პრობლემა და რეალური საზოგადოებრივი მაუწყებლის შექმნა ჯერ წინ გვაქვს. რასაც ვხედავ, გამიჭირდება, რომ მას საზოგადოებრივი მაუწყებელი დავარქვა.

— **ასეთი სიხშირით უფროსების ცვლა, შიდა დაპირისპირება რისი მაჩვენებელია, რა ხდება ამ ტელეკომპანიაში?**

— შიდა საკადრო საკითხებთან დაკავშირებით ინფორმაცია არ მაქვს და ვერც შეფასებებს მივცემ, რადგან ეს იქნებოდა საპარლამენტო უმრავლესობის წევრის მხრიდან ზეწოლა მედიაზე.

საინფორმაციო სამსახურის ხელმძღვანელი ხათუნა ბერძენიშვილი რომ ნაცმოძრაობის მედროშე გახლდათ, ეს იმანაც დაადასტურა, რომ მოკლე დროში გამგებლად დანიშნეს. რაც შეეხება სამეურვეო საბჭოს თავმჯდომარის არჩევას, ეს გახლდათ თვითონ მათი კომპეტენცია. მე უფლება არ მაქვს, რაიმე შეფასება მივცე ამას, მაგრამ მეორე საკითხია, რამდენად მომწონს ან არ მომწონს ასეთი ტიპის გადაწყვეტილება. სამეურვეო საბჭოს ყველა წევრთან

„ივანიშვილის გუნდში საკმაოდ ბევრი გონიერი ადამიანია, რომელთაც კარგად ესმით ჟურნალისტური სტანდარტები. ძალიან სამწუხარო იქნება, თუ მას ახლოს ჰყავს ისეთი მრჩევლები, რომლებიც, ნაცვლად იმისა, რომ მედიასთან ურთიერთობების ხარისხი გააუმჯობესონ, დაძაბულობის შეტანას ცდილობენ. იმედი მაქვს, თავიანთ საქციელს გამოასწორებენ ან, სულ მცირე, გამოიცვლებიან“.

მექნებოდა შეკითხვა: სად იყვნენ მაშინ, როცა საზოგადოებრივ მაუწყებელს უგროვდებოდა ვალები, როცა მილიონები გამოიყოფოდა ტელეკომპანია „პიკისათვის“ სამეურვეო საბჭოს თანხმობის გარეშე; რა ზომები მიიღეს ამ ყველაფრის წინააღმდეგ? მორალურად მათ ნაკლები უფლება აქვთ, ილაპარაკონ ტელევიზიის სახელით, რომელსაც სახელმწიფო აფინანსებს 40 მილიონით, როცა მოსახლეობის ერთი მილიონი არის სიღარიბის ზღვარმიღმა. ამ ქვეყნის ტელევიზია უნდა იცავდეს არა ნაცმოძრაობის, „ოცნების“ ან ლეიბორიტების ინტერესებს, არამედ ემსახურებოდეს მოსახლეობას.

— **თქვენს განმავლობაში არის საუბრები, რომ სამეურვეო საბჭოში ადგილი ჰქონდა გადაბირებებს, მოსყიდვებს...**

— ამ ხმების გამო თავის დროზე მივმართე სამეურვეო საბჭოს თავმჯდომარეს, მოეწოდებინა სრული ინფორმაცია, თუ რა ხდებოდა მაუწყებელში. მოვითხოვე, რომ პარლამენტის სხდომაზე მოსულიყო. გნებავთ, გამოძახება დაარქვით ამას და გნებავთ — სხვა რამ, მაგრამ, კანონის თანახმად, ჩვენ გვაქვს უფლება, მოვთხოვოთ ანგარიშის ჩაბარება, რადგან პარლამენტი იღებს გადაწყვეტილებას მაუწყებლის დაფინანსების შესახებ. სწორედ პარლამენტი ამტკიცებს სამეურვეო საბჭოს.

— **სამეურვეო საბჭოს თავმჯდომარე გოგუაძეც ამბობს, რომ მას ბორდის დაშლით ემუქრებოდნენ, კონკრეტულად კი — ტრიპოლსკი. ბორდის ერთ-ერთი წევრი, დანელიაც „ოცნების“ მხრიდან ზეწოლაზე საუბრობს.**

— ჩემთვის არაფერია ცნობილი ხელისუფლების მხრიდან ზეწოლაზე და, თუ ასეთი ფაქტები არსებობს, გამოძიება უნდა ჩატარდეს. მზად ვარ, გამოვიძიო ემზარ გოგუაძის განცხადების საფუძვლიანობა, თუმცა, დიდი იმედი მაქვს, რომ ის არ არის გამოწვეული სააკაშვილის ერთგულებით და ნაცმოძრაობის მხრიდან საზოგადოებრივ მაუწყებელზე გავლენის დაკარგვით. მათი გავლენა რომ იყო, ამას მტკიცება არც სჭირდება. როცა უმცირესობის წევრი გიორგი ბარამიძე პლენარულ სხდომაზე ითხოვს, რომ გაგრძელდეს პაიჭაძის და კვესიტაძის გადაცემები, ეს მიუთითებს, რომ ესენი დაინტერესებული იყვნენ ამ პროგრამების არსებობით და გავლენით საზოგადოებრივ არხზე.

— **ანუ კვესიტაძის და პაიჭაძის გადაცემების დახურვას სამართლიანად მიიჩნევთ?**

— ქალბატონ ეკას გარკვეულ ინტერესთა კონფლიქტი ყოველთვის ჰქონდა და ყოველთვის ეჭვს იწვევდა მისი ჟურნალისტობა, რადგან მისი მეუღლე შინაგან საქმეთა სამინისტროს მაღალჩინოსანი გახლდათ. როცა გვეკითხებიან, არის თუ არა რაიმე გავლენა ან ზეგავლენა, ამის ნათელი მაგალითი არის ის, რომ რატომღაც პოლიციის მაღალჩინოსნების მეუღლეები იყვნენ ყველაზე ნიჭიერები და საუკეთესო პროგრამების ავტორები. მგონი, აშკარად არასწორ პრაქტიკასთან გვქონდა საქმე.

Cyan Magenta Yellow Black

არ მგონია, რომ ეკა კვესიტაძე და რომელიმე კარგი ჟურნალისტი დაიკარგოს და ვერ მოძებნოს თავისი ადგილი. უბრალოდ ველარ გაუწევს ლობირებას მიხეილ სააკაშვილი.

რაც შეეხება იმას, ვინ წაიყვანს გადაცემას, ეს სამეურვეო საბჭომ უნდა გადაწყვიტოს და არა — რომელიმე პოლიტიკოსმა ან პოლიტიკურმა ჯგუფმა. ის, რასაც პაიჭაძე და კვესიტაძე აკეთებდნენ ქართულ ჟურნალისტიკაში — რომ ამართლებდნენ 26 მაისს და 7 ნოემბერს, ანუ იდეოლოგიურად ამყარებდნენ სააკაშვილის რეჟიმს, რომელიც იყო აგებული წამებასა და ტერორზე, უნდა ეკეთებინათ საკუთარ ტელეარხზე, სადაც თვითონ დააფინანსებდნენ საკუთარ იდეოლოგებს, როგორც აკეთებს კიდეც ამას „ტაბულა“ და ჩერგოლეიშვილი. მერე კი თავად მაყურებელი აირჩევს, უყუროს ნაცმოძრაობის პროპაგანდას თუ საზოგადოებრივ მაუწყებელს.

— **თქვენთვის, როგორც თავისუფალი პრესის ყოფილი წარმომადგენლისთვის, რისი მანიშნებელია ტელეჟურნალისტებისადმი პრემიერ ბიძინა ივანიშვილის პოზიცია და დამოკიდებულება, რაც 2 ოქტომბერს მათ შეხვედრაზე ვიხილეთ?**

— შეხვედრის პირველ ნაწილს ვუყურე, მერე პლენარულ სხდომაზე შევედი. უნდა გითხრათ, რომ საკმაოდ დავიძაბე. უსიამოვნო იყო ის პოლემიკა, რომელიც პრემიერსა და ჟურნალისტებს შორის გაიმართა, თუმცა ის ძირითადი გზავნილები, რომლებიც პრემიერმა გააჟღერა, ჩემთვის აბსოლუტურად მისაღებია.

— **კონკრეტულად რომელი გზავნილები?**

— რომ ადამიანები უფრო მეტი პასუხისმგებლობით უნდა მოეკიდონ იმ ბრალდებებს და განცხადებებს, რასაც აკეთებენ. ამ ბოლო დროს მართლაც უამრავი არაარგუმენტირებული ინფორმაციის გავრცელების მომსწრე ვართ, რომ თითქოს ირინა იმერლიშვილი და ზაქარია ქუცნაშვილი კუდ-ის აგენტები არიან, ჩვენ — რუსეთის... ლოგიკურად ჩნდება კითხვა: ეს მასალები რა დოკუმენტებითაა გამყარებული?

— **ჟურნალისტი ვერ აღკვეთს ინფორმაციის გავრცელებას, როგორიც გინდა იყოს ის. ცილისწამების შემთხვევაში არსებობს სასამართლო.**

— მეც ასე მოვიქცეოდი, თუ ჩემ მიმართ ასეთი შეურაცხმყოფელი ბრალდებები გაკეთდებოდა და ნაკლებად შევიდოდი დისკუსიაში მასთან, ვინც ეს სიბინძურეები გაავრცელა.

„როცა უმცირესობის წევრი გიორგი ბარამიძე პლენარულ სხდომაზე ითხოვს, რომ გაგრძელდეს პაიჭაძის და კვესიტაძის გადაცემები, ეს მიუთითებს, რომ ნაციონალები დაინტერესებული იყვნენ ამ პროგრამების არსებობით და გავლენით საზოგადოებრივ არხზე".

ის, რომ ბიძინა ივანიშვილი ხვდება ჟურნალისტებს, მათ შორის — მათ, ვინც მის მიმართ კრიტიკულად არიან განწყობილი და არავის აქვს იმის შიში, რომ ამის მერე დააპატიმრებენ, წამალს ჩაუდებენ და აწამებენ ციხეში, მგონი, ჩვენი ერთ-ერთი დიდი მიღწევაა. უბრალოდ პრემიერს უყვარს პოლემიკა და საკუთარი სიმართლის მტკიცება. ეს ცუდი არ გახლავთ, თუმცა ეს დისკუსია არასასიამოვნო საყურებელი რომ იყო, ამაში გეთანხმებით. ჯობდა, ტონი უფრო აკადემიური ყოფილიყო როგორც ერთი, ისე მეორე მხრიდან.

— **პრემიერისგან სიმართლის მტკიცება საქმის გარჩევად შეფასდა. მაგრამ, სიმართლე გითხრათ, მე იმან უფრო შემაწუხა, რომ მას ხელთ ჰქონდა ყველა ჟურნალისტის ნათქვამიდან კონტექსტიდან ამოგლეჯილი ფრაზები.**

— სიმართლე გითხრათ, არ ვიცი, ვინ აკეთებს ამ ამონარიდებს. მის გუნდში საკმაოდ ბევრი გონიერი ადამიანია, რომელთაც კარგად ესმით ჟურნალისტური სტანდარტები. ძალიან სამწუხარო იქნება, თუ მას ახლოს ჰყავს ისეთი მრჩევლები, რომლებიც, ნაცვლად იმისა, რომ მედიასთან ურთიერთობების ხარისხი გააუმჯობესონ, დაძაბულობის შეტანას ცდილობენ. იმედი მაქვს, თავიანთ საქციელს გამოასწორებენ ან, სულ მცირე, გამოიცვლებიან.

— **ხელისუფლების პირველი პირის მხრიდან ჟურნალისტების აღზრდაზე საუბარი რამდენად მისაღებია ყოფილი ჟურნალისტისთვის?**

— საერთოდ მიუღებელია. ჩემს თავს უფლებას ვერ მივცემ, ყოფილ კოლეგებს ჭკუა ვასწავლო, თუმცა ხშირად ხდება ფაქტების დამახინჯებაც, არაესთეტიკური, ძველი ფოტოების დაბეჭდვაც, მაგრამ, ვფიქრობ, საბოლოო შეფასება საზოგადოებამ უნდა გააკეთოს. ასეთი დეტალების ჩაღრმავებით დავკარგავთ იმ ძვირფას დროს, რომელიც სხვა უფრო სასიკეთო ამბებისთვის უნდა მოგვეხმარა.

— **კარგია, რომ ასე ფიქრობთ, რადგან ვინც ჟურნალისტებთან კონფრონტაციაში შედის, ის ყოველთვის ცუდად ამთავრებს საქმიანობას.**

— დიახ, ეს არის ძალიან ცნობილი ჭეშმარიტება, არც ერთ ხელისუფლებას მოუგია ბრძოლა მეოთხე ხელისუფლებასთან. ვისურვებდი, ამ კონკრეტულ შემთხვევაში ორივე გამარჯვებული გამოვიდეს და, რაც მთავარია, გამოვიდეს უფრო მეტად გაზრდილი და არა — აღზრდილი. უნდა ვისწავლოთ ერთმანეთთან დიალოგი, პოლემიკა. ეს გამოადგება მომავალ დემოკრატიას. მე არ ვთვლი, რომ ამ შეხვედრამ ცუდი შედეგი გამოიღო, პირადად მე ძალიან ბევრი ინფორმაცია მივიღე, რადგან ბევრმა მოახდინა საკუთარი განწყობების ლუსტრაცია. ამას პოლემიკა მოჰყვა სოციალურ ქსელებში, გაკეთდა შეფასებები.

— **სოციალურ ქსელებში ისიც დაიწერა, რომ ამის მერე პრემიერის რეიტინგი დავარდება, შესაბამისად — „ოცნებისაც“.**

— არ მჯერა, რომ ამ შეხვედრის შედეგად დაიკლებს ბიძინა ივანიშვილის რეიტინგი, მას რეიტინგი არც არაფერში სჭირდება. ის არ არის პოპულისტი.

— **მაგრამ არჩევნების მოგებას რომ აპირებთ ორ კვირაში, ხომ არ დაგავიწყდათ?**

— დარწმუნებული ვარ, რომ გიორგი მარგველაშვილი მოიგებს. ბევრი მომხრე დამიკავშირდა და აღფრთოვანებულიც კი იყვნენ, რომ ბევრ საკითხთან დაკავშირებით მკაფიოდ მოისმინეს ჩვენი ლიდერის მოსაზრებები. სასაზღვრო ზოლთან დაკავშირებით პრემიერი მართალი იყო. ჩახვიდე კონფლიქტის ზონაში მაშინ, როცა სამუშაოებია ჩასატარებელი მთავრობის, პარლამენტის მხრიდან, ეს ნიშნავს, რომ მართლაც რეიტინგზე მუშაობ და არა — ქვეყნის მომავალზე.

— **პრემიერისა და ჟურნალისტების შეხვედრაზე გაისმა სიტყვა „ფოსტალიონი“, როგორც უარყოფით, ისე დადებით კონტექსტში. თქვენ როგორ ფიქრობთ, ჟურნალისტი ფოსტალიონი არის ან უნდა იყოს თუ არა?**

— ჟურნალისტიკის მიმართ მე ვერ ვარ ობიექტური, რადგან ძალიან მიყვარს და, თუ ვისაუბრებ პრობლემებზე, ვისაუბრებ გულისტკივილით; ვისაუბრებ იმ ინიციატივებზე, რომლებიც მთავრობამ და პარლამენტმა აუცილებელია, გაატარონ იმისათვის, რომ ქართული მედია გახდეს ეკონომიკურად უფრო დამოუკიდებელი და მეტი საშუალება ჰ ქონდეთ ცალკეული მასალაზე მუშაობის, ასევე განათლების მიღების და კვალიფიკაციის ამაღლების. ესაა საჭირო და არა — გასული საუკუნის 90-იანი წლების სტილის და მიდგომების გაცოცხლება.

— **პრემიერი, თქვენი კოლეგა დეპუტატებიც სულ მიუთითებთ ჟურნალისტებს, გადაამოწმონ ინფორმაცია, მაგრამ უნდა გითხრათ, რომ თქვენს მთავრობასთან კომუნიკაცია ჭირს.**

— მე ექსპერიმენტი არ ჩამიტარებია.

— **სამაგიეროდ მე მიწევს ყოველდღე და დაგიკონკრეტებთ, რომ, მაგალითად, პაატა ზაქარეიშვილის უწყება კითხვებს წინასწარ ითხოვს, მაგრამ როდის შეგხვდება და გაგცემს პასუხს, არ იცის.**

— მიკვირს, რატომ ხდება ასე, რადგან ის ერთ-ერთი ყველაზე თავისუფალი ადამიანია. არ მაქვს თქვენს სიტყვებში ეჭვის შეტანის საფუძველი და თუ ასეთი რამ ხდება, უნდა დაწეროთ. არის მთავრობის მხრიდან ნაბიჯები, თუნდაც სოციალურ დახმარებებთან დაკავშირებით, რომელთაც არ ვეთანხმები და როცა ჩემი პოზიცია ვერ მივაწვდინე, მეც მომიხდა პარლამენტის სხდომაზე გამოსვლა. მალე შემოვა პარლამენტში მთავრობა ბიუჯეტით და თვითონ მთავრობის დასამტკიცებლად, მაშინ გვექნება კრიტიკული შეხვედრა მთავრობის წევრებთან.

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

მიიღეთ
ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

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

კახა კუკავა: „ივანიშვილის წასვლის შემდეგ პირველი სამიზნე ღარიბაშვილი გახდება“

საპრეზიდენტო არჩევნებამდე დრო ძალიან ცოტაღა რჩება. იმ პარტიებისთვის, რომლებიც ამ არჩევნებში არ მონაწილეობენ, შედეგი უკვე გარკვეულია. „თავისუფალი საქართველოს“ ლიდერი კახა კუკავა დარწმუნებულია, რომ ბიძინა ივანიშვილის ფავორიტი გიორგი მარგველაშვილი საქართველოს პრეზიდენტი გახდება და არც იმაში ეპარება ეჭვი, რომ ამ ფაქტს ხელისუფლებისთვის ბრძოლა და ქაოსი მოჰყვება.

კახა კუკავა:

— ჩვენი ქვეყნისთვის ეს არჩევნები იქნება გამოუყენებელი შანსი. ყველამ იცის, რომ მარგველაშვილი არ იქნება კარგი პრეზიდენტი. ზოგი ამას ღიად აღიარებს, ზოგი საკუთარ გულში ხვდება, მაგრამ პრაქტიკულად ყველა თანხმდება იმაზე, რომ მარგველაშვილი გახდება პრეზიდენტი.

— **პირადად თქვენ რატომ ფიქრობთ, რომ მარგველაშვილი არ იქნება კარგი პრეზიდენტი, რა არგუმენტები გაქვთ მის წინააღმდეგ?**

— სოციალურ ქსელებში ინტერვიუ დაიდო. ჟურნალისტი ივანიშვილს ეკითხება, მიჯირყვნა რა არისო. ივანიშვილი უმტკიცებს, ქართული სიტყვააო. მარგველაშვილი უზის გვერდით და ისიც უმოწმებს, კი, ხშირად გამიგიაო. ეს პატარა მაგალითიც უჩვენებს, რა არის მარგველაშვილის ფუნქცია — ივანიშვილს ჩაის დალევის დროს შაქარი ჩაუმატოს ჭიქაში. ისეთ კრიზისულ მდგომარეობაში მყოფი ქვეყნისთვის, როგორიც საქართველოა, ასეთი პრეზიდენტი საჭირო არ არის. ქვეყანას სჭირდება ლიდერი, რომელსაც აქვს მკაფიო ხედვა, ქვეყანა როგორ უნდა განვითარდეს. მარგველაშვილისგან თქვენ გაგიგიათ მკაფიო პოზიცია? ჟურნალისტი ვახო სანაია ევრაზიულ კავშირზე ნახევარი საათის განმავლობაში ეკითხებოდა და აზრი ვერ გამოიტანა. მარიონეტი პრეზიდენტი კარგი არ არის.

— **რატომ გგონიათ, რომ ის უთუოდ გაიმარჯვებს არჩევნებში?**

— შეიქმნა ასეთი მანკიერი წრე — გიორგი მარგველაშვილი და დავით ბაქრაძე. მოლაპარაკებულები არიან, რომ მათ გაიყონ პირველი და მეორე ადგილები. ქალბატონმა ნინო ბურჯანაძემ კი, რომელსაც რეალურად ჰქონდა მეორეზე გასვლის შანსი, ობიექტური და სუბიექტური მიზეზების გამო ვერ მოახერხა ოპოზიციური კოალიციის ჩამოყალიბება და ჩვენ ვხედავთ ახლა 8 პროცენტს, რასაც მას სოციოლოგიური გამოკვლევები უწინასწარმეტყველებენ. ეს ალბათ ისაა, რასაც მთავრობა უპირებს. რეალურად შეიძლება მეტი ჰქონდეს, მაგრამ ფაქტია, რომ ის ხმების დაცვას ვერ მოახერხებს.

— **რატომ, ივანიშვილმა დემოკრატიული არჩევნების გარანტია ხომ მოგვცა?**

— ივანიშვილი იმასაც ამბობდა, ბენზინი ლარი გახდებაო, მაგრამ, მგონი, არ ღირს ლარი. საზოგადოება უკვე გამოდის „ქართული ოცნების“ ეიფორიიდან, მაგრამ ეს საწყისი ეტაპია. ვისაც გამაყუჩებელ წამლებთან ჰქონია საქმე, იცის, როცა წამალი გადის ორგანიზმიდან, ტკივილი ნელ-ნელა იწყება. ჩვენი საზოგადოება ჯერ სიმპტომს გრძნობს — ეს ივანიშვილი ამ ადეიშვილზე რაღაც გაურკვევლად ლაპარაკობს, რაღაც თქვა ჰომოსექსუალიზმზე, რაღაც ვერ გავიგეთ მიწებზეცო... როცა ქართველი საზოგადოება კარგად დარწმუნდება, რომ „ქართული ოცნებაც“ ისეთივე ბლეფი იყო, როგორიც მოქკავშირი და ნაცმოძრაობა, ნამდვილი კრიზისი ამის შემდეგ დაიწყება.

ივანიშვილის ფუნქცია ქართულ პოლიტიკაში ერთი რამ იყო — სააკაშვილის ხელისუფლებასა და კიდევ ერთ ხელისუფლებას შორის, რომლის კონტურებიც მომავალ წელს გამოიკვეთება, ტრანზიტის ფუნქციის შესრულება, რათა მომხდარიყო ხელისუფლების მშვიდობიანი გადაცემა.

— **მომავალ წლამდე რა დაელოდება მომდევნო ხელისუფლების კონტურებს! იქნებ უფრო გასაგებად აგვიხსნათ, რას გულისხმობთ.**

— არის სამი პერსპექტიული მომართულება. ერთი, ეს არის ივანიშვილის კლანი. ივანიშვილი მიდის, მაგრამ შეეცდება, თავისი კლანი დატოვოს. ალბათ პრემიერადაც დანიშნავს თავის კაცს და შეეცდება, თავისი მარიონეტების დახმარებით მართოს ქვეყანა, ისე როგორც სიცილიური მაფია იმართება. მეორე მიმართულება, ეს იქნება აშშ-ის რეზიდენტურის წარმომადგენლები უსუფაშვილ-ბაქრაძე-ალასანიას სახით, რომლებიც შეეცდებიან, რომ საქართველოში დამყარდეს ის ხელისუფლება, რომელიც მისაღები იქნება ამერიკისთვის და მესამე, ეს არის დემოკრატიული მიმართულება, რასაც ჩვენ თავსაც მივაკუთვნებთ და სხვა პარტიებსაც. ჩვენ შევეცდებით, რომ ეს კულუარული პოლიტიკა დამარცხდეს. თუ ვინ შეძლებს უპირატესობის მოპოვებას, ამას 2014 წელს ვნახავთ.

„კორტავას და ჯაყელის შემთხვევებზე საუბარს ზუსტად ის რეაქცია ჰქონდა, როგორიც გირგვლიანის მკვლელობაზე მერაბიშვილს“.

— **პირველი მიმართულების შესასრულებლად რატომ შეირჩა ივანიშვილი?**

— ის არის ექსცენტრული ოლიგარქი. კრიმინალურ პერიოდში დააგროვა რუსეთში ქონება და, რა თქმა უნდა, მისი შედარება არ შეიძლება დასავლელ მილიარდერებთან, რომლებიც ფულს გამოგონებებით შოულობენ. გასაგებია, ბილ გეიტსმა როგორ იშოვა ფული და ივანიშვილმა — როგორ. ის რასაც აკეთებს საქართველოში, ოლიგარქებისთვის არის დამახასიათებელი. რაც შეეხება მის კომიკურ ექსცენტრულობას, ყველა ოლიგარქს, როცა მილიარდებს გასცდება, უჩნდება განცდა, რომ მარტო მდიდარი კი არ არის, ჭკვიანიცაა. აბა, სხვანაირად როგორ იშოვიდა ფულს? ამიტომ ყველაზე კარგად „ერკვევა“ ყველაფერში. ამტკიცებს, რომ მიჯირყვნა ქართულია; რომ მან პოლიტიკა ყველაზე უკეთ იცის; რომ ჟურნალისტიკაში ნინო ჟიჟილაშვილზე უკეთ ერკვევა; რომ პატრიარქზე უკეთესად იცნობს ეკლესიის ბუნებას, გადასინჯა ილიას და აკაკის შეხედულებები...

სააკაშვილიც ექსცენტრული იყო. გვახსოვს, რომ მას არქიტექტურაზეც ჰქონდა პრეტენზია, ფილმების გადაღებაზეც, თეატრების კეთებაც დაიწყო. მომღერლები ჩამოჰყავდა, გადაცემებს არჩევდა... ამ ორ პიროვნებას შორის რომელი უფრო სასაცილოა, დავის საგანია, მაგრამ თავისთავად ექსცენტრული პოლიტიკოსები ქვეყანას პირველ პირებად არ სჭირდებიან. მეგობრებთან ვხუმრობ კიდეც, რომ ქვეყნის პრეზიდენტი ან პრემიერი, რომელიც მომავალში ტელეეკრანიდან ლექსს წაგვიკითხავს, იმპიჩმენტის წესით სასწრაფოდ უნდა იქნეს გადაყენებული. შევარდნაძე ძალიან არ მომწონს, მაგრამ არ მახსოვს, ლექსებით მოეწონებინოს თავი. ყველამ კარგად ვიცით, რომ პრეზიდენტ გამსახურდიას ლექსები და პოეზია არ უჭირდა, მაგრამ არ მახსოვს, პირდაპირ ეთერში ლექსებით შეეწუხებინა მსმენელი. როცა ივანიშვილი და სააკაშვილი ლექსის ერთ სტროფს ვერ იმახსოვრებენ და მაინც ცდილობენ, რომ რუსთაველი და ბარათაშვილი პირდაპირ ეთერში წაიკითხონ, ეს არის კომპლექსი, რომელიც ორივეს აწუხებს.

— **რა გამოდის — ირკვევა, რომ სააკაშვილი რჩება პოლიტიკაში, ივანიშვილი კი მიდის.**

— ორივე რჩება, ოღონდ იმ ფორმით, რომელიც მათ მიაჩნიათ, რომ ძლიერი აქვთ. სააკაშვილი საჯარო პოლიტიკოსია და ის პოლიტიკაში ღიად დარჩენას შეეცდება. ივანიშვილი თვითონაც ხვდება, რომ საჯარო პოლიტიკაში მაინცდამაინც მომხიბვლელად ვერ გამოიყურება, ამიტომ შეეცდება, ოლიგარქის მეთოდებით მართოს ქვეყანა — პრეზიდენტს გამოუყოფს რაღაც სოროს, პრემიერს დანიშნავს და იქნება „გამოჭიმული“ პატარა კაბინეტში. რეალურად კი მნიშვნელოვანი საკითხები გადაწყდება ივანიშვილის ბიზნესცენტრში, სადაც ქვეყნის პირველ პირებს გამოიძახებს ხოლმე. ბუნებრივია, რომ არც ერთი ეს მეთოდი დემოკრატიასთან თავსებადი არ არის.

— **მთლად ასე შავ ფერებში ნუ წარმოაჩენთ ყველაფერს. ივანიშვილის გადასვლა სამოქალაქო სექტორში და ამით ამ სფეროს გაძლიერება, ერთი შეხედვით, არც ისე ცუდი უნდა იყოს.**

— ჰო, ერთი შეხედვით. შეიძლება ადამიანს დაუჯერო ერთხელ, ისიც — პირველად. ჩვენ გვაქვს გამოცდილება, რომ ივანიშვილმა მისი დაპირებების 3 პროცენტიც არ შეასრულა, 97 პროცენტი კი ტყუილი გამოდგა. მოგვატყუა დენის, გაზის, ბენზინის, აფთიაქის ფასებზე, მიწებზე, სამართლიანობაზე, ბათუმის მეჩეთზე... ძალიან ბევრ საკითხში მოგვატყუა.

— **რამდენჯერ უნდა გაგვიმეოროს, რომ პირველი წლისთვის გადაჭარბებით შეასრულა დანაპირები, 4 წლის თავზე კი უზრუნველად ვიცხოვრებთ?**

— ბენზინის ფასები 4 წლის მერე გახდება დაბალი? ეს ხომ სრული სისულელეა! ეკონომიკური სიჯანსაღე ზოგადია, ლაპარაკია კონკრეტიკაზე. თუ ბენზინიდან ნაცმოძრაობა ლარს იპარავდა, ახლა ხომ არ იპარავს? 4 წელი რა შუაშია? მაგრამ ახლა გია ხუხაშვილი იპარავს იმ ლარს. ამიტომაც გასაგებია, რომ ივანიშვილი არის შევარდნაძის და სააკაშვილის ანტიეროვნული რეჟიმის გაგრძელება. მის ნათქვამ სიტყვებს სერიოზულად 1 ოქტომბრამდეც არ ვიღებდი და, საბედნიეროდ, ახლა ამას ქართველი საზოგადოებაც მალე მიხვდება.

— **რა იქნება ივანიშვილის წასვლის შემდეგ?**

— დაიწყება ბრძოლა ხელისუფლებისათვის. ანარქია იქნება და გასაგებია, პლასტელინი პრეზიდენტის პირობებში რომ ვერ იქნება სტაბილური მმართველობა.

— **მაგრამ ივანიშვილმა გააფრთხილა ამის მსურველი ერთი-ორი კაცი, რომ თვითონვე „ამოყირავდებიან“.**

— ეს შევარდნაძის სიტყვების პერიფრაზირებაა, რომელმაც თქვა, თუ ვინმეს გადატრიალება უნდა, საწოლში გადატრიალდესო. მერე კი გვახსოვს, რომ მაინც გადაატრიალეს. ივანიშვილისთვისაც გარდაუვალია ეს ამოყირავება და არა — იმ ორი კაცისგან, ვინც

Cyan Magenta Yellow Black

იგულისხმა — ირაკლი ალასანია და გუბაზ სანიკიძე. პრობლემა არის ხელისუფლებაში. თუ მთავრობა არ ვარგა, ოპოზიცია ყოველთვის მოინახება და თუ მთავრობა ვარგა, ოპოზიცია მას ვერანაირ პრობლემას შეუქმნის. თუ პრეზიდენტი იქნება მარგველაშვილი და ასეთივე პლასტელინი — პრემიერი, იქ სულ რომ არ იყოს ოპოზიცია და ამყირავებელი, ბუნებრივად გაჩნდება ოპოზიცია, რომელიც ივანიშვილის მთავრობას ისტორიის წარსულში გაისტუმრებს.

— ალასანია და სანიკიძე მართლა აპირებენ ხელისუფლების ამოყირავებას?

— მან ისინი იგულისხმა, მაგრამ რას აპირებენ, ამას მათგან მალე შევიტყობთ.

— ნაციონალებს რა პერსპექტივა აქვთ?

— საბოლოოდ როგორ გადაწყდება ძნელი სათქმელია, მაგრამ ბაქრაძე და ამერიკის კარის ოფიცრები იქნებიან ცალკე, დროებითი შავი მუშებისგან კი — წიკლაურები და ა.შ. — დისტანცირებას მოახდენენ.

— ტელეეთერიდან ირაკლი ალასანიას მიერ ირაკლი ღარიბაშვილის კრიტიკა საქართველოსთვის ჯიჰადის გამოცხადების შესახებ განცხადების ავტორის თემაზე პოლიტიკური თამაში იყო?

— რა თქმა უნდა. ეს არც დამთავრებულა, გაგრძელდება. ვფიქრობ, რომ ივანიშვილის გუნდი განწირულია, მიუხედავად იმისა, რომ ის გაიყვანს თავის პრეზიდენტს და დატოვებს თავის პრემიერს. კრიზისი გარდაუვალია. ასე თუ გაგრძელდება, მომავალ გაზაფხულზე „ქართულ ოცნებას“ ღრმა კრიზისი დაუდგება და მერე საკითხი როგორ გადაწყდება, უკვე პარტიებზე იქნება დამოკიდებული.

„ივანიშვილისთვისაც გარდაუვალია ამოყირავება და არა იმ ორი კაცისგან, ვინც იგულისხმა — ირაკლი ალასანია და გუბაზ სანიკიძე. თუ მთავრობა არ ვარგა, ოპოზიცია ყოველთვის მოინახება".

— გამოძიების ვერსია, რომელიც ჯიჰადის კლიპებს შეეხება, რამდენად დამაჯერებელია?

— გამოძიება დამაჯერებლად არ გამოიყურებაო, ამას წინათ გიგა ბოკერიაც ამბობდა ჭკვიანური სახით. მე, პირადად, ღარიბაშვილის მიმართ უნდობლობის საფუძველი არ მაქვს. როცა სასამართლოზე გამოქვეყნდება მტკიცებულებები, მხოლოდ ამის შემდეგ შეიძლება ვთქვათ, მტკიცებულებები რამდენად საკმარისია ან — არა. ჯერ წინასწარი გამოძიება მიმდინარეობს, მაგრამ ერთი რამ ფაქტია, ჯიჰადის თემას ღარიბაშვილის და ივანიშვილის წინააღმდეგ გაისადაც გამოიყენებენ.

— ანუ ალასანია გამოიყენებს?

— ალასანიას ჯგუფი გამოიყენებს და ახალი კითხვებიც გაჩნდება. მე ბევრჯერ მითქვამს, რომ ამ მთავრობაში რამდენიმე მინისტრის მიმართ ვარ დადებითად განწყობილი და ერთ-ერთი არის შს მინისტრი. უარყოფითი ადამიანი რომ არ არის, ესეც უკვე დადებითი მოვლენაა, რადგან მიჩვეული ვართ, რომ შს მინისტრი ადამიანებს უნდა აწამებდეს. ჩვენ კი აბსოლუტურად სხვანაირი მინისტრი გვყავს, თუმცა ვფიქრობ, რომ ის გახდება პირველი სამიზნე ივანიშვილის წასვლის შემდეგ იმ ჯგუფისთვის, რომელზეც ახლახან ვსაუბრობდი.

— ისე, ჯიჰადი რამდენად რეალურია საქართველოსთვის?

— რატომ არა?! ჩვენი კონტინგენტი ყველაზე დიდია ავღანეთში და ეს თემა ბუნებრივადაც არის აქტუალური. არის სუბიექტური ფაქტორებიც, როცა ცეცხლზე ნავთს ასხამენ. ეს შეიძლება იყოს კარგად ცნობილი ქვეყნის სპეცსამსახურები, რაზედაც მინიშნება გაკეთდა, ან რამდენიმე მეზობელი ერთად. აზერბაიჯანის გარდა, საქართველოსთვის ყველა დანარჩენი არის კონკურენტი და ყველა დანარჩენს აქვს პრობლემა საქართველოს საგარეო ორიენტაციასთან მიმართებაში.

გამოძიებამ პირველი ნაწილი გამოიძია და თქვა, რომ ეს გააკეთა ყირგიზეთის მოქალაქემ, მაგრამ ვისზე მუშაობს ის, ეს გამოძიების დამატებითი საგანია. ეს თემა დამატებითი სპეკულირების საგანიც გახდება. გარწმუნებთ, რომ გაისად ეს თემა ქართულ პოლიტიკაში ცენტრალური იქნება. არის თემები, რომლებსაც წინასწარ ამზადებენ იმპიჩმენტისთვის. ჯიჰადის თემაც „შეუგდეს“ ღარიბაშვილს, რომ ამით მოხდეს მის წინააღმდეგ კამპანიის დაგეგმვა.

— ამ ლოგიკით გამოდის, რომ ალასანიამ განზრახ „შეუგდო“.

— ალასანიაც არის ერთ-ერთი ინსტრუმენტი მანქანისა და ფაქტია, რომ ამ „შეგდებაში“ ისიც მონაწილეობს. ის, რომ ტელეეთერში დაინტერესდა ამ საქმის ბედით და არა — მთავრობის სხდომაზე, ღია მტკიცებულებაა, რომ ამ თემას ღარიბაშვილის წინააღმდეგ იყენებს.

— ციხეში ბაჩო ახალაიას მოსმენებზე რას ფიქრობთ?

— ჩემი აზრით, ესეც ასეთი თემაა. ამაშიც გარკვეული ძალები მონაწილეობენ, მაგრამ ეს არანაირად ამართლებს სოზარ სუბარს. დაუგდეს, ჩაუწყვეს თუ მოუწყვეს, ამას არ აქვს მნიშვნელობა. ციხე დაიბრუნეს კრიმინალურმა ელემენტებმა და ამას აკეთებენ სუბარის მხარდაჭერით თუ არა, უნიათობით მაინც. სუბარი არის ყველაზე სამარცხვინო მინისტრი და რაც უფრო დროულად გაუშვებენ, მით უკეთესი. მან თქვა, ციხე ყველგან ქურდების არის, რა გაგიკვირდათ, მარტო საქართველოში კი არ ხდებაო. ამას სასჯელაღსრულების მინისტრი სერიოზული სახით ამბობს და ამის მერე რომ ისევ მინისტრად რჩება, ეს ჩვენთვის ტრაგედიაა, მომავალი თაობისთვის კი კომედია იქნება. გარდა ამისა, მძიმე დანაშაულობები მოხდა, რომლებსაც სათანადო რეაგირება არ მოჰყოლია. კორტავას და ჯაყელის შემთხვევებზე სუბარს ზუსტად ის რეაქცია ჰქონდა, როგორიც გირგვლიანის მკვლელობაზე მერაბიშვილს. პირველად ითქვა, კიბეებზე დაგორდაო.

— ეს ვერსია პრესცენტრს დაბრალდა.

— პრესცენტრი არის ადგილზე? ადგილზეა. მას შემდეგ, როგორც მერაბიშვილი ვაიძულეთ, დაეკავებინა მკვლელები, ზუსტად ისე მოხდა ამ შემთხვევაშიც. შემდეგ ახალი ვერსია წამოვიდა, თუმცა ისიც არადამაჯერებელი. თავიდან ციხის დირექტორს არ ხსნიდნენ და კარგა ხნის მერე რომ გაათავისუფლეს, იმიტომ უნდა ვთქვათ მადლობა? ციხის დირექტორი რატომ არ ზის ციხეში? საპატიმროში იყო გარჩევა, ერთმა ჯგუფმა პატიმარი საკნიდან საკანში გაიყვანა, სადაც ცემით მოკლა და წარმოგიდგენიათ, რომ დირექტორმა არაფერი იცოდა?

— ახალაიას ჩანაწერის გაკეთება ვის აწყობდა?

— როცა ციხეში არის ქაოსი, ასეთი რამის გაკეთება ადვილია. შეიძლება წინასაარჩევნოდ გაკეთდა, შეიძლება ახალაიას სჭირდება სასამართლო პროცესისთვის ან მის ადვოკატებს სტრასბურგის სასამართლოსთვის, რაც კარგი არგუმენტი იქნება. საბოლოო ჯამში, არ მგონია, სუბარი ვინმეს აინტერესებდეს, დაბალი ღობეა, მაგრამ ამ ფაქტს ხელისუფლების წინააღმდეგ კარგად გამოიყენებენ.

ნაცმოძრაობამ მხოლოდ ტანსაცმელი გამოიცვალა!

ნაციონალური მოძრაობის მე-6 ყრილობა ახალი წესდებით, გულებიანი ახალი დროშით, თუმცა ძველი სახეების ხელახლა დასახელებით დასრულდა. პარტიის თავმჯდომარის პოსტზე კვლავ მიხეილ სააკაშვილია, გენერალური მდივნად კი — ისევ ვანო მერაბიშვილი. იყო ემოციები, სააკაშვილის მხურვალე სიტყვა, მაგრამ დაანონსებული დიდი განახლება არ შედგა. როგორც პოლიტოლოგი რამაზ საყვარელიძე ამბობს, ეს მხოლოდ ტანსაცმლის გამოცვლაა, რაც პარტიას და მის საპრეზიდენტო კანდიდატს დიდად არ წაადგება.

რამაზ საყვარელიძე:

— ყრილობამ გამახსენა ნაციონალების მიერ აპრილში გამართული პარტიის სახელის განახლება. გამახსენა იმიტომ, რომ მაშინაც ცვლილება იყო ძირითადი ამოცანა და ხალხის დარწმუნება, რომ ისინი შეიცვალნენ, მაგრამ შედეგი, ანუ მათი ცვლილება, ხალხმა არ დაიჯერა. ამიტომ ძნელი სათქმელია, ამჯერად რატომ უნდა დაიჯეროს. ახალი სახელები კი არა, ახალი სახეებიც კი არ არის საკმარისი ამისთვის. წესით, თუ უნდოდათ ხალხის დარწმუნება სიახლეში, უნდა ეღიარებინათ მთელი სიმართლე წარსულზე. ეს აღიარება არც მაშინ გაუკეთებიათ და არც — ახლა და, თუ გულახდილობის განცდა ადამიანს არ აქვს, ის პოლიტიკურ სიმპათიებს, მით უმეტეს, ამ მძიმე 9 წლიანი წარსულის მერე, ვერ გასცემს.

— მხოლოდ აღიარება საკმარისია?

— საკმარისია. ანალოგიური რამ მოხდა რამდენჯერმე ჩვენს ისტორიაშიც. კომუნისტებს რომ არ შეეფასებინათ ის პერიოდი და არ ეთქვათ, რასაც კომუნისტები აკეთებდნენ, ცუდი იყოო, ხელახლა ვინ დაუჯერებდა? ჟიული შარტავა გაიხსენეთ, რომელიც ძალიან აქტიური იყო კომუნისტების პერიოდში, ოღონდ მერე დაინახა ის, რაც ხდებოდა კომუნისტების დროს და დღეს ჟიული შარტავა საამაყო სახელია ქართულ ისტორიაში. ასე რომ, თუ არ მოინანია და ისევ ჯიუტად გააგრძელა და იძახა, ყველაფერი სწორი იყოო, რჩება შთაბეჭდილება, რომ ამ ადამიანმა ისევ რომ მიიღოს ძალაუფლება, შეიძლება იგივე გაიმეოროს. ეს უკმაყოფილება ჩნდება ნაცმოძრაობის მიმართაც.

— აქცენტები რამდენად სწორად იყო გაკეთებული, თუნდაც სააკაშვილის გამოსვლაში, რომელიც პარტიაში ძველ პოსტზე დარჩა?

— ჩემი ყურადღება ისევ იმან მიიქცია, რაც ადრე შეფასებული იყო დაპირისპირებად დღევანდელ ხელისუფლებასთან. პოლიტიკური და სამართლებრივი მხა- →20

მამაკაცების გაჯანსაღების ცენტრი

სქესობრივი უძლურება, პროსტატიტი, ადენომა (ავთვისებიან გადაგვარებაზეც!) შარდვის პრობლემების: ხშირი და უნებლიე შარდვა, შეკავება, შეუკავებლობა, წვა, ქავილი, ტკივილი, განწმენდა 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 განწმენდა, 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

„თითზე ვართ ჩამოსათვლელი, ვინც პოლიტიკას ვადევნებთ თვალს და საზოგადოებაში ექსპერტების დევალვაციით მივიღებთ იმას, რომ საერთოდ პოლიტიკურ აზროვნებას გადაეჩვევა საზოგადოება და მხოლოდ ლოზუნგებით იხელმძღვანელებს. ფაქტობრივად გამოვიდა, რომ პრემიერის ეს გამოსვლა ამ ფუნქციას ემსახურებოდა“.

რე ისევ ყურადღების მიღმა დარჩა, ისევ საგარეო მტერი არის მისი ძირითადი თემა და ისევ მოუწოდებს პარტიებს, საგარეო საკითხში ერთიანები ვიყოთო. შთაბეჭდილება რჩება, რომ ეს ერთიანობა სჭირდება მხოლოდ იმისთვის, რომ სამართლებრივ დევნას აარიდოს საკუთარი თავი და მომხრეები. სხვა რა ერთიანობაზე უნდა იყოს ლაპარაკი? ქუჩაში არავინ დასდევს, მხოლოდ სამართლებრივია ეს დევნა და თუ ეს სამართლებრივი დევნა პოლიტიკურია და უსამართლო, ესე იგი, ისევ საქმე გვაქვს არაგულახდილ ლაპარაკთან, რომლის მიზანი მხოლოდ რაღაც რაუნდის და ვიღაცის გულის მოგებაა საქართველოს იქით. ეს საუბრები ქართული მოსახლეობის გულის მოსაგებად არ გამოდგება.

— **ანუ ეს განახლება არ წაადგება ნაცმოძრაობას და მის კანდიდატს?**

— მეეჭვება. ერთადერთი, რაც მათ წაადგებათ, ეს იქნება ის, რომ მოახერხეს სპორტის სასახლის შევსება, მაგრამ არა მგონია, ეს გადამწყვეტი აღმოჩნდეს ბაქრაძის რეიტინგისთვის.

— **სპორტის სასახლის შევსებაც არ უნდა იყოს ცოტა საქმე, ყოველ შემთხვევაში, უცხოელების თვალში.**

— მაგრამ ბაქრაძე ამით დიდად ვერ მოიგებს. ის, რასაც ესენი აკეთებენ, არაფერს უშველის, რადგან ეს განახლება არ არის, მხოლოდ ტანსაცმლის შეცვლაა. მაგალითად, დროშაზე ჯვრების ნაცვლად გულების დახატვა, ეს ხომ განახლება არ არის? რეალური განახლება არის ის, რის შედეგადაც ნაცმოძრაობა სხვა რამე გახდება საზოგადოებისთვის, ისეთი, რაც მანამდე არ იყო. პრინციპების, კურსის, მოქმედების, მართვის სტილის შეცვლა სჭირდებათ და არა იმის თქმა, რომ თურმე დემოკრატიაში ჰქონდათ შეცდომები და პოლიტიკური თვითკრიტიკაა საჭირო. ხალხის გადაწყვეტილებით უნდა მოხდეს ყველაფერიო და ყრილობაზე ისევ ის ელიტა აირჩიეს, ვინც ადრე იყო. ანუ სიტყვები დარჩა ჰაერში და ყველაფერი გაგრძელდა, როგორც ადრე იყო.

საზოგადოება უნდა აღიქვამდეს ამ ყველაფერს და თუ ვერ აღიქვამს, ეს უკვე საზოგადოების პრობლემაა. მე დიდი იმედი არ მაქვს პოლიტიკაში საზოგადოების ჩახედულობის, რომ სწორი გადაწყვეტილება მიიღოს, მით უმეტეს — ჩვენთან ძალიან ემოციურია საზოგადოება, ამის დასტური ის პერიოდია, როცა ნაცმოძრაობა მოდიოდა ხელისუფლებაში. მაშინ ბევრი ექსპერტი ვამბობდით, მთელ ძალაუფლებას ნუ გადასცემთ ნაცმოძრაობას, მძიმე სურათს მივიღებთ-თქო. შედეგად მივიღეთ ის, რომ ჩვენ გამოგვაცხადეს მტრებად, 3-4 წელიწადში კი აღმოჩნდა, რომ მართლები ვიყავით. ჩვენთან არ უგდებენ ყურს ანალიტიკურ პროგნოზებს, გულს უსმენენ და გული ხშირად ემოციაზეა აყოლილი, არა — ნააზრევზე. ამიტომ როგორ მოიქცევა ხალხი ახლა, ძნელი სათქმელია, რადგან ემოციების გაღვიძებას მუდმივად ცდილობს ნაცმოძრაობა. თუმცა არა მგონია, ის ჭრილობა, რაც მისგან დარჩა საზოგადოებას, ასე მალე მოშუშებოდა.

— **ემოციური დამოკიდებულება, როგორც ამბობენ, მარგველაშვილის რეიტინგსაც დაეტყო.**

— საზოგადოების დამოკიდებულების თვალსაზრისით, მარგველაშვილის რეიტინგი არ არის მყარი სხვა რამის — „ქართული ოცნების“ რეიტინგის გამო. „ქართული ოცნების“ მიერ დაშვებულ შეცდომებზე საზოგადოებას აქვს რეაქცია და ეს აისახება მარგველაშვილის რეიტინგზე. მარგველაშვილს რომ კანდიდატობამდე რამდენიმეწლიანი პოლიტიკური წარსული ჰქონოდა, მის დამოუკიდებელ რეიტინგზე შეიძლებოდა საუბარი, მაგრამ მარგველაშვილმა თვითონვე თქვა, რომ ის ამ პოლიტიკური ძალის ნაწილია, მის მიერ წამოყენებულია და მისგან იწყებს პოლიტიკოსობას, შესაბამისად, ავი და კარგი მის რეიტინგზე აისახება. თუკი მარგველაშვილის რეიტინგს გაუჭირდა, ეს „ოცნების“ გასაჭირი იქნება.

მეც მიმაჩნია, რომ „ოცნების“ რეიტინგმა დაიწყო დაღმა სვლა და ეს გასაკვირი არაა. ყველა პარტიას გამარჯვების შემდეგ ასე ემართება, მაგრამ „ოცნებასთან“ დაკავშირებით საინტერესო ის არის, რომ ხალხის საყვედური იმაში მდგომარეობს, წინსვლა არაფერში იგრძნობაო, ამ დროს კი წინსვლა არის, მაგრამ ეს ხალხამდე არ მისულა. ანუ ხალხის ინფორმირება არ ხდება. ისეთ სფეროებში, რაც ხალხმა პირადად უნდა იგრძნოს — ეს არის ეკონომიკა, ეუბნებიან, დიდი ხნის მერე იქნებაო, სამართლიანობაზე კი ამბობენ, ყველას ხომ არ დავიჭერთ, ისინი მსხვერპლნი არიანო. ფაქტობრივად არათუ ცვლილებები არის, განცხადებები კეთდება იმაზე, რომ ცვლილებებს არ უნდა ველოდოთ. ეს კი ხალხს, ბუნებრივია, აღიზიანებს.

— **ამას რატომ ვერ იაზრებს ხელისუფლება? რატომ ვერ გააგებინეთ ან გაგაგებინათ საკუთარი სიმართლე თუნდაც იმ შეხვედრაზე, სადაც პოლიტიკურ ექსპერტებს პრემიერთან პოლემიკაში მოგიწიათ შესვლა და კარგა ხანს გიმტკიცებდათ, რომ სწორი იყო?**

— არა მგონია, რომ პრემიერის მტკიცება იყო ისეთი არგუმენტირებული, ჩვენ, ექსპერტებს, აზრი შეგვეცვალა. მან მხოლოდ ჩამოთვალა სფეროები. ჩვენ ვუთხარით, ეს თუ კარგად კეთდება და მიღება აკლია, ეს უკვე ხარვეზია მათთვის. ეს უფრო თვალსაჩინო ჟურნალისტებთან შეხვედრაზე გახდა — მისი სამსახურის მიერ მიწოდებული ციტატები არასწორად იყო ამოღებული, თან არასრულად, რაც უკვე მიუთითებს, რომ მისი სახელმწიფო მანქანა არასწორად მუშაობს ისეთ მარტივ საკითხშიდაც კი, როგორიც არის ციტატების ამოღება. თუ მისი სამსახური არ მუშაობს ეფექტურად, სამინისტროების სიღრმეებში ხომ ადვილი წარმოსადგენია, რა ხდება.

მე შევარდნაძის დროს პრესსამსახურში ვმუშაობდი და დაიჯესტს ვაწოდებდი იმისთვის, რომ პირველი პირი საქმის კურსში ყოფილიყო, რა ხდებოდა. ამ მიწოდებული ინფორმაციით შევარდნაძე კამათში რომ შესულიყო, შეცდომას დაუშვებდა. პირველი პირის ინფორმირება ერთი საკითხია, მაგრამ მერე როგორ გამოიყენებს — მეორე. თუ კამათს აპირებ, მინიმუმი, სრული ინფორმაცია მაინც უნდა წაიკითხო. ანუ არასრულად იყო მომზადებული მისი შეხვედრა მისივე სამსახურის მიერ.

— **ამ შეხვედრების მერე პრემიერის ანუ „ოცნების“ რეიტინგმა მოიმატა თუ დაიკლო?**

— ვისთან — როგორ. სოციალურ ქსელებში ბევრ შეფასებას ნახავთ, რომ, აი, რა კარგად დააჯახა პრემიერმა ექსპერტები და ჟურნალისტებიც. ამით საზოგადოებაში არსებულ აგრესიას ახალი ადრესატები მოეძებნა. კი, ბატონო, მე ძალიან დიდი პრაქტიკა მაქვს ჩემი ფსიქოლოგობის, თავს დავანებებ ინტერვიუებს და ამით ძალიან დაზარალებული არ ვიქნები, მაგრამ ვალდებულებას ვგრძნობ, მოსახლეობას გავუზიარო ის მოსაზრებები, რაც შეიძლება ამა თუ იმ თემაზე არსებობდეს. თითზე ვართ ჩამოსათვლელი, ვინც პოლიტიკას ვადევნებთ თვალს და საზოგადოებაში ექსპერტების დევალვაციით მივიღებთ იმას, რომ საერთოდ პოლიტიკურ აზროვნებას გადაეჩვევა საზოგადოება და მხოლოდ ლოზუნგებით იხელმძღვანელებს. ფაქტობრივად გამოვიდა, რომ პრემიერის ეს გამოსვლა ამ ფუნქციას ემსახურებოდა.

— **ჟურნალისტების „მიჯირყვნაც“ ამისთვის იყო?**

— ასე გამოვიდა. ჩვენც, როგორც ჟურნალისტები, ისე ვმუშაობთ. თქვენ კითხვებს სვამთ, ჩვენ გპასუხობთ. ძალაუნებურად გამოვიდა, რომ დევალვირებული აღმოჩნდნენ მისი მომხრე ჟურნალისტები და მისი მომხრე ექსპერტები. შედეგად კი მიიღო ის, რომ ნაციონალური მოძრაობის წევრები და მომხრეები აღმოჩნდნენ ამით გახარებულები. ანუ მიიღო ბუმერანგის ეფექტი. რა იყო მიზეზი ამ შეხვედრის? მგონი, უფრო ხასიათი. იქცევა, როგორც ადამიანი და ჩვეულებრივი ადამიანის ქცევა პოლიტიკას არ შეესაბამება. უნდოდა, დისკუსია და მიიღო საწინააღმდეგო შედეგები.

— **„ოცნების“ დაკარგული ხმა ვის ემატება?**

— მიუხედავად გამოკვლევების სიჭარბისა, მეეჭვება, რომ ეს ხდებოდეს ნაციონალური მოძრაობის სასარგებლოდ. ალბათ უფრო ხდება იმისკენ გადასროლა, რომლებიც ამათ არ ეკუთვნიან და ასეთად გამოიყოფა ბურჯანაძე.

— **მაგრამ მისი რეიტინგი 7-8 პროცენტს ვერ ასცდა. ფიქრობთ, გაყალბდა მისი რეიტინგი?**

— სწორედ ნაციონალების და „ოცნების“ მიმართ არსებული დამოკიდებულების და სხვა ლოგიკური გამოთვლებით, ბურჯანაძის რეიტინგი უფრო მაღალი უნდა იყოს. ამიტომ არ არის დამაჯარებელი ეს შედეგი.

✓ **პოლიტიკის რუბრიკა მოამზადა**
მანანა გეგიამ

Cyan Magenta Yellow Black

ცისანა სეფიაშვილი მეოთხე შვილს ელოდება

„ქმარმა ოჯახი ამიბუნტა, რომ ბავშვი გამეჩინა"

მომღერალი ცისანა სეფიაშვილი იანვარში მეოთხე შვილის დედა გახდება. ქმარს, სოსო ზაქარეიშვილს იმდენად უნდოდა, კიდევ ერთი შვილი ჰყოლოდათ, რომ ცისანას შვილები მიუგზავნა. დედას ეხვეწებოდნენ, მათთვის და ან ძმა გაეჩინა. ახლა კი სამივე გახარებულია და ცისანას მუცელზე კოცნიან.

კომპოზიტორი ჯემალ სეფიაშვილი ცნობამ ერთადერთი ქალიშვილის მორიგი ფეხმძიმობის შესახებ ძალიან აანერვიულა, რადგან ახსოვდა, როგორ წვალობდა ცისანა სამივე შვილზე, სახლიდან ვერ გადიოდა. საბედნიეროდ, ახლა ყველაფერი კარგად არის. ცისანას ცხოვრების წესი მეოთხე შვილის მოლოდინს არ შეუცვლია, კვლავ აქტიურად დადის სამსახურში, ერთ-ერთ იაპონურ კომპანიაში, სადაც პიარმენეჯერია.

შვილის მოლოდინისა და ამ სასიხარულო მოვლენის თანმდევი ემოციების შესახებ მომღერალმა „სარკესთან" ისაუბრა.

— ცისანა, გილოცავთ, რომ მალე მეოთხე შვილის დედა გახდებით. ეს ნაბიჯი დაგეგმეთ თუ მოულოდნელი იყო?

— ჩემთვის ეს სიურპრიზი იყო, ჩემი ქმრისთვის კი — დიდი ბედნიერება. ძალიან უნდოდა, კიდევ ერთი შვილი გვყოლოდა. მეგობრები ხუმრობდნენ, სოსო ამას გეგმავდა და ამბობდა, ჩემსას მაინც გავაკეთებო. ბავშვებიც აბუნტებული ჰყავდა და მეუბნებოდნენ, პატარა გაგვიჩინეო. ჩემს გოგოს, კატოს, დაბადების დღე ჰქონდა და, რომ ვკითხე, საჩუქრად რა გინდა-მეთქი, მიპასუხა, და მინდაო.

ორსულობა, რასაკვირველია, ძალიან დიდი ბედნიერებაა. ამ ასაკში დედობა სულ სხვა შეგრძნება იქნება. ეს მართლაც ღვთის საჩუქარია. თან მესამე შვილი პატრიარქს ვერ მოვანათვლინე, რადგან მერე დაიწყო მესამე შვილების მონათვლა. საოცარი ბედნიერებაა, რომ ახლა ჩემს შვილს პატრიარქი მონათლავს.

— თქვენს ქმარს, სოსოს, რა რეაქცია ჰქონდა, როცა გაიგო, რომ ოცნება უსრულდებოდა?

— ეს ძალიან სასაცილო იყო. სამსახურში გავიგე, რომ ორსულად ვიყავი. თანამშრომლები ჩემს მეუღლეს ძალიან კარგად

„მეცინება, როცა ამბობენ, რა გვექნა, საჭმელი არ გვქონდა, სიმღერა ჩვენი შემოსავლის წყაროა და ნაციონალების მოწყობილ კონცერტებზე ამიტომ ვმღეროდით. ჩვენც ძალიან გვიჭირდა, მაგრამ იყო რაღაცეები, რასაც ვერ გადავაბიჯეთ".

იცნობენ და იცოდნენ, მეოთხე შვილი როგორ უნდოდა. ერთ-ერთმა თანამშრომელმა ბიჭმა თქვა, ვიდეოკამერით უნდა წამოვიდე და გადავიღო ის წუთები, სოსო ამ ამბავს რომ გაიგებსო. მივედით სახლში, დავაყენეთ კამერა და სოსოც მოვიდა. ვუთხარი, ორსულად ვარ-მეთქი, მაგრამ კამერა რომ დაინახა, ეგონა, ვხუმრობდი. რომ მიხვდა, რაშიც იყო საქმე, რა თქმა უნდა, ძალიან გაუხარდა.

— ბატონი ჯემალი როგორ ემზადება მეოთხე შვილიშვილის პაპობისთვის?

— ჯემალს რამდენი შვილიშვილიც უნდა ჰყავდეს, მისთვის ჯერ მე ვარ. ამიტომ ნერვიულობს, როგორ ვიქნები. სამივე შვილზე ძალიან ცუდი ორსულობა მქონდა და სამივე ნაადრევად გავაჩინე. მახსოვს, პირველ ბავშვზე 5 თვე სამშობიაროში ვიწექი. მაშინ მოსკოვში ვცხოვრობდი. საავადმყოფოდან არ მიშვებდნენ, რომ ძალიან ადრე არ გამეჩინა. გინეკოლოგიური ცენტრის მთავარი ექიმი მამას მეგობარი გიორგი ბურდული იყო. პირველი ბავშვის მერე დავბრუნდი საქართველოში, ხელმეორედ გავთხოვდი და ბურდულმა რომ გაიგო, მეორე და მესამე შვილზე დავორსულდი, ძალიან გაუკვირდა. ახლა უკვე აღარც ვატყობინებთ, ორსულად რომ ვარ... (იცინის).

ჯემალმა მითხრა, შენ რომ კარგი ორსულობა გქონდეს, ახლა ალბათ 25-ე ბავშვზე იქნებოდი ფეხმძიმედო... (იცინის).

„ჯემალმა მითხრა, შენ რომ კარგი ორსულობა გქონდეს, ახლა 25-ე ბავშვზე იქნებოდი ფეხმძიმეო".

— შვილები ხომ არ ეჭვიანობენ?

— არა, პირიქით, სულ მუცელზე მეფერებიან და ელაპარაკებიან. ჩემმა მეუღლემ უთხრა, რომ პატარა მათ ასე უფრო დაუმეგობრდებოდა და ერთმანეთს ეჯიბრებიან, ვის უფრო დაუმეგობრდება.

— ახლა როგორი ორსულობა გაქვთ?

— ალბათ იმიტომ, რომ ეს ბავშვი მართლა ღვთის საჩუქარია, ეს ორსულობა განსხვავდება წინა სამი ორსულობისგან. სამივე შვილზე პირველი დღიდან სულ ვიწექი, გადასხმებით თუ წამლებით ვინარჩუნებდი ნაყოფს. ახლა სამსახურშიც კი დავდივარ. ალბათ ღმერთს იმდენად უნდოდა, ეს ბავშვი გაჩენილიყო, რომ თავს ძალიან კარგად ვგრძნობ.

— სქესს და სახელს გაგვიმხელთ?

— ჯერ თავს შევიკავებ. ვიტყვი, რომ პატარას იანვარში ველით.

— სახელის შერჩევისთვის ოჯახური კრება მოაწყვეთ?

— ისეთ პერიოდში ჩნდება, რომ იმ დროს ეკლესიური დღესასწაულია. ამიტომ არც კი განვიხილავს სხვა სახელი... სხვათა შორის, კატოს მე დავარქვი სახელი. ლევანიკოზე არც ყოფილა ლაპარაკი. ჩემი მამამთილი, არაჩვეულებრივი ადამიანი, ლევან ზაქარეიშვილი, ძალიან მიყვარდა და კატო რომ გავაჩინე, ძალიან მინდოდა, ლევან ზაქარეიშვილიც გვყოლოდა. საბედნიეროდ, მოვასწარი. ლევანიკო წლინახევრის იყო, როცა ლევანი გარდაიცვალა. მახსოვს, მამაჩემმა მითხრა, შემპირდი, რომ ჩემს სახელს არც ერთ შვილს დაარქმევო... (იცინის).

— მიუხედავად მეოთხე ფეხმძიმობისა, ფიზიკურად კარგ ფორმაში ხართ, არ გასუქებულხართ. ამას როგორ ახერხებთ?

— ძალიან მიყვარს ჭამა. ვინც არ მიცნობს, მათ ჰგონიათ, რომ დიეტით ვინარჩუნებ წონას. არადა არასდროს ვიზღუდავ თავს. ფორმას თავისთავად ვინარჩუნებ.

წინა ორსულობებზე არ მაწუხებდა, რა ჩამეცვა, რადგან სულ სახლში ვიყავი. ახლა სულ ვფიქრობ ტანსაცმელზე, ხან ვყიდულობ, ხან ვიკერავ. სარკის წინ სულ დილემის წინაშე ვდგავარ, რა ჩავიცვა.

— ამ ფეხმძიმობაზე მიზეზობა, ჭირვეულობა არ გამოგაჩნდათ?

— სხვათა შორის, ძალიან მიჭირს სუნამოების შერჩევა. მეორე ორსულობისას ერთ-ერთი სუნამო შემძულდა, რადგან ტოქსიკოზი დამეწყო. ახლაც კი არ ვიყენებ მას. ახლა რა სუნამოც მასხია, მომწონს.

— მეოთხე შვილის მოლოდინს ალბათ ისეთი ნერვიულობა აღარ ახლავს, როგორიც უფროს ბავშვებზე გქონდათ, რადგან დიდი გამოცდილება დაგიგროვდათ.

— არც ერთ შვილზე არ ვიცოდი, მეთორმეტე თუ მეცამეტე კვირაზე კისრის ნაოჭი რომ უნდა გამოჩნდეს, რაც ბავშვს განვითარების ეტაპის მანიშნებელია. ახლა ველოდებით კისრის ნაოჭის ნახვას. ასაკი მაინც თავისას შვრება, უფრო ნერვიულობ. მესამეზე რომ დავორსულდი, მეორე ერთი წლის მყავდა და ორმაგად რთული იყო ჩვილის მოვლა. ახლა მგონია, რომ ამ ბავშვით გავერთობით. იმას, რომ ღამისთევა დამღლელი იქნება და ა.შ., იოლად ვუყურებთ. სოსო სულ მეხმარება ბავშვების გაზრდაში.

— თემას გადავუხვიოთ და ის ფაქტი გავიხსენოთ, როცა ერთი წელზე ცოტა მეტი ხნის წინ, ხელისუფლებაში ნაციონა- →22

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

ლების ყოფნისას, თქვენ „ლაბორატორია 1918“-ის წევრის, სანდრო ცაგარელის მაგივრად 400 ლარიანი ჯარიმა გადაიხადეთ, რომელიც მას სასამართლოსგან ჰქონდა დაკისრებული. ის ციხის სკანდალური კადრების გავრცელების შემდეგ გამართულ საპროტესტო აქციაზე დააკავეს. ეს ნაბიჯი რატომ გადადგით?

— სანდრო გირგვლიანის გარდაცვალების მერე ხელისუფლების მიმართ ჩემი პროტესტი მქონდა. სანდრო ჩემი ქმრის მეგობარი იყო. მამაჩემი იმ პერიოდში უკვე ოპოზიციაში გახლდათ. ვფიქრობ, რომ ძალიან დაბალი დონეა, როცა ამბობენ, ჯემალი შევარდნაძეს უმღეროდა და სააკაშვილი იმიტომ არ მოსწონდაო. ჯემალ სეფიაშვილი ის ადამიანია, რომელსაც ყველა მთავრობასთან შეეძლო ინტეგრაცია, მაგრამ საკუთარ თავს ამის უფლება არ მისცა. ჯემალს მას შემდეგ შეექმნა პრობლემა, რაც თავად განუდგა მათ და არა — პირიქით.

ჩვენ საკმაოდ რთული წლები გავიარეთ. მეცინება, როცა ამბობენ, რა გვექნა, საჭმელი არ გვქონდა, სიმღერა ჩვენი შემოსავლის წყაროა და ნაციონალების მოწყობილ კონცერტებზე ამიტომ ვმღეროდითო. ჩვენც ძალიან გვიჭირდა, მაგრამ იყო რაღაცეები, რასაც ვერ გადავაბიჯეთ. მიხარია, მამაჩემი ქუჩაში რომ დადის, ზურგში ვიღაც არ აფურთხებს. რაც ყველაზე კარგია, ამ ყველაფერმა არ გამაბოროტა, რადგან ოჯახში მქონდა წყნარი, მშვიდი ცხოვრება.

იმ ბიჭის ფინანსური დახმარება კი ჩემს მოვალეობად ჩავთვალე. მახსოვს, თანხა (ჯარიმა) შინაგან საქმეთა სამინისტროში რომ გადავრიცხე, გულში გამკრა, ვაითუ, „ოცნებამ“ არ გაიმარჯვოს-მეთქი. 18 წლის შვილი რომ გყავს, უკვე საშიშია. საკმაოდ მძიმე პერიოდები გავიარეთ. ბუტა რობაქიძის დედასაც მოვუბოდიშე. როცა ბუტა გარდაიცვალა და შემდეგ — სანდრო, არავინ დავდექით თავის დროზე ისე, როგორც უნდა დავმდგარიყავით. ახლაც სულ მინდა, ბუტას დედას რაღაცნაირად მოვუბოდიშო. ღვთის წყალობით, ალბათ ყველაფერი კარგად იქნება. ძალიან მინდა, ვინც დასასჯელია, დაისაჯოს, მაგრამ არ შეიძლება პოლიტიკური მოსაზრებების გამო ადამიანები ერთმანეთს გადაეკიდონ.

„ჯემალს რამდენი შვილიშვილიც უნდა ჰყავდეს, მისთვის ჯერ მე ვარ. ამიტომ ნერვიულობს, როგორი ვიქნები. სამივე შვილზე ძალიან ცუდი ორსულობა მქონდა და სამივე ნაადრევად გავაჩინე".

— წლების განმავლობაში ამბობდით, რომ შოუბიზნესიდან თქვენი ნებით წახვედით. ახლა შეგიძლიათ თქვათ, რომ ე.წ. შავი სიების მსხვერპლი გახდით?

— თავიდან მე არ მინდოდა შოუბიზნესში ყოფნა, მერე კი აღარც მეძახდნენ. ერთ-ერთ გადაცემაში ვთქვი, რომ ამ შოუბიზნესის ნაწილი ვერ ვიქნებოდი. მერჩივნა, ჩემს შვილებს ბევრი რამ დაკლებოდათ, ვიდრე იქ ვყოფილიყავი. არ ვნანობ არც ერთ დღეს, რომ ამ გადაწყვეტილების გამო რაღაცეები მაკლდა. არავის გავკიცხავ, უბრალოდ ვამბობ, მერჩივნა, ისე ვყოფილიყავი, როგორც ვიყავი.

— ქართული შოუბიზნესის სახეებთან დღეს რა ურთიერთობა გაქვთ?

— ყველასთან კარგი ურთიერთობა მქონდა და მაქვს. ზოგიერთი საკუთარი ნებით გაერიყა ჯემალს. არ ვიცი, კონტაქტის ეშინოდათ, აღარ უნდოდათ ურთიერთობა თუ... იმ ადამიანებს დააკლდათ, რომ ჯემალ სეფიაშვილთან რაღაც პერიოდი არ ჰქონდათ ურთიერთობა. ამ წლებმა ბევრი რამ და ვინმე დამანახა. ეს კი ძალიან კარგია. ახლა უკვე ვიცი, ვინ ვინ არის.

— აპირებთ შოუბიზნესში დაბრუნებას?

— ბევრი წელია სიმღერა არ ჩამიწერია. რისთვის ჩამეწერა? კონცერტები არც ტარდება. მაგრამ 26 მაისს რეგიონებში იყო კონცერტები და საჩხერეში გამოვედი. მომეწონა ის ფაქტი, რომ მომღერლები შერჩევით არ გამოსულან, ყველა გამოვიდა, ნაციონალების სახეები იყვნენ თუ არა. ეს კარგია, ბოროტებას ბოროტებით არ უნდა უპასუხო. სცენაზე დგომა ჩემთვის საოცარი შეგრძნება იყო. რატომაც არა? თუ მსმენელს ვენდომები და კონცერტები იქნება, დიდი სიამოვნებით დავბრუნდები სცენაზე. ოჯახის წევრებიც ხელს შემიწყობენ. ბავშვები იმ ასაკში არიან, რომ უკვე ერთმანეთს გაზრდიან. როგორც გითხარით, გიორგი 18 წლის არის, კატო — 10 წლის, ლევანი კი — 8 წლის.

✓ მანანა ნოდია

ლილიკო ნემსაძეს თავისი გოგონა კონკურსზე გაეპარა

„რამდენიმე დღის წინ ეკა კვალიაშვილმა მომწერა, ჩვენმა შვილებმა აიწყვიტესო“

კომპოზიტორ ლილიკო ნემსაძის ქალიშვილი ანო ბახტაძე „ახალ ხმაში“ მონაწილეობს. 16 წლის გოგონამ ამ პროექტის საშუალებით სცენაზე პირველად შედგა ფეხი. ეს გადაწყვეტილება დამოუკიდებლად მიიღო, ოჯახში არავინ არაფერი იცოდა. ანოს მოულოდნელმა ნაბიჯმა დედაც გააოცა და მამიდაც, ვოკალის ცნობილი პედაგოგი რუსუდან ბახტაძე, ახლა კი ორივე ძალიან ამაყობს მისი წარმატებით. ლილიკოს არასოდეს ეცალა, ანოს ნამღერისთვის მოესმინა, რჩევები მიეცა, რასაც ახლა ძალიან ნანობს. განსაკუთრებით კი იმაზე სწყდება გული, რომ ქართული სიმღერა სათანადოდ არ შეაყვარა. თვლის, რომ საამისოდ ძალიან დააგვიანდა.

— ქალბატონო ლილიკო, როგორ შეხვდით თქვენი ქალიშვილის გადაწყვეტილებას, გასულიყო „ახალ ხმაში“?

ლილიკო: ანოს გადაწყვეტილების წინააღმდეგი ვიყავი. მეგონა, რომ მისთვის ეს ადრე იყო. ამ კონკურსამდე არსად უმღერია, მიკროფონი არ სჭერია ხელში, სტუდიაში მუშაობა არ იცის. ყველანაირი მომზადების და ჩარევის გარეშე გავიდა კონკურსზე. მთელი პასუხისმგებლობით ვამბობ, რომ ბავშვი გავიდა მარტო! ზედმეტად თვითკრიტიკული ვარ და მეშინოდა ანოს საჯაროდ გამოჩენის, მაგრამ, მგონი, გაამართლა... რა თქმა უნდა, მუშაობა სჭირდება.

ანო: არავისთვის მითქვამს, „ახალ ხმაში“ ჩემი ვიდეო რომ გადავაგზავნე. ბრმა კასტინგამდე სამი ეტაპია გასავლელი და სამივე რომ გადავლახე, ოჯახის წევრებს მერე ვუთხარი. ეს ამბავი რომ გაიგეს, გაუხარდათ, მაგრამ ამავე დროს ძალიან ინერვიულეს.

— ქალბატონო ლილიკო, აქამდე რატომ არ ამღერებდით შვილს?

ლილიკო: ყოველთვის ასე ხდება, შვილისთვის ნაკლებად იცლი. ბევრჯერ გვსმენია, ინგლისურის სპეციალისტის შვილი სხვა მასწავლებელთან დადის ენის შესასწავლადო და ჩვენს შემთხვევაშიც ასე გამოვიდა. ანოს მამიდა, რუსიკო ბახტაძე, ვოკალის პედაგოგია. მასთან უამრავი მოსწავლე დადის, ანო ისმენდა მათ რეპეტიციებს, შემდეგ ოთახში იკეტებოდა და თავისთვის მღეროდა. დრო გადიოდა და მისთვის არასოდეს გვეცალა. ერთხელ მითხრა, სკოლის ღონისძიებისთვის სიმღერის ჩაწერა მინდაო. მართლაც წავიყვანე სტუდიაში და იქ ისე იმუშავა, ხმის რეჟისორმა შენიშვნა მომცა, შენს შვილს ყურადღებას რატომ არ აქცევო. ეს იყო „ახალ ხმამდე“ რამდენიმე თვით ადრე.

ძალიან აქტიურია, ეზოში, ავტოფარეხის თავზე, მობილური ტელეფონით კლიპებს იღებს. კარგი ხედვა და გემოვნება აქვს.

— ქალბატონო ლილიკო, ესწრებოდით ბრმა კასტინგს, როცა თქვენი შვილი მღეროდა?

ანო: მე არ წავიყვანე დედა. გავაფრთხილე, თუ რომელიმე მწვრთნელი შემომიბრუნდება, მათ ინიციალებს მოგწერ, თუ ყველა მომიბრუნდა — ნომრებს-მეთქი. ყველა მწვრთნელი რომ შემომიბრუნდა, დედას ოთხი ციფრი გავუგზავნე.

ლილიკო: იმდენად არ ველოდი ოთხივეს შემობრუნებას, თვალებს არ დავუჯერე, მისი ესემესი რომ ვნახე.

— ანო, არ გეშინოდა სცენაზე გასვლის?

ანო: სცენაზე სანამ გავიდოდი, ვნერვიულობდი, მაგრამ, როგორც კი ფეხი შევდგი, მაშინვე მომეხსნა დაძაბულობა. მსიამოვნებს სიმღერა და სცენაზე დგომა.

ლილიკო: მართლა ძალიან რთული შესასრულებელი სიმღერა ჰქონდა. ნამდვილად არ მეგონა, თუ ასე დაძლევდა.

— ანო ორი მუსიკოსის ოჯახში იზრდება და სიმღერას ალბათ „ჰაერიდანაც“ კი სწავლობდა.

ანო: ყველა თავისთვის არის ოთახში შეკეტილი და მუშაობს. მამიდაჩემი სახლში იღებს მოწაფეებს და მათი რეპეტიციებით ხანდახან ვწუხდები ხოლმე. სასიამოვნოა, ჩვენს სახლში ამდენი ცნობილი ადამიანი რომ მოდის.

ლილიკო: ანო დაგვდევდა და გვთხოვდა, ჩემს ნამღერს მოგასმენინებთო. მე კი სულ ვეუბნებოდი, ხვალ მოგისმენ, ზეგ მოგისმენ-მეთქი. ამ ძახილში კი დრო გავიდა.

Cyan Magenta Yellow Black

— **დღეს ნანობთ, რომ არ უსმენდით?**

ლილიკო: ხანდახან ვფიქრობ, იქნება კარგი იყო, მასწავლებელთან რომ არ უვლია. ამით მეტი სტიმული მიეცა. საერთოდ არ მიფიქრია, თუ ჩემი შვილი ოდესმე სიმღერას მოისურვებდა. ახლა მესმის და ვაფასებ ჩემი კოლეგების შვილებს, რომლებიც დღეს წარმატებული მომღერლები არიან — მარიამ როინიშვილი, ნატალიკო ქუთათელაძე, ნუკა გვალია... არ მინდა, ვინმე გამომრჩეს. საოცარი შეგრძნებაა, დედის გენები, ნიჭი შვილში რომ მეორდება. რამდენიმე დღის წინ ეკა კვალიაშვილმა მომწერა, ჩვენმა შვილებმა აიწყვიტესო. ახლა ახალ თაობას უნდა გადავულოცოთ ასპარეზი.

— **ანო, მოსამზადებელი პერიოდი როგორი იყო, სიმღერა ვინ შეგირჩია?**

ანო: გვქონდა სიმღერების სია და იქიდან ერთი ავირჩიე. მე ბუნებრივად, ყოველდღიური ფორმით მივედი ბრმა კასტინგზე, სხვები კი ძალიან გადაპრანჭულები იყვნენ. ასაკით პატარა ვარ და მინდოდა, სადად ჩაცმული ვყოფილიყავი.

— **ქალბატონო ლილიკო, 16 წლის ბავშვისთვის კონკურსინაადრევი ხომ არ არის?**

ლილიკო: თუ გაამართლა, არ არის ცუდი, კარგია გამოცდილებისთვის, სითამამისთვის. მისი ეს თამამი ნაბიჯი ძალიან მომწონს.

— **ბრმა კასტინგის წინ რა რჩევებს აძლევდით შვილს?**

ლილიკო: არაფერს ვურჩევდი. შეიძლება თქვან, რადგან ლილიკოს შვილია, მწვრთნელები ამიტომ შემოუბრუნდნენო, მაგრამ მის საქმეში არ ვერევი!

ანო: უარყოფითი კომენტარებიც იყო, მაგრამ ჩემს გამოსვლას იმდენად ბევრი დადებითი სტატუსი და გამოხმაურება ჰქონდა, რომ ცუდი გადაფარა. ლილიკოს რამდენიმე კოლეგამაც მომწერა საქებარი სიტყვები, რამაც ძალიან გამახარა.

ლილიკო: ბავშვი მარტო მივიდა პროექტში, მარტომ მიიღო ეს გადაწყვეტილება და მინდა, ბოლომდე დამოუკიდებლად განაგრძოს. არაფერში ჩავერევი. გაიაროს ეტაპები და სადამდეც გავა, გავა. ჩემი პროფესია იმის უფლებას არ მაძლევს, მის საქმეში ჩავერიო.

ანო: მე მწვრთნელი მყავს, რომელიც მიმართულებას მომცემს და ერთად ვიმუშავებთ.

— **ვოკალის პედაგოგი მამიდა როგორ აფასებს ძმისშვილს?**

ანო: მისგან შენიშვნები მივიღე. რაც არ მოეწონა, პირდაპირ მითხრა. რუსიკო ობიექტურია შეფასების დროს.

ლილიკო: ყველაზე მეტად მომღერალში სუფთა ინტონაციას ვაფასებ. ანოს შემთხვევაში, ამ მხრივ, კარგად გვაქვს საქმე.

— **ანო, რა შეგრძნებაა, როცა წითელი სკამები შენკენ ტრიალდება?**

ანო: საოცარი! ლელა რომ შემობრუნდა, აღარ მეგონა, სხვებიც თუ მობრუნდებოდნენ. მაომ (მაია დარსმელიძე) და სტეფანემ ღილაკს ბოლო წამს დააჭირეს ხელი. მე სტეფანე ავირჩიე. თავიდანვე ჩაფიქრებული მქონდა, თუ სტეფანე მომიბრუნდებოდა, მის გუნდში წავსულიყავი.

ლილიკო:

„ანო დაგვდევდა და გვთხოვდა, ჩემს ნამღერს მოგასმენინებთო. მე კი სულ ვეუბნებოდი, ხვალ მოგისმენ, ზეგ მოგისმენ-მეთქი. ამ ძახილში კი დრო გავიდა".

— **ქალბატონო ლილიკო, ანომ სწორი არჩევანი გააკეთა?**

ლილიკო: რა თქმა უნდა. სტეფანე და მაია ძალიან გემოვნებიანი მუსიკოსები არიან და ამას ვამბობ მთელი შეგნებით. ოთხივე მწვრთნელთან დიდი მოწიწება, მოკრძალება, სიყვარული და მეგობრობა მაკავშირებს. ანოს ჟანრობრივად მოუხდებოდა მაიას ან სტეფანეს გუნდი. ახლა ცოტა ვეჭვიანობ, რადგან ანოს სულ მაია აკერია პირზე. მოკლედ, ჩემი შვილი კარგ ხელშია.

ანო: ლელამ სწორად თქვა, ისეთი შთაბეჭდილება დამრჩა, თითქოს ყველა ჩვენგანთან უნდოდა წამოსვლაო. ოთხივეს მართლაც დიდ პატივს ვცემ.

— **ანო ალბათ კარგად იცნობს მწვრთნელებს.**

ლილიკო: ჩემი რამდენიმე მეგობარი მომღერალია, ანოსაც იცნობენ, მაგრამ არც ერთ მწვრთნელთან ჰქონია ურთიერთობა. უბრალოდ, მათ იციან, რომ ლილიკო ნემსაძეს ჰყავს ორი ქალიშვილი, ეს არის და ეს.

ლილიკო:

„ჩემს უმცროს შვილს სმენა არ აქვს. ასე რომ, ლილიკოს ჰყავს შვილი, რომელსაც სმენა არ აქვს. ზუსტად ვიცი, რომ რუსო არასოდეს ამღერდება".

— **მეორე ქალიშვილიც მღერის?**

ლილიკო: ანოსა და რუსოს შორის ასაკობრივი სხვაობა 4 წელია. ანო უფროსია, უმცროსს კი სმენა არ აქვს. ასე რომ, ლილიკოს ჰყავს შვილი, რომელსაც სმენა არ აქვს. ზუსტად ვიცი, რომ რუსო არასოდეს ამღერდება.

— **გოგოები გარდატეხის ასაკში არიან, ხომ არ გართულდა შვილებთან კომუნიკაცია?**

ლილიკო: კი, უფრო მძაფრად ეს სირთული რუსოსთან ურთიერთობისას შეინიშნება. მასთან სასაუბროდ ხშირად ფორმას ვერ ვპოულობ. არ უნდა ჩემი შენიშვნების მოსმენა, გამირბის. ვხვდები, რომ ეს ასაკობრივია და ზუსტად ვიცი, მალე გადაუვლის. ორივე შვილი მეჩხუბება.

ანო: როდის გეჩხუბებით?

ლილიკო: კი, კი, მეჩხუბებით ხოლმე. როცა ანოს თავისი და ტელევიზიით უყურებდა, უბედნიერესი იყო. რუსოზე ასეთი სიხარული არასოდეს შემინიშნავს. პირველად დავინახე ჩემი შვილი ასეთი ბედნიერი.

— **რომელი უფრო გგავთ?**

ლილიკო: ანო ხასიათით ძალიან მგავს. ბევრმა ჩემმა მეგობარმა მითხრა, ეკრანზე რომ ვნახეთ, თქვენ შორის საოცარი მსგავსება ვიპოვეთ; მანერები, მოძრაობა, სიცილი, სიარული — ყველაფერი შენი ჰქონდაო.

— **ანო, სად სწავლობ?**

ანო: ფრანგულ კოლეჯში ვსწავლობ. უცხო ენებისკენ მაქვს მიდრეკილება. კარგად უნდა ვისწავლო, სიმღერა კი ჩემი ჰობია. ახლა რინგისთვის ვემზადები და ალბათ კოლეჯის პროგრამას ცოტა ჩამოვრჩები.

ანო:

„ახალ ხმაში" რომ გავდიოდი, არავისთვის მითქვამს. ზოგმა კონკურსანტმა კი ქვეყანას მოსდო".

ლილიკო: ანოს მომავალში ამ საქმის გაგრძელება თუ მოუნდება პროფესიულ დონეზე, წარმატებას ვუსურვებ. ჯერ კი მინდა, ისწავლოს და განათლებული გოგო იყოს.

— **ანო, დედის რეპერტუარიდან რომელ სიმღერას გამოარჩევდი?**

ანო: ყველა მიყვარს, განსაკუთრებით კი „ჩუმად ნათქვამი" მომწონს, რომელსაც ლელა წურწუმია ასრულებს. დღე არ გავა, ამ სიმღერას რომ არ მოვუსმინო და დედას არ ვკითხო, ეს მაგარი სიმღერა როგორ დაწერე-მეთქი. ნებისმიერ სხვა კომპოზიტორს რომ დაეწერა, მაინც ვიტყოდი, რომ უმაგრესია!

ლილიკო: მე კი ჩემი სიმღერებიდან ყველაზე მეტად „მიყვარხარ" მომწონს, რომელსაც ეკა კვალიაშვილი ასრულებს. ეს სიმღერა ჩემი სავიზიტო ბარათია. ახალი თაობა უცხოურ სიმღერებს ანიჭებს უპირატესობას. არადა ქართული სიმღერა ურთულესი სამღერია. ვეცდები, ანოს ქართული სიმღერის სიყვარული ვასწავლო, აი, აქ კი დამაგვიანდა, თუმცა ყველაფერი წინაა.

— **დაბოლოს, ამ პროექტმა რა შეცვალა თქვენს ცხოვრებაში?**

ანო: „ახალ ხმაში" რომ გავდიოდი, არავისთვის მითქვამს. ზოგმა კონკურსანტმა კი ქვეყანას მოსდო. ეკრანზე რომ გამოვჩნდი, მაშინ მნახეს და ყველამ დამირეკა, მომწერა. ჩემი ახლობლების გვერდში დგომამ გამახარა.

ლილიკო: ყველა ეუბნებოდა, შენგან პოზიტივი მოდისო. ანო ძალიან კომუნიკაბელურია, ადამიანებთან ურთიერთობა უყვარს. მე ცოტა გულჩათხრობილი ვიყავი, მერე და მერე გავხდი აქტიური.

✓ ლანა კიკნაძე

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

Cyan Magenta Yellow Black

გიორგი ნაკაშიძეს მიშა მესხით აშინებდნენ

მიშა: „ცნობილია, რომ მე გიჟის ბეგრაუნდი მაქვს“

ზედმეტად მშვიდი, ცოტა ფლეგმატიკური გიორგი ნაკაშიძე და ზედმეტად ხმაურიანი, ტემპერამენტული მიშა მესხი ზაზა ურუშაძის ახალი ფილმის, სახელწოდებით „მანდარინები“, მთავარი როლების შემსრულებლები არიან. ფილმში მიშა — ქართველ მებრძოლს, გიორგი კი ჩეჩენს თამაშობს. მოსისხლე მტრები ერთი ესტონელის სახლში აღმოჩნდებიან, სადაც მტრობა მეგობრობით შეეცვლებათ. ამ ინტერნაციონალურ ამბავს დიდ მომავალს უწინასწარმეტყველებენ. ფილმი თბილისური პრემიერის შემდეგ ვარშავის ა კლასის კინოფესტივალზე გაემგზავრა. წინ ფესტივალების გრძელი სია აქვს.

როგორც უნდა გაგიკვირდეთ, გიორგი და მიშა აქამდე ერთმანეთს არ იცნობდნენ. ერთად მუშაობა პირველად მოუწიათ. ერთმანეთზე სხვადასხვა წარმოდგენები ჰქონდათ, თუმცა ურეკში გადაღებებზე მათი ტანდემი შედგა და ახლა თვლიან, რომ მეგობრები არიან.

გიორგი ნაკაშიძე: ფილმში ჩეჩენი მებრძოლის როლს ვთამაშობ, მიშა მესხი კი — ქართველს. ქართველებსა და ჩეჩნებს შორის შეტაკების შედეგად ჩვენი გმირები დაჭრილები არიან და ერთი ესტონელის სახლში მოხვდებიან. ძალიან საინტერესო ფილმია ადამიანურ ურთიერთობებზე, სიძულვილსა და სიყვარულზე.

მიშა მესხი: რაც კინოში გამოვჩნდი, ყველა თვლის, რომ გოგლიკოსნაირი (ფილმიდან „გასეირნება ყარაბაღში“. ავტ.) ტიპი ვარ ცხოვრებაში. ახლა კი ვითამაშე პერსონაჟი, რომელიც უფრო მეტად ჰგავს მიშა მესხს. ძალიან მომწონს, რომ ვითამაშე ფილმში, სადაც ჩემთვის მთავარი ღირებულებებია წამოწეული — ვაჟკაცის სიტყვა, ურთიერთობა, მეგობრობა და უფროსი ადამიანის პატივისცემა.

ჩემთვის ქართველობა, იცით, რა არის? სიტყვას რომ მისცემ ადამიანს და იმას არ გადახვალ. ამას აკეთებენ ჩემი და გიორგის გმირები. იმ კაცს, რომელიც მათ შეიფარებს, სიტყვას მისცემენ, რომ სანამ სახლში იქნებიან, ერთმანეთს არ უმტრობენ.

— რა იყო თქვენთვის ამ ფილმში მნიშვნელოვანი — შინაარსი თუ რეჟისორის ნამუშევარი?

გიორგი: საქართველოში კინოინდუსტრიის არეალი იმდენად მწირია, რომ მსახიობებს ასარჩევად არ გვაქვს საქმე და ძალიან კარგია, როდესაც აირჩევ ფილმს და იქ ყველაფერი კარგია, რეჟისორიდან დაწყებული მსახიობებით დამთავრებული. ეს ამბავი ისეთია, ვაჟა-ფშაველა რომ დაწერდა. საინტერესო პროცესია, ორი მტერი ნელ-ნელა როგორ ხდება ლოიალური, მიმტევებელი და ტოლერანტული, ბოლოს კი მეგობრებიც ხდებიან. ეს თვისებები ძალიან ფასეულია ცხოვრებაში, პირადად მქონია გამოცდილება იმისა, რომ ადამიანების მიმართ დამოკიდებულება შემიცვლია. ცხოვრების მთელი ხიბლიც იმაშია, რომ ადამიანებში, რომლებიც ჩემ გარშემო არიან, შემიძლია ყოველთვის ახალ-ახალი თვისებები აღმოვაჩინო.

> **მიშა: „გიორგი ჩემი მეგობარია, მაგრამ აშკარაა, რომ ხანდახან მძიმეა. ესეც იმიტომ, რომ თავის როლზე ფიქრობს, იქ რაღაცეებს ეძებს. შეუძლია ჩაჯდეს, როლზე ფიქრში რამდენიმე დღე სახლიდანაც აღარ გამოვიდეს და შემდეგ ისე იმუშაოს, რომ პირი დაგაღებინოს".**

— პოლიტიკურმა არეულობებმა, სამაჩაბლოს, აფხაზეთის ომებმა, სამოქალაქო დაპირისპირებამ ყველაზე მეტად თქვენი თაობა დააზარალა. რეალურად თუ მოერიეთ საკუთარ თავს, რომ მტრობა არ ჩაგედოთ გულში იმ ადამიანების მიმართ, რომლებიც მეორე მხარეს აღმოჩნდნენ?

გიორგი: ამ კონფლიქტებში გაბრაზებული და გაბოროტებული არც ერთ მხარეზე ვყოფილვარ. ჩემთვის ყველაზე დიდი მონაპოვარი ისაა, რომ ამ ომებმა არც ერთი ერის მიმართ ზიზღი არ გამიჩინა. ამ ეტაპზე რუსებთან ვთანამშრომლობ. ჩემთვის პრობლემა არ არის, რომ ურთიერთობა მაქვს იმ ადამიანებთან, რომლებიც გვეომებიან. რომ ვუყურებ, იმდენად საინტერესოები, ჰუმანურები და თბილები არიან, კიდევ ერთხელ ვრწმუნდები, რომ ეს ყველაფერი ბინძური პოლიტიკის ბრალია. პოლიტიკოსების გადაწყვეტილება ყოველთვის დგას ცალკე და ადამიანური ურთიერთობები — ცალკე. ყველა ერი მიყვარს და მაქვს უნარი, ყველა ადამიანში ვიპოვო დადებითი.

მიშა: იყო მომენტი, როდესაც ძალიან დიდი სიმწარე მქონია რომელიმე ადამიანის მიმართ, მაგრამ მიპატიებია და იყო შემთხვევა, როცა დავმეგობრდით კიდეც. ამიტომ არ გამიკვირდება, ერთ დროს მტერი მეორე დღეს ჩემი მეგობარი გახდეს. რა თქმა უნდა, არსებობენ ადამიანები, რომლებიც უნდა დაივიწყო, მათ არც უნდა აპატიო და არც ბევრი დრო უნდა დახარჯო. რაც ასაკში შევდივარ, უფრო მიმტევებელი გავხდი, ბევრ ისეთ რამეს ყურადღებას აღარ ვაქცევ, რაზეც ადრე შემეძლო ჩხუბი ამეტეხა.

> **გიორგი: „მიშა ნერვებს არ მიშლის, უბრალოდ ძალიან ბევრს ხმაურობს, მაგრამ იმდენად ბევრი კარგი თვისება აქვს, რომ ეს ხმაურიც არ გაღიზიანებს. კეთილი და მოსიყვარულე ადამიანია".**

ჩემთვის ასევე მნიშვნელოვანი იყო, რომ ეს ძალიან მაგარი ისტორია უნიჭიერესმა რეჟისორმა ზაზა ურუშაძემ გადაიღო. ეს არის ადამიანი, რომელიც ურთიერთობაშიც ნიჭიერია და რეჟისურაშიც. პირველად მასთან „კონფლიქტის ზონაზე“ ვიმუშავე. ხომ იცით, რანაირი ტიპიც ვარ, ერთ ადგილას ვერ ვჩერდები. ამიტომ მეგონა, რომ მუშაობა გაგვიჭირდებოდა, მაგრამ მეხუთე დღეს ხელები ავწიე და ვთქვი, ყველაფერს დავივიწყებ და ვიმუშავებ ისე, როგორც საჭიროა-მეთქი. ეს პირობა ზაზასთვის ამ ფილმშიც მქონდა მიცემული და ორივე შემთხვევაში, მგონი, შევასრულე.

— გიორგი, რაღაცნაირად დარდიანი, ხანდახან გაბრაზებულიც მეჩვენებით, რა ხდება თქვენს გულში, რა გადარდებთ?

გიორგი: სწორად შენიშნეთ... იდუმალება დაიკარგა და გაქრა ადამიანებში. რაღაცეების მიმართ მოწიწება საერთოდ აღარ არსებობს. აღარ გვადარდებს, თუ რას ფიქრობს მეორე ადამიანი შენზე. აღარ გვინდა, რომ სხვის ტყავში შევძვრეთ და გავიგოთ მისი ტკივილი და სიხარული. ყველაზე მეტად ასეთი პროცესები მაღიზიანებს.

— კმაყოფილი ხართ თქვენი მუშაობის? რამდენად რეალიზებული ხართ დღეს?

გიორგი: არა, გაცილებით მეტი ენერგია მაქვს, ვიდრე იმის შესაძლებლობა, რომ ეს ენერგია დავხარჯო. ცხოვრებას მაინც ფილოსოფიურად ვუყურებ, არ მინდა, სულ იმაზე ვიფიქრო, რომ ჩემს პროფესიაში საუკეთესო წლები გადის, ბევრის გაკეთება შემიძლია და ვერ ვაკეთებ. რეალობას არასოდეს ვუჯანყდები, რადგან, თუ ასე მოიქცევი, წაგებული დარჩები. ამ დროს ენერგია წავა და ყველაფერი აზრს დაკარგავს. ფილოსოფია მეხმარება ჩემი უკმაყოფილების დამარცხებაში. რა თქმა უნდა, ადამიანი ვარ, გული ხშირად მწყდება ხოლმე, მაგრამ ეს შეგრძნება ხომ ჩვენს ცხოვრებას მუდამ თან დაჰყვება და არც ეს არის ახალი. ჩეხოვის ყველა პიესა ხომ ადამიანის ტკივილზეა.

— ამ ფილმში ნათამაშევი ჩეჩნის როლი ალბათ საშუალებას მოგცემთ, რუსულ კინოშიც შეძლოთ თავის დამკვიდრება. გაქვთ ეს მოლოდინი?

გიორგი: იმედია, სულ ჩეჩნის როლებს არ შემომთავაზებენ, რადგან იმავე გმირს არასოდეს ვითამაშებ. მე მაინტერესებს შემოქმედებითი პროცესი, ადამიანები, ამიტომ არ აქვს მნიშვნელობა, ქართულ კინოში ვიქნები თუ რუსულში.

— ზაზა ურუშაძესთან პირველად მოგიწიათ მუშაობა?

გიორგი: კი, არსებობენ ადამიანები, ვისთანაც პირველივე წამიდან მეგობრულ ურთიერთობას ამყარებ, სულიერ სიახლოვეს

Cyan Magenta Yellow Black

გრძნობ და არსებობენ ადამიანები, რომლებთანაც დიდიხნის ურთიერთობის შემდეგაც ვერაფერს პოულობ საერთოს. ზაზა კი ის ადამიანია, რომლის გაცნობისთანავე მივხვდი, რომ შემოქმედებითი და მეგობრული ტანდემი შედგებოდა. მას შეუძლია გადასაღებ მოედანზე იყოს მშვიდი და ამავე დროს — აღგზნებულიც. მთლიანად არის ანთებული იმ საქმით, რასაც აკეთებს. ნიჭიერ ადამიანთან ყოველთვის კარგად გამომდის ურთიერთობა. ჩემთვის ყოველთვის საინტერესოა ისეთი რეჟისორი, რომელსაც აქვს უნარი, აგიყოლიოს თავის ავანტურაში.

მიშა: როგორც გითხარით, ზაზასთან მუშაობის გამოცდილება მქონდა, აი, გიორგის კი საერთოდ არ ვიცნობდი. როცა გავიგე, რომ ერთად მოგვიწევდა თამაში, გამიხარდა, რადგან ვიცოდი, რომ კაი ტიპია. მგონი, გიორგის არ უნდა გახარებოდა. ის არ მოგიყვებათ ამ ისტორიას, ამიტომ მე გეტყვით:

ცნობილია, რომ მე გიჟის ბეგრაუნდი მაქვს. სანამ გადასაღებად ურეკში წავიდოდით, გიორგის ერთი ნაცნობისთვის უთქვამს, ახალ ფილმზე ვიწყებ მუშაობასო. ისიც უთქვამს, მიშა მესხი იქნება ჩემი პარტნიორიო. თურმე იმ ადამიანმა ისე შემოირტყა შუბლზე ხელი, რომ გიორგი დაბნეული დარჩა. შემდეგ კინოსტუდიაში ზაზა ურუშაძეს რომ შეხვდა, იმასაც უთქვამს, შენ არ იცი, მესხი რას გიზამს და საერთოდ ყველას, მთელ გადამღებ ჯგუფს რას გვიზამსო. გიორგი მაგრად „დაიზმენდა" და კარგა ხანი სხვანაირი თვალით მიყურებდა.

გიორგი: ამეტებს. გარკვეულწილად, ყველა მსახიობი უცნაურია და ეს ჩემთვის სიახლეს არ წარმოადგენს. ერთ თვეზე ცოტა მეტი ხანი ვიყავით ურეკში და ძალიან კარგად გავუგეთ ერთმანეთს. მიშა უნიჭიერესი ადამიანია, საქმეშიც და მეგობრობაშიც. რასაც მასზე მეუბნებოდნენ, არაფერი გამართლდა, კარგი, ენერგიული ადამიანია და მორჩა!

— მისი არც ერთი თვისება გიშლიდათ ნერვებს?

გიორგი: არა, ნერვებს არ მიშლის, უბრალოდ ძალიან ბევრს ხმაურობს, ხმაურიანი ადამიანია, ეს არის და ეს, მაგრამ იმდენად ბევრი კარგი თვისება აქვს, რომ ეს ხმაურიც არ გაღიზიანებს, ძალიან კეთილი და მოსიყვარულე ადამიანია.

მიშა: იყო მსახიობი, ნიშნავს, რომ ერთდროულად იყო ბავშვიც და მოხუციც. ყოველ ახალ ფილმზე მუშაობისას ვრწმუნდები, რომ ყველა მსახიობი თავისებურად უცნაურია, თავისი „გაჭედვები" აქვს. გიორგი ჩემი მეგობარია, მაგრამ აშკარაა, რომ ხანდახან მძიმეა. ესეც იმიტომ, რომ თავის როლზე ფიქრობს, იქ რაღაცეებს ეძებს. შეუძლია ჩაჯდეს, როლზე ფიქრში რამდენიმე დღე სახლიდანაც აღარ გამოვიდეს და შემდეგ ისე იმუშაოს, რომ პირი დაგაღებინოს. მე კი მუშაობის სხვანაირი სტილი მაქვს. წარმოიდგინეთ, უნდა ვითამაშო ძალიან ტრაგიკული სცენა, ამისთვის წინასწარ დიდი მხიარულება მჭირდება. სანამ ვითამაშებ, მთელი დღე უნდა ვირბინო, უნდა გამოვიკვებო გადამღები ჯგუფის ენერგიით, ვიცინო, ვიცეკვო, ვიმხიარულო და ასეთ შემთხვევაში ვითამაშებ ტრაგიკულ როლს კარგად. რა ვქნა, ასეთი უცნაური ვარ და ამიტომაც მეძახიან გიჟს.

გიორგი: „წინ დიდი თავგადასავალი მელის. მიშასთან ერთად მივდივარ ვარშავაში და ერთ ოთახში უნდა ვიცხოვროთ. წინასწარ ძალიან მაგარ ადრენალინს ვგრძნობ".

გიორგი: წინ დიდი თავგადასავალი მელის. მიშასთან ერთად მივდივარ ვარშავაში და ერთ ოთახში უნდა ვიცხოვროთ. წინასწარ ძალიან მაგარ ადრენალინს ვგრძნობ.

მიშა: მე „გამაზული" მაქვს, რომ გიორგი ამ ფესტივალზე სერიოზულ პრიზს მოხსნის.

გიორგი: მე კი ფსონი მაქვს დადებული, რომ მიშა აიღებს რამეს.

მიშა: გიორგის ნერვი ვერ ავუტოკე, მაგრამ ფილმში ესტონელი მსახიობია, მოხუცი კაცი, რომელიც გადავრიე. სულ იმას მეხვეწებოდა, ოდესმე თუ შეძლებ, ერთ ადგილას დაჯდე და დამასვენოო.

— ალბათ მიშას თავისი ხასიათის გამო გადასაღებ მოედანზე ხშირად შეჰქონდა ქაოსი.

გიორგი: არა, სხვათა შორის, ამ მხრივ ძალიან მოწესრიგებული იყო.

მიშა: საქმეში ძალიან პუნქტუალური ვარ, არ არსებობს, გადასაღებ მოედანზე დავიგვიანო, ჩემ გამო ვინმეს პრობლემა შევუქმნა. აი, გადასაღები მოედნის მიღმა კი შეიძლება ჩემ მიმართ ძალიან ბევრი პრეტენზია არსებობდეს.

გიორგი: პრინციპში, აუტანელი ტიპი რომ იყო, არც ერთი რეჟისორი მოინდომებდა შენთან ურთიერთობას.

მიშა: ძალიან მაგრად მახსენდება ერთი თვე ურეკში. ზამთრის პერიოდი იყო, ძალიან მაგარი ჯგუფი ვიყავით. ერთხელ ჩვენს სასადილოში ნამდვილი კონცერტი მოაწყვეს, ფილმი „ვერის უბნის მელოდიები" ხომ გინახავთ? ისეთი სიტუაცია იყო — ორი გოგო იატაკს წმენდდა და თან თავისთვის მღეროდა. გიორგიმ ეს რომ დაინახა, მათ აჰყვა. მე სიმღერის ნიჭი არ მაქვს, ამიტომ მათ სიმღერაზე დავქროდი. სასწაული სანახაობა გამოგვივიდა!

მიშა: „სანამ ვითამაშებ, მთელი დღე უნდა ვირბინო, უნდა გამოვიკვებო გადამღები ჯგუფის ენერგიით, ვიცინო, ვიცეკვო, ვიმხიარულო და ასეთ შემთხვევაში ვითამაშებ ტრაგიკულ როლს კარგად. რა ვქნა, ასეთი უცნაური ვარ და ამიტომაც მეძახიან გიჟს".

— გიორგი, როგორ ფიქრობთ, ადვილია თქვენთან მუშაობა?

გიორგი: მგონი, არ ვარ რთული ადამიანი, თუმცა ჩემი თავისებურებები ალბათ მეც გამაჩნია. ძალიან აზარტული ვარ და მიყვარს, როდესაც საქმე გამიტაცებს. ყოველ ახალ როლში სწორედ ამას ვეძებ, რომ აზარტულად ვიყო ჩართული, მუშაობის პროცესში ჩემი ხასიათის სირთულეები იკარგება.

— ახლა თქვენს ცხოვრებაში როგორი პერიოდია?

მიშა: ყოველ დილით, გაღვიძებისთანავე, ჩემს ცხოვრებაში ახალი ეტაპი დგება. მთელი ცხოვრება რაღაცის ძიებაში ვარ, ყოველი დღე ჩემთვის ახალი ეტაპია. ყველაზე მეტად კი ის მახარებს, რომ მყავს ცოლი, რომელიც ყოველთვის გვერდში მიდგას. არასოდეს ვიცი, ხვალ რას გავაკეთებ, შეიძლება ხვალ ბავშვები ავიყვანო და ფეხბურთი ვასწავლო, გავხდები მწვრთნელი.

ამ ბოლო დროს უფრო მეტს ვფიქრობ იმაზე, რომ ფიზიკურად ვიყო ძლიერად, ყოველ დილით დავრბივარ. მოკლედ, ცხოვრებაში ბევრი გეგმა მაქვს.

გიორგი: ჩემს ცხოვრებაში მოლოდინის პერიოდია. სულ მაქვს განცდა, რომ რაღაცას ველოდები. ამ კონკრეტულ შემთხვევაში კინოფესტივალზე წასვლის მოლოდინი მაქვს. ძალიან მაინტერესებს, ამ ფილმს რა გამოხმაურება ექნება ა კლასის კინოფესტივალზე. ამ წუთში კი ის მოლოდინი მაქვს, დღის ბოლოს სახლში რომ მივალ, წავიკითხავ კარგ წიგნს, დავიძინებ და ვნახავ კარგ სიზმრებს. მინდა აღვნიშნო, რომ ცხოვრებაში რაღაც დიდის მოლოდინები არ მაქვს, რაც, ვფიქრობ, კარგია.

— მიშა, გიორგი ნაკაშიძეში როგორი ადამიანი დაინახეთ?

მიშა: ძალიან ნაკითხი და ჭკვიანი ადამიანია, ყველა თემაზე შეგიძლია მასთან საუბარი. არ მიყვარს მსახიობები, რომლებსაც თავიანთი პროფესიის გარდა არაფერი აინტერესებთ და არაფერი იციან. გიორგისთან ურთიერთობა კი არ მოგწყინდება, თბილი ადამიანი და მაგარი მეოჯახეა. გადასაღებ მოედანზე სულ ვგრძნობდი, იქიდან როგორ ზრუნავდა თავის ოჯახზე. სულ თავისი შვილების ცხოვრებაში იყო ჩართული.

✓ **ავთო ჩიტიძე**

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

გრიშა ქსოვრელი — უკანასკნელ გზაზე ცნობილი ქართველების გამცილებელი

„მისი სიცოცხლე დუდუკს შეეწირა“

„ბაბუას გარდაცვალებიდან ერთი წელი იყო გასული, როცა დამესიზმრა. მითხრა, აქ ვქეიფობ და დუდუკი არ მაქვს, მომეცითო. ზუსტად მიმითითა, სად იყო მისი ყამიში შენახული. ჩემებმა მის საფლავზე მიწა ამოთხარეს და დუდუკი ჩამარხეს. სწორედ იმ დროს გავიგონეთ დუდუკის ჰანგები. ვერ გავიგეთ, ეს ხმა საიდან მოდიოდა. ეს ამბავი დღემდე ამოუხსნელია ჩვენთვის“, — იხსენებს „სარკესთან“ ლეგენდარული მედუდუკის, გრიშა (გრიგოლ) ქსოვრელის შვილიშვილი, მსახიობი ნინო მუმლაძე.

სახალხო მუსიკოსმა ძალიან საინტერესო, მოვლენებით მდიდარი და კეთილშობილი გზა განვლო. ჯერ კიდევ 12 წლისამ ჩამოაყალიბა თავისი პირველი ანსამბლი, მას მერე კი არაერთი ცნობილი ანსამბლის ხელმძღვანელი იყო. მის მიერ დაარსებული ანსამბლი „სონარი“, რომელსაც დღეს მის პატივსაცემად „ქსოვრელები“ ჰქვია, ისევ დგას სცენაზე. სულ ახლახან კი შთამომავლებმა გრიშა ქსოვრელის მემკვიდრეობა გააცოცხლეს, ძველი სიმღერები შეკრიბეს და დისკი გამოუშვეს.

გაცოცხლებული სიმღერები

ნინო მუმლაძე, გრიშა ქსოვრელის შვილიშვილი:

— „სონარსა“ და „ქსოვრელებს“ შორის გარკვეული განსხვავება არის. „სონარი“ უფრო აკადემიური ანსამბლი იყო. როდესაც საზღვარგარეთიდან სტუმრები ჩამოდიოდნენ, აუცილებლად მათ იწვევდნენ. ბაბუაჩემი სცენაზე ბევრ სახალხო არტისტთან ერთად მდგარა. დღეს დრო შეიცვალა. დუდუკმა თავისი ძველი სახე არ დაკარგა, მაგრამ უფრო მეტად ხალხური გასართობი გახდა.

ოჯახს ყოველთვის გვინდოდა, ძველი სიმღერები ამოგვეკრიბა და დისკი გამოგვეშვა. აღმოჩნდა, რომ მუსიკოს მერაბ სანოძესაც ჰქონდა მსგავსი სურვილი. სახლში რამდენიმე ფირფიტა და კასეტა გვქონდა. ასე შეიქმნა 18 ჰანგიანი დისკი, რომლის პრეზენტაციაც წელს, 26 სექტემბერს, საჯარო ბიბლიოთეკაში გაიმართა. მე, როგორც შვილიშვილი, ამ საღამოს წამყვანი ვიყავი. ძალიან ნოსტალგიური პრეზენტაცია გამოვიდა. მოვიძიეთ ძველი კადრები, სადაც გრიშა ქსოვრელი და მისი ანსამბლი ჩანს. აგრეთვე კადრები სხვადასხვა ფილმებიდან, სადაც ბაბუა იღებდა მონაწილეობას. ეს საზოგადოებას ძალიან მოეწონა. წავიკითხეთ მისი ბიოგრაფიიდან საინტერესო ეპიზოდები და, რაც ყველაზე მთავარია, საღამოს ღირსეულად ჩატარებაში სხვადასხვა ხელოვანები დაგვეხმარნენ.

„გრიშას და ნინას ერთმანეთი ძალიან უყვარდათ და ასე გაატარეს 40 წელი. ბებო ყველანაირად გვერდით ედგა ქმარს. მის წარმატებაზე, გარეგნობაზე, ყველაფერზე ზრუნავდა“.

რა თქმა უნდა, საღამოზე უკრავდნენ და მღეროდნენ „ქსოვრელები“. დუდუკების ფონზე ლექსები მარინა საღარაძემ და მურმან ჯინორიამ წაიკითხეს. იმღერა ნინო კრავეიშვილმაც, რომელიც იმ ადამიანთა შორის არის, ვისაც თავის დროზე ბაბუასთან ერთად აქვს ნამღერი. სიტყვით გამოვიდა ნიკუშა შენგელაია, რადგანაც ქალბატონი სოფიკო ჭიაურელი და გიორგი შენგელაია გრიშასთან ძალიან ახლოს იყვნენ. თავად ნიკუშას ქორწილშიც ბაბუა და მისი ანსამბლი უკრავდა. აგრეთვე იმღერეს ნუგზარ კვაშალმა და სხვებმა. საღამოში მონაწილეობა მიიღო კომპოზიტორმა ვაჟა აზარაშვილმაც. მოგეხსენებათ, მას ეკუთვნის ანსამბლის ყველაზე პოპულარული სიმღერა „ქსოვრელები მღერიან“. კიდევ იყვნენ მისი პირველი მოწაფეები კობა პაპიაშვილი და ზაურ მერებაშვილი, რომლებიც ანსამბლ „სუხიშვილების“ წევრები არიან.

სასაფლაოს ჰანგები

— ბაბუა წარმოშობით სოფელ კავთისხევიდან იყო. მამამისი იქ დაიბადა და გაიზარდა, გრიშა კი თბილისში დაიბადა. ამ გვარს

„ნოდარ დუმბაძე რომ კვდებოდა, უკითხავთ, რას ისურვებდა. სამი სურვილი ჩამოუთვლია. პირველი ყოფილა, ჩემს დაკრძალვაზე გრიშა ქსოვრელმა დაუკრასო... ასე უკრავდა ბაბუა ცნობილი ადამიანების დაკრძალვებზე. ერთხელ მას და ვასო გოძიაშვილს რაღაცაზე უკამათიათ. ბოლოს ვასოს უთქვამს, რას მიბრაზდები, მაინც შენი დასამარხი ვარო“.

არანაირი შეხება არ აქვს სოფელ ქსოვრისთან. ბევრს კი ეგონა, რომ ქსოვრელი ფსევდონიმი იყო, რომელიც გრიშას ამ სოფლის გამო ჰქონდა. ბაბუა კუკიაზე გაიზარდა. თურმე კუკიის სასაფლაოდან ხშირად ესმოდა დუდუკის ჰანგები. არ იცოდა, ეს რა იყო, მაგრამ ამ ჰანგებით იხიბლებოდა. შემდეგ აუხსნეს, რომ ეს იყო დუდუკი, რომლითაც გარდაცვლილს პატივს მიაგებდნენ და გრიშას სურვილი გაუჩნდა, რომ თავადაც დაეკრა.

■ გრიშა ქსოვრელი და მორის ფოცხიშვილი

პატარაობიდან აქტიური ყოფილა. ლიდერობა უყვარდა და ჯერ კიდევ სკოლის პერიოდში, 12 წლის ასაკიდან არაერთი მუსიკალური კოლექტივი ჩამოაყალიბა. 14 წლის იყო, როდესაც რუსულ მოზარდ მაყურებელთა თეატრში ბავშვთა მუსიკალურ ანსამბლს ჩაუდგა სათავეში. იქ კონსულტანტად ცნობილი მედუდუკე მიხეილ სუქიასოვი მიიწვიეს. დუდუკზე დაკვრის ყველა წესი გრიშამ სწორედ მისგან ისწავლა. სკოლა რომ დაამთავრა, კრუპსკაიას სახელობის კლუბში თვითმოქმედი ანსამბლი ჩამოაყალიბა. ეს იყო მისი პირველი ანაზღაურებადი სამსახური და მისი პირველი გამოსვლა საქართველოს რადიოთი.

1941 წელს 20 წლის გრიშა მეორე მსოფლიო ომში გაიწვიეს. სმოლენსკთან მარჯვენა ხელში მძიმედ დაიჭრა. ექიმმა გადაწყვიტა, ხელი მოეკვეთათ. საოპერაციოში რომ შეიყვანეს, ქირურგს უთხრა: „მე მუსიკოსი ვარ. მუსიკა მთელი ჩემი ცხოვრებაა. შენ თუ ახლა ამ ხელს მომაჭრი, ჩათვალე, რომ ჩემი ცხოვრებაც აქ დამთავრდება. ან შემინარჩუნე ეს ხელი, ან კიდევ თავი დამანებე. ხელის გარეშე მე ცხოვრებას ვერ გავაგრძელებ. მირჩევნია, სისხლისგან დავიცალო და მოვკვდე, ვიდრე მუსიკას თავი დავანებო“. როგორც ჩანს, ქირურგს მისი სიტყვები გულზე მოხვდა, ძალიან რთული ოპერაცია ჩაუტარა და ხელი შეუნარჩუნა. მკლავზე კი დიდი ნაიარევი დარჩა.

„სონარიდან“ „ქსოვრელებამდე“

— ომიდან დაბრუნების შემდეგ გრიშა პლეხანოვის სახელობის კლუბთან არსებულ სიმღერისა და ცეკვის ანსამბლში ორკესტრის ხელმძღვანელი იყო. შემდეგ საქართველოს რესპუბლიკური მილიციის სამმართველოში არსებულ მედუდუკეთა ანსამბლს ედგა სათავეში. 1949 წელს კი ჯანო ბაგრატიონთან ერთად საესტრადო ანსამბლი ჩამოაყალიბა. მხატვრული ხელმძღვანელი ჯანო იყო, ორკესტრის ხელმძღვანელი კი — გრიშა. ის ანსამბლში ერთდროულად იყო მუსიკოსი, მომღერალი თუ სახასიათო და კომიკური ცეკვების შემსრულებელი. ამის შემდეგ 1962 წელს ჩამოაყალიბა მედუდუკეთა ანსამბლი „სონარი“, რომელსაც დიდი წარმატება ხვდა წილად.

ანსამბლს „სონარი“ სიმბოლურად ერქვა, რადგან ის ყოველთვის ხუთი წევრისგან შედგებოდა. სონარიც ხომ ხუთი ლერწმისგან შედგება. ჩასაბერი ანუ ყამიში ლერწმისგან მზადდება და დუდუკს თავზე აქვს დამაგრებული. გრიშა ყამიშს ყოველთვის თავისი ხელით აკეთებდა და მოსწავლეებს ჩუქნიდა ხოლმე. კარგად მახსოვს, ყოველ დილას, როგორც კი გაიღვიძებდა, ბაბუა მაშინვე სააბაზანოს მიაშურებდა, სადაც ეს ლერწმები ჰქონდა ჩამბალი. შეამოწმებდა, ჩაბერავდა და ამის მერე აკეთებდა სხვა საქმეს.

საერთოდ ბაბუასთვის თავისი საქმე უმთავრესი იყო. დუდუკით ცხოვრობდა და სულ თან დაჰქონდა. მაშინაც კი, როცა დასასვენებლად მიდიოდა, დუდუკი გულისჯიბეში ედო. თავს არასდროს იფასებდა და ვისაც უნდა ეთხოვა, აუცილებლად დიდი სიამოვნებით უკრავდა. მართალია, დუდუკი მისი შემოსავლის წყარო იყო, მაგრამ უფასოდ დაკვრაც ხშირად უხდებოდა. მის ხელში უამრავი მუსიკოსი აღიზარდა და არასოდეს არც ერთისთვის ფული არ გამოურთმევია. შემოსავალი საკონცერტო გამოსვლებიდან და რესტორან „ქალაქურიდან“ ჰქონდა, სადაც უკრავდა. იმ რესტორანში ძირითადად უცხოელი სტუმრები, მაღალი თანამდებობის პირები და ე.წ. „კაგებე“-ს წარმომადგენლები დადიოდნენ.

ბაბუა რომ გარდაიცვალა, ხელმძღვანელის გარეშე დარჩენილი „სონარი“ დაიშალა. დაახლოებით ერთ წელიწადში ბატონმა ელდარ შოშიტაიშვილმა (ანსამბლის ამჟამინდელმა ხელმძღვანელმა) გადაწყვიტა, რომ შეკრებილიყვნენ და კონცერტი გაეკეთებინათ. ხალხმა იმავე დღეს შეარქვა მათ ქსოვრელის ანსამბლი და გადაწყდა, რომ „ქსოვრელები“ დარქმეოდათ გრიშას ხსოვნის პატივსაცემად.

ქეიფში დაბადებული ჰიტი

— ერთხელ სუფრასთან მორის ფოცხიშვილს უთქვამს ბაბუასთვის, შენთვის კარგი ტექსტი მაქვსო. ტექსტი კარგია, მაგრამ მუსიკას რა ვუყოთო, უკითხავს გრიშას. ვაჟა აზარაშვილს უთქვამს, თან ვიქეიფოთ და თან მუსიკას დაგიწერთო. ასე ქეიფ-ქეიფში დაიბადა სიმღერა „ქსოვრელები მღერიან“, რომელიც ანსამბლის სავიზიტო ბარათად იქცა.

ოჯახი

— გრიშას მეუღლე, ჩემი ბებია ნინა ჩერნეენკო, ახლა 86 წლისაა. ის საქართველოში

Cyan Magenta Yellow Black

■ „ქსოვრელები“

დაბადებული და გაზრდილია, მაგრამ წარმოშობით ნახევრად რუსია და ნახევრად უკრაინელი. როცა დაქორწინდნენ, ბებო 28 წლის იყო, ბაბუა — 35-ის. თურმე ნინას დიდხანს დასდევდა, ის კი უარზე იყო. ბოლოს გრიშამ საწადელს მაინც მიაღწია, თავი შეაყვარა და ნინა მისი ცოლი გახდა. მათ ერთმანეთი ძალიან უყვარდათ და ასე გაატარეს 40 წელი. ბებო ყველანაირად გვერდით ედგა ქმარს. მის წარმატებაზე, გარეგნობაზე, ყველაფერზე ზრუნავდა.

გრიშას ორი ქალიშვილი ჰყავს: ბელა და მეგი. დეიდაჩემი, ბელა ქსოვრელი, გათხოვილი არ არის და არც შვილები ჰყავს. დედაჩემი, ინგა ქსოვრელი კი ორი ქალიშვილის დედაა — ჩემი და მედეასი. დედა მუსიკოსია. ფორტეპიანოზე უკრავს და თავისი ვოკალური სტუდიაც აქვს. დეიდა საჯარო ბიბლიოთეკაში მუშაობს, მუსიკალური განათლება მასაც აქვს. მუსიკალური განათლება მე და ჩემს დასაც გვაქვს მიღებული და ორივე მსახიობები ვართ. ასე რომ, ბაბუას გენი არ დაიკარგა. მართალია, დუდუკზე არ ვუკრავთ, რადგან ეს ქალის საქმე არ არის, მაგრამ ოჯახში ყველანი ხელოვანები ვართ.

ჩემს დაბადებას ერთი საინტერესო ამბავი უკავშირდება. გრიშასთვის პირველი შვილიშვილი ვიყავი და თურმე ძალიან ნერვიულობდა. ერთი სული ჰქონდა, როდის დავიბადებოდი. როცა მე გავჩნდი, მაშინ ბაბუა რესტორანში უკრავდა. „ქალაქურში“ ედუარდ შევარდნაძე, მაღალი თანამდებობის სხვა პირები და „კაგებე“-ს ხალხი ქეიფობდა. გრიშას იქ აცნობეს, რომ შვილიშვილი შეეძინა. გახარებული მივარდა მიკროფონს და თქვა, ყველანი ფეხზე ადექითო. დამსწრე საზოგადოება გაოცდა. ასეთი მაღალი რანგის სტუმრები იყვნენ და ვერ მიხვდნენ, რატომ უნდა ამდგარიყვნენ ფეხზე. როცა ყველა წამოდგა, მიკროფონში უთქვამს, ცუნცულა შემეძინაო. ასე წამომიყენა გრიშამ ფეხზე მაღალჩინოსნები და „კაგებეშნიკები“. ჩემი დაბადება რესტორანში აღინიშნა. როცა ჩემ მოსანახულებლად პალატაში შემოსულა, უთქვამს, ამ ბავშვს ჩემი ცოლის სახელი უნდა დავარქვათო. ამგვარად, მე ბებოს მოსახელე ვარ.

ბაბუა რომ გარდაიცვალა, 8 წლის ვიყავი, მედეა — 6-ის. ჩემს მეხსიერებაში გრიშა შემორჩა, როგორც ძალიან მხიარული და თბილი ადამიანი. ქართული სუფრა, ტრადიციები ძალიან უყვარდა. კაკო ძიძიგური ბაბუას უახლოესი მეგობარი იყო, მისი ქალიშვილი, მედეა, გრიშას ხელში გაიზარდა. როგორც იცით, მედეა ძიძიგური ხშირად გამოდიოდა სცენაზე „სოინართან“ ერთად. თავის დროზე სცენისკენ სწორედ გრიშამ უბიძგა. თურმე სადმე სუფრასთან თუ იყვნენ და მედეა ვინმესთან წაიცეკვებდა, ბაბუა ნერვიულობდა. ასე იყო ყველა ახლობლის მიმართ. ძალიან ტრადიციული კაცი იყო და სხვებისგანაც იმავეს მოითხოვდა. მეგობრული ადამიანი იყო და შეეძლო, მხოლოდ ახლობლებს კი არა, სრულიად უცნობ ადამიანსაც დახმარებოდა. შვილიშვილებს მისთვის პაპა ან ბაბუა არ დაგვიძახია, ის ჩვენთვის უბრალოდ გრიშა იყო.

ბაბუას ჩვენთან, შვილიშვლებთან, თამაში არასდროს ეზარებოდა. პატარა რომ ვიყავი, მსახიობობა ჯერ კიდევ მაშინ მინდოდა. ოჯახის წევრებს როლებს დავურიგებდი და სპექტაკლებს ვდგამდი. გრიშაც უარს არასდროს მეუბნებოდა. ჩემთან ერთად თამაშობდა, ცეკვავდა, მღეროდა. ხშირად მიმეორებდა, შენ უნდა მასახელოო. არ ვიცი, მისი იმედი რამდენად გავამართლე.

მოულოდნელი გარდაცვალება

— გრიშა 74 წლის ასაკში მოულოდნელად გარდაიცვალა. დღემდე ვერ გავიგეთ, რა მიზეზით. წინა დღეს სუფრასთან იყო. იქიდან რომ დაბრუნდა, სახლშიც სუფრა იყო გაშლილი, რადგან ჩემი დის დაბადების დღეს აღვნიშნავდით. ბაბუამ თქვა, კარგად არ ვარ, სუფრასთან ლუკმა გადამცდა და ყელში რაღაც მეტკინაო. როგორც ჩანს, მანამდეც სტკიოდა, მაგრამ არ იმჩნევდა. ადგა, იცეკვა, იმღერა და იმხიარულა ჩვენთან ერთად. დილით ტელევიზიაში ჩაწერა ჰქონდა. ცუდად რომ გახდა, ბებოს უთქვამს, ექიმთან წავიდეთო. მან უპასუხა, ჩაწერას ვერ გავაცდენ, ხალხი მელოდებაო.

წავიდა და დაუკრა, რაც თურმე არ შეიძლებოდა. რაღაც მილი გაუწყდა ყელში, სისხლჩაქცევა ჰქონდა. დუდუკზე ჩაბერვამ კი უარესი უქნა. საერთოდ დუდუკზე დაკვრა უდიდეს ენერგიას მოითხოვს. მეორე დღეს თავის მეგობარ ექიმთან წავიდა. მას ეგონა, რომ კუჭ-ნაწლავის პრობლემა ჰქონდა და ნათურა გადააყლაპა. ნათურის ამოღებას კი სულიც ამოაყოლა, ადგილზე გარდაიცვალა. საბოლოოდ მაინც ვერ გაიგეს, რა სჭირდა. ექიმს გაკვეთა უნდოდა, მაგრამ გრიშას მეგობრებმა რომ შეიტყვეს, გაგიჟებულები მიცვივდნენ, გაკვეთის უფლება არ მისცეს და მიცვალებული ხელში აყვანილი წამოიყვანეს.

„მაშინაც კი, როცა დასასვენებლად მიდიოდა, დუდუკი გულისჯიბეში ედო. თავს არასდროს იფასებდა და ვისაც უნდა ეთხოვა, აუცილებლად დიდი სიამოვნებით უკრავდა. მართალია, დუდუკი მისი შემოსავლის წყარო იყო, მაგრამ უფასოდ დაკვრაც ხშირად უხდებოდა. მის ხელში უამრავი მუსიკოსი აღიზარდა და არასოდეს არც ერთისთვის ფული არ გამოურთმევია".

ბაბუას სიცოცხლე ისევ ქეიფსა და დუდუკს შეეწირა. მთელი თავისი ცხოვრება სწორედ ამას მიუძღვნა. ხშირად ამბობდა, 100 წლამდე უნდა ვიცოცხლოო.

გრიშა 1994 წელს გარდაიცვალა. ცუდი პერიოდი დაემთხვა და ისე ვერ გავაცილეთ, როგორც საჭირო იყო. ბევრმა მისი გარდაცვალება ვერც გაიგო. მოწაფეებმა დუდუკებით გააცილეს, მაგრამ მისი დასაფლავება ალბათ ცოტა სხვანაირი უნდა ყოფილიყო. სახალხო არტისტს და ამდენი თაობის აღმზრდელს უფრო მეტი დაფასება უნდა ჰქონოდა.

მისი საახლობლოდან, სამეგობროდან ვინც კი წავიდოდა, ბაბუა ყველას პატივს მიაგებდა და მათ გასვენებაში დუდუკზე უკრავდა. ერთხელ ცკ-ის ყოფილი მდივნის, ვასილ მჟავანაძის ქალიშვილის, ნინას ინტერვიუ წავიკითხეთ, რომელიც ბაბუაჩემზე წერდა. ეს ამბავი ჩვენ მანამდე არ ვიცოდით. როცა მჟავანაძე გარდაიცვალა, უკვე აღარ იყო ქვეყნის მმართველი და მისი დაკრძალვის ცერემონიალი ვიწრო წრეში გაიმართა. ყველა რომ წავიდა, შავებში ჩაცმულმა ხუთმა მამაკაცმა ბატონი ვასილის ვაჟიშვილს სთხოვეს, სანამ მიწას მიაყრით, მის საფლავზე დავუკრავთო. ასე გააცილეს გრიშამ და მისმა დასტამ თავისი ძველი მეგობარი ამქვეყნიდან.

ნოდარ დუმბაძე რომ კვდებოდა, უკითხავთ, რას ისურვებდა. მას სამი სურვილი ჩამოუთვლია. პირველი ყოფილა, ჩემს დაკრძალვაზე გრიშა ქსოვრელმა დაუკრასო. სამწუხაროდ, იმ დროს ბაბუა საქართველოში არ იმყოფებოდა. როცა ჩამოვიდა და ეს ამბავი შეიტყო, მივიდა ნოდარის საფლავზე და დაუკრა. ასე უკრავდა ბაბუა ბევრი ხელოვანის, ცნობილი ადამიანის დაკრძალვაზე. ერთხელ მას და ვასო გოძიაშვილს რაღაცაზე უკამათიათ. ბოლოს ვასოს უთქვამს, რას მიბრაზდები, მაინც შენი დასამარხი ვაროო. მისი კერპი იეთიმ გურჯი იყო და თურმე პირადადაც იცნობდა. როცა პოეტი პანთეონში გადმოასვენეს, გრიშა ამ საქმეში აქტიურად მონაწილეობდა. მის ლექსებზე ბაბუას ბევრი სიმღერა ჰქონდა აჟღერებული.

მისტიკური ამბავი

— გრიშას გარდაცვალების შემდეგ ერთი უცნაური ისტორია მოხდა. ხომ იცით, ძველი ქართული ტრადიციები როგორია, მიცვალებულს თან რაღაცეებს ატანენ. გრიშასაც ბევრი რაღაც ჩაატანეს. რატომღაც დუდუკის ჩატანება აზრად არავის მოსვლია. დაახლოებით ერთი წელი იყო გასული, როცა ბაბუა დამესიზმრა. კი არ გამომეცხადა, მხოლოდ მისი ხმა მესმოდა. მითხრა, აქ ვქეიფობ და დუდუკი არ მაქვს, მომეცითო. მეორე დილას ეს ამბავი დედას მოვუყევი. ჩვენ ორი სახლი გვქონდა, ერთი — დიდ დიღომში, სადაც მისი პირადი ნივთები დღემდე ინახება. სწორედ იმ ბინიდან გამოვასვენეთ. სიზმარში გრიშამ ზუსტად მიმითითა, სად იყო მისი ყამიში შენახული. ჩემები წავიდნენ მეორე სახლში და ყამიში იმ ადგილას იდო, სადაც მე ვუთხარი. მეორე დღეს, 30 სექტემბერს, მის საფლავზე ავედით. ჩემებმა მიწა პატარაზე ამოთხარეს და დუდუკი ჩამარხეს. სწორედ იმ დროს გავიგონეთ დუდუკის ჰანგები. ვერ გავიგეთ, ეს ხმა საიდან მოდიოდა.

დაემთხვა ისე, რომ ამ დღეს იყო რუსული დღესასწაული — „ვერა, ნადეჟდა, ლიუბოვ“. ამ თარიღს ჩვენს ოჯახში სულ აღნიშნავდნენ, რადგან გრიშას სიდედრი ლიუბოვ ალექსანდროვნა იყო. ბაბუას იმდენად უყვარდა სიდედრი, ამ დღესაც დიდ ქეიფს აწყობდა. ისე დაემთხვა, რომ გრიშა სწორედ ამ დღესასწაულის წინა დღეს დამესიზმრა და მითხრა, ქეიფს ვაპირებო. ეტყობა, იმქვეყნადაც უნდა აღენიშნა ეს დღე სიდედრის პატივსაცემად. როცა დუდუკი მიწაში ჩავმარხეთ და დაკვრის ხმა მოგვესმა... ეს ამბავი დღემდე მისტიკაა ჩვენთვის.

✓ თეონა კენჭიაშვილი

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

„საუკეთესო დაქალმა საკონტროლო წერაში შეცდომები დამაშვებინა“

ჩემი საუკეთესო დაქალი ძალიან მიყვარს, პირველი კლასიდან ვიცნობ. ის მათემატიკურ საგნებში არაჩვეულებრივი მოსწავლეა, მაგრამ ჰუმანიტარულ საგნებში უჭირს. მე კი — პირიქით, ჰუმანიტარულ საგნებში ფრიადოსანი ვარ და მათემატიკა სასტიკად არ მიყვარს. მე და ჩემი მეგობარი შევთანხმდით, რომ ის მათემატიკის საკონტროლოებზე დამეხმარებოდა, მე კი ქართულს დავაწერინებდი.

ერთ დღეს ქართულის საკონტროლო წერა იყო, დაქალს, შეპირებისამებრ, დავაწერინე და ათიანიც მივაღებინე, რამაც გამახარა. მოგვიანებით მათემატიკის საკონტროლოს ჯერიც მოვიდა, დაქალმა ბოლომდე დამაწერინა და დიდი მადლობაც გადავუხადე. ნიშნები რომ უნდა გვენახა და რვეულები დავგირიგეს, მე შვიდიანი მეწერა, ჩემს დაქალს კი — ათიანი, თანაც ერთადერთმა მიიღო ასეთი კარგი ნიშანი მთელ კლასში.

გამიკვირდა, მაგრამ დაქალს ვერ ვუთხარი, ორივემ ერთნაირად თუ დავწერეთ, განსხვავებული ნიშნები რატომ გვაქვს-მეთქი. ის ისე იყო გახარებული, ყურადღებას არ მაქცევდა. მისი რვეული ავიღე და შევამჩნიე, რომ თუ სწორი პასუხი 24 ეწერა, ჩემს რვეულში შეცდომა იყო და მეწერა 23, ანუ ის სწორ ვარიანტზე ერთით ნაკლებს მეუბნებოდა.

გული მეტკინა, პირველ რიგში, იმიტომ, რომ უნდოდა, ცუდი ნიშანი მიმეღო, მეორეც, სულელად ჩამთვალა და არაფრად ჩააგდო, მისი საქციელი რომ გამანაწყენებდა. მისთვის არაფერი მითქვამს, ქართულის საკონტროლოებს ისევ ათიანზე ვაწერინებ, მაგრამ მათემატიკის საკონტროლო როცა მოვა, საგულდაგულოდ მოვემზადები და ამით მივახვედრებ, რომ აღარ ვენდობი.

ჩემი დაქალი „სარკეს“ ძალიან ხშირად კითხულობს და იმედია, ჩემს წერილს ნახავს. რას მირჩევს „სარკის“ მკითხველი, მეგობარს ვუთხრა, რომ ძალიან მაწყენინა?

მკითხველი

„მეგობარმა შეყვარებულს დამაშორა“

15 წლის გოგო ვარ. 5 წელია, რაც კლასელთან ვდაქალობ, მასზე ძვირფასი არავინ მყავს. ყოველთვის ერთად ვიყავით, არასდროს ყოფილა ისეთი რამ, რაც მან არ იცოდა. დასავით მიყვარდა, ყველაფერს გავაკეთებდი მისი გულისთვის. ჩვენს კლასში შარშანწინ ერთი ბიჭი გადმოვიდა, თავიდან ვერ ვიტანდი, შემდეგ კი ნელ-ნელა მომეწონა. დრო რომ გავიდა, სიყვარული ამიხსნა. მითხრა, დაგინახე თუ არა, მაშინვე მომეწონეო. მე დიდხანს ვაწვალე, როცა დავრწმუნდი, მართლა ვუყვარდი, მეც გავუმხილე, რომ მიყვარდა. თანდათან კი ისე შემიყვარდა, მის გარდა სხვას ვერავის ვხედავდი, მასაც ძალიან ვუყვარდი.

შემდეგ რაღაც მიზეზების გამო დავშორდით, თუმცა ერთმანეთი მაინც გვიყვარდა. კლასში ერთიმეორეს ხმას საერთოდ არ ვცემდით. მე ისე ვიქცეოდი, თითქოს საერთოდ აღარ მიყვარდა, ეს მას უფრო აგიჟებდა. ერთხელ ჩემმა დაქალმა მის წინაშე მითხრა, გეყოფა ეს თამაშები, უთხარი, რომ ძალიან გიყვარს და ამ ყველაფერს იმიტომ აკეთებ, რომ იეჭვიანოსო. ვუთხარი, რას ბოდავ-მეთქი. მერე ისიც მითხრა, ძალიან კარგად ვიცი, ლოგინში რომ გინდა, შეითრიოო. ამაზე სულ მთლად გადავირიე, ენა ჩამივარდა, ის ბიჭიც ისეთი განცვიფრებული დარჩა...

ჩემს ყოფილ შეყვარებულს თვალებშიც ვეღარ ვუყურებ, იმ გოგოს კი ვუთხარი, რომ ხმა აღარ გაეცა ჩემთვის. ახლა ერთად არიან, წარმოგიდგენიათ?! მივხვდი, დაქალმა ეს ყველაფერი იმიტომ გააკეთა, რომ იმ ბიჭს სამუდამოდ დავევიწყებინე. ყველაზე ცუდი ის არის, რომ ისევ მიყვარს და ვერ ვივიწყებ. ძალიან გთხოვთ, დამეხმარეთ, რომ ეს სიყვარული დავძლიო.

„სარკის“ ყურთგულესი მკითხველი

„მამიდაჩემის წარსულის გამო საყვარელი ბიჭის ოჯახი მიწუნებს“

მალე 18 წლის გავხდები. უკვე დიდი ვარ და არავის უკვირს, რომ ჩემ გვერდით ბიჭია, რომელიც ძალიან მიყვარს. ორი წელია ერთად ვართ. მას ძალიან ვუყვარვარ, მე ხომ საერთოდ, მასზე ფიქრით ვაღამებ და ვათენებ. მისმა ოჯახმა ჩვენი სიყვარულის ამბავი რომ გაიგო, თავიდანვე წინააღმდეგობა გაგვიწია.

ჩემმა შეყვარებულმა ორი წლის წინ დაამთავრა სკოლა. უნდა, რომ ცოლად მომიყვანოს. ეს რომ მისმა ოჯახმა გაიგო, ჩვენს ურთიერთობაში ძალიან უხეშად ჩაერია. დედამისმა პირდაპირ შემომითვალა, ჩვენს ოჯახში ვერ შემოხვალ, ტყუილად ნუ ოცნებობო. მიზეზიც ამიხსნეს, თუ რატომ არ უნდათ, მათი ოჯახის წევრი გავხდე — მამიდაჩემს იწუნებენ. ამბობენ, მისი ძმისშვილი არ გვჭირდებაო.

საქმე ის არის, რომ მამიდას ოჯახი ორჯერ დაენგრა, ახლა კი მის გვერდით მეგობარი მამაკაცია და ამას არც მალავს. მამაჩემს დასთან დიდი ხნის განმავლობაში არანაირი კავშირი არ ჰქონდა, მაგრამ მერე შეურიგდა. თქვა, თავი გაიუბედურა, მეცოდებაო. ძალიან კეთილი ადამიანია და რომ გაიგოს, მის გამო მიწუნებენ, ნერვიულობით ალბათ გული გაუსკდება. მე განსაკუთრებულად ვუყვარვარ. ამბობს, თუ რამე მაბადია, ყველაფერი შენთვის მინდაო. მამიდა მეც ძალიან მიყვარს, ამიტომ გული მიკვდება, მასზე ცუდს რომ ლაპარაკობენ.

ყველაზე საშინელი ის არის, რომ შეყვარებულმა მომთხოვა, მამიდაშენთან ყველანაირი კავშირი გაწყვიტეო, მე კი ეს არ შემიძლია. ავუხსენი, ოჯახის წევრია და ეს შეუძლებელია-მეთქი. ამას წინათ მამიდას გვერდით მნახა და სულ გადაიარია. მითხრა, შენც მისნაირი სულის ჩანხარ, ალბათ ფიქრობ, რომ მიმატოვებ ან საყვარელს გაიჩენო. ლაპარაკს შევყევით და ძალიან ვიჩხუბეთ. ახლა გაბუტული ვარ. ყოველდღე მირეკავს და მთხოვს, რომ შევურიგდე, მაგრამ ჯერ ვერ მოვინელე, რაც მან მაკადრა. არადა ძალიან მენატრება, მის გარეშე ვეღარ ვძლებ.

არ ვიცი, როგორ მოვიქცე. შეყვარებულის ოჯახს როგორ გავაგებინო, რომ საკუთარ სისხლთან და ხორცთან კავშირის გაწყვეტა ასე იოლი არ არის. მამიდა მიყვარს, მაგრამ ეს იმას არ ნიშნავს, რომ მის შეცდომებს გავიმეორებ. მამიდასაც არ მოსწონს ბევრი რამ, რაც ცხოვრებაში ჩაუდენია. სულ მარიგებს, ჩემი მაგალითები გამოიყენე, ჭკუით მოიქეცი, გრძნობებს ნუ აჰყვები და ჩემს შეცდომებს ნუ გაიმეორებო. აღარ ვიცი, ეს დაბრკოლება როგორ გადავლახო.

თქვენი მკითხველი

„ძმაკაცი მაიძულებს, მისნაირი გავხდე“

ერთი ძმაკაცი მყავს, რომელიც ბოლო ერთი წელია საოცრად შეიცვალა. ვეღარ ვცნობ. სკოლაში მასწავლებელი თუ მოსწავლე იმას ამბობს, ადამიანის ასეთი სახეცვლილება არ გვინახავსო. თითქოს აბსოლუტურად სხვა ადამიანია. არდადეგებიდან რომ დაბრუნდა, სულ სხვანაირი თვისებები გამოამჟღავნა.

ბევრი მეგობარი ჩამოშორდა, მაგრამ ჩვენ ბავშვობიდან ერთად მოვდივართ. ერთ უბანში ვცხოვრობთ, გვერდიგვერდ კორპუსებში და ძმებივით გავიზარდეთ, ამიტომ მას ვერ მივატოვებდი. ბევრჯერ ვუთხარი, რომ ცუდად იქცეოდა. ყოველთვის მივუთითებ, რომ ესა თუ ის საქციელი მიუღებელია, მაგრამ თავისას მაინც არ იშლის.

სხვა ძმაკაცებიც გაიჩინა, რომლებიც კარგი ბიჭები კი არიან, მაგრამ სხვანაირი ცხოვრების წესი აქვთ. ამას წინათ მათთან ერთად ვიყავი და სერიოზულ ჩხუბში მოვყევი. ქუჩაში ვიღაცეებს უმიზეზოდ აუშარდნენ და ჩხუბი დაიწყეს. იქ მცხოვრებლები დაგვემუქრნენ, რომ პატრულს გამოიძახებდნენ და დავიმალეთ, თორემ შეიძლებოდა რაღაც უბედურება მომხდარიყო. ძმაკაცს ვუთხარი, ასეთ ცხოვრებას თუ არ შეეშვები, შეიძლება ციხეში აღმოჩნდე და მეც თან გამიყოლო-მეთქი. ამის გამო მეჩხუბა, მითხრა, ქალაჩუნასავით იქცევიო.

არ მინდა, ვინმეს მშიშარა ვეგონო. არც ის მინდა, ვიღაცამ თავში ხელი წამომარტყას და დამამციროს, მაგრამ ძმაკაცს ვერ დავემსგავსები. მას კი უნდა, ზუსტად მისნაირი ვიყო. მასთან ყოფნა არ მსიამოვნებს. როცა წარმოვიდგენ ხოლმე, რომ შეიძლებოდა იმ დღეს პატრულს დავეჭირეთ და ციხეში ჩავესვით, მზარავს. ასეთი ცხოვრება არ მომწონს, მაგრამ ძმაკაცს ასე პირდაპირ ვერ ვეუბნები. ვიცი, ეს რომ ვუთხრა, სასაცილოდ ამიგდებს, თავში ხელს წამომარტყამს, ისევე დამამცირებს, როგორც სხვებს ექცევა. ეს კი საშინლად არ მინდა. აღარ ვიცი, როგორ მოვიქცე.

მკითხველი, 16 წლის

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

გამოხმაურება

„დაბოღმილ კლასელებს ყურადღებას ნუ მიაქცევ"

„სარკის“ ერთ-ერთ ნომერში გამოქვეყნდა სტატია — „ჩემი ლექსები სასაცილოდ აიგდეს“. მინდა, ამ გოგონას ვუთხრა, რომ კლასელებს ყურადღება არ მიაქციოს. დარწმუნებული ვარ, ძალიან ნიჭიერი გოგო ხარ და ძალიან კარგ ლექსებსაც წერ. მთავარია, შენი თავის გჯეროდეს. შენი კლასელები კი დაბოღმილები არიან, რომლებიც ყურადღების ღირსებიც არ არიან. ამიტომ მათ გამო გული არ გაიტეხო და საკუთარი თავის რწმენა არ დაკარგო. წარმატებებს გისურვებ!

„სარკის“ ერთგული მკითხველი

„მეგობარს მეორე შანსს ნუ მისცემ"

„სარკის“ მე-40 ნომერში გამოქვეყნდა წერილი, სათაურით „დაქალი ჩემი სახელით ფეისბუქელ მეგობრებს უხამს წერილებს უგზავნიდა“. ეს წერილი რომ ვნახე, ჩემი ამბავი გამახსენდა. მეც წლები შევალიე ნამდვილი მეგობრის პოვნას, მაგრამ დიდი იმედგაცრუება ვიწვნიე. გირჩევ, ასეთ მეგობარს არ შეურიგდე. ნათქვამია: „არსებობენ ადამიანები, რომლებსაც შეგიძლია მეათე შანსიც მისცე, მაგრამ არსებობენ ისეთებიც, რომლებისთვის მეორე შანსიც კი ზედმეტია“. დანარჩენი შენ უნდა გადაწყვიტო!

„სარკის“ ერთგული მკითხველი

„მამა მიყვარს, მაგრამ მისი საქციელი გულს მტკენს"

ჟურნალ „სარკის“ მე-40 ნომერში გამოქვეყნდა წერილი — „მამა ჩემზე წინ ძმაკაცების შვილებს აყენებს“. მინდა, ამ ბიჭის წერილს გამოვეხმაურო და ვუთხრა, რომ მარტო ის არ არის ამ დღეში, ეს ისტორია ჩემთვის ძალიან ნაცნობია.

მამაჩემი თავისი მეგობრების ოჯახებს თან ყვება, ჩვენ კი ყურადღებას არ გვაქცევს. მისთვის მთავარია, სხვებმა შეაქონ და თქვან, რა მაგარი კაციაო. უხარია, როცა ადღეგრძელებენ, როგორც კეთილ და კარგ ადამიანს. მე გოგო ვარ და მასთან არანაირი სიახლოვე არ მაქვს. მეგობრის შვილები კი, გოგოები თუ ბიჭები, თავს ევლებიან. ხშირად მეუბნება, მათ უფრო ვუყვარვარ, ვიდრე შენო. ჩემზე მეტად არავის უყვარს, მაგრამ ისინი ეპირფერებიან და კეთილი სიტყვებით ფულს სცინცლავენ.

მამას ბიზნესს კარგი შემოსავალი მოაქვს, მაგრამ მდიდრები არ ვართ, რადგან მთელ ფულს ასე ფლანგავს. არასოდეს დამავიწყდება, დედას რაც გაუკეთა. ძმაკაცის შვილმა ცოლი მოიყვანა და ქორწილში ჩვენც დაგვპატიჟეს. ერთ-ერთი მეგობარი წუწუნით მოვიდა, მე და ჩემს ცოლს ფეხსაცმელები არ გვაქვს და ქორწილში ვერ მოვდივართო. მამამ მაშინვე გამოურბენინა ფული, ოღონდ არ ვიცი, რამდენი. დედამ სთხოვა, კაბის ყიდვა მინდა და ფული მომეციო. მამამ კი საშინელ დღეში ჩააგდო, შენ მეწველი ძროხა ხომ არ გგონივარო. იმ ქორწილში ყველაზე ჩაუცმელი დედაჩემი იყო, სხვების ცოლები კი გამოპრანჭულები იყვნენ, მათ შორის ის ცოლ-ქმარიც, მამამ ფეხსაცმელების ფული რომ მისცა.

ასეთ უსამართლობას რომ ვხედავ, მის მიმართ პროტესტი მიჩნდება და რაღაცეებს პირში ვეუბნები. მართალია, ამის გამო ლანძღვა-გინებას ვიღებ, მაგრამ უთქმელობაც არ შემიძლია. ამიტომაც ჰგონია, რომ არ მიყვარს, სინამდვილეში ვერც კი წარმოიდგენს, როგორ მიყვარს, მაგრამ მისი საქციელი გულს მტკენს.

„სარკის“ ერთგული მკითხველი

✓ რუბრიკა მოამზადა ირინე მჭედლიძემ

რომელი ლაზერით ჩავიტაროთ ეპილაცია?

Esthetic CorneR
ესთეტიკ კორნერი

ამ კითხვაზე პასუხი ძალიან ბევრ მომხმარებელს აინტერესებს – ვინაიდან ცნობილია, რომ ლაზერის ტიპი პირდაპირ ზეგავლენას ახდენს რეზულტატზე და პროცედურის ჩატარების სპეციფიკაზე. ასევე გასათვალისწინებელია ის ფაქტიც, რომ ის ესთეტიკის ცენტრები და სალონები, სადაც განთავსებულია მსგავსი ტიპის აპარატები, არასაკმარისი ობიექტურობით აღწერენ მათ შესაძლებლობებს.

როგორც ცნობილია, მსოფლიოში აღიარებულია სამედიცინო ლაზერების 2 ძირითადი ტიპი, რომელიც გამოიყენება არასასურველი თმიანობის მოსაშორებლად: ალექსანდრიტის და დიოდური ლაზერები. არსებობს სხვადასხვა ტიპის სალონური სხივური ეპილაციის აპარატებიც: (IPL – ფოტოეპილაცია; RF+IPL – ე.წ. ELOS ეპილაცია, სადაც ფოტოს გაძლიერების მიზნით დამატებული აქვს რადიოტალღური ზემოქმედება; Q-switched, Rubi და სხვ.), თუმცა მათი ზოგიერთი პარამეტრი და რეზულტატები არ კმაყოფილებს დღევანდელ მოთხოვნებს.

ლაზერული ეპილაციის აპარატებს შორის ძირითადი განსხვავება მდგომარეობს მათ მიერ გამომუშავებული სხივის ტალღის სიგრძეში და მათი ზემოქმედების უნარზე სხვადასხვა ტიპის კანზე.

ალექსანდრიტის ლაზერის სხივის ტალღის სიგრძე 755 ნმ-ია, რაც უზრუნველყოფს თმის ფოლიკულის სწრაფ და ეფექტურ თერმოლიზს (მელანინის მიერ სითბოს ინტენსიური შთანთქმის ხარჯზე) ირგვლივ მყოფი ქსოვილების დაზიანების გარეშე. თუმცა მუქი ფერის კანის დამუშავების შემთხვევაში არსებობს დამწვრობის რისკი. ამიტომ ალექსანდრიტის ტიპის ლაზერები რეკომენდებულია მხოლოდ ღია ფერის კანის (1-3 ტიპი) და მუქი ფერის თმიანობის შემთხვევაში. პროცედურის ეფექტი ნამდვილად შთამბეჭდავია – პაციენტი ხანგრძლივი დროით თავისუფლდება არასასურველი თმიანობისაგან. ამერიკული წარმოების CANDELA-ს ალექსანდრიტის ლაზერები აღჭურვილია ყველაზე მძლავრი გაგრილების სისტემით, რაც მაქსიმალურად ამცირებს არასასიამოვნო შეგრძნებებს პროცედურის დროს და იძლევა საშუალებას, მაქსიმალურად საჭირო ენერგია იქნას გამოყენებული კანის დაზიანების გარეშე.

რაც შეეხება დიოდურ ლაზერებს (ტალღის სიგრძე 800-810 ნმ), ეს ახალი ტექნოლოგიური მიღწევების შედეგია. მისი უპირატესობა ისაა, რომ აქვს ყველა ტიპის კანზე (1-6 ტიპი) და ყველა შეფერილობის თმაზე ზემოქმედების უნარი და, ამასთან, პრაქტიკულად არ იწვევს კანის დამწვრობას. თუმცა დღემდე დიოდური ლაზერების ერთადერთი ნაკლი იყო ეპილაციის პროცედურის მტკივნეულობა, რაც დისკომფორტს უქმნიდა პაციენტს. უკანასკნელმა ტექნოლოგიურმა მიღწევებმა ეს პრობლემაც გადაჭრა. განსაკუთრებულად უნდა აღინიშნოს მსოფლიოში ლაზერების უმსხვილესი მწარმოებლის ALMA lasers (ისრაელი) მიერ შექმნილი ახალი დიოდური ლაზერი – SOPRANO ICE. ეს აპარატი აღჭურვილია განსაკუთრებული გაგრილების სისტემით (-3 გრადუსამდე), რაც ეპილაციის უმტკივნეულოდ ჩატარების საშუალებას იძლევა. გარდა ამ უპირატესობისა, სპეციალური პროგრამა იმპულსების უწყვეტი მოწოდების ხარჯზე უზრუნველყოფს პროცედურის ჩატარებას მოძრაობაში, ანუ in motion. პრაქტიკულად მწარმოებელმა ეპილაცია გარდაქმნა კომფორტული მასაჟის პროცედურად.

ჩვენს კლინიკაში მხოლოდ ექიმთან კონსულტაციის შემდეგ ხდება ინდივიდუალურად, თითოეული პაციენტისათვის შესაფერისი ლაზერის შეთავაზება, რაც უზრუნველყოფს თქვენს უსაფრთხოებას, კომფორტს და შედეგის ეფექტურობას.

მოგვმართეთ მისამართზე: ქ. თბილისი, აბაშიძის 76, კლინიკა „ესთეტიკ კორნერი“. ☎ 229-56-61

Cyan Magenta Yellow Black

საკონკურსო ვნებები

დათო ფორჩხიძესა და მაია დარსმელიძეს შორის ომი გამოცხადდა?

„ერთი გამოსავალი ისაა, რომ გამიშვან შოუდან!“

„მაპატიეთ, თუ ყელში ამოგივიდათ დათო ფორჩხიძე, მაპატიეთ, რომ ისევ მოგება მინდა“, — ასე მიმართავს მუსიკოსი დათო ფორჩხიძე ყველა იმ ადამიანს, ვინც მის მიმართ აგრესიას გამოხატავს. ასეთები კი მის ახლო წრეშიც არიან. პროექტი „ახალი ხმა“ დაიწყო და მწვრთნელებს შორის დაპირისპირება უკვე აშკარაა. დათო ფორჩხიძის მისამართით უარყოფითი კომენტარებით მაია დარსმელიძე და სტეფანე გამოირჩევიან. დათო არ უარყოფს, რომ მათ შორის მწვავე კონკურენციაა და ის და სტეფანე ხშირად „გულახდილადაც ლანძღავენ“ ერთმანეთს, მაგრამ იმან, რაც რამდენიმე დღის წინ მაია დარსმელიძემ „ფეისბუქში“ დაწერა, ყველა ზღვარს გადააჭარბა: „იმის გამო რომ კონკურსანტი ჩემს თიმში მინდოდა, და უმრავლესობაც ამაში მეთანხმებოდა ზოგიერთმა დაბოღმილმა რამხელა ამბავი ამიტეხეს... თურმე დათო ფორჩხიძეა მსხვერპლი და მე მას ვძირავ. მართლა თქვენი დედა მ... სხვისი 20 წლის წინ გაკეთებული დღემდე გახსოვთ და ჩემს დღევანდელ ნამუშევარს შეგნებულად არ იმჩნევთ??? ასე ვის ეშინია ჩემი, ამხელა (თავისჭკუაში) „შავი პიარი“ რომ ამიგორა??... მ.......თ ყველა კარგი დასაწყისის წარმატებით გაბანძების ნიჭი...“ (სტილი შეძლებისდაგვარად დაცულია. რედ.).

— დათო, დავიწყოთ იმით, „ახალი ხმის“ მონაწილეები როგორ მოგწონთ. წინა სეზონის კონტინგენტზე ძლიერები არიან თუ სუსტები?

— ვინ უკეთესია და ვინ — უარესი, ამაზე ლაპარაკს ვერ დავიწყებ. წინა კონკურსანტებს თავიანთი ხიბლი ჰქონდათ, ამათ თავიანთი აქვთ. მაყურებელმა განსაზღვროს, ვინ ვის სჯობია. ამ სეზონზეც არაჩვეულებრივი ბავშვები მოვიდნენ.

— კულისებმიღმა დაძაბული სიტუაციაა?

— შიდა სამზარეულო იმიტომ არის შიდა, რომ ინფორმაციები გარეთ არ გავიდეს.

— მაგრამ მწვრთნელებს შორის დაპირისპირება უკვე ეკრანზეც ჩანს და „ფეისბუქშიც“. სინამდვილეშიც ასეა?

— ჩვენ ყველას ჩვენი სიმართლე გვაქვს და საკუთარი თავი გვგონია ყველაზე პატიოსანი, ნიჭიერი და პროფესიონალი. თუმცა ოთხივემ ვერ გავიგეთ ერთი რაღაც: მწვრთნელი მნიშვნელოვანია, მაგრამ კონკურსანტი იმარჯვებს. ამას თუ ჩავწვდებით, ურიგო არ იქნება.

— უფროსების „ახალ ხმაშიც“ თქვენი გუნდის წევრმა გაიმარჯვა და საბავშვო „ახალ ხმაშიც“. ახლა რა პროგნოზებს აკეთებთ?

— როგორც ვხედავ, ჩემი წარმატებებით ბევრი დაიღალა, ბევრს ნერვებსაც ვუშლი...

— ამ ფრაზებით ვის უგზავნით მესიჯს?

— იყო ასეთი ფრაზა — ეს დათო ფორჩხიძე ამოვიდა ყელში, მასთან ნიჭიერი ბავშვები მიდიან, ისინი იმარჯვებენ და ამას იფერებსო... ერთი ვერსიით, თურმე დათო იმიტომ იგებს, რომ მასთან ნიჭიერი ბავშვები მიდიან. მეორე ვერსია ასეთია: დათო რომ იგებს, მასთან ნიჭიერი ბავშვები იმიტომ მიდიან.

შესაკრებლები გადავაადგილე და ჯამს ვერ მივხვდი. ვერ მივხვდი, რატომ ვიგებ. რეალურად მე არაფერს ვიგებ, პირველი სეზონი მოიგო სალომე ქათამაძემ, რომლის ცხოვრება უკეთესობისკენ შეიცვალა. საბავშვო „ახალი ხმა“ რეზიკო დიდებაშვილმა მოიგო და მისი ცხოვრებაც უკეთესობისაკენ შეიცვალა. ამაში რა არის ცუდი?

— მაშინ ამ ვერსიების უკან რეალურად რა დგას?

— წარმატების სურვილი. ჩვენ ყველა ვცდილობთ, რომ ჩვენი თავი და ჩვენი როლი ვაჩვენოთ. რა დგას უკან, არ აქვს მნიშვნელობა, მთავარია, წინ რა დგას. ვამაყობ სალომე ქათამაძის წარმატებით იურმალაზე. მას ბევრი წინაღობა შეხვდა საქართველოდანაც და კონკურსიდანაც, მაგრამ ამ გოგომ არ შეგვარცხვინა, თავი აჩვენა იმ დონეზე, როგორც ჩვენ გვეკადრებოდა. ჟიურის წევრები სცენიდან გვიხდიდნენ ბოდიშს, გამარჯვება ამ გოგოს ეკუთვნოდაო. ამიტომ მითხარით, მე რატომ უნდა შემრცხვეს? რატომ ჩავთვალო, რომ არასწორად ვიქცევი? ამას ვერ ვხვდები.

— ბრმა კასტინგზე, როცა ერთ-ერთმა კონკურსანტმა თქვენ აგირჩიათ, მაია დარსმელიძე ღიად დაგიპირისპირდათ და ის კონკურსანტი გააფრთხილა, ამ არჩევანს ინანებო.

— კონკურსანტ მარიამ პავლიაშვილზეა საუბარი. პროექტში იგებს ერთი, მათ ისღა დარჩენიათ, დაელოდნონ შოუს დასრულებას და უთხრან, აი, ხომ ინანეო. ისიც გაჟღერდა, ჩემთან წამოდი და ფინალში გახვალო. შარშან რამდენიმე ფი-

„მაია დარსმელიძეს ძალიან უნდოდა, შოთა ადამაშვილი მასთან წასულიყო. მეორე დღეს „ფეისბუქზე" გაავრცელა „სიყვარულით" აღსავსე სტატუსი, რომ შოთას „დიდი დავითი" ჰყავს და ის საიმედო ხელშია. ბევრი ნიჭიერი ბავშვი წასულა სხვა მწვრთნელთან, მაგრამ არასოდეს მიკადრებია, მისთვის მეთქვა, შენ ამ ნაბიჯს ინანებ-მეთქი".

ნალისტი იყო და უთანასწორო ბრძოლა გაჩაღდა იმიტომ, რომ აშკარა ლიდერები სალომე ქათამაძე და ნინი ცნობილაძე იყვნენ, დანარჩენი ორი ჩრდილში მოექცა. ეს ხელოვნებაა და ცარიელი პრაგმატიზმი არ არის. მაია დარსმელიძეს ძალიან უნდოდა, შოთა ადამაშვილი მასთან წასულიყო. მეორე დღეს „ფეისბუქზე“ გაავრცელა „სიყვარულით“ აღსავსე სტატუსი, რომ შოთას „დიდი დავითი“ ჰყავს და ის საიმედო ხელშია. დიდი მადლობა, არ არის პრობლემა! ბევრი ნიჭიერი ბავშვი წასულა სხვა მწვრთნელთან, მაგრამ არასოდეს მიკადრებია, მისთვის მეთქვა, შენ ამ ნაბიჯს ინანებ-მეთქი. მაგალითად, წინა სეზონის კონკურსანტ ნუკრი მენთეშაშვილთან არ მივსულვარ და არ მითქვამს, რატომ ჩემთან არ წამოხვედი და მაია და სტეფანე რატომ აირჩიე-მეთქი. ყველა მწვრთნელის გადაწყვეტილებას პატივს ვცემ.

— როგორც ჩანს, მწვრთნელებს შორის კონკურენცია აშკარა დაპირისპირებაში გადაიზარდა.

— ლელასთანაც (წურწუმია), მაიასთანაც და სტეფანესთანაც ცივილური ურთიერთობა მქონდა, თუმცა ახლო მეგობრები არასდროს ვყოფილვართ. ეს იმას არ ნიშნავს, რომ რომელიმე მათგანს პატივს არ ვცემ ან ხელწამოსაკრავ ძალად ვთვლი. ისინი ღირსეული კონკურენტები არიან. ხშირად მეუბნებიან, რომ დიპლომატი ვარ. რა არის დიპლომატიაში ცუდი? აბა, ვლანძღო ისინი? მართლა ანგარიშს ვუწევ მათ. ამის გამო ამბობენ, რომ მე ასეთი საქციელით ქულებს ვიწერ და ხალხის გულს ვინადირებ. მთელი ევროპა და ამერიკა, საითკენაც ჩვენ ასე მივილტვით, ცივილიზებული ურთიერთობით აღწევენ წარმატებას, ერთმანეთის დაფასებით იგებენ ბევრ რამეს. არ ვიცი, რატომ მეძახიან მლიქვნელს და ფარისეველს. იმიტომ, რომ არ ვლანძღავ სტეფანეს? არც გავლანძღავ!

რაც შეეხება დაპირისპირებას, არავითარი დაძაბულობა არ გვაქვს, მაგრამ, რა თქმა უნდა, სტეფანეს და მაოს ნერვები ეშლებათ, მაგრამ ასეთია შოუს პრინციპი, როცა ისინი მჯობნიან, მეც მეშლება ნერვები. ეს არის შემოქმედებითი რინგი.

— სოციალურ ქსელში თქვენს ურთიერთობებზე ბევრი არასასიამოვნო რამ იწერება...

— მტრები ჩვენ ვერ გავხდებით და იმედია, ერთმანეთს სადარბაზოსთან არ დავხვდებით. სტეფანე იმდენად აქტიურად აჩვენებს ხალხს დაძაბულობას, რომ ბევრს მართლა ჰგონია, რომ ერთმანეთს ვერ ვიტანთ. გულის სიღრმეში შეიძლება სტეფანე ფიქრობს, ამ ფორჩხიძემ ტვინი წაიღო, ნერვებს მიშლისო (ამას იფიქრებს, ეს გარდაუვალია), მაგრამ ის, რომ ერთმანეთის მტრები ვართ, ტყუილია. თუ სტეფანეს ცხოვრებაში ყველაზე ნეგატიური მოვლენა დათო ფორჩხიძეა, მაშინ, სტეფანე, მე შენი მშურს, რადგან უდარდელად გიცხოვრია. მესიჯი სტეფანეს: „ნიჭიერ კაცად გთვლი და ნიჭიერ და მაგარ მუსიკოსად რომ გთვლი, იმიტომ გებრძვი!“. საჯაროდ მასზე ცუდი არასდროს მითქვამს. ლელას და მაოს მიღწევებსა და ორიგინალურობას კი დიდ პატივს ვცემ.

— თქვენი მისამართით ხშირად ისმის ბრალდება, რომ წინასწარ იცით, თუ ვინ იქნებიან თქვენი გუნდის წევრები.

— ერთი გამოსავალი ისაა, რომ გამიშვან შოუდან. სხვანაირად ეს პრობლემა ვერ გვარდება. თუ ვინმეს აქვს ილუზია, რომ იმხელა რესურსი გამაჩნია, საყოველთაო აღწერა მოვახდინო და კარდაკარ ვეძებო ნიჭიერი მომ-

Cyan Magenta Yellow Black

ნინა სუბლატი ახალ შეყვარებულზე საჯაროდ ლაპარაკს აღარ აპირებს

„ჩვენ შორის ასაკობრივი სხვაობა 13 წელია, უფროსი ასაკის ადამიანებთან თავს უფრო კომფორტულად ვგრძნობ“

ახალგაზრდა შემსრულებელი, კონკურს „საქართველოს ვარსკვლავის“ გამარჯვებული ნინა სუბლატი, სანამ ფილარმონიის სცენაზე იბრძოდა, ბევრ გეგმას აწყობდა ქართული შოუბიზნესის შესაცვლელად. კონკურსის დასრულების შემდეგ კი მკაცრი რეალობის წინაშე დადგა და აღმოაჩინა, რომ ამის გაკეთება ძალიან ძნელი ყოფილა. დამწყები მომღერალი ამბიციებს და საკუთარ პრინციპებს არ ღალატობს, კონცერტებზე უარს ამბობს, რადგან შეთავაზებული ჰონორარი არ მოსწონს. მისი უახლოესი გეგმები თბილისის სამხატვრო აკადემიაში და ლონდონის მუსიკის სკოლაში სწავლაა. სამომავლოდ კი თავისი ალბომის პრეზენტაციას გეგმავს.

პარალელურად, ნინა სუბლატის პირად ცხოვრებაში სიახლეა. უკვე ცნობილია, რომ მის გვერდით მუსიკოსი გიორგი →31

ღერლები, ამას თუ ვინმე დაიჯერებს, ვერ ყოფილა ნორმალური.

— რას ასწავლით თქვენი გუნდის წევრებს?

— ვასწავლი საკუთარი თავის ფასს, როგორ გაუფრთხილდეს იოგებს. მე ოდესღაც მართლაც სახალხო მოვლენა ვიყავი, ფაქტია და სტატისტიკაა, რომ ჯგუფი „სახე“ ძალიან პოპულარული იყო. ნეტა, კიდევ ვინმე იყოს ისეთი პოპულარული, როგორიც ჩვენ ვიყავით, ამაზე ვოცნებობ. მაშინ როგორი ურთიერთობაც მქონდა ხალხთან, რა ემოციასაც ვიღებდი მათგან, როგორც ვუბრუნებდი უკან და როგორც ვიცოდი თითოეული მსმენელის ფასი, ახლა კონკურსანტებსაც იმავეს ვასწავლი. დამცინიან, როცა დაცვის წევრს ან დამლაგებელს ველაპარაკები. ფარისეველს და მლიქვნელს მეძახიან, რატომ ზემოდან არ ვიყურები, რატომ ვეფერები ყველას.

საერთოდ, ყველა თავისი გარყვნილების და გათახსირებულობის საზომით ზომავს ურთიერთობებს. ერთი პერიოდი საქართველოში სერიოზული კრიზისი გვქონდა, გვეგონა, რომ ყველაზე მაგრები ვიყავით, საბედნიეროდ, გადავლახეთ ეს. ახლა ახალი კრიზისი გვაქვს, გვგონია, რომ ყველაზე კეთილები ვართ, მაგრამ მალე აღმოვაჩენთ, რომ ჩვენზე კეთილებიც არსებობენ.

მე მგონია, რომ საქმე, რომელსაც ვაკეთებ, კარგად ვიცი. ბოდიში, თუ ვინმეს ყელში ამოგივიდათ ჩემი წარმატება! მაგრამ არ გავჩერდები, რადგან ერთხელ უკვე გავჩერდი და შოუბიზნესი დავტოვე... ნიჭიერი თაობა მოდის, რომელიც ნდობას მიცხადებს და რა ვუთხრა, შოუ დავაბალანსოთ და სხვა მწვრთნელთან წადით-მეთქი? ერთიც ვთქვათ, რა, მე „ახალი ხმით“ არ გავმხდარვარ პოპულარული, მსმენელმა ჩემი ჯგუფით გამიცნო, აი, „სახე“ იყო სწორედ შოუბიზნესი. იცით, როგორი მართალი ვარ? იცით, როგორ მშვიდად მძინავს? მადლობა ღმერთს ამისთვის.

> **„მესიჯი სტეფანეს: „ნიჭიერ კაცად გთვლი და ნიჭიერ და მაგარ მუსიკოსად ხომ გთვლი, იმიტომ გებრძვი".**

— შემდეგი ეტაპი რა არის, თქვენი გუნდის წევრებს რა პერსპექტივა აქვთ?

— იმ კითხვებს, რომლებიც უნდა დაუსვათ მიხეილ სააკაშვილს და ბიძინა ივანიშვილს, მე ნუ მისვამთ! ქვეყანაში ცუდი ვითარებაა, შოუბიზნესი პრაქტიკულად არ არსებობს. წინა სეზონის კონკურსანტები მირეკავენ და ერთსა და იმავეს მეუბნებიან, მივდივარ ამერიკაში, საფრანგეთშიო. უცხოური ქვეყნის „ვოისზე“ უნდათ გასვლა. რა ვუთხრა, დარჩით, არ წახვიდე-მეთქი? ისინი იმასაც მეუბნებიან, სტუდია ხომ გაქვს, რაღაც გაგვიკეთეო. ამ სტუდიას იჯარის ფულის გადახდა უნდა, აგერ სავარძელი ვერ მოგიტანეთ, რომ დამჯდარიყავით. ოდესმე გავძლიერდებით და რაღაც გამოჩნდება. თუმცა დღესაც არის იმის საშუალება, რომ ჩვენმა ღარიბმა მსმენელმა 20-30 მომღერალი შეინახოს...

— სტეფანესთან და მაიასთან მუშაობის გამოცდილება გქონდათ. ლელა წურწუმია როგორი პარტნიორია შოუში?

— მე და ლელა 1994 წელს „მასკვა-იალტა ტრანზიტში“ ვმონაწილეობდით, მაშინ 20 წლის ვიყავი. მე ვუყურე, ლელამ რამდენი იწვალა და იშრომა. არ მაქვს უფლება, არ ვთქვა, რომ ის მებრძოლი პიროვნებაა და ურთიერთობაში საკმაოდ დელიკატურია. ჩვენ ყოველდღიური ურთიერთობა არ გვაქვს, მაგრამ ვმეგობრობთ. ჩვენ შორის არავითარ დაძაბულობას არ აქვს ადგილი, მაგრამ არ მინდა, რომ ლელა წურწუმიამ მოიგოს. მინდა, რომ ისევ მე გავიმარჯვო. გინდათ, ვთქვა, რომ ლელა წურწუმიას ვერ ვიტან ან მას ვძულვარ? არც ერთია სწორი და არც — მეორე, მაგრამ სადაც დაიჭერს შანსს, რომ მომიგოს, მომიგებს.

— ჩემი მიზანი არ არის, რომელიმე გაგალანძღინოთ...

— თქვენ კი არა, იმ ხალხს ვუგზავნი ამ მესიჯს, რომელსაც ხელოვნურად სურს, რომ ჩვენ შორის დაძაბულობა შექმნას.

„ფეისბუქზე“ ჩემზე ვინმე ქრისტინე ლაზიშვილმა დაწერა, ეს ტიპი გულს მირევსო. რა დაგიშავე, შვილო?! დიდი ქალი არ იქნები, რახან ამას წერ, „სარკეშიც“ გიკეთებ რეკლამას და პროექტშიც გაგიკეთებ. ვეცდები, თავი შეგაყვარო. ამის გამო მე ვარ შამანი!

— პირველივე ბრმა კასტინგზე დამრჩა შთაბეჭდილება, რომ მაია და სტეფანე კვლავ გუნდური პრინციპით მუშაობენ, თუმცა ცალ-ცალკე არიან მწვრთნელები. ასეა თუ არა?

— თუ თქვენ ეს შთაბეჭდილება დაგრჩათ, ეს მათი მინუსია. მოდი, მათ მინუსზე არ ვისაუბრებ.

— თქვენც ასე ფიქრობთ, რომ ისინი ერთი გუნდია?

— მე რას ვფიქრობ, არ აქვს მნიშვნელობა. მინდა, ბოლომდე უყუროთ ბრმა კასტინგებს, დააკვირდეთ ამ დეტალს, იქნებ მარტო ერთხელ მოხდა ან იქნებ ყველა გადაცემაში ერთი და იგივე მეორდება.

— როცა შესვენების დროს კულისებში იყრით თავს, მაშინ რა ხდება მწვრთნელებს შორის?

— ჩემსა და სტეფანეს შორის ძალიან გულახდილი საუბარია ხოლმე, გულახდილად ვლანძღავთ ერთმანეთს, თუმცა ეს არ აისახება ჩვენს ურთიერთობებზე. სტეფანეს და ჩემი შვილი ძალიან ახლო მეგობრები არიან. კიდევ ერთხელ ვამბობ, სტეფანე არ არის ჩემს ცხოვრებაში ყველაზე ცუდი მოვლენა, მაგრამ კარგი იქნებოდა, უკეთესი მოვლენა იყოს, რადგან ერთმანეთისთვის მეტი სარგებლის მოტანას შევძლებდით. მე და სტეფანე თანამოაზრები ბევრ რამეში ვყოფილვართ. ყველგან იმას გავყვიროდი, რომ ის გემოვნებიანი მუსიკოსია, მაგრამ შოუში მასთან ბევრი პრეტენზია მაქვს. ზედმეტად ნერვიულობს და როცა ბრაზდება, ზედმეტად გულწრფელია თავისი ემოციების გამოხატვაში. ამით აგებს. ამ ტრიბუნიდან რჩევებს ვაძლევ ამას.

— წინა ჟიურის წევრებთან, ნინო ჩხეიძესთან და მერაბ სეფაშვილთან, შელაპარაკება არ მოგდიოდათ, მხოლოდ სტეფანესთან და მაიასთან გაქვთ დაძაბული ურთიერთობა...

— ბედნიერი ვარ ამით, მაიამ და სტეფანემ ალბათ ძალიან ღირსეულ მეტოქედ ჩამთვალეს. თუ დავინახე, რომ ზედმეტი ვარ, თუ დავინახე, რომ შოუს ორგანიზატორებს არ ვჭირდები, ახალი თაობისთვის გამოსადეგი არ ვარ, ამ პროექტს დავტოვებ. მაპატიეთ, თუ ყელში ამოგივიდათ დათო ფორჩხიძე; მაპატიეთ, რომ ისევ მოგება მინდა.

იცით, „ახალი ხმა“ რა არის ჩემთვის? გამარჯვებული, მადლიერების ნიშნად, ბევრ დადებითს რომ მეტყვის. ამით დიდ სიამოვნებას ვიღებ. აქამდე მოსწავლეები არასდროს მყოლია, ახალმა თაობამ უამრავი რაღაც მასწავლა, შვილებთან ურთიერთობა გამიადვილა.

✓ 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.

შამანაური დგას, მაგრამ მას პრესასთან ურთიერთობა არ სურს და ამიტომ ნინაც შედარებით თავშეკავებულად საუბრობს თავის სიყვარულზე.

— ნინა, რას უკავშირდება თქვენი უახლოესი გეგმები?

— დაახლოებით ერთ კვირაში აკადემიაში სწავლა მეწყება. ძალიან მიხარია, რომ, დაძაბული წლის მიუხედავად, ჩაბარება მოვახერხე. მერე ალბომი მაქვს ჩასაწერი და ერთ-ერთ სიმღერაზე — კლიპი გადასაღები. იანვრისთვის „საქართველოს ვარსკვლავში" მოგებული პრიზით ორი თვით ლონდონში ვაპირებ სასწავლებლად წასვლას.

— თქვენს ალბომში რა სიმღერები შევა?

— მეც ბევრი იდეა მქონდა და „ბრავო რეკორდსის" ხელმძღვანელ ზაზა შენგელიასაც. ჯანმრთელობამ არ შემიწყო ხელი, რომ ალბომის ჩაწერა დაგვეწყო. საბოლოოდ გარკვეულ საკითხებზე შევთანხმდით. წინასწარ არ მინდა, ალბომზე ვილაპარაკო, მაგრამ ისეთი იქნება, როგორსაც ჩემი მსმენელი ელის. ალბათ ზაფხულისთვის მოესწრება ალბომის გამოსვლა. მინდოდა, „საქართველოს ვარსკვლავის" მომავალ სეზონზე ალბომის პრეზენტაცია გამეკეთებინა, მაგრამ არ ვიცი, ასე იქნება თუ არა.

„ისეთი რაღაცეები იყო, რომ სტიმულს ვკარგავდი. მივხვდი, რომ აქ შოუ და ბიზნესი ერთმანეთთან კავშირში არაა. საქართველოსთან დაკავშირებით გრანდიოზული გეგმები აღარ მაქვს. ჩემი დიდი მიზანია, აქედან წავიდე და საზღვარგარეთ მივაღწიო რამეს".

— გამარჯვება შესანიშნავია, მაგრამ ბრძოლა მერე იწყება, რომ მწვერვალიდან არ დაეშვა. პოპულარობის შენარჩუნებას როგორ აპირებთ?

— ძალიან მინდოდა, კონკურსის დასრულების შემდეგ სცენაზე მუშაობა აქტიურად გამეგრძელებინა. თითქოს კონცერტებიდან შემოთავაზებებიც მქონდა, მაგრამ საბოლოოდ ხელისშემშლელი ფაქტორები ჩნდებოდა. ისეთი რაღაცეები იყო, რომ სტიმულს ვკარგავდი. მივხვდი, რომ აქ შოუ და ბიზნესი ერთმანეთთან კავშირში არაა. ჩემს მსმენელს, ვისაც ვუყვარვარ, გულს არ ვატკენ, მაგრამ საქართველოსთან დაკავშირებით გრანდიოზული გეგმები აღარ მაქვს. ჩემი დიდი მიზანია, აქედან წავიდე და საზღვარგარეთ მივაღწიო რამეს. ამისთვის არც თავი მენანება და არც ენერგია.

— „ხელისშემშლელ ფაქტორებში" რა იგულისხმეთ, ჰონორარები?

— მაქვს ჩემი ბიუჯეტი, რომელსაც არავითარ შემთხვევაში არც მოვუმატებ და არც დავაკლებ. ვიცი ჩემი თავის ფასი. ამ ჰონორარზე თავიდან თანხმდებიან, მაგრამ მერე ფიქრობენ, იქნებ უფრო ნაკლებ ფასად ვიმღერო ან სხვა ჩართონ კონცერტში, ვინც ნაკლებ ანაზღაურებას ითხოვს. ბარებში სიმღერის სურვილი არასდროს მქონია, მაგრამ არის რამდენიმე ადგილი, სადაც თვეში ორჯერ სიამოვნებით ვიმღერებდი, ოღონდ იმ ანაზღაურებით, რასაც ვითხოვ. და თუ ვინმეს ეს არ მოსწონს, მე არანაირი პრობლემა არ მაქვს.

— ასეთი პოზიციის გამო ალბათ ბევრი გაგაკრიტიკებთ.

— ასე ვერ ვიტყვი, უფრო სოციალურ ქსელში გახშირდა ჩემ მიმართ უარყოფითი დამოკიდებულება. ვცდილობ, ასეთ სიტუაციაში თავი შევიკავო და პასუხი არ გავცე, მაგრამ ხანდახან ამას ვერ ვახერხებ.

— როგორ ფიქრობთ, სოლო კონცერტი რომ გამართოთ, დიდ დარბაზს გაავსებთ?

— კი და შემოთავაზებაც მქონდა — სექტემბერში ბათუმში უნდა ჩამეტარებინა გრანდიოზული კონცერტი. ყველაფერი დაგეგმილი იყო, მაგრამ მოულოდნელად ავად გავხდი. დარწმუნებული ვიყავი, რომ დარბაზი გაივსებოდა.

— უკაცრავად, რომ გეკითხებით, მაგრამ რა პრობლემა შეგექმნათ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებით?

— ვირუსი შემეყარა. მაღალი ტემპერატურა მქონდა და ერთი თვე ძალიან ცუდად ვიყავი. ბოლომდე გამოჯანმრთელებული არ ვარ. ჩემთვის ფიზიკური დატვირთვა ჯერჯერობით არ შეიძლება, მაგრამ ნელ-ნელა აღვიდგენ ძალებს.

— სოციალურ ქსელში წერდით, რომ რომელიმე ქართულ სერიალში გინდოდათ თამაში. ეს სურვილი რატომ გაგიჩნდათ?

— ბავშვობიდან მინდოდა, მსახიობი ვყოფილიყავი, ვფიქრობდი კიდეც, თეატრალურში ჩამებარებინა. ხუმრობის დონეზე დავწერე, რომელიმე სერიალში ვითამაშებდი-მეთქი, მაგრამ რეალურად თუ იქნება შემოთავაზება, უარს არ ვიტყვი.

— ასევე, სოციალურ ქსელში ერთმანეთს დაუპირისპირდით თქვენ და ლუკა მეტრეველი („საქართველოს ვარსკვლავის" ერთ-ერთი კონკურსანტი). ეს მაყურებლის სასეიროდ დადგმული კონფლიქტი იყო?

— არაფერი დაგვიდგამს, მაგრამ ამას კონფლიქტსაც ვერ დავარქმევ. უბრალოდ უცხო ადამიანისგან იმდენად არ ვითხოვ თავშეკავებას, რამდენადაც ნაცნობისგან. ვთვლი, რომ ადამიანები, ვინც მიცნობენ, კორექტულები უნდა იყვნენ, განსაკუთრებით — სოციალურ ქსელში, რადგან ბევრი უცხო ადევნებს თვალს და შეიძლება არასწორი წარმოდგენა შეექმნათ რაღაცაზე. ლუკა იმ დროს არაკორექტული იყო და მეც არაკორექტულად ვუპასუხე, მაგრამ ეს კონფლიქტი არ იყო.

„გიორგი შამანაური მუსიკოსია, მესაყვირე. ჩვენ ძალიან კარგი ურთიერთობა გვაქვს. გავრცელდა ჭორი, რომ მე და გიორგი უკვე მაშინ ვიყავით ერთად, როცა პიტო ჩემი შეყვარებული იყო. ასე არ არის. ძალიან კარგად ვარ, ბედნიერად ვგრძნობ თავს და აღარ ვაპირებ, ჩემი პირადი ცხოვრება ისევ საჯარო გავხადო, როგორც პიტოს შემთხვევაში მოხდა. მაშინ კონკურსი იყო და ეს საჭიროც გახლდათ".

— დღეს როგორი ურთიერთობა გაქვთ ლუკასთან?

— გაბუტულები არც ვყოფილვართ. უბრალოდ მან გაიგო, რომ შეცდომა დაუშვა. მეგობრები არასდროს ვყოფილვართ. კარგი ურთიერთობა გვქონდა კონკურსის დროს და ახლაც ასეა.

— ყოფილი კონკურსანტები დღეს მეგობრობთ?

— მართლა ძალიან მიყვარს ეს ბავშვები და ყველას დიდ პატივს ვცემ. არავინ არასდროს დამავიწყდება, რადგან მთელი სამი თვის განმავლობაში იდეალური ურთიერთობები გვქონდა. მართალია, იმავე სიხშირით ვერ ვახერხებთ ერთმანეთის ნახვას, ამის დრო არ გვაქვს, მაგრამ ხშირად ვკონტაქტობთ სოციალური ქსელით თუ ტელეფონით.

— კონკურსის დასრულების შემდეგ თუ უყურეთ ჩანაწერებს და როგორ შეაფასებთ საკუთარ თავს ამ გადმოსახედიდან?

— ყველაფერი ნორმალური იყო. დიდად არ მენატრება კონკურსის პერიოდი, მაგრამ ნამდვილად კარგი მოგონებები დამიტოვა.

— როგორც ვიცი, მონაწილეობა შემოგთავაზეს პროექტში „ცეკვავენ ვარსკვლავები". რატომ არ დათანხმდით?

— სხვა გეგმები მაქვს, დრო არ მაქვს. მომავალ სეზონზე თუ ისევ შემომთავაზებენ, სიამოვნებით მივიღებ მონაწილეობას. პროფესიონალი არ ვარ, მაგრამ ნორმალურად ვცეკვავ.

— თქვენი პირადი ცხოვრება მუდმივად განხილვის თემაა. პიტოსთან დაშორების შემდეგ მალევე გამოჩნდით ახალი პარტნიორის გვერდით. ვინ არის ის?

— გიორგი შამანაური მუსიკოსია, მესაყვირე. ჩვენ ძალიან კარგი ურთიერთობა გვაქვს. გავრცელდა ჭორი, რომ მე და გიორგი უკვე მაშინ ვიყავით ერთად, როცა პიტო ჩემი შეყვარებული იყო. ასე არ არის. ძალიან კარგად ვარ, ბედნიერად ვგრძნობ თავს და აღარ ვაპირებ, ჩემი პირადი ცხოვრება ისევ საჯარო გავხადო, როგორც პიტოს შემთხვევაში მოხდა. მაშინ კონკურსი იყო და ეს საჭიროც გახლდათ. ახლა ვთვლი, რომ პირადი ცხოვრების ასე გასაჯაროება მიზანშეწონილი აღარ არის. გიორგიც ასე ფიქრობს.

ჩვენ შორის ასაკობრივი სხვაობა 13 წელია. საერთოდ სამეგობროში თუ სანაცნობოში უფროსი ასაკის ადამიანები უფრო მეტი მყავს, ვიდრე ჩემი თაობის. მათთან ურთიერთობისას თავს ყოველთვის უფრო კომფორტულად ვგრძნობდი. გიორგისთან ურთიერთობა ისე დავიწყე, ასაკით არ დავინტერესებულვარ.

— ლონდონში რომ გაემგზავრებით და ერთმანეთს დაშორდებით, მისთვის ეს რთული არ იქნება?

— არა, ორივეს გვესმის, რომ ეს ჩვენი პროფესიის შემადგენელი ნაწილია. გიორგისაც აქვს ხოლმე გასტროლები და გვიწევს განშორება.

— ამ ადამიანთან ოჯახის შექმნაზე ფიქრობთ?

— ნამდვილად არ მინდა ამაზე ლაპარაკი. თუ ოჯახს შევქმნით, ამას პრესისგან მალულად გავაკეთებთ.

— გიორგი პრესასთან ურთიერთობას გიშლით?

— არა, შეიძლება მას არ უნდოდეს ინტერვიუების მიცემა. მე ყოველთვის აქტიური ურთიერთობა მექნება პრესასთან, მაგრამ გიორგის ნაცვლად ინტერვიუებს არ მივცემ.

— კონკურსის დასკვნით კონცერტზე ვნახეთ სევდიანი სიუჟეტი თქვენს მამაზე. დღეს რა ურთიერთობა გაქვთ მასთან, ალდგა წლების წინ შეწყვეტილი მამაშვილობა?

— მამასთან ყოველთვის კარგი ურთიერთობა მქონდა, მაგრამ ისე არ მიცნობდა, როგორც მინდოდა. კონკურსიდან კარგად გამიცნო და ახლა კარგი ურთიერთობა გვაქვს.

✓ მანანა ნოდია

Cyan Magenta Yellow Black

სცენის მიღმა

ვისთვის აქვს ბოდიში მოსახდელი როლანდ ოქროპირიძეს

„სერიალის ჩაწერაზე ერთი-ორჯერ ტექსტი დამავიწყდა და თავი ძლივს დავიძვრინე“

„სავსე დარბაზი, გასუსული ხალხი — ეს საოცარი შეგრძნებაა. მაყურებელი უხილავი ძაფებითაა მსახიობზე მიბმული“, — ასეთი ემოცია ეუფლება მსახიობ როლანდ ოქროპირიძეს სცენაზე თამაშის დროს. ამაყობს, რომ უძველეს ქართულ თეატრში, „მარჯანიშვილში“ მუშაობს, სადაც იმ მსახიობების სულები ტრიალებენ, ვინც მე-20 საუკუნის თეატრს ქმნიდნენ. ეს ყველაფერი წლების მატებასთან ერთად გააცნობიერა. 30 წლის მსახიობი ახლა თითოეულ როლს მეტი პასუხისმგებლობით ეკიდება, ვიდრე წლების წინ. შემოქმედებითად ძალიან აქტიურია, თეატრის სარეპერტუარო 9 სპექტაკლში თამაშობს და ამ სეზონიდან მათ რიცხვს კიდევ ორი ახალი სპექტაკლი დაემატება. მსახიობი თავისი გეგმების, საქმიანობის შესახებ სიამოვნებით გვესაუბრა.

— **როლანდ, ახალი სეზონისთვის რას სთავაზობთ თქვენს მაყურებელს?**

— მარჯანიშვილში თეატრალური ფესტივალი მიმდინარეობს, უცხოეთიდან ბევრი სტუმარი გვყავს, მათ სპექტაკლებს ვესწრები და რამდენიმე ძალიან მომეწონა. როცა ფესტივალი დამთავრდება, ჩვენი თეატრი აქტიურ ცხოვრებას გააგრძელებს. აქტიურად ვარ დაკავებული, ვთამაშობ სპექტაკლებში — „ქაქუცა ჩოლოყაშვილი“, „ფერხული“, „როგორც გენებოთ“, „რევიზორი“, „ურიელ აკოსტა“...

— **პირველად ვინ გიბიძგათ სცენისკენ, ამას ვის უმადლით?**

— მადლობა ჩემს პედაგოგს, მედეა კუჭუხიძეს, მან მათამაშა პირველად. შემდეგ იყო რეჟისორი გიორგი ქანთარია... გიზო ჟორდანიამ ძალიან ბევრი როლი მანდო, მან მიმიღო მარჯანიშვილის თეატრში. გამორჩეულ როლებზე არ ვოცნებობ, ვოცნებობ კარგ რეჟისორებთან თანამშრომლობაზე. მარჯანიშვილის თეატრის დასის წევრობა ჩემთვის ძალიან ბევრს ნიშნავს, ამ კედლებში უთამაშიათ ბუმბერაზ მსახიობებს. ეს უძველესი თეატრია. ამაზე დიდი სიამოვნება რა გინდა?

— **რაზეა დამოკიდებული რეჟისორის კეთილგანწყობა მსახიობის მიმართ?**

— რეჟისორი უნდა ხედავდეს შენს უნარს, ხშირად საკუთარ თავს ხედავენ შენში... მთავარია პასუხისმგებლობა, შრომა. უამრავ რალაცაზეა დამოკიდებული, რომ რეჟისორმა შენთან ურთიერთობა გადაწყვიტოს.

— **არის ხოლმე კონფლიქტები რეჟისორებსა და მსახიობებს შორის?**

— კი, რასაკვირველია, ეს ძალიან ფაქიზი პროფესიაა.

— **მაგალითად, თქვენ რეპეტიცია პროტესტის ნიშნად დაგიტოვებიათ?**

— მსგავსი რამ არასოდეს გამიკეთებია. ასეთი რაღაც ჩემ ირგვლივ მომხდარა, მინახავს, მაგრამ მიზანშეწონილად არ მიმაჩნია, რეპეტიციის გამო რეჟისორთან კონფლიქტში შეხვიდე. პრემიერის წინ აზრთა სხვადასხვაობის გამო ხშირია დაძაბულობა. მთავარი ისაა, რომ ეს ყველაფერი თავისით ლაგდება.

— **მსახიობისთვის რას ნიშნავს მაყურებლით სავსე ან ცარიელი დარბაზი?**

— სავსე დარბაზი ძალიან სასიამოვნოა, ცარიელი კი ტრაგედია, საშინელებაა. ზოგიერთი რეჟისორი ისეთ სიღრმეებში მიძვრება, რომელიც მაყურებელმა შეიძლება საერთოდ ვერ გაიგოს, ამბობენ, მაყურებელი არ გვჭირდებაო... ეს ისეთ შთაბეჭდილებას ტოვებს, თითქოს ახალი ველოსიპედის გამოგონება სურთ. ამ დროს რა არის თეატრი? ცოცხალი ორგანიზმია, სადაც მაყურებელი აუცილებელია, ეს საქმე მათთვის კეთდება. სავსე დარბაზი, გასუსული ხალხი — ეს არის საოცარი შეგრძნება. მაყურებელი უხილავი ძაფებითაა მსახიობზე მიბმული.

— **როცა თეატრიდან გადიხართ, რეალობაში შედიხართ, სადაც ცოლი და შვილი გელოდებიან. თქვენი ოჯახური ცხოვრება როგორ მიმდინარეობს?**

— 27 წლის ვიყავი, რომ ვიქორწინე, ახლა 30-ის ვარ და მეტი პასუხისმგებლობით ვუყურებ ჩვენს ურთიერთობას. 3 წელია ცოლ-ქმარი ვართ, მაგრამ 5 წელია მას ვეტრფი. შვილის დაბადებამ შემცვალა, ვხვდები, მისთვის ბევრი რამ მაქვს გასაკეთებელი, რომ მომავალში ბედნიერი, კმაყოფილი, ამაყი იყოს. როდესაც მშობელი ზურგს გიმაგრებს თავისი სახელით, ეს ძალიან კარგია. ადრე თუ მხოლოდ საკუთარ თავზე ვფიქრობდი, ახლა პრიორიტეტი საბაა. საბავშვო ბაღში შევიყვანეთ. მიყვარს მასთან თამაში. მასთან კარგად ვერთობი და არასდროს ვუბრაზდები. დედა უფრო ხშირად ტუქსავს. ხანდახან ცოტა მეცოდება კიდეც, მაგრამ დედაშვილის ურთიერთობაში არ ვერევი, საბას დედიკო ყოველთვის სამართლიანად უბრაზდება.

„სავსე დარბაზი ძალიან სასიამოვნოა, ცარიელი კი ტრაგედია, საშინელებაა. ზოგიერთი რეჟისორი ისეთ სიღრმეებში მიძვრება, რომელიც მაყურებელმა შეიძლება საერთოდ ვერ გაიგოს, ამბობენ, მაყურებელი არ გვჭირდებაო... ეს ისეთ შთაბეჭდილებას ტოვებს, თითქოს ახალი ველოსიპედის გამოგონება სურთ".

— **ეკრანზე რომ გიყურებთ, რა რეაქცია აქვს?**

— ძალიან უხარია. განსაკუთრებით ხშირად ჩემს ძველ სერიალს „ვარდენის ევოლუციას“ უყურებს, ვარდენიც კი დამიძახა.

— **„იმედის“ ახალ სერიალში როგორ აღმოჩნდით?**

— „ღამის შოუს სტუდიიდან“ მივიღე შემოთავაზება. ამ როლზე რამდენიმე მსახიობი ჰყავდათ შერჩეული, მაგრამ მე ამიყვანეს. უნდათ, „შუა ქალაქისგან“ განსხვავებული სერიალი შექმნან და ყველა ერთად ვცდილობთ, რომ წარმატებული პროექტი გამოვიდეს.

— **წლების წინ არაერთ ახალგაზრდულ სერიალში გაქვთ ნათამაშევი. ამჯერად როგორია მაყურებლის რეაქცია?**

— საერთოდ მაყურებლის რეაქციები ყოველთვის უცნაურია, ამიტომ წინასწარ გათვლას ვერასდროს გააკეთებ... როცა რაღაცაზე გგონია, რომ კარგად მიიღებენ, მოულოდინი გიცრუვდება და როცა გგონია, შენი პერსონაჟი არ მოეწონებათ, პირიქით ხდება, ძალიან უყვარდებათ. სერიალში ჩემი გმირი, გიორგი რამიშვილი, ყველანაირად დადებითი პიროვნებაა. ჰყავს ქართული ტიპური ოჯახი, უყვარს ჭამა-სმა, ამიტომ მისი მისამართით აგრესია არ მიგრძვნია.

— **როგორ შეეგუეთ ახალ სამუშაო გარემოს, რეჟიმს, კოლეგებს?**

— „ღამის შოუს სტუდიის“ შემოქმედებით ჯგუფს აქამდე არ ვიცნობდი, მათთან ურთიერთობა ძალიან მომეწონა. სამუშაო პროცესი დატვირთულია, მაგრამ სასიამოვნო. არის აკრძალვები, მოთხოვნები, მაგალითად, დაგვიანება არ შეიძლება. კოლეგებიდან რამდენიმეს არ ვიცნობდი და მიხარია, რომ გავიცანი. მარჯანიშვილის თეატრიდან ჩემ გარდა დიმა ტატიშვილი და ნიკა კუჭავა მონაწილეობენ. ჩვენ თეატრში ხშირად ვართ პარტნიორები. სერიალშიც მე და ნიკას ხშირად გვიწევს ერთ სცენაში თამაში.

— **რაიმე სიძნელეებს წააწყდით სერიალში?**

— სერიალის ჩაწერაზე ერთი-ორჯერ ტექსტი დამავიწყდა და თავი ძლივს დავიძვრინე. ჩანაწერებს მაყურებელი ესწრება, ამიტომ დუბლებით ჩაწერა უხერხულია. ამ მხრივ, ეს ყველაფერი ძალიან ჰგავს თეატრს. ტექსტი სრული სიზუსტით უნდა თქვა, რადგან შეიძლება ხუმრობა ისე არ გამოვიდეს, როგორც ჩანაფიქრშია. სხვა სიძნელე არ მახსენდება. ამ სერიალამდე იყო „ჩიფსების თაობა“, „ბიჭები და გოგოები“ „გუნცაძეების ოჯახი“, „ვარდენის ევოლუცია“... მას შემდეგ არცთუ ცოტა დრო გავიდა — 8 წელი. მაშინ ნაკლები პასუხისმგებლობით ვეკიდებოდი საქმეს, ამას თვითონ ვგრძნობ. ახლა საშუალება მეძლევა და „სარკის“ ფურცლებიდან ბოდიშს ვუხდი „ფორმულა კრეატივს“, ვაგვიანებდი, ვცუღლუტობდი. ეს ალბათ ასაკის ბრალი იყო. ახლა საქმე სხვაგვარადაა, ყველაფერს კარგად ვხვდები და ვაანალიზებ, თუ რამხელა პასუხისმგებლობაა დიდ გუნდთან მუშაობა.

— **ამჯერად რა იყო მთავარი მოტივი, რის გამოც ამ სერიალში მონაწილეობას დათანხმდით?**

— რა თქმა უნდა, შემოქმედებითი და ფინანსური ინტერესი. ყოფილა ისეთი შემოთავაზებები, რომლებზეც უარი მითქვამს, ვერ შევთანხმებულვართ ჰონორარზე და სხვა დეტალებზე. ამ შემთხვევაში მოლაპარაკებამ კარგად ჩაიარა, ამიტომაც შედგა ჩვენი თანამშრომლობა.

✓ ლანა კიკნაძე

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

სამზარეულო

„პირველები, ვინც ჩემი ნახელავი გასინჯეს, ჩემი ცოლის დაქალები იყვნენ“

კოტე თოლორდავამ და მისმა ცოლმა კულინარიული ბრენდი შექმნეს

მსახიობ კოტე თოლორდავას სახლში თუ ესტუმრებით, დიდი შანსია, წინსაფარაფარებული დაგხვდეთ და თავისი მომზადებული კერძითაც გაგიმასპინძლდეთ. მაგალითად, სპეციალურად ჩვენთვის გაკო სტეიკი მოამზადა. გაკო მისი კულინარიული „ბრენდის“ ნიშანია — ცოლის, განო მელითაურის და თავისი სახელების პირველი მარცვლები შეაერთა და ყველა კერძის სახელს, რასაც იგონებს, ამ სიტყვას ურთავს.

კოტემ კულინარიული ცოდნა გერმანიაში სწავლის პერიოდში მიიღო. ევროპული კერძები გემოთი დაიმახსოვრა, მერე საქართველოში უამრავი ექსპერიმენტი ჩაატარა, ამასობაში ხელი ისე გაეწაფა, ძალიან სწრაფად შეუძლია უგემრიელესი საჭმელების მომზადება. სამზარეულოში ასისტენტად ცოლი ჰყავს, რომლის მოვალეობაშიც ინგრედიენტების მომზადება და სხვა წვრილ-წვრილი საქმეები შედის. კოტე ცოლს რომანტიკულ ვახშამს ხშირად უწყობს და მისთვის მომზადებულ კერძებში სულს და გულს დებს.

— კოტე, კულინარიამ როდის გაგიტაცათ?

— გურმანი ვარ და გემრიელი ჭამა მიყვარს. როცა გერმანიაში ვსწავლობდი, 1994-95 წლებში, ძალიან გამიტაცა გერმანულმა კულტურამ და არამარტო მათმა, არამედ ზოგადად ევროპულმა. გერმანელებს ძირითადად ხორცი აქვთ ნივრით ლუდთან ერთად. იქ კერძების ფართო ასორტიმენტია. გურმანების ოჯახში ვცხოვრობდი, არაჩვეულებრივ საჭმელებს აკეთებდნენ — ლაზანიებს, სტეიკებს, პიცებს... ვერ ვიტყვი, რომ მათ ვაკვირდებოდი, რას როგორ აკეთებდნენ, მაგრამ საერთოდ ადვილად ვიმახსოვრებ, კერძი რისგან შედგება. რასაც საზღვარგარეთ ვსინჯავდი, მერე ვცდილობდი, ზუსტად ის გემო საქართველოში მიმეღო.

ქართველებს ძალიან სპეციფიკური საჭმელები გვაქვს, ჩვენი სამზარეულო იმპროვიზაციების საშუალებას არ გაძლევს. იქ კიდევ, რაც გინდა, რამდენიც გინდა, როგორიც გინდა, იმას

„სერიალში პირველად რომ გამოვჩნდი, 105 კილო ვიყავი. მივხვდი, რომ ასე არ შეიძლებოდა და დიეტის დაცვა გადავწყვიტე“.

გააკეთებ. მე რომ იმ გემოს კერძი მიმეღო, ბევრ იმპროვიზაციას მივმართავდი. ახლა უკვე სხვადასხვანაირი საჭმელის კეთება შემიძლია.

— თქვენი ნახელავი თავიდანვე გემრიელი გამოდიოდა თუ პრაქტიკის დამსახურებაა თუნდაც იმ კერძის შესანიშნავი გემო, რომლითაც გვიმასპინძლეთ?

— რაღაცეები გამომდიოდა, რაღაცეები — არა. ბოლოს ერთი-ორი კერძი ისეთი მაგარი გამომივიდა, ვთქვი, ჩემი მოწოდება ეს ყოფილა-მეთქი. მე და ჩემმა მეუღლემ გადავწყვიტეთ, კერძები ერთად ვაკეთოთ.

— განოც კარგი მზარეულია?

— ორივეს კარგად გამოგვდის. სახლში ხორცს რაც ეხება, თავიდან ბოლომდე ჩემია. ვთვლი, რომ ხორცი კაცის საქმეა. მთელ მსოფლიოში ყველაზე სერიოზული შეფმზარეულები მამაკაცები არიან. ნაკლებად მსმენია, რომ სადმე ქალს ებაროს რესტორნის სამზარეულო. ჩემი აზრით, საკვებს კაცის ხელი უფრო უხდება.

— ალბათ იმიტომ, რომ კაცი იშვიათად შედის სამზარეულოში, ქალი კი ვალდებულიც არის, ყოველდღე საჭმელები ამზადოს და მობეზრებული აქვს.

— თუ ჩემი მეუღლის მაგალითით ვიმსჯელებთ, სულ არ აქვს ეს საქმე მობეზრებული.

„სახლში ხორცს რაც ეხება, თავიდან ბოლომდე ჩემია. ვთვლი, რომ ხორცი კაცის საქმეა. ჩემი აზრით, საკვებს კაცის ხელი უფრო უხდება“.

მეტსაც გეტყვით, ძალიან იშვიათი შემთხვევაა განოს სამზარეულოში ფუსფუსი.

— აბა, თქვენ ხართ სახლში მთავარი მზარეული?

— სახლში მთავარი მზარეულები ჩვენი მშობლები არიან. როცა ხასიათზე ვართ, ჩვენც ვამზადებთ რაღაცეებს, მაგრამ ძირითადად სულ გარეთ ვართ და ამიტომ გარეთაც ვიკვებებით.

— იმ კერძის რეცეპტი როგორია, ჩვენ რომ გაგვასინჯეთ?

— ამას ჰქვია გაკო სტეიკი. ჩვენს ყველა კერძს ჩემი და ჩემი მეუღლის სახელების პირველი მარცვალი გაკო ერთვის წინ ან ბოლოს. გაკო სტეიკის მოსამზადებლად დაგჭირდებათ ქამა სოკო, საქონლის უძვლო ხორცი, სუნელები, ნაღები, ბალზამიკოს ძმარი, ყველი, ლიმონი, ხახვი.

მომზადების წესი ასეთია: სოკოს ძალიან კარგად გარეცხავთ და წვრილად დაჭრით. ასევე წვრილ და თხელ ნაჭრებად დაჭრით ხორცს. შემდეგ გრილზე ქვედა ფენაში სოკოს ჩაყრით, ზედა ფენაზე ხორცის ნაჭრებს დაალაგებთ და მოშუშავთ. შეგიძლიათ ტაფაზეც გააკეთოთ. გრილის ზედა სართულზე დალაგებული ხორცი გაიჟღინთება სოკოს არომატით. სოკო რომ მოიშუშება, მიგახვედრებთ, რა დაგაკლდათ და რა უნდა დაუმატოთ. აუცილებლად უნდა მოასხათ ბალზამიკოს ძმარი, ნაღები, მოაყაროთ მწვანილი, ჩააწუროთ ლიმონი და შეურიოთ მოშუშული ხახვი. ბოლოს ამ მასაში ჩააწყობთ მოშუშულ ხორცს და როცა უკვე მზად იქნება, მოაყრით გახეხილ ყველს. ძალიან გემრიელი გამოდის, ხორცი თავისით დადნება პირში.

— სად ისწავლეთ ამ კერძის მომზადება?

— ჩემით ვისწავლე. მე და ჩემი ცოლი ხშირად დავდივართ რესტორნებში და სტეიკი ყველგან გასინჯული მაქვს, მაგრამ მხოლოდ ერთი რესტორნის სტეიკი გამოდგა ისეთი, რომელიც ახლოს მოვა ჩემს გაკო სტეიკთან.

— ძირითადად უცხო-უცხო საჭმელებს აკეთებთ თუ ქართულ ტრადიციულსაც?

— ჩვენი ტრადიციული კერძებიდან ცოტა რაღაცის გაკეთება თუ ვიცი. მწვადის შეწვა გამომდის, კარტოფილსაც ვწვავ.

— მარტო გიყვართ სამზარეულოში ფუსფუსი თუ დამხმარე გჭირდებათ?

— ასისტენტი აუცილებლად მჭირდება. მე და განო შეხმატკბილებულად ვეხმარებით ერთმანეთს სადილების კეთებაში. ორივეს თითქმის ერთნაირი გემოვნება გვაქვს. განოს ძირითადად ხახვის ან სოკოს დაჭრას ვავალებ, ხორცს საერთოდ არ ვაკარებ. განო არც ჭამდა ხორცს და მე დავაწყებინე. ახალი გაცნობილი მყავდა, როცა ცუდად გახდა, ორი კვირა იწვა და ხორცი აუცილებლად უნდა ეჭამა. ვუთხარი, შენ თუ ხორცს არ შეჭამ, მეც არაფერს შევჭამ-მეთქი და სამი დღე მართლა მშიერი ვიყავი. ბოლოს მიხვდა, რომ არ ვხუმრობდი და პირველად შეჭამა კატლეტი. ვერ ვიტყვი, რომ ხორცეულის მოყვარულია, მაგრამ ჩემს გაკეთებულს ყველაფერს მიირთმევს.

— კიდევ რას ამზადებთ ხშირად?

— ძალიან მაგრად ვამზადებ თევზს ტომატის სოუსში. ამ კერძს ჰქვია ფიშ ლა გაკო. ლოქოს ფილეს კარგად რომ გარეცხავთ, პატარ-პატარა ნაჭრებად დაჭრით და ტაფაში მოშუშავთ. ორ სუფრის კოვზ ტომატს ორ ჭიქა წყალში გახსნით. შეურევთ უცხო სუნელს, წითელ წიწაკას, მარილს. ამ მასას მოშუშულ თევზს მოასხამთ. ზემოდან წვრილად დაჭრილ ქინძს დააყრით, წამოდუღებას რომ დააპირებს, ჩაასხამთ ნახევარი ანანასის გაწურულ წვენს, მეორე ნახევარი წვრილად უნდა დაჭრათ და ისე ჩააყაროთ. ბოლოს ლიმონის წვენს, მაშარაფს და წითელი ან თეთრი ღვინის ძმარს მოასხამთ. დაახლოებით 20 წუთის განმავლობაში ტაფაში მოშუშავთ და შედეგად ფანტასტიკურ კერძს მიიღებთ.

— სწრაფი ხელი გაქვთ?

— გავიწაფე და უკვე სწრაფად შემიძლია ინგრედიენტების დაჭრა და კერძების გაკეთება.

— განომ მითხრა, ძალიან კარგად აკეთებს ჟულიენსო. რეცეპტი ჩვენც გვითხარით.

— შემატყობდით ალბათ, რომ სოკო ძალიან მიყვარს, ეს ჩვენი კერძების აუცილებელი ინგრედიენტია. პირველი, რაც დამოუკიდებლად გავაკეთე, ჟულიენი იყო. ჩემი უფროსი შვილის

„ექსპერიმენტი ცოლის დაქალებზე ჩავატარე და, რომ გაამართლა, ჩემს ძმაკაცებსაც ვუმასპინძლე“.

ძიძამ გააკეთა და მერე მეც ვცადე. სხვათა შორის, პირველივე ცდაზე კარგი გამომივიდა.

მომზადების წესი ასეთია: ქამა სოკოს პატარა ნაჭრებად დაჭრით და მოშუშავთ. ზემოდან გახეხილ ყველს მოაყრით, გასალამაზებლად იმას ვუშვრები, რის ხასიათზეც ვარ და თქვენც შეგიძლიათ, ასე მოიქცეთ. ხახვს ცალკე ისე მოშუშავთ, რომ ოქროსფერი გახდეს და სოკოს აურევთ. ამ ყველაფერს ხის კეცზე გადაიტანთ, ჰაერღუმელში შედგამთ და კარგად გააცხელებთ, შემდეგ ისევ ყველს დაახეხავთ და არაჟანს მოასხამთ. რეცეპტებით არასოდეს ვხელმძღვანელობ, უბრალოდ გადავხედავ ხოლმე, რომ ვიცოდე, რამე უბედურებას ხომ არ ჩავდივარ და კერძს შეურაცხყოფას ხომ არ ვაყენებ.

— იმ კერძებს, რაც გვასწავლეთ, ყველაზე მეტად რომელი სასმელი უხდება?

— იმ საჭმელებს, რაც გასწავლეთ, აუცილებლად წითელი ნახევრად მშრალი მოტკბო ღვინო მიაყოლეთ. ჭიქა ღვინით ამ საჭმელებთან ერთად მშვენიერ საღამოს გაატარებთ გინდ ბუხართან, გინდ აივანზე და გინდ სადღაც ფანჩატურში.

— ზოგადად სასმელისადმი როგორი დამოკიდე-

Cyan Magenta Yellow Black

ბულება გაქვთ?

— გასტროლების ფონზე საკმაოდ ბევრის დალევა მომიწია, მაგრამ ცხოვრებაში „ზაპოი“ არ მქონია, სასმელის სურვილით ხელები არასოდეს ამკანკალებია, მაგრამ დალევა მაგრად „მევასება“. სამაგიეროდ საშინელი ნაბახუსევი ვიცი. მამა ხომ მეზღვაური იყო და სასმელების არაჩვეულებრივი კოლექცია ჰქონდა. მისი კოლექცია ნელ-ნელა მოვსპე. სახლში რომ ვერ მიმხვდარიყვნენ, ჭიქაში რა მესხა, ფერისთვის შიგ ჩაის ვასხამდი. ერთხელაც ეს ამბავი გასკდა და მე და მამას სერიოზული ბრძოლა გვქონდა.

სპირტიანი სასმელები უფრო მიყვარს, ვიდრე ღვინო. ყველაზე მეტად მაინც რომი მომწონს, 80 გრადუსიანია.

— მეგობრებისთვისაც დაუზარებლად ფუსფუსებთ სამზარეულოში თუ გირჩევნიათ, რესტორანს ესტუმროთ?

— ყველასთვის ვაკეთებ კერძებს, მათ შორის — ძმაკაცებისთვისაც და ცოლის დაქალებისთვისაც. პირველები, ვისაც „ტუზი დაეცათ“ და ჩემი ნახელავი გასინჯეს, ჩემი ცოლის დაქალები იყვნენ. მინდა, გითხრათ, რომ მას შემდეგ ჩვენთან სიარულს ძალიან მოუხშირეს, ჩემი მომზადებული კერძები მოეწონათ. ექსპერიმენტი ცოლის დაქალებზე ჩავატარე და, რომ გაამართლა, ჩემს ძმაკაცებსაც ვუმასპინძლე.

— განოს რა გამოსდის ყველაზე გემრიელი, რაც განსაკუთრებულად გიყვართ?

— ბევრი რამ გამოსდის კარგად, მაგრამ განსაკუთრებით მიყვარს ქათმის სალათი. სასწაულებს აკეთებს ბადრიჯნით. განოს გაცნობამდე ბადრიჯანი გასინჯულიც კი არ მქონდა და მან შემაყვარა, ისეთ მაგარ რაღაცეებს ამზადებს ამ ბოსტნეულით.

განოც იმპროვიზატორია. როცა გავიცანი, კარტოფილის და კვერცხის შეწვის მეტი არაფერი იცოდა. მაშინ არც მე ვიყავი დიდი კულინარი, მაგრამ როცა ცალკე დავიწყეთ ცხოვრება, სხვადასხვა რაღაცეების სწავლა მოგვიწია. სასიამოვნო პროცესია, როცა შენს გაკეთებულს სინჯავ და საყვარელ ადამიანს უმასპინძლდები.

„მამა მეზღვაური იყო და სასმელების არაჩვეულებრივი კოლექცია ჰქონდა, რომელიც ნელ-ნელა მოვსპე. რომ ვერ მიმხვდარიყვნენ, ჭიქაში რა მესხა, ფერისთვის შიგ ჩაის ვასხამდი. ერთხელაც ეს ამბავი გასკდა და მე და მამას სერიოზული ბრძოლა გვქონდა“.

— რომანტიკულ ვახშმებს იწყობთ?

— აბა, რა! იმის გამო, რომ მე უფრო „მევასება“ საჭმელთან კირკიტი, ხშირად მე ვუწყობ რომანტიკულ ვახშამს. სხვათა შორის, ძალიან სერიოზულ მაფიოზებს „ევასებოდათ“ საჭმელების კეთება. არ იფიქროთ, რომ საკუთარ თავს მაფიოზს ვადარებ. ისე, მაგალითად მოვიყვანე.

— ერთი კერძის მომზადებაში სამზარეულო ყირაზე რომ დააყენოთ, თქვენვე ალაგებთ?

— ამ ყველაფრის დალაგება არ მიყვარს. ჩემს „ასისტენტსაც“ არ უყვარს ალაგება და, საბოლოო ჯამში, ჩვენს მშობლებს უხდებათ ამ საქმის მოგვარება. მარტო რომ ვცხოვრობდით, როცა სადეგუსტაციოდ ჩვენთან მოდიოდნენ, ყველაფერს ისინი ალაგებდნენ.

— შეგიძლიათ საკუთარ თავს გემრიელი კერძები აუკრძალოთ დიეტის გამო?

— როგორ არ შემიძლია! ერთი თვე მხოლოდ მოხარშულ რაღაცეებს ვჭამდი და გავძელი. სერიალში პირველად რომ გამოვჩნდი, 105 კილო ვიყავი და ახლა საგრძნობლად დაკლებული ვარ. ძალიან დიდი ვიყავი, მივხვდი, რომ ასე არ შეიძლებოდა და დიეტის დაცვა გადავწყვიტე. მანამდე ერთადერთხელ დავიცავი უგულავას დიეტა და ორ კვირაში 15 კილო დავიკელი. შემდეგ რუსებთან ერთად მქონდა გადაღება, რა თქმა უნდა, მათთან ბევრი დალევა მომიწია და უცებ მოვიმატე 25 კილო. მივხვდი, რომ ჩქარა დაკლებას სჯობია, ნელ-ნელა დაიკლო და უცებ აღარ მოიმატო. წონის დასაკლებლად ახლა ნამდვილად არ მესაჭიროება დიეტა.

— ალბათ სიამოვნებით შეასრულებდით კარგი კულინარის როლს.

— ჩემი ოცნებაა, ვიყო მსახიობი, რომელსაც წარმატებით შეუძლია კომედიური თუ ტრაგიკული როლების შესრულება. კარგი კულინარის როლს რომ მშვენივრად შევასრულებ, ამაზე თავს დავდებ.

✓ **ქეთი დინოშვილი**

„თბილისი მარათონი“ თბილისის ზღვაზე ყველაზე მასშტაბური იქნება

ჯანსაღი ცხოვრება და ქველმოქმედება სიხბილით

26 ოქტომბერს თბილისის ზღვაზე „თბილისი მარათონი“ თავის ტრადიციულ სტარტს აიღებს. წელს მარათონი ყველაზე მასშტაბურ ფორმებს იღებს. 21 კილომეტრიანი მანძილის გასარბენად ემზადებიან საელჩოების, ბიზნესკომპანიების, სახელმწიფო უწყებების წარმომადგენლები და უბრალოდ, ჯანსაღი ცხოვრების მოყვარულები.

„თბილისი მარათონი“ პირველად 2012 წლის 28 ოქტომბერს თბილისის ზღვის ტერიტორიაზე გაიმართა. მარათონში 500-ზე მეტი ადამიანი მონაწილეობდა. წელს კი დარეგისტრირებული გაცილებით მეტია. ამ ეტაპზე ცნობილია, რომ მარათონში მონაწილეობას მიიღებს 1000-ზე მეტი ადამიანი, მათ შორის — 25 ქვეყნის სტუმარი და 20-ზე მეტი კომპანია.

„თბილისი მარათონის“ წინ „ჰაიდელბერგცემენტ კავკასუსმა“ სპორტისა და ახალგაზრდობის საქმეთა სამინისტროსა და გერმანიის საელჩოსთან „თბილისი მარათონის“ ფარგლებში გრძელვადიანი ურთიერთთანამშრომლობის მემორანდუმი გააფორმა, რომელსაც ხელი მოაწერეს კომპანიის დირექტორმა მიხაელ ჰამპელმა, სპორტისა და ახალგაზრდობის საქმეთა მინისტრმა ლევან ყიფიანმა და გერმანიის ელჩმა ორთვინ ჰენიგმ.

მემორანდუმის მიზანია „ჰაიდელბერგცემენტის“ მიერ ორგანიზებული სპორტული ღონისძიების განვითარება, ხელშეწყობა და მჭიდრო, გრძელვადიანი ურთიერთობების დამყარება.

— „ჰაიდელბერგცემენტი“ ზრუნავს ქვეყანაში ჯანსაღი ცხოვრების წესის დამკვიდრებისთვის. ამის ნათელი მაგალითი იყო ქვეყანაში პირველი მასშტაბური ნახევარმარათონის გამართვა, რომელსაც საკმაოდ დიდი გამოხმაურება მოჰყვა. სამინისტროსთან და გერმანიის საელჩოსთან ჩვენი შემდგომი თანამშრომლობა კიდევ მეტად შეუწყობს ხელს საზოგადოების ჩართულობას სპორტში. დაინტერესება საკმაოდ დიდია. წელს გვეყოლება ახალი სპონსორებიც, შესაბამისად, ეს მოგვცემს საშუალებას, კიდევ უფრო წავახალისოთ გამარჯვებულები“, — აღნიშნავს „ჰაიდელბერგცემენტის“ კომუნიკაციების მენეჯერი ნინო სუბელიანი.

მემორანდუმის თანახმად, „თბილისი მარათონი“ საქართველოს სპორტისა და ახალგაზრდობის საქმეთა სამინისტროსა და გერმანიის საელჩოს პატრონაჟითა და ოფიციალური მხარდაჭერით ჩატარდება, რაც მოიცავს სამინისტროს მხრიდან „თბილისი მარათონის“ საკომუნიკაციო მხარდაჭერას სამთავრობო სტრუქტურების, ფედერაციების, სპორტული კლუბების ჩართულობისთვის. გერმანიის საელჩო მზად არის, „თბილისი მარათონის“ ფარგლებში უზრუნველყოს ინფორმაციის გავრცელება გერმანულ კომპანიებთან და ასოციაციებთან საქართველოში. მხარეები მემორანდუმის მიზნების განსახორციელებლად აქტიურად ითანამშრომლებენ, მოახდენენ იდეების გაცვლასა და კონკრეტული ამოცანების განხორციელებას, რაც ხელს შეუწყობს როგორც აღნიშნულ სფეროს, ასევე ზოგადად, საქართველოში სპორტის განვითარებას.

— მსოფლიოში ანალოგიური მარათონები ხელს უწყობს ტურიზმის განვითარებას. „თბილისი მარათონი“ მსოფლიოს მარათონების კალენდარშია შესული, რაც ხელს უწყობს საქართველოს, მათ შორის თბილისის, პოპულარიზაციას ტურისტული ქვეყნებისა და ქალაქების რუკაზე, — აღნიშნა ორთვინ ჰენიგმ.

„თბილისი მარათონი“ ამავდროულად საქველმოქმედო ხასიათს ატარებს. თითოეული დარეგისტრირებული ადამიანი ქველმოქმედების მონაწილე ხდება, რადგან რეგისტრაციიდან შემოსული თანხა — ყოველი 10 ლარი ორმაგდება „ჰაიდელბერგცემენტის“ მიერ და საქველმოქმედო ფონდ „იავნანაში“ ირიცხება.

პაატა ბურჭულაძე — ფონდ „იავნანას“ პრეზიდენტი:

— მინდა, დიდი მადლობა გადავუხადო „ჰაიდელბერგცემენტის“ ადმინისტრაციას, „თბილისი მარათონის“ ყველა ორგანიზატორსა და მონაწილეს. წინა მარათონზე შემოსული თანხით ჩვენ დავეხმარეთ სამ მრავალშვილიან ოჯახს. იმედი მაქვს, წელს უფრო მეტი ადამიანი ჩაერთვება ამ ღონისძიებაში, რადგან თითოეული მათგანი ავტომატურად ხდება ფონდ „იავნანას“ 10 წლის იუბილესადმი მიძღვნილი ტელემარათონის მხარდამჭერი, „ჰაიდელბერგცემენტი“ კი — გენერალური სპონსორი და ჩვენ ყველანი ერთად 2014 წლის 3 მარტს პირდაპირი ეთერის მსვლელობისას ვნახავთ, „თბილისი მარათონზე“ შემოსული თანხით, თუ როგორ დავეხმარებით ჩვენი ფონდის მზრუნველობის ქვეშ მყოფ ბავშვებს, — განაცხადა პაატა ბურჭულაძემ.

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.

ნანა ლორთქიფანიძე: „ნაოჭების არ მეშინია, მთავარია, ასაკის შესაფერისი როლები მქონდეს“

„როცა ქალი შეყვარებულია, ისეთი ლამაზია, რომ მეტი არაფერი სჭირდება"

მსახიობ ნანა ლორთქიფანიძეს კარგად ახსოვს ის დღე, როცა თავის გარეგნობას პირველი სერიოზული ცვლილება შეატყო. ის ემოცია არ ავიწყდება, მაგრამ ასაკის მატებას არ შეუშინებია, ამ ფაქტს ღირსეულად და გაგებით შეხვდა. გარეგნობაზე ზრუნავს, მაგრამ არა — გადამეტებულად. კანის მოვლის საშუალებებს იმის მიხედვით არჩევს, რისი შეძენის საშუალებაც აქვს. ძვირადღირებული კოსმეტიკური პროცედურებით თავს ვერ ინებივრებს, მაგრამ ცდილობს, სწორი კვების რეჟიმი დაიცვას, ივარჯიშოს, იცუროს.

ცოტა ხნის წინ მძიმე დანაკარგი განიცადა — მამა, ცნობილი რეჟისორი გიგა ლორთქიფანიძე, ამქვეყნიდან წავიდა. ამ დარტყმამ ყველა საზრუნავი გადაფარა და ქალბატონი ნანა კალაპოტიდან ამოაგდო. ახლა თანდათან უბრუნდება ჩვეულ რეჟიმს.

— ქალბატონო ნანა, ყოველთვის ქერა იყავით, ახლახან კი ეკრანზე მუქი თმით გამოჩნდით. სხვა დროსაც შეგიცვლიათ მკვეთრად თმის ფერი?

— კი, თმა შემიღებავს, მაგრამ ძალიან ცოტა ხნით, რადგან სხვა იმიჯს ვერ ვეგუები. ბევრს უთქვამს, რომ მუქი თმა მიხდება, მაგრამ ბოლოს ისევ ჩემს ფერს ვუბრუნდები ხოლმე. მიყვარს მრავალფეროვნება, ვარცხნილობის შეცვლა, მაგრამ მალევე ძველ, ჩვეულ სტილს ვარჩევ.

— პლასტიკური ოპერაცია თუ გაქვთ გაკეთებული?

— პლასტიკურ ქირურგთან მისვლა არასდროს მიცდია, მიუხედავად იმისა, რომ ამას სიამოვნებით გავაკეთებდი. ვფიქრობ, რომ ქალმა მაქსიმალურად უნდა მოიწესრიგოს და გაილამაზოს თავი, მაგრამ ოპერაციების შიში მაქვს. თუ თმის ფერი არ მომეწონა, ძველ სტილს დავიბრუნებ, მაგრამ თუ ოპერაციის შედეგი არ მომეწონა, რა ვქნა? რას ვიზამთ, წლები და ნაოჭები გვემატება. მთავარია, ასაკის შესაფერისი როლები მქონდეს. პლასტიკური ოპერაციით როგორც უნდა გავიახალგაზრდავო თავი, 20 წლის მაინც ვერ გავხდები. რა თქმა უნდა, არ არის სასიამოვნო, როცა სარკეში იყურები და ყელი არ მოგწონს, ნაოჭებს ხედავ. არც ვთვლი, რომ ნაოჭებს თავისი ხიბლი აქვს, როგორც ამბობენ, მაგრამ პლასტიკური ოპერაციის ჯერ მაინც მეშინია.

ბოტოქსის თუ მეზოთერაპიის მომხრე ვარ. ბოტოქსი გამიკეთებია, მაგრამ ზომიერად, სახე არ უნდა გადაშეშდეს. არ შეიძლება, მიმიკა დაკარგო, მით უმეტეს, მსახიობმა. მეზოთერაპიაც გამიკეთებია, მაგრამ ამ ყველაფერს დიდი ფინანსები სჭირდება. მეზოთერაპიას პერიოდულად გავიკეთებდი. კარგი კრემის ყიდვაც საკმაოდ ძვირი ჯდება.

— კანი მშვენიერ მდგომარეობაში გაქვთ. როგორ უვლით მას?

— საკმაოდ დაბალფასიან საცხებს ვისვამ. ამ ბოლო დროს ბელორუსიის პროდუქცია მომეწონა. მეტს არაფერს ვაკეთებ. ქალს რაც სჭირდება კანის მოვლისთვის — მასაჟები, ნიღბები — ეს ყველაფერი ძვირადღირებულია. ძალიან მიყვარს კოსმეტიკა, მაგრამ მასშიც დიდ ფასს ვერ ვიხდი. ჩემს ცხოვრებაში იყო პერიოდი, როცა უფრო ძვირადღირებულ პარფიუმერიას და კოსმეტიკას ვიყენებდი, მაგრამ ახლა ასე აღარ არის.

— როგორც მსახიობს, გრიმის გაკეთების საკმაო გამოცდილება გექნებათ და ალბათ მაკიაჟის ხელოვნებაშიც ხართ დაოსტატებული.

— დავიკვეხნი, რომ, თვალებს როცა ვიღებავ, ყველა მეკითხება, ამას როგორ ვაკეთებ. მიყვარს თვალებზე აქცენტის გაკეთება და ლოყებზე ფერუმარილი. მკვეთრ ფერებს არ ვიყენებ, მაგრამ ხანდახან ძალიან მიყვარს წითელი ტუჩსაცხი. არასწორი მაკიაჟიც გაუკეთებიათ ჩემთვის, მაგრამ შემისწორებია.

„ძალიან ლამაზი ქალები ვერ ეგუებიან ასაკს, უფრო ხშირად მიმართავენ პლასტიკურ ოპერაციებს და ზოგჯერ თავს იმახინჯებენ".

— გარეგნობაზე ყოველთვის აისახება, თუ როგორ ვიკვებებით. თქვენი კვების რეჟიმი როგორია?

— კვების რეჟიმი ჩემთვის მტკივნეული თემაა. ბოლო დროს მოვიმატე და ვცდილობ, ფორმაში ჩავდგე. ზედმეტ წონაზე ვნერვიულობ. ვიცი, რომ ცილოვანი დიეტა მიხდება. მუდმივად ვვარჯიშობდი, ვცურავდი, მაგრამ ბოლო დროს ველარ ვახერხებ და ამანაც იქონია გავლენა. ძალიან გამხდარი არასოდეს ვყოფილვარ, ასეთი აღნაგობა არ მაქვს, მაგრამ წონას ვინარჩუნებდი. თავის მისახედად დრო ცოტა მაქვს — ოჯახი, ბავშვები, დედაჩემის ავადმყოფობა, მამას ავადმყოფობა და მისი ამქვეყნიდან წასვლა... თავის მიხედვას კი დროსა და ფინანსებთან ერთად განწყობაც სჭირდება, რაც არ მქონდა. მინდა, ჩვეული ცხოვრების რეჟიმს დავუბრუნდე.

— ყველა ქალს აქვს პერიოდი, როცა საკუთარი გარეგნობით კმაყოფილია, თავდაჯერებულობას გრძნობს. თქვენთან ეს შეგრძნება რა ასაკში მოვიდა?

— სხვათა შორის, 17-18 წლის ასაკში საერთოდ არ მომწონდა საკუთარი თავი, ზედმეტად კრიტიკული ვიყავი. მოგვიანებით, 40 წლის მერე, უფრო მომწონდა ჩემი თავი. ადრე გაუთავებლად ვმალავდი სურათებს, სადაც საკუთარი თავი არ მომწონდა. ახლა ის ფოტოები ძალიან მიყვარს.

„დავიკვეხნი, რომ, თვალებს როცა ვიღებავ, ყველა მეკითხება, ამას როგორ ვაკეთებ. მიყვარს თვალებზე აქცენტის გაკეთება".

25 წლის ასაკში ნაოჭებზე არც ვფიქრობდი, არ ვნერვიულობდი ამ თემაზე. მახსოვს, პირველად როდის აღმოვაჩინე, რომ გარეგნობაში ცვლილება დამეწყო და ეს არ მომეწონა: ჩვევად მაქვს, მაკიაჟის გაკეთების შემდეგ მანქანაში ჩაჯდომისას ჩავიხედო მის სარკეში და მაკიაჟი გავისწორო. ერთხელ, მზიან ამინდში, მანქანის სარკე რომ ჩამოვწიე და ჩავიხედე, ისე არ მომეწონა ჩემი ყელი... აღმოვაჩინე, რომ ისეთი აღარ იყო, როგორიც ადრე მქონდა. კინაღამ გადავიფიქრე იქ წასვლა, სადაც მივდიოდი. ნორმალური ადამიანი ბუნებრივად ეგუება ამ ცვლილებას, ზოგს კი გულთან ძალიან ახლოს მიაქვს. ამიტომ იკეთებენ პლასტიკურ ოპერციებს და ისეთ აზარტში შედიან, რომ ცოტა გამაღიზიანებელიც ხდება. ამას, რა თქმა უნდა, ბუნებრიობა სჯობია. ასაკს ვერ გავექცევით.

დაკვირვებული ვარ, ძალიან ლამაზი ქალები ვერ ეგუებიან ასაკს, უფრო ხშირად მიმართავენ პლასტიკურ ოპერაციებს და ზოგჯერ თავს იმახინჯებენ. მე ნამდვილად არ მაქვს ასაკთან დაკავშირებული ფსიქოზი, შიში. შეიძლება ეკრანზე ჩემი თავი არ მომეწონოს, მაგრამ რა ვქნა, ამას უნდა შევეგუო.

— ვინ გიყურებთ სარკიდან?

— ხანდახან, სარკეში რომ ჩავიხედავ, თავს ვეჩხუბები — რა არის, ნანა, ისევ იმავე ფერის თმა, იმიჯი... მაგრამ ყველაფერი განწყობაზეა დამოკიდებული. ადამიანი სადაც მიდიხარ, იმისდამიხედვით გექმნება განწყობა. ჩემთვის კი ნამდვილად დიდი მნიშვნელობა აქვს, სად მივდივარ. სხვა ხასიათზე ვარ, როცა თეატრში ვარ და სხვა განწყობა მეუფლება გადაღებებზე.

— რა არის თქვენი ქალური სისუსტე?

— ძალიან მიყვარს სამკაულები. ერთხელ წყნეთიდან წამოვედი მანქანით. შუა გზაში აღმოვაჩინე, რომ ბეჭდები არ მეკეთა და უკან მივბრუნდი. აქსესუარების ამორჩევა ვიცი. ოქროს დიდი ხანია ველარ ვიკეთებ — არ მომწონს, ვერ ვიხდენ. ხანდახან შეიძლება მოუწესრიგებელიც გავიდე სახლიდან, არანაირი აქსესუარი არ გავიკეთო. ხასიათის ადამიანი ვარ ამ მხრივ.

სერიალებმა ძალიან პოპულარული გამხადა, ყველგან მცნობდნენ. დედა იმის მერე სულ მეჩხუბებოდა, სახლიდან უბრალოდ ჩაცმული ნუ გადიხარ, გცნობენო. ამან გამხადა იძულებული, ქუჩაში მოუწესრიგებელი აღარ გავსულიყავი.

— მამისგან თუ იმსახურებდით შენიშვნებს ან შექებას გარეგნობასთან დაკავშირებით?

— ყოველთვის ამჩნევდა, თუ რამე ახალი მეცვა ან თმა სხვანაირად მქონდა... ძალიან დიდი რამ მომაკლდა. წავიდა და ოჯახის ხიბლი წაიღო. მეჩვენება, რომ ძალიან უფერულები გავხდით. მამის თვალი სულ გვერდით დამყვებოდა, რომლითაც თავს ვამოწმებდი.

— დედა, ქალბატონი ქეთევანი, ცნობილი ლამაზი ქალი იყო. ის რას გასწავლიდათ თავის მოვლის საკითხებში?

— არასოდეს არაფერს დაგაძალებდა. შეიძლება თავისი აზრი ეთქვა, მაგრამ თავს არ მომახვევდა. ახლაც ასეა. ეს დამოუკიდებლობა სულ გვქონდა ოჯახში. ხშირად არ ემთხვევა დედა-შვილის გემოვნება, თუნდაც თაობათა შორის ასაკობრივი სხვაობის გამო. დედა კი პირიქით იყო, რასაც შვილები ვიცვამდით, ის მოსწონდა და თვითონაც უნდოდა. საქმეში სულ მეხმარებოდა და მეხმარება დედა, მისი რჩევები ჩემთვის ძალიან მნიშვნელოვანია.

— თქვენ როგორი დედა ხართ, ქალიშვილს რჩევებს აძლევთ?

— ხაზგასმით შემიძლია ვთქვა, რომ მომწონს ჩემი შვილის გემოვნება და ჩაცმის სტილი. მაგრამ შენიშვნაც მიმიცია, სულ სპორტულად, ჯინსებით და კედებით სიარულიც არ შეიძლება-მეთქი. მეც სრულ თავისუფლებას ვაძლევ ქალიშვილს. არ ვერევი მის არჩევანში. ჩვენი გემოვნება ხშირად ემთხვევა ერთმანეთს.

— რა არის ქალის სილამაზის საიდუმლო?

— მისი შინაგანი განწყობა. დაკვირვებული ვარ, როცა ქალი შეყვარებულია, ისეთი ლამაზია, რომ მეტი არაფერი სჭირდება. ოჯახის კეთილდღეობა მოქმედებს ქალის გარეგნობაზე. შეიძლება უბრალოდ გადაიწიო თმა, გახვიდე გარეთ და კარგად გამოიყურებოდე.

✓ მანანა ნოდია

Cyan Magenta Yellow Black

ზაზა მარჯანიშვილის საყვარელი მანქანა კატრინამ იმსხვერპლა

მუსიკოსი ზაზა მარჯანიშვილი ძველი მანქანების მოყვარულია. ამერიკაში ცხოვრების პერიოდში ახალთან ერთად ყოველთვის ჰყავდა ძველებური ავტომობილი. საქართველოში დაბრუნებულს „მიცუბიში მონტეროს" ჯიპი ცოლმა, მარინა სალუქვაძემ დაახვედრა და დღემდე საზიარო მანქანად ჰყავთ. თბილისური მოძრაობის წესებს ალღო ვერ აუღო, ვერაფრით შეეგუა. მანქანის ტარება ნერვების ფასად უჯდება, ამიტომ ამ საქმეს მეუღლე უადვილებს და საჭეს ძირითადად ის მართავს.

„ამერიკელი მეგობრები მეუბნებიან, ქართველი მძღოლები ამერიკაში რომ დასვა საჭესთან, ელექტროსკამზე მოხვდებიანო".

— ბატონო ზაზა, პირველად როდის მიუჯექით საჭეს?

— მანქანის მართვა ჩემი მეგობრის დახმარებით ვისწავლე. 1988 წელი იყო, როცა მისი „ჟიგულის" საჭეს მივუჯექი. მაშინ ამის არანაირი გამოცდილება არ მქონდა. ამ ადამიანმა კი გარისკა და თავისი ავტომობილი მანდო. თავიდან კი მქონდა მანქანის შიში, მაგრამ დამაძალა და მაინც დამსვა. მეორე დღესვე თბილისი-მცხეთის გზატკეცილზე გამიყვანა, ისე შემეშინდა, კინაღამ გული გამისკდა. გზაზე ჯოხზე ასხმული ბალი იყიდა და რომ არ დავბნეულიყავი, თავისი ხელით მაჭმევდა. არ ვიცოდი, კურკა სად გადამეგდო და მარცხნივ ვისროლე, ფანჯარა დახურული აღმოჩნდა და ისევ მე მომხვდა. ეს ჩემი პირველი საავტომობილო ინციდენტი იყო. მანქანის შიში მაშინ დავძლიე და მერე, მოგეხსენებათ, ჩემი ცხოვრება უკვე ამერიკაში გაგრძელდა.

— იქ გქონდათ საკუთარი ავტომობილი?

— ამერიკაში ბევრი მანქანა გამოვიცვალე. ჩემი პირველი ავტომობილი თეთრი, თოჯინასავით „ნისან სენტრა" იყო. მეგობრისგან ვიყიდე და დიდხანს გამომადგა. საერთოდ, ავტომობილებს ორ ნაწილად ვყოფ: ჩვეულებრივები და ჩემი საყვარელი ძველი მანქანები. 1981 წელს გამოშვებული „ფიატი" მყავდა და კიდევ — 1979 წლის „ალფა რომეო", რომელიც მხოლოდ და მხოლოდ 8.000 გამოუშვეს. ძველი მანქანები ყოველთვის მხიბლავდა, რომლებიც უფრო ძვირი ღირს. როცა ბევრი ფული მექნება, ძველი მანქანების კოლექციას აუცილებლად გავაკეთებ. ამერიკაში ამ ძველ ავტომობილთან ერთად ჩვეულებრივიც მყავდა.

— თქვენს ძველ მანქანებს რა ბედი ეწია?

— ქარიშხალ კატრინას დროს ჩემი „ალფა რომეო" წყალმა წაიღო, „ფიატი" კი მანამდე გავაჩუქე. „ალფა რომეო" საშინელ მდგომარეობაში დამხვდა, წყალდიდობამ იმსხვერპლა, გადასაგდები გახდა. ძალიან დამწყდა გული. ამის მიუხედავად, ვერ ვიტყვი, რომ ავტომოყვარული ვარ. მანქანა სალექი რეზინივითაა, კარგი გემოც აქვს და წინა ავტომობილების გემოსაც გიბათილებს.

— ამერიკული მოძრაობის წესები ალბათ ძალიან განსხვავდება აქაურისგან.

— აქაური მოძრაობის წესები ადამიანებთან ურთიერთობის პირდაპირპროპორციულია. თქვენთან რომ მოვდიოდი, ორი ავაზაკი ვნახე, რომლებიც აბსოლუტურად უკულტუროდ შეეცადნენ, თავი აერიდებინათ საცობისთვის და ტროტუარზე გადავიდნენ. ჩემი ამერიკელი მეგობრები ხშირად ჩამოდიან და კარგად იციან, ჩვენს გზებზე რაც ხდება. მეუბნებიან, ქართველი მძღოლები ამერიკაში რომ დასვა საჭესთან, ალბათ ელექტროსკამზე მოხვდებიანო. ასეთი უზრდელობა, რაც გზებზე ხდება, თუნდაც ფეხით მოსიარულეებისგან, აბსოლუტურად ამაზრზენია. უკვე 2 წელია, რაც აქ ვარ და როგორც შევატყვე, საგზაო მოძრაობა ურთიერთობის კულტურის პირდაპირპროპორციულია.

— გიჭირთ თბილისური მოძრაობის წესებთან შეგუება?

— საქართველოში საგზაო მოძრაობის წესები არ არსებობს. თუ თქვენ თვლით, რომ საწინააღმდეგო მიმართულებით რადგან არ დადიან, ეს წესების დაცვაა, მაშინ რამდენიმე წესი კიდევ გვქონია. მაგრამ იმ ქვეყანაში, სადაც მძღოლმა არ იცის, ორ გადამკვეთ ქუჩაზე მთავარი და მეორეხარისხოვანი ქუჩა რომელია და რომელმა უნდა დაუთმოს, რა წესებზეა საუბარი?! ვაჟა-ფშაველას პროსპექტზე და ყაზბეგის გამზირზე შეცდომების კორიანტელია! ამას თუ წესები ჰქვია, უვიცის მიერაა შექმნილი! ამ ყველაფერს გამოკვლევა და კომპიუტერიზაცია სჭირდება. ამისთვის ფული არ გვაქვს? ნახევარ თბილისს ტოტო კუტუნიოს ერთი კონცერტი გააკეთებდა!

15 წუთი საჭესთან ჯდომა ჩემთვის ნახევარდღიანი მუშაობის ტოლფასია. მძღოლები თავიანთ ზოლში რომ არ მოძრაობენ, ამაზეც ვნერვიულობ და იმაზეც, სამარშრუტო ტაქსები შუა გზაზე რომ უჩერებენ მგზავრებს... კანონების გამკაცრება დახმარება უფრო იქნება, ვიდრე რამის შეზღუდვა. რუსთაველის პროსპექტზე სანამ რკინებს არ ჩასვამდნენ, მთელ ტროტუარზე მანქანები იყო ჩამწკრივებული. ახლა ხომ მოგვწონს რუსთაველი? ალბათ მთელი ერი რკინებში უნდა ჩასვან, რომ წესრიგი დამყარდეს!

„მიცუბიში მონტეროს" ჯიპი მარიკუნამ დამახვედრა. ჩვენ შხაპს ვიღებთ ცალ-ცალკე, თორემ სულ ერთად ვართ. ამ მანქანით ორივე ვსარგებლობთ".

ავარიულ სიტუაციაში ყოველ წამს ვხვდები, რის გამოც ლექსიკონი გამიმდიდრდა და ცუდი სიტყვებით სარგებლობაც დავიწყე. ორი კატეგორიის მაგინებელი არსებობს: ერთი, რომელსაც თავისი უსინდისობა არ გაუვა და მეორე, რომელსაც ჩაგრავენ. მე კი საჭესთან ყოველთვის დაჩაგრულ მდგომარეობაში ვარ, რის გამოც მანქანის მართვა ძირითადად მარინას უწევს.

— თქვენი ცოლი, როგორც ვიცი, გამოცდილი მძღოლია.

— ის უფრო ადაპტირებულია, საოცარი მძღოლია! ძალიან კარგი ინტუიცია აქვს, მისი ოსტატობით ვიხიბლები, რადგან მართლა ოსტატი უნდა იყო, რომ თბილისში მანქანა მართო. საჭესთან მე თუ დავჯექი, ვეღარც მუსიკას ვწერ და აღარც კაცად ვვარგივარ, მარინა კი ამ ყველაფერს კარგად ართმევს თავს.

ასე თუ ისე მარინასთვის შენიშვნის მიცემა მაინც მიწევს. მის ადგილზე საჭესთან რალაც სიტუაციებში უფრო კომპრომისული ვიქნებოდი, უფრო ნელა ვატარებდი. მარინა კი მიხსნის ხოლმე, სულ ხაზში რომ ვიდგე, ვილაც დამარტყამსო. როგორც გითხარით, ავარიულ სიტუაციაში ყოველ წუთში შეიძლება აღმოჩნდე, სხვათა შორის, ქალი მძღოლების გამოისობითაც.

— ესე იგი ქალი მძღოლები ქმნიან გზებზე საფრთხეს?

— ქალები და ჩინელები ძალიან ცუდად მოძრაობენ და ეს ფრაზა აბსოლუტურად არაა კავშირში გენდერულ თანასწორობასთან ან სხვა რამესთან. მხოლოდ ერთეულებს შეუძლიათ მანქანა ნორმალურად მართონ. ქალი ყოველთვის მომწონს, საჭესთანაც და მის გარეშეც, უბრალოდ მათი მეშინია.

— ყველაზე რთული ავარიული სიტუაცია რა გახსენდებათ?

— საჭესთან მარინა იჯდა, გაჩერებულები ვიყავით, როცა ტაქსმა ისე ძლიერად დაგვარტყა უკანა მხრიდან, რომ მანქანა დაიძრა და ჩვენ წინ მდგარ ავტომობილს დავეჯახეთ. ცოტათი დავშავდით კიდეც, კისერი, მხარი გვეტკინა. მანქანა კი ძალიან გაფუჭდა. ვინც დაგვეჯახა, იმის ავტომობილი კი საერთოდ აღარ ვარგოდა.

— პატრულის მუშაობა თუ მოგწონთ?

— მათი დანახვა ყოველთვის ძალიან მიხარია, მაგრამ ერთ რაღაცას ვერ ვხდები: ძალიან დამაბნეველია, როცა შებინდებისას შუქებს ანთებენ. თუ ბოროტმოქმედის დაჭერა გინდა, პირიქით, შუქები უნდა ჩააქრო და მაშინ უნდა აანთო, როცა რაღაც ხდება, ასეა ამერიკაშიც და ევროპაშიც. ციცინათელებივით რომ დარბიან, სულ მგონია, რომ რაღაც საშინელება ხდება — ასე ვიყავი მიჩვეული. თუ პატრული ანთებული ნათურებით მომდევს, ვიზაფრები, სულ მგონია, რომ ცეცხლი მიკიდია ან რაღაც მჭირს. პატრულს ან მათ მაღალჩინოსნებს ვურჩევ, ეს კანონი გადააკეთონ და ბევრად ეფექტური იქნება. ამას პიანისტი კი არ უნდა ვეუბნებოდე, თვითონ უნდა მიხვდნენ.

— ეს მანქანა თქვენ შეიძინეთ, საქართველოში რომ დაბრუნდით?

— საქართველოში რომ დავბრუნდი, „მიცუბიში მონტეროს" ჯიპი მარიკუნამ დამახვედრა. ჩვენ შხაპს ვიღებთ ცალ-ცალკე, თორემ სულ ერთად ვართ. ამ მანქანით ორივე ვსარგებლობთ.

— ავტომობილის გამოცვლას არ აპირებთ?

— არ ვიცი. ეს საკითხი ჩემს ცხოვრებაში იმდენად მეცხრეხარისხოვანია, ამაზე არც ვფიქრობ. თუ გაფუჭდება, ალბათ გამოვცვლი. ძალიან მინდა, კატრინამ რომ იმსხვერპლა, ისევ ისეთი მანქანა ჩამოვიყვანო. ქუჩაში პატარა ადგილსაც დაიჭერს და ამხელა „მახინა" რომ აღარ ივლის, სხვა მძღოლებსაც კომფორტს შეუქმნის. ჩვენი მანქანა გემივითაა, ის კი პატარა და საყვარელია.

✓ **სოფიო ბოჭორიძე**

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

მიიღეთ

ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

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

მაიკო კაჭკაჭიშვილი და ვერიკო ტურაშვილი კრიზისს დუეტით ებრძვიან

„ჩვენს ჭიას კლუბებში სიმღერით ვახარებთ“

მომღერალი ვერიკო ტურაშვილი და პოპულარული სიმღერების ავტორი, მაიკო კაჭკაჭიშვილი, 13 წლის წინ დამეგობრდნენ. პირველივე შეხვედრის შემდეგ მათ შორის ისეთი ძაფი გაიბა, რომელიც ვერც ფიზიკურმა სიშორემ გაწყვიტა და ვერც ცხოვრებისეულმა სირთულეებმა. ორივე ქალის ცხოვრებაში იყო კრიზისული პერიოდები. ვერიკოს ქმარი გარდაეცვალა, მაიკოს ოჯახი დაენგრა, მაგრამ ყველაფრის გადალახვა შეძლეს. მათ ცხოვრებაში, უფრო სწორად, შემოქმედებაში არც ახლაა საუკეთესო პერიოდი, თავის გატანა უჭირთ, მაგრამ გამოსავლის პოვნა ისევ შეძლეს და რესტორნის სცენაზე ერთად დადგნენ. ორი მეგობარი დუეტში იმღერებს. მათთან ინტერვიუ ამ სიახლეზე საუბრით დავიწყეთ.

— დუეტში სიმღერა თქვენთვის პირველია. როგორ გამოგდით?

მაიკო: ერთ-ერთ რესტორანში ბენდ „ნიუტონთან“ და რეპერ ძვალთან ერთად ყოველ პარასკევს ვმღერით. ძალიან ნიჭიერი ბიჭები არიან. ეს პროექტი ჩემი იდეა იყო, ცხოვრებაში პირველად მომინდა სიმღერა და მაშინვე ვერიკოს დავურეკე. შევთანხმდით და 3 დღეში ყველაფერს მოვაბით თავი, მათ შორის — რეპერტუარს. ცნობილი ჰიტების ქავერებს ვიმღერებთ, ამ პროგრამას ნელ-ნელა ჩემს სიმღერებსაც შევმატებ. ის, რასაც ჩვენ ვასრულებთ, არც ერთ კლუბსა თუ რესტორანში არ სრულდება. ძალიან გემოვნებიანი რეპერტუარი შევარჩიეთ.

ვერიკო: იმის გარდა, რომ მე და მაიკო კარგი მეგობრები ვართ, ჩვენი შემოქმედებაც ახლოს არის ერთმანეთთან. როგორც მომღერლები, ერთად პირველად ვდგავართ სცენაზე. სამწუხაროდ, ჩემს რეპერტუარში მხოლოდ ერთი სიმღერა მაქვს მაიკოსი. სიმღერას ჰქვია „გაზაფხული მაინც მოვა“, რომელიც დუეტში ძვალთან ერთად ჩავწერე 2 წლის წინ... ამ ადამიანებთან მუშაობა ჩემთვის დიდი კომფორტია.

> **ვერიკო: „იყო პერიოდები, როცა ერთმანეთს ვერ ვნახულობდით. მე დავქვრივდი, მაიკო ქმარს გაშორდა, ჩვენს მეგობრობას კი დრომ ვერაფერი დააკლო".**

— მაიკო, რამდენიმე თვე უკრაინაში იყავით. მაშინ „სარკეს“ უთხარით, რომ იქ სერიოზული გეგმები გქონდათ. ნუთუ ამ პროექტის გამო დაბრუნდით საქართველოში?

მაიკო: ეს გეგმები ძალაშია. დავბრუნდი იმიტომ, რომ წონაში დავიკლო. ერთ-ერთმა კომპანიამ შემომთავაზა, მათი სახე გავხდე. გასახდომ პროგრამაში ჩამსვეს და სამთვიან კურსს ვიწყებ. უკრაინაში 12 სიმღერა დავტოვე, რომლებსაც პროდიუსერები მიხედავენ. ამ პროგრამის დასრულების შემდეგ კი იქ დავბრუნდები.

— 3 თვეში რამდენ კილოგრამს დაიკლებთ?

მაიკო: ეს ღმერთმა იცის. იმ ნანატრ დღეს ველოდები, როცა სასურველი წონა მექნება.

— უკრაინულ „ ახალ ხმაში“ უნდა მიგეღოთ მონაწილეობა. უარი თქვით?

მაიკო: ამ თემაზე ბევრი ვიფიქრე და ბოლოს მივხვდი, რომ არ მიღირდა. ვერავისგან ავიტან შენიშვნების მოცემას, იქით ვასწავლი ბევრს!

ვერიკო: არ ვიცოდი ეს ამბავი! მაიკო, უკრაინულ „ახალ ხმაში“ დაგიძახეს?

მაიკო: ჰო, მინდოდა მონაწილეობა, მაგრამ გადავიფიქრე.

— ვერიკო, მაიკოსთან, როგორც კომპოზიტორთან, რატომ არ თანამშრომლობდით?

ვერიკო: მის შემოქმედებაში არის რამდენიმე სიმღერა, რომლებზეც მაიკოსთვის მითქვამს, რომ ჩემი სტილია და სიამოვნებით ვიმღერებდი.

მაიკო: ერთ-ერთი იყო „მატირე“, რომელიც მართლა ძალიან ახლოსაა ვერიკოს ხმის ტემბრთან.

— მერე რატომ მიეცით ნინა წკრიალაშვილს?

მაიკო: იმიტომ, რომ ნინას უნდოდა. ის მაშინ იწყებდა კარიერას და მისთვის ეს სიმღერა სავიზიტო ბარათი იყო. ასე რომ, ნინასთვის უფრო მნიშვნელოვანი იყო, ვიდრე ვერიკოსთვის.

ვერიკო: არ მინდა, ვინმეს ეწყინოს, მაგრამ ახლა ალბომის ჩაწერის საშუალება რომ მქონდეს, მთლიანად მაიკოს სიმღერებს შევიტანდი. მისი მუსიკა ძალიან ახლოსაა ჩემთან. მაიკო უბრალო სიმღერებს ვერ წერს.

მაიკო: ჩემს რეპერტუარში არის ისეთი სიმღერებიც, რომლებიც დაკვეთით დავწერე და მათ კომერციულ ნაწარმს ვეძახი. ცხოვრებაში მაქვს ეტაპები, როცა ისეთი სიმღერის დაწერა მიწევს, რომელიც ჩემი არ არის.

— ვერიკო, მომღერლებისგან ხშირად მსმენია, რომ მაიკოსთან მუშაობა რთულია, ეს სიმართლეა?

ვერიკო: თქვენ კი არა, ეს სიტყვები მეც ხშირად მესმოდა. ყველა ამბობდა, სიმღერის ჩაწერის დროს მაიკო ძალიან რთულიაო. ის კომპოზიტორიცაა და თვითონაც იმდენად კარგად მღერის, რომ მისი შავად ჩაწერილი ნამღერი მირჩევნია ბევრი მომღერლის გასწორებულ და დასრულებულ სიმღერას. მე, პირადად, მასთან მუშაობის პროცესში არანაირი დისკომფორტი არ მიგრძვნია, მისგან შენიშვნაც მივიღე და რჩევებსაც ვეკითხები... არიან მომღერლები, რომლებსაც არ აინტერესებთ სხვისი აზრი, იმდენად ამბიციურები არიან, მითითებები არ მოსწონთ. მე პირიქით, მადლობელი ვარ, როცა რჩევას მაძლევს.

> **მაიკო: „ვერიკოს სიმართლის გამო შეუძლია ვიღაცას შეასკდეს და შეეწიროს. ამ თვისებით ერთმანეთს ძალიან ვგავართ".**

— თქვენი ურთიერთობა მყარ მეგობრობაში როდის გადაიზარდა?

ვერიკო: მე და მაიკომ ერთმანეთი მაშინ გავიცანით, როცა ლევანი (ლაზარიშვილი) და მაიკო შეყვარებულები იყვნენ. მას მერე დიდი დრო გავიდა. სიმღერამ, საერთო შეხედულებებმა და გემოვნებამ დაგვაახლოვა. გვყავს საერთო მეგობრები. კომპოზიტორმა მამუკა ბეგაშვილმა ჩემი შვილიც მონათლა და მაიკოსიც, ამან კი უფრო გააღრმავა ჩვენი მეგობრობა.

მაიკო: ჩვენ მონათესავე სულები ვართ. ვერიკოს გემოვნება, აზროვნება, ხმა, შესრულების ტექნიკა — ეს ყველაფერი ჩემთვის მნიშვნელოვანია. როცა გადავწყვიტე, რომ ვინმესთან ერთად უნდა მემღერა, პირველად ვერიკოზე ვიფიქრე. სხვა მეგობრები ალბათ არ მიწყენენ.

ვერიკო: ჩვენს ცხოვრებაში იყო პერიოდები, როცა ერთმანეთს ვერ ვნახულობდით. მე დავქვრივდი, მაიკო ქმარს გაშორდა, თუმცა ჩვენს მეგობრობას დრომ მაინც ვერაფერი დააკლო.

— რა საერთო თვისებებს ხედავთ ერთმანეთში?

მაიკო: ვერიკოში ვაფასებ იმას, რომ სამართლიანია. სიმართლის გამო შეუძლია ვიღაცას შეასკდეს და შეეწიროს, ამ თვისებით ერთმანეთს ძალიან ვგავართ.

ვერიკო: ორივე ემოციურები და ფიცხები ვართ, მაგრამ, ამის მიუხედავად, მე და მაიკოს ერთმანეთთან უბრალო შელაპარაკებაც არასდროს მოგვსვლია. ახლო მეგობრები ვართ, მაგრამ ჩვენს ურთიერთობაში არის ზღვარიც — ამით ვუფრთხილდებით ჩვენს მეგობრობას.

— გაცნობიდან დღემდე რა შეიცვალა თქვენში?

მაიკო: ის, რომ მშობლები გავხდით. გაიზარდა პასუხისმგებლობა, თუმცა ისევ ისეთი ჭკუა გვაქვს და ისევ ისე გვიყვარს გართობა, როგორც ადრე. ჩვენ არასდროს დავბერდებით. ძლიერი ადამიანები ვართ. ყველაფერს არ დავაკონკრეტებ, მაგრამ მართლაც ბევრი რამ გადავიტანეთ. ჩვენ გვყავს შვილები და უფლება არ გვაქვს, მოვდუნდეთ, დეპრესიაში ჩავვარდეთ.

ვერიკო: მაიკოს და ლევანის დაშორება მძაფრად არ აღმიქვამს, რადგან თვითონ წყვილი შეხვდა ამას ძალიან ცივილურად. ლევანი ყაზახეთში წავიდა, მაგრამ ისინი დღემდე მეგობრობენ. როცა ლევანი აქ ჩამოდის, სულ ერთად არიან.

— მაიკო, ვერიკოს ცხოვრებაში არსებობს საყვარელი მამაკაცი. თქვენ თუ იცნობთ მის რჩეულს?

მაიკო: რა თქმა უნდა, ვიცნობ იმ ადამიანს, ვინც ვერიკოს გვერდითაა, თუმცა ერთმანეთის პირად ცხოვრებაში არ ვიჭრებით.

ვერიკო: მაიკომ ჩემზე ყველაფერი იცის და მე — მასზე. თუ მაიკო შეყვარებულია, ყოველთვის ვიცი.

მაიკო: სიყვარულისთვის არ მცალია, ამის მეშინია. ვიდრე შევიყვარებ ან შემიყვარებს, მანამდე ბევრი საქმე მაქვს გასაკეთებელი.

— მაიკო, ამ ბოლო დროს სოციალურ ქსელში სტატუსების სიმძაფრით გამოირჩეოდით, მომღერლებს აქტიურობისკენ მოუწოდებდით. თითქოს ხელისუფლებისგანაც ითხოვდით ყურადღებას. რა რეაქცია მიიღეთ ამაზე?

მაიკო: ვიხუმრე! ეჭვი ეპარება ვინმეს, რომ ესტრადის პრობლემები სოციალური ქსელის მეშვეობით არ გადაწყდება? ეს იყო მორიგი ხუმრობა, რომელსაც საოცარი აგრესია მოჰყვა — გამლანძღეს. ვიღაცეები წერდნენ, სახელმწიფოს ხარჯზე გინდათ ცხოვრებაო. ჩვენ სახელმწიფოს ხარჯზე ცხოვრება არ გვინდა, ჩვენ ელემენტარულ პირობებს მოვითხოვთ, რომ ჩვენი საქმე ვაკეთოთ. დღეს პრემიერმინისტრი, პარლამენტის თავმჯდომარე და სხვა პოლიტიკური ფიგურები ბევრად პოპულარულები არიან, ვიდრე მომღერლები. ასეთი რამ არც ერთ სხვა ქვეყანაში არ ხდება, მხოლოდ საქართველოშია ასე. ჩვენ ჩრდილში ვდგავართ და ჩვენს ჭიას კლუბებში სიმღერით ვახარებთ.

— არადა ბევრ თქვენს კოლეგას ეუხერხულება კლუბსა და რესტორანში მღერა.

ვერიკო: კლუბში სიმღერა უხერხული სულაც არ არის. შოუბიზნესში ყველაფერი რომ კარგად იყოს, ყოველკვირა სოლო კონცერტს მაინც ვერ ჩაატარებ. ამიტომაც, ვისაც უნდა, რომ შემოქმედებითად დაიხარჯოს, ყველა პოულობს ადგილს, სადაც ამას გააკეთებს.

✓ ლანა კიკნაძე

Cyan Magenta Yellow Black

ავერსის დიდი გათამაშება იწყება!

"ავერსის" ერთგული მომხმარებლებისათვის წამახალისებელი გათამაშება პირველად 2009 წელს შედგა და, მას შემდეგ, სასიამოვნო ტრადიციად დამკვიდრდა. ამჯერად, “ავერსი” მეხუთე გრანდიოზულ გათამაშებას გთავაზობთ, რომელიც 30 დეკემბერს "რუსთავი 2"-ის დილის ეთერში გაიმართება.

ავერსის დიდი გათამაშება გამორჩეულია წინა გათამაშებებიდან, რადგან არის შესაძლებელი მომენტალური გათამაშება, რაც საშუალებას მოგცემთ საოცნებო პრიზები აფთიაქში 20 ლარის ღირებულების პროდუქციის შეძენისთანავე მოიგოთ. ამ თანხის დახარჯვის შემთხვევაში საჩუქრად მიიღებთ მომენტალური გათამაშების ერთ ბილეთს, ხოლო შესაბამისი მტრედები ბარათზე დაგერიცხებათ. შეგიძლიათ, ასევე, დაგროვილი 10 მტრედი 1 ბილეთზე გადაცვალოთ, გადაფხიკოთ და მომენტალურად გახდეთ სასურველი პრიზის - ფოტოაპარატის, აიფონის, აიპადის, დოლივას სასაჩუქრე კოსმეტიკური ნაკრების ან ავერსის სასაჩუქრე ბარათის მფლობელი...

ყოველ დაგროვილ 50 მტრედზე საჩუქრად წამახალისებელი გათამაშების 3 ბილეთს მიიღებთ და მათ სანაცვლოდ მტრედები არ ჩამოგეჭრებათ. თუ ვერ გახდით მომენტალური გათამაშების გამარჯვებული, ავერსი გაძლევთ კიდევ ერთ შანსს, რადგან ყველა ბილეთი ერთვება დიდ გათამაშებაში, სადაც შეგიძლიათ მოიგოთ 5-ჯერ 5 000 ლარი, 5-ჯერ 10 000 ლარი და მთავარი პრიზი 20 000 ლარი. ერთგული მომხმარებლებისათვის კი, ვისაც 50-ზე მეტი ბილეთი ექნება დაგროვილი გათამაშდება ორ კაციანი საგზური ხმელთაშუა ზღვაზე.

იღბალი ადამიანებს, ხშირად, მოულოდნელად სწყალობთ და “ავერსის” ოთხივე წინამორბედი გათამაშება გამარჯვებულთათვის, მართლაც, სიურპრიზი და უდიდესი სიხარული გახლდათ. გათამაშების მონაწილეებს დაგროვილი თანხის და შესაბამისი ბილეთების რაოდენობის შემოწმება შეუძლიათ “ავერსის” აფთიაქებში ან “ავერსის” ვებ გვერდზე www.aversi.ge/card.php

მეხუთე გრანდიოზულ გათამაშებაში მონაწილეობის მისაღებად ბილეთები "ავერსის" აფთიაქებში განთავსებულ ყუთებში 2013 წლის 22 დეკემბრამდე ჩაყარეთ.

იყავით “ავერსის” აფთიაქების ერთგული მომხმარებელი, დააგროვეთ მტრედი ბარათზე თანხა და გახდით უამრავი პრიზის მფლობელი.

მთავარი პრიზი 20 000 ლარი

10 000 ლარი
5 გამარჯვებულს

5 000 ლარი
5 გამარჯვებულს

დაგროვილ 50 ბილეთზე გათამაშდება 2 კაციანი საგზური ხმელთაშუა ზღვაზე

ავერსის დიდი გათამაშება გაიმართება 30 დეკემბერს რუსთავი 2-ის დილის ეთერში

(+995 32) 2-967-227

www.aversi.ge

ავერსი AVERSI

ავერსი გისურვებთ მოგებას ჯანმრთელობას და სულიერ სიმშვიდეს!

შინ თეა გობეჯიშვილი: „მინდა, ერთი რჩევა მივცე ყველას, ვინც ახალ სახლში აპირებს გადასვლას!“

ქორეოგრაფ თეა გობეჯიშვილს ხუთოთახიან სახლში სრული იდილია აქვს მოწყობილი. თბილისში, ყიფშიძის ქუჩაზე, ბინაში, რომელსაც რვა წელი ელოდა, ქმარშვილთან, დედასთან და თავის საყვარელ ძაღლთან ერთად სამი წლის წინ გადაბარგდა და ერთ წელში რემონტიც დასრულდა. სახლი ისეთი გამოვიდა, როგორიც თეას და მის ქმარს, ნიკა ლომიძეს ჰქონდათ ჩაფიქრებული. თითოეულ დეტალზე ბევრი იფიქრეს, იკამათეს, საბოლოოდ შედეგით კი ორივე კმაყოფილი დარჩა. ახლა უკვე ამ ბინაში ბევრი სახალისო ისტორია აქვთ დაგროვილი, რომლებსაც თეა „სარკეში“ სიამოვნებით იხსენებს.

თეა გობეჯიშვილი:

— სამი წელია ამ ბინაში ვცხოვრობთ. ხუთოთახიანია — კაბინეტი, სამი საძინებელი და დიდი მისაღები ოთახი აქვს. სახლს 8 წელი ველოდით, ნიტაზე ფეხმძიმედ ვიყავი, როცა მშენებარე ფართი ვიყიდეთ. ერთი წელიც გასარემონტებლად დაგვჭირდა.

— ბინის რემონტი ვინ ითავა?

— იმდენი ხანი ველოდით ბინის დასრულებას და იმდენჯერ გვიფიქრია, როგორი უნდა ყოფილიყო, რომ შემოვედით, ზუსტად ვიცოდით, რა უნდა გაგვეკეთებინა. დაგეგმილი გვქონდა, როგორ ფერებში გავაკეთებდით, ვისი ოთახი როგორი იქნებოდა. წინასწარ ვიცოდით, რომ ნიტას ოთახი ვარდისფერში უნდა გაგვეკეთებინა, ეს მისი სურვილი იყო, მე კი არ ვეთანხმებოდი. ახლა თავადაც აღარ მოსწონს ეს ფერი, მაგრამ ჯერჯერობით მაინც ვარდისფერ ოთახში ცხოვრობს. მე და ნიკამ ერთობლივად გადავწყვიტეთ, სახლი ასეთი ნათელი ყოფილიყო. ბევრი ხის დეტალია, რაც ძალიან მომწონს.

— სამზარეულოს და მისაღები ოთახის გაერთიანებაც ცოლქმრის ერთობლივი გადაწყვეტილება იყო?

— ძალიან ბევრი ვიფიქრე, სამზარეულო ღია გამეკეთებინა თუ დახურული, მაგრამ სივრცეს ვერაფრით შეველიე და მისაღებთან გავაერთიანე. შეიძლება უფრო პრაქტიკულია, როცა ცალკეა სამზარეულო, მაგრამ რატომღაც ასე ვამჯობინე.

— ესე იგი სივრცე გიყვართ?

— ძალიან. რატომღაც ჩემმა შვილმა, ნიკუშამ, გადაწყვიტა, მისი ოთახი ნაცრისფერ და შავ ფერებში ყოფილიყო. დანარჩენი, როგორც ხედავთ, ძირითადად ღია ფერებია, მათ შორის — აბაზანაც კი. მეორე აბაზანაში ყავისფერი ტონი შევიტანეთ, რომ სახლი მხოლოდ ერთ ფერში არ ყოფილიყო.

იატაკზეც ძალიან ბევრი ვიფიქრეთ, ვერ ვწყვეტდით, გრანიტზე გაგვეკეთებინა არჩევანი თუ ხეზე. ბოლოს მაინც გრანიტზე შევჩერდით, ამის გამო იატაკის ქვეშ გათბობის გაკეთება მოგვიწია, რაც ძალიან კარგი გამოდგა. ზამთარში ისე თბება, რომ ფეხშიშველი სიარულიც კი შეიძლება. ჩვენს ძაღლს, ჭინკასაც, უყვარს ის ადგილი, რომელიც უფრო მეტად თბება. ყველაზე თბილ კუთხეს ამოირჩევს ხოლმე და იქ წვება.

„რაღაცეებში ჩემი და ნიკას აზრები ერთმანეთს არ ემთხვეოდა და ასეთ დროს მესამე პირს ვეძახდით, რომელიც ყოველთვის ძალიან უხერხულ მდგომარეობაში ვარდებოდა. არ იცოდა, ვისთვის დაეჭირა მხარი. ამ ყველაფერზე ძალიან ვხალისობდით“.

— აივანზე ბაღი გაქვთ მოწყობილი. ყვავილები თქვენ მოაშენეთ?

— ყველაზე მეტად რაც მინდოდა და არ გამოგვივიდა, ეს არის უფრო დიდი აივანი. ძალიან მიყვარს ყვავილები, დილით რომ ვიღვიძებ, გავდივარ ჩემს პატარა აივანზე, სადაც უკვე ყვავილების ტევა აღარ არის და ერთი საათით მაინც ვჯდები. თუ სადმე რამე ყვავილს ვნახავ, მაშინვე წამოღება მინდება, მაგრამ ველარ მომაქვს, რადგან ველარსად ვდგამ. აივანს დილით მზე ადგება, ამიტომ ყავის ჭიქით გავდივარ და დიდხანს ვზივარ ჩემს ყვავილებთან, წყნარად ვაწყობ დღის გეგმებს. ეს პროცესი ჩემთვის ძალიან მნიშვნელოვანია. ჩემი საყვარელი საქმიანობა სწორედ ჩემს მცენარეებთან და ფიქრებთან დილაობით მარტო დარჩენაა.

— და ალბათ ეს არის მთელ სახლში თქვენი ყველაზე საყვარელი ადგილი.

— ამ სახლში ყველა კუთხეს თავისი დატვირთვა აქვს, ვერ გეტყვით, სად უფრო დიდხანს მიყვარს ყოფნა. ვიდრე 12 საათი გახდება, რატომღაც მისაღებში როიალის გვერდით რომ სკამებია, იქ ვჯდები და სტუმრებსაც იქ ვიღებ, მაგრამ გახდება თუ არა 12 საათი, დივანზე გადავინაცვლებ, რომ

ისტორიულ როიალთან

„აივანს დილით მზე ადგება, ამიტომ ყავის ჭიქით გავდივარ და დიდხანს ვზივარ ჩემს ყვავილებთან, წყნარად ვაწყობ დღის გეგმებს. ჩემი საყვარელი საქმიანობა სწორედ ჩემს მცენარეებთან და ფიქრებთან დილაობით მარტო დარჩენაა“.

სიახლე!!! ვცვლით! ძველ აპარატებს ახალ აპარატებზე
შვეიცარიული გლუკომეტრები 25 ლარად!
დიდი ფასდაკლება ქოლესტერინის აპარატზე.
აკონტროლეთ თქვენი ჯანმრთელობა!
მიოკარდიუმის ინფარქტს და ათეროსკლეროზს!
მის: ბორჯომის ქ. №4 (გერმანიის საელჩოს პირდაპირ)
ტელ: 235 44 05; 599 19 60 55. www.glucometer.ge

„ვიფიქრე, სამზარეულო ღია გამეკეთებინა თუ დახურული, მაგრამ სივრცეს ვერაფრით შეველიე და მისაღებთან გავაერთიანე".

ტელევიზორს ვუყურო. ამ სახლის ყველა კუთხისთვის გვაქვს გადანაწილებული დრო. საძინებელში ღამის 3-4 საათზე შევდივარ. ჩემი საძინებელი ძალიან მყუდროა და ამით კმაყოფილი ვარ.

— **როცა საძინებლის გაკეთებაზე ფიქრობდით, პრიორიტეტი რა იყო?**

— ფერი უნდა ყოფილიყო მშვიდი, რომელიც თეთრი დეტალებით იქნებოდა გაფორმებული. საძინებელში რომ შევდივარ, სრული სიმშვიდე მეუფლება.

— **სახლში ორი გარდერობის ოთახია. ამდენი ტანსაცმელი გაქვთ, რომ ეს აუცილებელი გახდა?**

— როცა აქ გადმოვდიოდით, ვთქვი, რომ აუცილებლად ორი საგარდერობე ოთახი უნდა ყოფილიყო. ამას გარდა, ჰოლშიც ძალიან დიდი კარადა გვაქვს. თუ სადმე სათავსოს გაკეთება შეიძლებოდა, ყველა კუთხეში გავაკეთე. ვიდრე აქ გადმოვიდოდით, ძალიან პატარა სახლში ვცხოვრობდით, ორ კარადაში მქონდა ყველაფერი გადანაწილებული და არასოდეს მყოფნიდა ადგილი. რაღაცის გამოღება რომ მინდოდა, ყველაფერი უნდა გადმომელაგებინა. თუ ოდნავ უხეშად მოვკიდებდი ხელს, შეიძლებოდა მთელი ტანსაცმელი ზედ გადმომყროდა. მიყვარს, როცა ტანსაცმელი ლამაზად არის დალაგებული. ახლა მართლა ძალიან ბევრი სათავსო გვაქვს, მაგრამ ვხვდები, რომ ბევრი ზედმეტი ნივთიცაა. ზოგი გადასაგდები მენანება, ზოგზე ვფიქრობ, იქნებ დამჭირდეს-მეთქი, მაგრამ წლები ისე გადის, ვერაფერში ვიყენებ. ამ ზამთარს ყველაფერს გადავარჩევ და ზედმეტ ნივთებს მოვიშორებ.

— **როცა სახლს არჩევდით, ადგილმდებარეობაც გაითვალისწინეთ?**

— ამას ძალიან დიდი მნიშვნელობა აქვს. აქ არასოდესაა ხმაური, ერთი მხრიდან ვერეს ხეობა გვაქვს, ამიტომ ზაფხულში აივანზე რა დროსაც უნდა გავიდეთ, გრილა. ეზოს მხარეს დილიდან გვაქვს მზე. სახლს მზე დღის ნებისმიერ მონაკვეთში ადგება, რაც ჩემთვის ძალიან მნიშვნელოვანია. თუ არ არის მზე, არ მაქვს ენთუზიაზმი. ქუჩის ხმაური და მტვერი რომ არ შემოდის, ეს ცალკე დიდი პლუსია. სულ მიკვირს, როგორ ცხოვრობენ ცენტრალურ ქუჩებზე. ალბათ ღამე ფანჯრებს ვერ აღებენ, რომ ჰაერი შევიდეს.

მეზობლებსაც ძალიან დიდი მნიშვნელობა აქვს. მე კი არაჩვეულებრივი მეზობლები მყავს. მთლიანობაში ყველა კომპონენტი, ყველა ნაწილი ძალიან აწყო-

→42

„ჩვენი საძინებელი ძალიან მყუდროა. აქ რომ შემოვდივარ, სხეული სიმშვიდე მეუფლება".

ბილი და დალაგებული.

— **სარკეები სივრცეს უფრო ადიდებს. ამის გამოა სახლში ამდენი სარკე თუ უბრალოდ გაპრანჭვა გიყვართ?**

— ძალიან იშვიათად ვიყენებ სარკეს. შეიძლება მთელი დღე ისე გავიდეს, ერთხელ ჩავიხედო. სახლში დიდი სარკეები მიყვარს, მაგრამ რამდენადაც კომფორტულია, იმდენად რთულად მოსავლელია.

— **ვატყობ, სახლში ყოფნა გიყვართ.**

— რაც დრო გადის, მით უფრო არ მიყვარს სახლიდან გასვლა. მეგობრები აქ ხშირად ვიკრიბებით, ასე უფრო კარგად ვგრძნობთ თავს. ადრე კი უმეტესად გარეთ გავდიოდით. ახლა არც ზედმეტი მუსიკა მიყვარს და არც — ხალხმრავლობა.

— **მეგობრებს რითი უმასპინძლდებით, თქვენი ნახელავით?**

— საჭმელებს არ ვაკეთებ. ნიკას უყვარს სამზარეულოში ტრიალი, განსაკუთრებით — ხორცის შეწვა. როცა კეთების ხასიათზეა, სამზარეულოში აუცილებლად გვერდით უნდა ვედგე. ერთობლივად ვამზადებთ, მისი ასისტენტი ვარ. დედაჩემს ჩემზე გაცილებით უკეთ გამოსდის სადილები. რაღაცეების კეთება ვიცი, მაგრამ ყოველდღიურად ნამდვილად არ ვტრიალებ გაზქურასთან. განსაკუთრებით არასოდეს გამომდიოდა ნამ-

ცხვრების ცხობა. ვგიჟდები, ისე მიყვარს, არაერთხელ ვცადე, მაგრამ ფირფიტები ნამდვილი უბედურება გამოდიოდა, ისეთი ხმელი იყო, რომ ვერანაირი კრემი ვერ შველოდა. ბევრი წვალების შემდეგ მივხვდი, რომ ეს ჩემი საქმე არ არის.

სახლის საქმეებიდან ყველაზე მეტად მტვრის გადაწმენდა მეზიზღება. თითოეული სუვენირი უნდა აიღო, გადაწმინდო და ხელახლა დაალაგო. ოღონდ ეს არ გამაკეთებინო და შემიძლია მთელი დღე ვაუთოო. ძალიან მიყვარს, როცა ტანსაცმელს ვაწიკწიკებ და ყველაფერს საკიდებზე ვკიდებ თავის ადგილზე. ეს ჩემთვის დიდი სიამოვნებაა.

— **ამ ანტიკვარულ როიალს რა ისტორია აქვს?**

— ასეთი როიალი მსოფლიოში მხოლოდ ორია. ნიკას აჩემება იყო, რომ გვეყიდა. მე არ ვუკრავ, ახლა ნიტა გვინდა მუსიკაზე შევიყვანოთ. ნიკა ისე გაგიჟდა და გადაიარია ამ როიალის ისტორიაზე, რომ ვიყიდეთ. როიალს მთელი მსოფლიო აქვს მოვლილი, მეორე მსოფლიო ომის პერიოდში მოსკოვს ვენამ გადასცა. ეს ერთი ეგზემპლარი ჩვენს სახლში მოხვდა. მისი ისტორია ნიკამ ზეპირად იცის. ვფიქრობთ, რესტავრაცია გავუკეთოთ თუ ასეთი სახე შევუნარჩუნოთ. გვენანება ხელის მოკიდება, ალბათ უმჯობესია, ასეთი დავტოვოთ. ზოგადად ძველი ნივთები არ მიყვარს, ისინი, რაც სხვების ოჯახებში იყო, ამიტომ შევეცადეთ, ყველაფერი ახალი გვქონოდა.

— **განსაკუთრებულად საყვარელი ნივთები თუ გაქვთ, რომელიც რაღაცას ან ვიღაცას გახსენებთ?**

— ამ სახლში რასაც კი ხედავთ, თითოეული ყვავილი, თითოეული დეტალი ჩემ-

„ძალიან მიყვარს, როცა ტანსაცმელს ვაწიკწიკებ და ყველაფერს საკიდებზე ვკიდებ თავის ადგილზე. ეს ჩემთვის დიდი სიამოვნებაა".

თვის ძალიან საყვარელია. ნებისმიერი ნივთის შერჩევა იმხელა სიხარული იყო, რომ არ ვიცი, ახლა რომელი მათგანი გამოვყო.

სახლის ექსტერიერ-ინტერიერზე რომ ვზრუნავდით, რაღაცეებში ჩემი და ნიკას აზრები ერთმანეთს არ ემთხვეოდა და ასეთ დროს მესამე პირს ვეძახდით, რომელიც ყოველთვის ძალიან უხერხულ მდგომარეობაში ვარდებოდა. არ იცოდა, ვისთვის დაეჭირა მხარი. ამ ყველაფერზე ძალიან ვხალისობდით, ყველაფერი თამაშს ჰგავდა. იმაზეც კი შეგვეძლო გვეკამათა, ერთი ტონით ღია ფერი შეგვერჩია თუ მუქი. რემონტის პროცესშიც კი ძალიან გვიყვარდა აქ მოსვლა. საღებავის ყუთებით სკამები და მაგიდა გვქონდა გაკეთებული. აქ რომ მოვდიოდით, ყავას ვსვამდით და მთელი დღეები ამ გაჯებში, მავთულებში ვისხედით.

— **სახლისთვის ფარდები იოლად შეარჩიეთ თუ ამაზეც ბევრი ფიქრი მოგიწიათ?**

„ნიტას სურვილი იყო, მისი ოთახი ვარდისფერში გაგვეკეთებინა, მე კი არ ვეთანხმებოდი. ახლა თავადაც აღარ მოსწონს, მაგრამ კერკერობით მაინც ვარდისფერ ოთახში ცხოვრობს".

— ფარდები ძალიან რთული თემაა, პირველ რიგში, იმიტომ, რომ კოლოსალური რაოდენობის არის საჭირო. ხშირად ხდება, რომ ისეთი არ გამოდის, როგორიც გვინდოდა, ან ერთი სანტიმეტრი გვაკლდება და ამიტომ ფუჭდება. ფარდები ბოლოს კეთდება და ამიტომ ბევრი დეტალის გათვალისწინება გიწევს. შერჩევაში უფრო მეტი ვიწვალეთ, ვიდრე სიამოვნება მივიღეთ. ეს ფარდები ძალიან უხდება ინტერიერს, მაგრამ დიდი სიამოვნებით შევცვლიდი.

მინდა, ერთი რჩევა მივცე ყველას, ვინც ახალ სახლში აპირებს გადასვლას: სანამ რემონტს ბოლომდე არ მიიყვანთ, არავითარ შემთხვევაში არ გადახვიდეთ! დარჩენილი საქმე დარჩენილად რჩება. რომ გადმოვედით, რაც გასაკეთებელი დაგვრჩა, ახლაც გასაკეთებელია. მეშინია, ბურთის ფორმის ჭაღებით არ დავრჩეთ დიდხანს. ამიტომ ჯერ ყველაფერი გაკეთდეს და მერე გადადით.

ჩვენ ძალიან ჩქარ-ჩქარა გადმოვბარგდით. ნიკამ აიტეხა, 2010 წელს ამ სახლში შევხვედროდით. ჩვენთვის დეკემბრის თვე ყველაზე რთულია, ამ დროს არავისთვის მცალია, მხოლოდ საქმით ვარ დაკავებული, მაგრამ ნიკამ აიჩემა, 30 დეკემბერს გადმოვსულიყავით. რეპეტიციიდან სახლში ღამის 3 საათზე აბსოლუტურად გაყინული დავბრუნდი და ნიკა დიდი ჩანთებით დამხვდა, გადავდივართო. არ მახსოვს, როგორ გადმოვედით, სად დავიძინეთ, სიხარულის შეგრძნება სულ არ მქონდა. მხოლოდ 2 იანვარს მივხვდი, რომ ახალ სახლში ვიყავი. ამ დღეს ყველა მეგობარი ჩვენთან მოვიდა ახალი სახლის მოსალოცად, მაგრამ ერთი თეფში და ჭიქაც კი არ აღმოგვაჩნდა, რომ სტუმრებს გავმასპინძლებოდით. მე და ნიკა გავიქეცით, ყველაფერი ვიყიდეთ. ახლა ეს ყველაფერი უკვე ძალიან კარგად მახსენდება.

„ჩემმა შვილმა, ნიკუშამ, გადაწყვიტა, მისი ოთახი ნაცრისფერ და შავ ფერებში ყოფილიყო. დანარჩენი ძირითადად ღია ფერებშია, მათ შორის — აბაზანაც. მეორე აბაზანაში ყავისფერი ტონი შევიტანეთ, რომ სახლი მხოლოდ ერთ ფერში არ ყოფილიყო".

✓ ქეთი დინოშვილი

ზაზა ბეჟაშვილი ჰამბურგში დისკოთეკიდან გამოაგდეს

მსახიობი ზაზა ბეჟაშვილი, მეტსახელით ზუზუ, მოგზაურობის დიდი მოყვარული გახლავთ. რასაც დიდი მოგზაურობა ჰქვია, ჯერ კიდევ წინ ელის — უახლოეს მომავალში ევროპასა და ამერიკაში ტურები აქვს დაგეგმილი. დასვენება ყველაზე მეტად თურქეთში მოსწონს, ამიტომ ზედიზედ 8 წელია იქ დადის. სტამბულელი ჯემილე ისე მოხიბლა, გოგონა სარწმუნოების შეცვლაზეც კი თანახმა იყო, მაგრამ...

მსახიობი იმაშიც გამოგვიტყდა, რომ ბოლო პერიოდში საელჩოების ფობია დასჩემდა. თუ რატომ, ამას ქვემოთ შეიტყობთ.

— ზუზუ, საიდან დაიწყო თქვენი მოგზაურობა?

— მე ვარ ის თაობა, რომელიც აფხაზეთს მოესწრო. არ მახსოვს, ბავშვობაში ზღვაზე ბათუმში წავსულიყავით, დედას სულ სოხუმსა და გაგრაში დავყავდით. დედაჩემი წასვლას ერთი თვე გეგმავს და ორ თვეში მიდის. მისგან განსხვავებით, ბებიაჩემი პირიქით იქცეოდა. ხვალ წავიდეთო, იტყოდა და მივდიოდით.

ჩემი პირველი მოგზაურობა მშობლებთან ერთად ზღვაზე წასვლა იყო. ყველაზე ცუდად სოხუმში ერთ-ერთი წასვლა მახსენდება. მატარებლით რომ ჩავედით, თვალები ისე სასწაულად ამტკივდა, მაშინვე უკან გამოვბრუნდით. ჩამოვედით თუ არა, ყველანაირმა ტკივილმა გამიარა. დღემდე არ ვიცი, რატომ ამტკივდა მაინცდამაინც თვალები.

— საზღვარგარეთ პირველად სად იმოგზაურეთ?

— ევროპაში. 18 წლის ვიყავი, როცა მეგობარს ჰამბურგში გავყევი. რაც ამ მოგზაურობიდან მახსოვს, ის გახლავთ, რომ პირველად „ექსტაზი" იქ, დისკოთეკაზე გავსინჯე. უზარმაზარ რიგში ჩავდექი, სამი საათი მაინც მომიწია ლოდინი, არ ვაჭარბებ, დერეფანი ხალხით იყო სავსე. ფეისკონტროლი რა იყო, ესეც მაშინ გავიგე პირველად, ყველას არ უშვებდნენ. ჩვენთან რომ „კრასინკებზე" თბებოდნენ, იმ პერიოდზე ვლაპარაკობ. „ექსტაზი" ბილეთში შედიოდა და მე, როგორც ხარბმა ადამიანმა, გადავყლაპე.

„ანტალიაში ქართული ტაძრის ნანგრევები ვნახე, სადაც ამჟამად მაღაზიებია და ვაჭრობაა გაჩაღებული. ძველ კედლებზე ფრესკები ჯერ კიდევაა შემორჩენილი, ამ ყველაფერზე ძალიან დამწყდა გული".

გაიხსნა თუ არა ეს ტაბლეტი, სიგარეტი მომინდა, რომ გავაბოლე, ქეჩში მომკიდეს ხელი და გარეთ გამომაგდეს. ამ კლუბში „ექსტაზის" მიღება შეიძლებოდა, სიგარეტი კი აკრძალული იყო. ვისაც „ექსტაზი" გასინჯული აქვს, მიხვდება, რას ნიშნავს, მისი ზემოქმედების ქვეშ სიგარეტს რომ გამოგგლეჯენ და გარეთ, სიცივეში გაგაგდებენ. ქართველებს ხომ ლაპარაკი გვეხერხება, ჰოდა, მეც „ჩავატარე ქართული", კლუბში მაინც შევბრუნდი და იმდენი ვქენი, ოთახიც ვიპოვე, სადაც სიგარეტს მოვწევდი.

— გასართობი ადგილების გარდა, ჰამბურგში ღირსშესანიშნაობები თუ დაათვალიერეთ?

— ვერ დავიბრალებ, რომ, სადაც ჩავდივარ, ღირსშესანიშნაობებს ვათვალიერებ. მოსკოვში კრემლთან არ მივსულვარ. ბაქოში გადაღებების გამო 3 თვე ვცხოვრობდი, რაღაც მაინც ხომ უნდა მენახა? მახსოვს, სოფიას ტაძრის სანახავად ძალით წამიყვანეს. ამ ღირსშესანიშნაობას თუ არ ნახავ, ბაქოელებს ძალიან აწყენინებ.

— ძირითადად რა მიზეზით გიწევთ საქართველოს დატოვება?

— ჩემი ახლანდელი გასვლები ძირითადად გადაღებებთანაა დაკავშირებული. 8 წელია თურქეთში დავდივარ. ეს ქვეყანა ჩემთვის ძალიან ახლობელი გახდა. მინდა, ევროპაში და ამერიკაშიც ვიმოგზაურო, მაგრამ ჯერჯერობით თურქეთში დასვენება ძალიან მსიამოვნებს. თურქეთში პირველად თეა გობეჯიშვილმა თავის ჯგუფ „ვერნისაჟთან" ერთად წამიყვანა. მაშინ მეორე კურსის სტუდენტი ვიყავი, თეასთან ვმეგობრობდი და სამ მიუზიკლში ჩამსვა. ცეკვა მე არ შემეძლო და სიმღერა, მაგრამ თეამ მაინც ამაცეკვა. დიდი მადლობა მას, რადგან პირველად სახალხოდ ამფითეატრში გამომიყვანა. თურქეთი ამის მერე იმდენად მომეწონა, რომ მას შემდეგ ყოველ წელს დასასვენებლად დავდივარ.

ჯგუფთან ერთად იქ ყოფნის დროს გარეთ საერთოდ ვერ გავდიოდი. ერთი დღე გვქონდა დასვენება, მაგრამ მე სასტუმროში დარჩენა მერჩივნა. ამ შემთხვევაში ძალიან ზარმაცი ვარ. ერთადერთი, სადაც ზარმაცი არ ვარ, გადასაღები მოედანია. ორი-სამი დღით ჩავლენ მოსკოვში და კრემლთან ფოტოს აუცილებლად იღებენ. საფრანგეთში გავლითაც რომ იყვნენ, ეიფელის კოშკთან სურათი უეჭველი უნდა გადაიღონ. მე კი ვინმემ თუ არ გადამიღო ფოტო, არც კი გამახსენდება.

— თურქეთში ვისთან ერთად ისვენებთ ხოლმე?

— მარტო ყოფნა ჩემთვის დასვენების კარგი საშუალებაა. თბილისში, აუზზე, ხშირად დავდივარ მარტო. ცოტა დარტყმული ადამიანი ვარ და თურქეთში მეორე წელს სრულიად მარტო გავემგზავრე. დავბოდიალობდი ქალაქში... როცა მარტო ხარ, ვიღაცეებს იძენ, არა — მეგობრებს, არამედ ნაცნობებს. მარტო აქედან მიდიხარ, თორემ იქ უკვე აღარ ხარ მარტო. სასტუმროები პატარა ქალაქებივითაა. ანტალიაში ქართული ტაძრის ნანგრევები ვნახე, სადაც ამჟამად მაღაზიებია და ვაჭრობაა გაჩაღებული. ძველ კედლებზე ფრესკები ჯერ კიდევაა შემორჩენილი, ამ ყველაფერზე ძალიან დამწყდა გული... გავაფრინე! პირველად რომ ვნახე, ჩემზე ძალიან იმოქმედა.

— რას ითვალისწინებთ მოგზაურობისას?

— მოგზაურობის დროს მეგობარზე ბევრია დამოკიდებული. ერთ მეგობართან დალევა მიყვარს, მეორესთან — საუბარი, მესამესთან — კაფეში ჭიქა ყავაზე დაჯდომა...

მოგზაურობა სპეციფიკური რამ გახლავთ. ადამიანი ძალიან კომფორტული უნდა იყოს, რომ მასთან ერთად სადმე გაემგზავრო. თეა გობეჯიშვილი კომფორტული ადამიანია, ისედაც კარგი აურა აქვს. საქართველოში ხშირად ვერიკო ტურაშვილთან ერთად ვმოგზაურობ, ძირითადად ბათუმსა და ქობულეთში. მე არაფერს ვგეგმავ, რადგან მივხვდი, რომ დაგეგმვას აზრი აღარ აქვს. ვერიკოს კი დაგეგმვა კარგად ეხერხება. მასთან ყველაფერი ხუთიანზე გამოდის, საუბარიც და მოგზაურობაც. ჩემს ქვეყანაშიც კი შეიძლება დილით ავდგე და ყავა სახლში არ დავლიო, ჩემი სახლის გვერდით მდებარე კაფეში შევიდე. საზღვარგარეთ ასეთი სიტუაცია ძალიან მიყვარს. ყველა როდის გაიღვიძებს, სად უნდა ველოდო?

„სიგარეტი მომინდა, რომ გავაბოლე, ქეჩში მომკიდეს ხელი და გარეთ გამომაგდეს. ამ კლუბში „ექსტაზის" მიღება შეიძლებოდა, სიგარეტი კი აკრძალული იყო... ქართველებს ხომ ლაპარაკი გვეხერხება, ჰოდა, მეც „ჩავატარე ქართული". კლუბში მაინც შევბრუნდი და იმდენი ვქენი, ოთახიც ვიპოვე, სადაც სიგარეტს მოვწევდი".

მოსკოვში ერთი პატარა კაფეა, სადაც სულ დავდივარ, იქ ყველაფერი გემრიელია, განსაკუთრებით კი ტკბი- ➔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

ლეული, რომელიც ძალიან მიყვარს.

— განსაკუთრებულად რომელი ქვეყნის ტკბილეული გიყვართ?

— თურქეთის ტკბილეული გამორჩეულად მიყვარს. იქ გადაღებების გამო 8 თვე მომიწია ყოფნა და თურქ გოგოსთან რომანიც გავაბი. იქაური ფახლავა ძალიან მიყვარდა და გიჟივით სულ იმას ვჭამდი, ხან მარწყვს ვაყრიდი ზემოდან და ხან რას. ამ გოგომ ნახა, რომ ფახლავაზე ვგიჟდებოდი, შენ რა იცი, ფახლავა რა არისო და ანტალიიდან სტამბულში საექსპორტო ფახლავა შეუკვეთა. მაშინ მივხვდი, რამხელა მნიშვნელობა აქვს ხარისხს.

— თურქმა გოგომ რითი მოგხიბლათ?

— ჯემილე სტამბულიდან იყო და ანტალიაში ისვენებდა. სასტუმროში გავიცანი. მომეწონა? ალბათ კი. ჯერ მას მოვეწონე, ჩემ მიმართ სითბო და მზრუნველობა გამოიჩინა. სტამბულელი გოგო იყო, კარგი გარეგნობით და გემოვნებით გამოირჩეოდა. ჩემგან ძირითადად სწყინდა, მაგრამ რა სწყინდა, ახლაც არ ვიცი. ანტალიაში რამდენჯერმე ჩამოვიდა. ორჯერ თბილისშიც კი ჩამომაკითხა. ტრაბახს ჰგავს, მაგრამ ფაქტია, რომ ჩამოვიდა. მე ხომ უხასიათო ადამიანი ვარ. თბილისში რომ ჩამოვიდა, აეროპორტში თეასთან ერთად დავხვდი და სულ მანიშნებდა, გაიღიმე, სირცხვილიაო. ჯემილე ურთიერთობის გასერიოზულებას ცდილობდა, სარწმუნოებასაც კი შევიცვლიო, მითხრა, მაგრამ დაშორება ჩავთვალე საჭიროდ. როგორც ახლა არ ვარ დიდი ბიჭი, არც მაშინ ვიყავი. ეს რომანი ჩემთვის თურქეთთან ასოცირდება.

— სხვა რომელ მოგზაურობას გაიხსენებდით, რომელმაც დაგიტოვათ მდიდარი მოგონებები?

— უკრაინაზე გიამბობთ. ერთხელ უბრალოდ წავედი, ერთხელ გადაღება მქონდა. საერთოდ ასეთი ადამიანი ვარ — არამხოლოდ ქალაქს, ადამიანსაც ძალიან რომ მიქებ ან მიძაგებ, მერე ცუდში აუცილებლად კარგს აღმოვაჩენ და კარგში ცუდს. ასე დამემართა უკრაინაზე. ძალიან მიქეს და

„კიევზე ვერ გადავირიე. აი, ოდესა კი ბევრად მომეწონა, საჩემო ქალაქია! უცებ გავშინაურდი... ზოგ ქალაქში მზეც კი სხვანაირად ანათებს და გათბობს, სხვანაირად თენდება და ღამდება".

რომ ჩავედი, კიევზე ვერ გადავირიე. აი, ოდესა კი ბევრად მომეწონა, საჩემო ქალაქია! უცებ გავშინაურდი... ზოგ ქალაქში მზეც კი სხვანაირად ანათებს და გათბობს, სხვანაირად თენდება და ღამდება.

— უკრაინამ ვერც თავისი ცნობილი ლამაზი ქალებით მოგხიბლათ?

— არ მახსოვს ქალაქი, სადაც მასობრივად ლამაზი ხალხი შემენიშნოს. დღის განმავლობაში ყველა გარბის და გამორბის. საღამოს კაფეში ან კლუბში რომ დაჯდები, იქ შეიძლება მიხვდე, იმ ქვეყანას როგორი ქალები ჰყავს. სლავური წარმოშობის ქალები რომ ლამაზები არიან, ეს უდავოა. მოსკოვში მასობრივად კარგი გოგონები არ შემინიშნავს. რუსი ვიზუალურად ან ძალიან კარგია, ან ძალიან ცუდი. ლანძღვა არ მიყვარს, მაგრამ ზოგი გოგო „ტუშონკაზე" დახატულ ღორს ჰგავს, ზოგი კი ძალიან ლამაზია.

— როგორც მივხვდი, საზღვარგარეთ კლუბებში სიარული ყველაზე მეტად გიყვართ.

— სადაც ჩავდივარ, მასპინძელი ყოველთვის კლუბებში მეპატიჟება. ალბათ ჯერ კიდევ მეტყობა, რომ თინეიჯერი ვარ, მაგრამ ის მომენტი არ მაქვს, რომ კლუბში წასვლა ძალიან მომინდეს. თურქეთში ღია ცის ქვეშ კლუბები ძალიან მომწონდა, სადაც ცოცხალი ორკესტრი უკრავდა. ასეთი სიტუაცია უფრო მომწონს, ვიდრე კლუბური მუსიკა. თუ „ექსტაზს" გადაყლაპავ, კლუბში გართობა კარგია. პროპაგანდას კი არ ვეწევი, ეს ჩვეულებრივი ამბავია. კლუბური მუსიკა ღვინის და არყის მუსიკა არ არის, ის იმ ტაბლეტზეა გათვლილი. 40 ბოთლ არაყს რომ დალევ, აუცილებლად აგრესიული ხდები, ამიტომაც ხდება კლუბებში ამდენი მკვლელობა და უბედურება, „ექსტაზის" მიღებით კი ეს გამორიცხულია.

„ჯემილე ურთიერთობის გასერიოზულებას ცდილობდა, სარწმუნოებასაც კი შევიცვლიო, მითხრა, მაგრამ დაშორება ჩავთვალე საჭიროდ. როგორც ახლა არ ვარ დიდი ბიჭი, არც მაშინ ვიყავი".

— ბაქოსთან რა მოგონებები გაკავშირებთ?

— ბაქოს ხშირი სტუმარი გახლავართ. ბოლოს რამდენიმე თვის წინ გახლდით იქ. საღამოც კი წამიყვანია ბაქოში, მიღებული სტუმარი ვარ. მიყვარს ქალაქები, სადაც თავს უცხოდ არ ვგრძნობ. თუ გაუცხოება ძალიან ვიგრძენი, ჩემს ქვეყანაში დაბრუნება მინდება.

— ასეთი გაუცხოება სად იგრძენით?

— ასეთი რამ პირველად მოსკოვში ვიგრძენი. ძალიან ცუდ სასტუმროში მომათავსეს. 21-ე საუკუნეში ასეთი სასტუმროები აღარ უნდა არსებობდეს. კომუნისტური „ეტაჟნიცები" ახლაც თვალწინ მიდგას. ვერ ვიტყვი, რომ ცუდი აურა ჰქონდა იმ სასტუმროს, რადგან ახლა ეს ყველაფერი კარგად მახსენდება. მსახიობი გადაღებაზე ჩავედი, ჯერ სასტუმრო არ მომეწონა და მერე მეტროში რომ ჩამაგდეს, იქ სულ გადავირიე! იქ ყველა მეტროთი დადის, რადგან ისეთი საცობებია, მანქანით საათობით მოგიწევს დგომა. ორი კვირა მოსკოვში, გადასასვლელზე ძაღლებით და კატებით რიგში მდგარი ხალხი... თავიდან ვერ მივხვდი, რა ხდებოდა, თავი ძალიან მარტო ვიგრძენი. იქ მცხოვრებ მეგობრებს სანამ არ დავურეკე, ჩვეულებრივი დეპრესია დამემართა.

მოსკოვში რომ ჩახვალ, თუ გინდა, მიხვდე, რომ ის კარგია, იქაურობა უნდა დაგათვალიერებინონ. მერე მეც ისე შემიყვარდა იქაურობა, მას შემდეგ კიდევ ვიყავი და გაზაფხულზეც ვაპირებ ჩასვლას. ძალიან კარგი პროექტი იგეგმება, რომელიც უკვე დამტკიცებისკენ მიდის.

— საზღვარგარეთ რესტორნებს თუ სტუმრობთ?

— ტკბილეულს თუ არ ჩავთვლით, გურმანობით არ გამოვირჩევი. ჩემმა მეგობრებმა თუ ახლობლებმა წინა დღეს იციან, მეორე დღეს რას შევჭამენ. მე კი ჭამაზე არასდროს ვფიქრობ, შეიძლება მოგბაძოთ და მეც მომინდეს ის, რასაც თქვენ მიირთმევთ. შეიძლება მომშივდეს, მაგრამ არ ვინატრებ, ამას ან იმას შევჭამდი-მეთქი. იტალიური სამზარეულო და იაპონური თევზეული ძალიან მომწონს.

— უცხო ქვეყანაში კარგი ორიენტაციის უნარი გაქვთ?

— არა, პირიქით. სადაც ჩავდივარ, არ არსებობს, არ დავიკარგო. ამ მხრივ ძალიან ცუდად მაქვს საქმე, ჩემი სადმე მარტო გაშვება არ შეიძლება. მოსკოვში მეტროში მარტო ჩასვლა ერთადერთხელ გავრისკე და მაშინაც დავიკარგე. ერთ-ერთ სადგურზე მეგობარი მელოდებოდა და ვერ მივაგენი. საბედნიეროდ, რუსული კარგად ვიცი, ხალხი არ დამზარდა და სასურველ სადგურზე ამომაღწევინეს. რა დამავიწყებს სადგურ „ლენინსკაიას" ქუჩას, იქ უნდა ამოვსულიყავი.

— შოპინგი მოგზაურობის შემადგენელი კომპონენტია. ეს საქმე რამდენად შედის თქვენს ინტერესებში?

— ამ საქმეში ქალივით ვარ, შოპინგი ძალიან მიყვარს. მეგობრებისთვის საჩუქრების შეძენა თან მიყვარს, თან ძალიან მიჭირს. სულ ვფიქრობ, მათ ისეთი რაღაც ვუყიდო, რაც, ზუსტად ვიცი, რომ მოეწონებათ. ჩემთვის ვილას რომ ვერ ვიყიდი, ხომ ხვდებით? ძირითადად ტანსაცმელს და ფეხსაცმელს ვყიდულობ. ყველაზე მეტად დიუთი ფრიში მიყვარს ნივთების ყიდვა, სიგარეტსაც კი იქ ვყიდულობ.

— თვითმფრინავით მგზავრობა მოგწონთ?

— თვითმფრინავის შიში არ მაქვს, აფრენაც მომწონს და დაფრენაც. არც ალკოჰოლს ვიღებ და არც დასაძინებელ აბს. შეიძლება ტურბულენტურ ზონაშიც მოვყოლილვარ, არ ვიცი. თვითმფრინავში მხოლოდ ის არ მომწონს, რომ სიგარეტს ვერ ვეწევი. დიდხანს არსად მიფრენია. ამერიკაში რომ გავფრინდები, აუცილებლად მოგახსენებთ, როგორია რამდენიმესაათიანი ფრენა.

— აპირებთ ამერიკაში გამგზავრებას?

— აუცილებლად. თუკი ვინმე ბავშვობის მეგობარი მყავს, ყველა იქაა და ძალიან უნდათ, მე ჩავიდე.

თქვენი ჟურნალის საშუალებით ყველა საელჩოს ვეუბნები: რომ მეხვეწონ, არსად დამრჩენი არ ვარ! თუ სპილბერგმა დამიძახა, დავრჩები, მაგრამ მოხუცებს მე იქ ვერ ვასეირნებ და რატომ უნდა დავრჩე სხვა ქვეყანაში? უახლოეს მომავალში აუცილებლად ვაპირებ იტალიაში წასვლას. რადგან ევროპაში ვიქნები, სხვა ქვეყნებსაც მოვივლი.

ბოლო დროს საელჩოებში შესვლის ფობია დამეწყო. წლების წინ ჰოლანდიის საელჩოდან უარით გამომისტუმრეს და ფობია მას შემდეგ დამეწყო. მართლა არაფერს ვიტყუებოდი და არც პასუხი მითხრეს, რატომ არ ჩამირტყეს ვიზა. ახლაც სულ მგონია, რომ რომელ საელჩოშიც უნდა შევიდე, უარს მივიღებ. კიდევ ერთხელ ვამბობ, თუ სასწაული არ შემომთავაზეს, სხვა ქვეყანაში დამრჩენი არ ვარ!

✓ **სოფიო ბოჭორიძე**

Cyan Magenta Yellow Black

ზანზიბარი – ქვის ქალაქი და ოქროსფერი უდაბნოები

ზანზიბარი აღმოსავლეთ აფრიკაში მდებარე ტანზანიის გაერთიანებული რესპუბლიკის ნახევრად ავტონომიური ნაწილია. კუნძული ინდოეთის ოკეანეში, მატერიკიდან 25-30 კმ-ში მდებარეობს და ზანზიბარის არქიპელაგისგან შედგება. არქიპელაგში ორი მოზრდილი (უნგუჯა და პემბა) და მრავალი მცირე ზომის კუნძულია.

ზანზიბარი ერთ დროს დამოუკიდებელი სახელმწიფო იყო. 1964 წელს ტანგანიკასთან (ტბა აღმოსავლეთ აფრიკაში) გაერთიანებით ტანზანიის ნაწილი გახდა, თუმცა დღემდე ინარჩუნებს მნიშვნელოვან ავტონომიას. ზანზიბარის დედაქალაქი, ზანზიბარსიტი, კუნძულ უნგუჯაზე მდებარეობს. ქვეყანაში წამყვანი რელიგია ისლამია. მოსახლეობაში არიან ქრისტიანებიც და ინდუსებიც.

კლიმატი

ზანზიბარისათვის ტროპიკული კლიმატია დამახასიათებელი. კუნძულზე ძირითადად ორი სეზონია. მარტიდან მაისის ბოლომდე გადაუღებლად წვიმს. მიუხედავად ამისა, ტემპერატურა 27 გრადუსზე დაბლა მაინც არ ჩამოდის.

მშრალი სეზონი სექტემბრიდან მარტამდე გასტანს და კუნძულზე სამოგზაუროდ საუკეთესო პერიოდია. გაითვალისწინეთ, ამ დროს ხშირ შემთხვევაში გაუსაძლისად ცხელა და მზისგან დამცავი საშუალებების გარეშე გარეთ გასვლა არ შეიძლება.

ფული

ზანზიბარის, ისევე როგორც ტანზანიის, ოფიციალური ვალუტა შილინგია. კუნძულზე ამერიკული დოლარის გარდა სხვა ვალუტით სარგებლობის იმედი ნუ გექნებათ.

რაც შეეხება ფასებს, ტურისტულ სეზონზე ყველაფერს ცეცხლი უკიდია. გაითვალისწინეთ, ხელის ქირის დატოვება აუცილებელი არაა, თუმცა თუ გაიმეტებთ და მომსახურე პერსონალს მაინც დაუტოვებთ, მაშინ იმავე დაწესებულებაში მეორედ შესულს მეფესავით მოგემსახურებიან.

ენა

ზანზიბარის სახელმწიფო ენებად სუაჰილი და ინგლისური ითვლება. სუაჰილი ბანტუს ენათა ჯგუფს განეკუთვნება, დამწერლობისათვის კი ლათინურ ანბანს იყენებენ. თუ მათ ენაზე მისალმებას ისწავლით, დიდად მადლობლები დაგრჩებიან.

რაც შეეხება ინგლისურს, ადგილობრივების უმრავლესობა ამ ენას მშვენივრად ფლობს, ამიტომ კუნძულზე თავის გატანა არ უნდა გაგიჭირდეთ.

გადაადგილება

ზანზიბარში მოხვედრა სიძნელეებთან დაკავშირებული ნამდვილად არ არის. ტურისტების უმრავლესობა კუნძულზე ჩასვლას გემით ამჯობინებს, თუმცა არც თვითმფრინავით მგზავრობა წარმოადგენს პრობლემას, ოღონდ ჯერ ტანზანიის დედაქალაქ დოდოამაში მოგიწევთ ჩაფრენა, იქიდან კი კუნძულზე მოხვედრას გემით, ნავით ან სულაც ავტობუსით შეძლებთ.

რაც შეეხება მატარებელს, ის მხოლოდ ტანზანიის ორ ქალაქს, დარ-ეს-სალაამსა და კიგოს შორის მოძრაობს.

კუნძულზე მანქანის დაქირავება ყველაზე კარგი გამოსავალია. ზანზიბარში საკმაოდ ცუდი გზებია და წვიმიან ამინდში ჯიპის ტიპის ავტომობილის დაქირავებას გირჩევთ.

ზანზიბარში ყველაზე პოპულარული სატრანსპორტო საშუალება ე.წ. დალალას მინი ავტობუსებია. ისინი კერძო საკუთრებას წარმოადგენს, საოცრად იაფი და ჩვეულებრივ ავტობუსთან შედარებით კომფორტულია. ტაქსებიც კერძო მფლობელობაშია და მძღოლთან ფასზე მოლაპარაკებაც არ გაგიჭირდებათ. ტურისტულ სეზონზე კუნძულზე ყველაზე დიდი მოთხოვნა სწორედ ტაქსებზეა, ამიტომ ამ პერიოდში მათი ფასი იზრდება.

■ ზანზიბარი

■ ქვის ქალაქი

სამზარეულო

ზანზიბარის სამზარეულოს ტრადიციული კერძების უმრავლესობა ბრინჯითა და სხვადასხვა ბურღულეულით მზადდება. მათ შემდეგ კი პოპულარულია ხორცი და ზღვის პროდუქტები. როგორც ამბობენ, კუნძულ ზანზიბარზე დაგემოვნებული ზღვის პროდუქტები შეუდარებელია.

ტრადიციული კერძებიდან პირველ ადგილზეა შვრიის ფაფა უგალი. მოხარშული იხვის ხორცი კი დელიკატესს წარმოადგენს და ძირითადად დღესასწაულებზე ამზადებენ ხოლმე.

ზანზიბარში ვერასოდეს იტყვით უარს, დააგემოვნოთ ხილის წვენები, რომელთაც სადილის შემდეგ აუცილებლად მოგართმევენ. ადგილობრივები ნებისმიერი ხილის წვენს „სქოშს" ეძახიან. სასმელებიდან ჩაი და ყავა ერთნაირად მოთხოვნადია. ალკოჰოლს რაც შეეხება, ძირითადად უცხოეთიდან შემოაქვთ.

ღირსშესანიშნაობები

მრავალკილომეტრიანი პლაჟებისა და ოქროსფერი უდაბნოების საოცარმა პეიზაჟებმა ზანზიბარი ტურისტებისათვის ქვეყნის ერთ-ერთ ყველაზე მიმზიდველ ადგილად აქცია. კუნძულზე აშოლტილი პალმების ფონზე თეთრი სახლებია ჩამწკრივებული. იქაურობა გაგაოცებთ თავისი სისუფთავით, ეს განსაკუთრებით ქუჩაში სიარულისას იგრძნობა. გემები სანაპიროდან შორს ჩერდებიან, ამიტომ გარემო დაბინძურებული არაა.

დიდი სიცხის დროს იქაურობა თითქოს კვდება, ხალხი ისვენებს ყველგან — ტერასებზე, მანქანებში, ხეებისა და ბუჩქების ჩრდილში. საღამოობით მოსახლეობა, განსაკუთრებით კი ახალგაზრდები, პარკში იკრიბებიან.

ტურისტებზე საოცარ შთაბეჭდილებას ახდენს ადგილობრივთა წეს-ჩვეულებები და ადათები. მაგალითად, გარკვეულ დღეებში ოკეანის სანაპიროები ივსება ახალგაზრდა და მოხუცი მამაკაცებით, რომლებიც ერთმანეთის მიყოლებით ნელ-ნელა წყალში შედიან, თითოეული მათგანი შუბლს ისველებს და ოკეანეს ძღვენს სწირავს, უმეტესად — ქოქოსს.

ზანზიბარის დედაქალაქის, ზანზიბარ სიტის ისტორიული ცენტრი — ქვის ქალაქი — მსოფლიო კულტურული მემკვიდრეობის ძეგლთა სიაშია შეტანილი. ქვის ქალაქი სამხრეთ აფრიკის საზღვაო-სავაჭრო ქალაქების ნათელი მაგალითია.

უსაფრთხოების წესები

ზანზიბარში ყოფნისას, კრიმინალური თვალსაზრისით, უსაფრთხოების დაცვა აუცილებელია. ღამით გარეთ გასვლას მოერიდეთ. საზოგადოების თავშეყრის ადგილებში ტერორისტული აქტები თითქმის ყოველდღიურად ხდება.

მძარცველებისათვის ყველაზე სასურველ ნივთს პირადობის დამადასტურებელი მოწმობა წარმოადგენს, რომელსაც დანაშაულის ჩადენისას უპრობლემოდ იყენებენ. სიფრთხილე გმართებთ უჩვეულო და ველური ჯიშის ცხოველებთან, რომლებიც ყოველ ნაბიჯზე შეიძლება შეგხვდეთ. გარდა ამისა, ზანზიბარში მოკრძალებულად უნდა ჩაიცვათ.

უბის წიგნაკი

ქვეყანა — ტანზანია;
კუნძული — ზანზიბარი;
დედაქალაქი — ზანზიბარ სიტი;
მოსახლეობა — 1.303.569;
ფართობი — 2,650 კვ,კმ;
ოფიციაური ენა — სუაჰილი, ინგლისური;
ოფიციალური ვალუტა — შილინგი.

✓ მოამზადა თათია ბოჭორიძემ

Cyan Magenta Yellow Black

როცა მეგობრად ცხვრის ქურქში გახვეული მტაცებელი გყავს...

„დაქალის შვილის დაბადების მოწმობაში მამად ჩემი ქმარი ეწერა"

„გაგიჟებული დაქალთან შევვარდი და ყელში ვწვდი, ეს როგორ გამიკეთე-მეთქი. ჩემი დედამთილი კრუხივით აეფარა. უკვე ყველაფერი აშკარა გახდა. ქმარმა, დედამთილმა და დაქალმა შეთქმულება მომიწყვეს, გამწირეს, შეურაცხმყვეს, ცხოვრება დამინგრიეს, იძულებული გამხადეს, ოჯახიდან წავსულიყავი".

„ზედმეტად ახლო ურთიერთობა დასანგრევადაა განწირული“, — პირადი მწარე გამოცდილების მაგალითზე ამბობს ჩვენი რესპონდენტი, ახალგაზრდა ქალი მარიკო. ბავშვობის მეგობარმა ქალმა, რომელიც თავის დროზე სიბრალულის გამო დაიახლოვა და დროთა განმავლობაში მისი ცხოვრების ნაწილად იქცა, არნახული ღალატი ჩაიდინა. მეგობარს ქმარი წაართვა. ამ დანაშაულს ხელშემწყობები თავად მარიკოს ოჯახში ჰყავდა — ღალატში დედამთილის ხელიც ერია, უფრო მეტიც, შესაძლოა მისი სცენარითაც განხორციელდა. რომ შეთქმულება მოაწყვეს და უშვილობით ისედაც ტრავმირებულ ქალს ცხოვრება დაუნგრიეს.

მარიკო:

— ლიასთან ბავშვობიდან ვმეგობრობდი. დასავით სულ გვერდით მყავდა. უფრო მეტიც, ჩემს დას არ ვუთმობდი იმდენ ყურადღებას, რამდენსაც ლიას. გაჭირვებული ოჯახიდან იყო, მამა ლოთი და გაუბედურებული ჰყავდა, დედა — უნიათო. თვითონაც დედას ჰგავდა. არც თავის დაცვა შეეძლო და არც თავის გატანა, ისეთი საბრალო იყო. მათ ოჯახს ხან მეზობლები უმართავდნენ ხელს, იშვიათად — ნათესავები.

დედაჩემს ლია ძალიან ებრალებოდა. მაიძულებდა, მისთვის ჩემი ტანსაცმელი მეჩუქებინა. უნდოდა, სიკეთის კეთებას მივეჩვეოდი. ერთხელაც კაბა მიმაცემინა, რომელსაც იშვიათად ვიცვამდი, იმდენად მიყვარდა, ჩასაცმელად მენანებოდა. დედა კი ისე მომიდგა და დამმოძღვრა სიკეთეზე, რომ წინააღმდეგობა ველარ გავუწიე და კაბა ლიას დავუთმე. მან კი ყოველდღიურად ამოიცვა, არც უფრთხილდებოდა. მერე დიდხანს მწყდებოდა გული.

დედის მეთოდმა ნაყოფი გამოიღო და წლების მერე ქველმოქმედება ჩვევად მექცა. ლიასთვის არაფერი მენანებოდა, ლუკმას ვუყოფდი, ვიხდიდი და ვაძლევდი. დედა უკვე წუხდა, ზღვარი დაკარგე, შენთვისაც დაიტოვე, ასე არ შეიძლებაო. ჩემი და კი სულ მებუტებოდა, ყველაფერი ლიასთვის გინდაო. მეგობარი თამუნა მაფრთხილებდა, ლია ყველაფერში გბაძავს, შენი შურსო. მე კი სიბრალულით ვიყავი დაბრმავებული და ამას ვერ ვამჩნევდი. პირიქით, მეგონა, თამუნას შურდა ჩვენი ურთიერთობის და განგებ ამბობდა. ამის გამო თამუნა, როგორც მეგობარი, დავკარგე. ლია კი უფრო მივიჯაჭვე.

— **მიჯაჭვულობაში რას გულისხმობთ?**

— უიმისოდ ნაბიჯს ვერ ვდგამდი, სწყინდა. ყველგან კუდივით მყავდა გამობმული. ბოლოს ისე გამოვიდა, ვერაფერს ვუმალავდი, შეიძლება ითქვას, ყველა საკითხში ანგარიშს ვაბარებდი.

— **ამას გავალდებულებდათ თუ ხათრს ვერ უტეხდით?**

— მავალდებულებდა კიდეც, მაგრამ ამას აშკარად არ გამოხატავდა. სტუდენტი რომ გავხდი, მამამ მანქანა მიყიდა. ჩემ გვერდით ადგილი თითქოს დაჯავშნული ჰქონდა, არავის სვამდა, თავად იყო დასკუპებული. მარტო ველარსად დავდიოდი. ამხანაგები ღიზიანდებოდნენ. მეუბნებოდნენ, ეგ გოგო ლატარიაში ხომ არ გერგოო. მის გამო ბევრი დავიმდური, მეგობრები კი დავკარგე.

— **ბუნებრივად მიგაჩნდათ, მეგობარი გოგო კალთაზე რომ გყავდათ გამობმული?**

— უკვე ჩვევად მქონდა და ვერ ვხვდებოდი, რომ მეტისმეტს ვაკეთებდი. დროთა განმავლობაში, გამოცდილებასთან ერთად, სხვა გადმოსახედი იხსნება და სხვაგვარად საზღვრავ. ჯერ ერთი, საჭირო არაა, ვინმე შენი გულის ყველა კუნჭულში ჩაახედო და მეორეც, ზედმეტად ახლო ურთიერთობა დასანგრევადაა განწირული.

— **გამოდის, რომ პირადული არაფერი გქონდათ, ლიას ყველაფერს უმხელდით.**

— დიახ, ასე გამოვიდა. წარმოიდგინეთ, პაემანზეც კი დამყვებოდა. ამის გამო რამდენიმე თაყვანისმცემელი დავკარგე.

— **თავადაც დაჰყვებოდით ლიას პაემანზე?**

— უჩემოდ თავს კომფორტულად ვერ გრძნობდა, ამიტომ მისივე თხოვნით დავყვებოდი, თუმცა სერიოზული ურთიერთობა არავისთან ჰქონია.

— **გათხოვება როგორ მოახერხეთ?**

— 26 წლის ვიყავი, დაჩის რომ გავყევი. ერთხანს მეგობრების წრეში ვხვდებოდი, მერე ერთმანეთი შეგვიყვარდა. თავადაც ძმაკაცებთან ერთად უყვარდა სიარული, ამიტომ ჩემ გვერდით ლიას ზედმეტობა არ იგრძნობოდა. სულ რამდენჯერმე შევხვდი განცალკევებით და ხელიც მთხოვა. მისმა მშობლებმა კეთილად მიმიღეს.

ქორწილის დღე დავთქვით და მზადებას შევუდექით. დაჩიმ მეჯვარეებად ორი ძმაკაცი დაასახელა. ასე რომ, მეც ორი მეჯვარე უნდა მყოლოდა. ერთი, თავისთავად ცხადია, ლია იქნებოდა, ხოლო მეორე მეჯვარედ ჩემი კურსელი მანონი ავირჩიე, რაზედაც ლიამ თავი გაიგიჟა. მანონიზე იეჭვიანა, სცენები მომიწყო, იტირა, ჩემზე მეტად გიყვარსო. ანგარიში გავუწიე და მანონის მეჯვარეობისგან თავი შევიკავე, შევპირდი, შვილი რომ შემეძინება, მოგანათვლინებ-მეთქი. ჩემმა დამ მითხრა, ლიას შენი გათხოვება ეკალივით ესობა გულზე და შურისგან ტირის, მანონი მხოლოდ საბაბიაო. მის ნათქვამს ყურადღება არ მივაქციე. შევუტიე კიდეც, ლიას სულ ნუ ექიშპები-მეთქი.

— **ქორწილმა როგორ ჩაიარა?**

— შესანიშნავი წვეულება გვქონდა. ყველა სტუმარი გაერთო და კმაყოფილი დარჩა. როგორც ამბობდნენ, საუკეთესო პატარძალი ვიყავი. კრემისფერი საპატარძლო კაბა მეცვა, მინდვრის ფერადი ყვავილებისგან შეკრული თაიგული მეკავა. ლიაც ძალიან ლამაზად გამოიყურებოდა, დაიჩემა, თეთრი კაბა უნდა მეცვასო. უთხრეს, პატარძალს არ აცვია თეთრი კაბა და სხვა ფერი აირჩიეო, მაგრამ არ შეისმინა. კაბა თავად შევურჩიე და ვუყიდე, სალონშიც ერთად გავიკეთეთ ვარცხნილობა... ბოლოს ისე გამოვიდა, რომ დაჩის სტუმრებს, ვისაც ნანახი არ ვყავდი, პატარძალი ის ეგონათ. თეთრ კაბაში გამოწყობილი ქერა კულულებიანი ქალიშვილი თეთრი ვარდების თაიგულით ხელში მართლაცდა პატარძალს ჰგავდა.

— **არ გწყენიათ, მეჯვარე პატარძლის ამპლუაში რომ გამოჩნდა?**

— ლია ძალიან მიყვარდა, ალბათ საკუთარ თავზე მეტადაც, ამიტომ არ მწყენია. მსგავს რეაქციებზე მხოლოდ ვიღიმებოდი და ლიას ვეუბნებოდი, ისე გულმოდგინედ გილოცავენ გათხოვებას, ახლა შენი ჯერიამეთქი. ლია ქათინაურებს იფერებდა, გახარებული ჩანდა.

— **გათხოვების შემდეგ დაქალისთვის იმდენად ველარ მოიცლიდით. ლია ამ ფაქტს როგორ შეხვდა?**

— მუშაობა დაიწყო და ნაწილობრივ გადაიტანა ყურადღება. ყოველდღე ტელეფონით მესაუბრებოდა, შაბათ-კვირას გვსტუმრობდა. დაჩისთან ერთად თუ სადმე გავიდოდი, დაგვყვებოდა. ჩემი ქმრის მშობლებთან ადვილად გამონახა საერთო ენა, რჩევებსაც იძლეოდა, ოჯახის წევრივით გახდა.

— **თქვენ როგორააწყვეთ ქმართან ურთიერთობა, ოჯახური ცხოვრება?**

— ქმარი მიყვარდა და მის მავნე ჩვევებს მნიშვნელობას არ ვანიჭებდი. თუ რამეს არ მოვიწონებდი, იქვე ვფიქრობდი, რომ არც მე ვარ უნაკლო და უნიკალური. თავადაც არ ვუქმნიდი პრობლემებს. ორივე ვმუშაობდით, შინ საღამოს ვბრუნდებოდით. დედამთილი ცხელ კერძებს გვახვედრებდა.

დაჩი დედისერთა იყო და მშობლები თავს ევლებოდნენ. თავადაც ჭკვიანი შვილი იყო, თუმცა ზოგჯერ დედასთან ჩხუბობდა, ცხარედ კამათობდა და მერე მთელი კვირა არ ელაპარაკებოდნენ ერთმანეთს. თავისებურად ორივე მართალი იყო, ამიტომ ორივესი მესმოდა, ვერც ერთს ვამტყუნებდი. არ მომწონდა ის, რომ საკითხს მშვიდობიანად ვერ წყვეტდნენ. ვერც იმას ვეგუებოდი, რომ დაჩი, მიუხედავად თავისი პროტესტისა, მაინც დედაზე იყო დამოკიდებული. მისი

გავლენა ყოველ ფეხის ნაბიჯზე იგრძნობოდა.

— **თქვენ აღიარებდით დედამთილის დომინანტობას ოჯახში?**

— ვთვლიდი, რომ უფროს ადამიანს პატივი უნდა სცე, მაგრამ ეს მის ჭკუაზე სიარულს არ ნიშნავს. ჩემი ქმრის ხათრით ბევრს ვითმენდი. კონფლიქტური არ ვარ და შესაბამისად ყოველგვარ პრობლემას მშვიდობიანად ვაგვარებდი.

— **მაშ, რა გახდა ქმართან განხეთქილების მიზეზი?**

— რვა წელი შვილი არ შეგვეძინა, ამას ავადმყოფურად განვიცდიდი. პირველი ორსულობა ემოციურ ნიადაგზე შემიწყდა. საშინელი სიზმარი ვნახე, ვითომ დაჩის კლავდნენ. ყვირილის ხმამ გამაღვიძა. სიზმარი ცხადში ამერია, დაფეთებული წამოვხტი, დაჩი და დედამისი ჩხუბობდნენ. სანამ გავერკვიე, რა ხდებოდა, სისხლდენა დამეწყო. საავადმყოფოში გამაქანეს და ნაყოფი მომაცილეს. მას შემდეგ დაორსულება გამიჭირდა. დედამთილს ექიმბაშებთან დავყავდი. რამდენჯერმე ხელოვნურ განაყოფიერებას მივმართე, რაც ხან უშედეგოდ მთავრდებოდა, ხანაც სავალალოდ. ნაყოფს მხოლოდ სამ თვემდე ვინარჩუნებდი. ექიმები წოლით რეჟიმს მინიშნავდნენ, ამიტომ სამსახური დავტოვე.

დედამთილი წუხდა, ჩემს მკურნალობაზე დიდი თანხა რომ იხარჯებოდა. წუწუნებდა, საჭმლის ფული აღარ გვრჩებაო. წუწუნი ჩვევად ექცა. მის გვერდით ვერ გაჩერდებოდი, დილიდანვე ამ თემაზე ჩიოდა. არადა მამამთილიც და დაჩიც მუშაობდნენ და საკმარისი შემოსავალი ჰქონდათ, რომ შიმშილით არ მოვმკვდარიყავით. თანაც სამკურნალო თანხას ჩემები მაძლევდნენ, დედამთილს კისერზე არ ვაწვებოდი. ერთი მხრივ, ჩემს უშვილობას განვიცდიდი და, მეორე მხრივ, დედამთილის გაუთავებელ წუწუნს.

— **ფსიქოლოგების რჩევით, ჯობია, ამ პრობლემის მქონე ქალმა უშვილობაზე ნაკლები იფიქროს, ვინაიდან განცდებით თავადვე უშლის ხელს დაორსულებას.**

— ძალიანაც რომ მომენდომებინა, ამაზე ფიქრს ვერ ავიცდენდი, რადგან დედამთილი ერთთავად ჩემს უშვილობაზე აკეთებდა აქცენტს, სულ ვაი-ვუის იძახდა, თითქოს ჭერი ენგრეოდა თავზე. რომ გათენდებოდა, საძინებლიდან გამოსვლა აღარ მინდოდა. დამინახავდა თუ არა, მაშინვე ჩართავდა... სულ ნეგატიური ემოციების გარემოცვაში ვიყავი, სახლში გაჩერება აღარ მინდოდა.

— **თქვენი ქმარიც ძალიან განიცდიდა უშვილობას?**

— დაჩის ახალგაზრდული სული ჰქონდა, ცხოვრებას ოპტიმისტურად უყურებდა. უშვილობაში ტრაგიკულს ვერაფერს ხედავდა. მანუგეშებდა, ცხოვრება წინ არის და თავის დროზე მოგვეცემაო. ჩემი დედამთილი კი მის დამოკიდებულებას ვერ იტანდა და საყვედურობდა, ყველაფერს ჰაიჰარალედ უყურებ, პატარა კი აღარ ხარო. ერთხელაც ველარ მოვითმინე და შევეპასუხე, თქვენთვის ხომ არაფერი დამიშავებია, ქმარს ჩემ წინააღმდეგ რატომ განაწყობთ-მეთქი (თქვენობით ველაპარაკებოდი). ამაზე გაგიჟდა და გადაირია, რას მკადრებო. ორი კვირა საწოლიდან არ ამდგარა, თავწაკრული იწვა. იქით მომიწია ბოდიშის მოხდა.

შეპასუხება მაინც არ მაპატია და მას შემდეგ ამითვალწუნა, მაგრამ ამას აშკარა ფორმით არ აკეთებდა. ოთახიდან რომ გავიდოდი, თავისთვის დუდღუნებდა. მერე ახალი აკვიატებები დაეწყო, ჩემი თანდასწრებით ყველა თავისი ნაცნობის რძლებს აქებდა ასეთი ტექსტით — აი, რა ყოჩაღი გოგოა, ქმარ-შვილსაც უვლის და დედამთილ-მამამთილსაცო, აი, იმ კაცს რა კარგი ცოლი შეხვდა, ქმარს სამი შვილი აჩუქა, ამასაც ბედი უნდაო... თავს დამცირებულად და შეურაცხყოფილად ვგრძნობდი. ლიაზეც მეუბნებოდა, ჩააცმევ, დაახურავ და თვალი უკეთესს ვერ ინატრებს, კარგი საჯიშე გოგოაო. ლიასთვის პირშიც უთქვამს, ამისთანა გოგო რატომ არ თხოვდები, რა ბედნიერი იქნება ის ოჯახი, სადაც შეხვალ, ჯიშიან შვილებს გაუჩენო.

— **ალბათ ძალიან გწყინდათ, დედამთილი მეგობარს რომ გიპირისპირებდათ.**

— დედამთილისგან რაღა უნდა მწყენოდა მეტი, ლიასგან მწყინდა. ჩემი დედამთილის ქათინაურებს იფერებდა, სიხარულისგან ბრწყინავდა. არადა შესანიშნავად იცოდა, რაც ჩემს თავს ხდებოდა. მე მანუგეშებდა ხოლმე, რას იზამ, სხვები უარესს იტანენო, ჩემს დედამთილს კი ლამის ფეხქვეშ ეგებოდა, სულ უცინოდა და ეფერებოდა.

მერე წარმოუდგენელი რამ მოხდა — მოულოდნელად ლია დაფეხმძიმდა. სამი თვის შემდეგ ტირილით გამომიტყდა, ფეხმძიმედ ვარო. შეყვარებული არ ჰყავდა. ისე გავოგნდი, არც მიკითხავს, შვილს ვისგან ელოდა. მუცელი რომ გამეზრდება, მამაჩემი მომკლავსო, მოთქვამდა, მე კი ვუყვავებდი, ნუ გეშინია, შენ გვერდით მიგულე, შვილის

„მამამთილმა მთხოვა შენდობა, მოინანია, ულირსი შვილი გავზარდე და ცოლსაც ვერ მოვუარეო".

გაზრდაში დაგეხმარები-მეთქი. მერე მითხრა, რომ გაიგო, ვისგან დავფეხმძიმდი, შენც მომიძულებ და წიხლს დამაჭერო. ისტერიკაში იყო. არასოდეს მოგიძულებ-მეთქი, ვპირდებოდი. ერთ ავარდნილ და უსაქმურ ბიჭს უყვარდა და მასზე ვიფიქრე, ალბათ ჩემი საწყალი დაქალი შეაცდინა და მიატოვა-მეთქი. ზედმეტ კითხვებს არ ვუსვამდი, გული რომ არ სტკენოდა. ჩემი დედამთილიც გულშემატკივრობდა. მუცელი რომ გაეზარდა, ნება დართო, ჩვენს სახლში ეცხოვრა. ამის გამო დედამთილისგან თავს დავალებულად ვგრძნობდი. ვამბობდი, რაც უნდა მითხრას, აღარ მეწყინება-მეთქი.

— **ლიას მშობლებმა შვილის ფეხმძიმობის შესახებ ვერ გაიგეს?**

— ეგონათ, ლია მივლინებაში იყო წასული და მის ამბავს მხოლოდ ტელეფონით კითხულობდნენ. ერთი სიტყვით, სანამ არ იმშობიარა, ჩვენს სახლში იმალებოდა. ჩემი დედამთილი თავს დასტრიალებდა, პატრონობდა, მუცელზე ეფერებოდა. მისთვის წვენებსაც წურავდა, საგანგებოდ სადილებს უმზადებდა. ფულზე რომ აღარ წუწუნებდა, მიკვირდა. ვუყურებდი და ვფიქრობდი, ასეთ ქალს შვილიშვილი როგორ არ უნდა ვაჩუქო, ჩემი დაქალის ფეხმძიმობით როგორ ხარობს-მეთქი. თურმე ნუ იტყვით და, ყველაფერი მშვენივრად სცოდნია... მშობიარობის თანხაც გაიღო, მე კი მითხრა, სესხად იყოსო. ბავშვისთვის საჭირო ნივთები შევიძინე და ოთახიც მოვუწყვე.

— **თქვენი ქმარი იმ დროს როგორ იქცეოდა, ისიც აქტიურობდა?**

— საკმაოდ დაბნეული იყო, ახლოს არ გვეკარებოდა. მეგონა, ჩვენი უშვილობის გამო სევდა ახლაღა მოაწვა-მეთქი. იმას როგორ ვიფიქრებდი, რომ ჩემს დაქალთან შესცოდა.

— **სიმართლე როდის შეიტყვეთ?**

— ლია ჩვილთან ერთად ჩვენს სახლში წამოვიყვანეთ. ჩემი დედამთილი დაჰპირდა, მშობლებთან გიშუამდგომლებო. დაჩიმ მითხრა, მივლინებაში მგზავნიანო და ქალაქიდან გავიდა. მეორე დილით სახლის დალაგებას შევუდექი და მაგიდაზე ბავშვის დაბადების მოწმობა ვნახე, რომელშიც მამად ჩემი ქმარი ეწერა... გაგიჟებული ლიასთან შევვარდი და ყელში ვწვდი, ეს როგორ გამიკეთე-მეთქი. ჩემი დედამთილი კრუხივით აეფარა. უკვე ყველაფერი აშკარა გახდა. ქმარმა, დედამთილმა და დაქალმა შეთქმულება მომიწყვეს, გამწირეს, შეურაცხმყვეს, ცხოვრება დამინგრიეს, იძულებული გამხადეს, ოჯახიდან წავსულიყავი.

— **მამამთილი არ გიხსენებიათ. მან რა პოზიცია დაიკავა, შეთქმულებას მხარი დაუჭირა?**

— დაჩის მამა ბუნჩულა კაცი იყო. ოჯახში თავჩახრილი დადიოდა, ცოლს არაფერში ეწინააღმდეგებოდა. მისი ზედმეტი სიტყვა არავის ახსოვდა, ხოლო სიმართლე რომ გაიგო, საშინლად გამწარდა, ცოლს აუმხედრდა, ამ უზნეობას ხელი როგორ შეუწყვეო და შინიდან წავიდა, 70 წლის ასაკში ცოლს გაეყარა.

— **დაჩიმ თუ მოინანია თქვენ წინაშე, რაც ჩაიდინა?**

— თუ შეგიძლია, შემინდეო, მთხოვა. თავი გარემოების მსხვერპლად წარმოაჩინა, მაგრამ მისი სიტყვის უკვე აღარ მჯერა, მისი დანახვაც კი არ მინდა. საშინელება ის კი არ არის, რომ ასე დამემართა, არამედ ის, რომ ყველაფრის მიმართ ნდობა დავკარგე, აღარც სიყვარულის მწამს და აღარც მეგობრობის. მამამთილმაც მთხოვა შენდობა, მოინანია, ულირსი შვილი გავზარდე და ცოლსაც ვერ მოვუარეო. საშინელ დღეში ჩავარდა. ცოლს რომ არ გაყროდა, მასაც არ დავუჯერებდი. მადლობა ღმერთს, რომ იმ ოჯახში ერთი კეთილსინდისიერი ადამიანი მაინც გამოჩნდა, რომელმაც ჩემი მდგომარეობა გაითავისა და მხარი დამიჭირა. მის ადამიანურ თანაგრძნობას არასოდეს დავივიწყებ!

✓ ნანა კობახიძე

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

მიიღეთ
ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

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

კანის მოვლა შემოდგომაზე

შემოდგომის დადგომასთან ერთად, კანი უფრო მშრალი ხდება. მიზეზი ისაა, რომ ზაფხულში ულტრაიისფერი სხივების ზემოქმედების გამო ბევრი ტენი დაკარგა. ამას ემატება შემოდგომის სეზონისთვის დამახასიათებელი ტემპერატურის ცვლილება, ხშირი ქარი, რომლებიც კანზე არასასურველად მოქმედებენ. აქედან გამომდინარე, მას განსაკუთრებული მოვლა ესაჭიროება.

განწმენდა

შემოდგომაზე კანის გამწმენდი პროცედურების ბოროტად გამოყენება არ ღირს. მაგრამ თვეში 1-2-ჯერ აუცილებელია კანის გარქოვანებული ნაწილაკებისგან გასუფთავება. ამ მიზნისთვის გამოდგება თიხის ნიღბები.

2 სუფრის კოვზ თიხას 3 სუფრის კოვზი სუფთა წყალი და 1 ჩაის კოვზი გლიცერინი დაუმატეთ. ნარევი სახეზე თხელ ფენად დაიდეთ, დაელოდეთ, სანამ გაშრება. შემდეგ თბილი წყლით ჩამოიბანეთ.

კვირაში 2-ჯერ, მაკიაჟის მოცილების შემდეგ, სახე ნატურალური ლოსიონით გაიწმინდეთ. ალოეს 2-3 ფოთლისგან წვენი გამოწურეთ და 2-3 სუფრის კოვზი თბილი წყლით გააზავეთ. ის რამდენიმე პროცედურისთვის საკმარისია. ლოსიონი ოთახის ტემპერატურაზე შეინახეთ.

დატენიანება

კვირაში ერთხელ, უმჯობესია ცხელი აბაზანის მიღების შემდეგ, სახე და დეკოლტეს მიდამო ბანანის ნიღბით დაატენიანოთ. 1/2 ბანანისგან პიურე გააკეთეთ, 1/2 ჩაის კოვზი ნებისმიერი მკვებავი კრემი, 1 წვეთი ლიმონი და 1 წვეთი ზეითუნის ზეთი შეურიეთ. ნარევი სახეზე 30 წუთი დაიტოვეთ, შემდეგ თბილი წყლით ჩამოიბანეთ და კრემი წაისვით.

შინაური რეცეპტები

მშრალი კანისთვის

გოგრის ერთი ნაჭერი ცოტა წყალში მოხარშეთ. შემდეგ რბილობი დასრისეთ და 1 ჩაის კოვზი არაჟანი დაუმატეთ. 20 წუთის შემდეგ სახე თბილი წყლით ჩამოიბანეთ.

დამსკდარი კანისთვის

ქორფა სტაფილო წვრილად გახეხეთ. 2 სუფრის კოვზ სტაფილოს 1 სუფრის კოვზი ლიმონის წვენი და 1 სუფრის კოვზი არაჟანი (ან მცენარეული ზეთი) დაუმატეთ. ნარევი კანის პრობლემურ ნაწილებზე წაისვით.

მკვებავი ნიღაბი

2 სუფრის კოვზი ხაჭო, 1 კვერცხის გული და ცოტა ზეითუნის ზეთი აურიეთ. ნიღაბი სახეზე 15-20 წუთი დაიდეთ, შემდეგ თბილი წყლით ჩამოიბანეთ. დღეგამოშვებით გაიმეორეთ. კურსი 2-3 კვირაა.

კანის სიგლუვისათვის

2 ვაშლი გახეხეთ და 1 სუფრის კოვზი სახამებელი შეურიეთ. სახეზე, დეკოლტესა და მთელ სხეულზე წაისვით. 20 წუთის შემდეგ შხაპის ქვეშ ჩამოიბანეთ და მკვებავი კრემი გამოიყენეთ.

იზრუნეთ ხელებზე

შემოდგომაზე განსაკუთრებულ ყურადღებას ითხოვს ხელები. ამ პერიოდში კანი იქერცლება და მშრალი ხდება. ეს რომ არ მოხდეს, კვირაში ერთხელ ხელებზე კარტოფილის ნიღაბი გაიკეთეთ.

2 კარტოფილი მოხარშეთ, დასრისეთ, 50 მლ რძე და 1 სუფრის კოვზი ზეითუნის ზეთი დაუმატეთ. ყველაფერი აურიეთ. ნარევი ხელებზე 15 წუთი დაიდეთ, შემდეგ წყლით ჩამოიბანეთ და მკვებავი კრემი წაისვით.

რჩევა. შემოდგომაზე აუცილებელია ორგანიზმის გაძლიერება ვიტამინების დახმარებით. აფთიაქში შეიძინეთ კომპლექსი, რომელიც A ვიტამინს (კანს ელასტიკურს ხდის),B ჯგუფის ვიტამინებს (გარემოს მავნე ზემოქმედებისგან იცავს) და E ვიტამინს (ნაოჭების წარმოქმნას ანელებს) შეიცავს. ასევე საჭიროა მიიღოთD ვიტამინი, რომელიც კანის ტონუსს იცავს, სიგლუვეს უნარჩუნებს. შედეგები გაამყარეთ პროდუქტებით, რომლებიც აღნიშნულ ვიტამინებს შეიცავენ.

E ვიტამინის წყაროა ნუში, თხილი, პარკოსნები, ღვიძლი, ბროკოლი, ისპანახი, ქაცვი, მცენარეული ზეთები, წიწიბურა.

B ჯგუფის ვიტამინებს შეიცავს ნიგოზი, კვერცხის გული, შვრია, ჭვავის ფაფა.

D ვიტამინის წყაროა თევზის ქონი, კვერცხის გული, ნაღების კარაქი, არაჟანი ღვიძლი.

A ვიტამინის შემცველია არაჟანი, ზეითუნის ზეთი, ღვიძლი, ნაღების კარაქი, ტკბილი წიწაკა, ასკილის წვენი.

სად შევინახოთ კოსმეტიკა?

ფიქრობთ, კრემის ადგილი აბაზანის ოთახშია? ცდებით. იქ მაღალი ტენიანობაა, რაც ბაქტერიების განვითარებისთვის იდეალური გარემოა. გარდა ამისა, ჩაკეტილ სივრცეში ორთქლისა და საშრობისგან ხშირად ძალიან ცხელა. არც ფანჯრის რაფაზე და არც საწოლთან ტუმბოზე არ ღირს კოსმეტიკის შენახვა სინათლის გამო. სინათლე — მზის იქნება თუ ელექტრონის, ამას არსებითი მნიშვნელობა არ აქვს. ერთიც და მეორეც მასზე დამღუპველად მოქმედებს. კოსმეტიკაზე ცუდად აისახება ტემპერატურის მერყეობაც. მაშ, სად შევინახოთ?

კრემები, განსაკუთრებით თვალის ირგვლივ წასასმელი და ნატურალური, უმჯობესია ყოველთვის მაცივარში ინახებოდეს. ნატურალური კოსმეტიკა შეიცავს უჯერ ცხიმმჟავებს, რომლებიც ოთახის ტემპერატურაზე ძალიან მალე მჟავდებიან. ვინაიდან ნატურალურ კოსმეტიკაში კონსერვანტები არ არის, ისინი შეძენიდან ნახევარი წლის განმავლობაში უნდა გამოიყენოთ, რადგან, როგორც წესი, ძალიან მალე ფუჭდება.

თიხის ბაზაზე დამზადებული მშრალი ნიღბები ოთახის ტემპერატურაზე ინახება მშრალ და ბნელ ადგილას, ხოლო ცხიმის ბაზაზე დამზადებული — მაცივრის პირობებს საჭიროებს.

პომადა შეიძლება ოთახის ტემპერატურაზე არაუმეტეს 2 წლისა იდოს. თუ მაცივარში შეინახავთ, ეს მის ვარგისიანობის ვადას გაზრდის.

წამწამების ტუში იმავე პირობებს ითხოვს, რასაც პომადა, მაგრამ მისი ვადა ბევრად უფრო ხანმოკლეა. ხმარებიდან ნახევარ წლის შემდეგ გამოცვალეთ. საქმე ის კი არ არის, რომ 6 თვის შემდეგ გამოშრება და წამწამებს კოშტად დაეფინება, არამედ ამ დროის განმავლობაში შეიძლება მასში ბაქტერიების მასა დაგროვდეს. კონიუნქტივით რომ არ დაავადდეთ, ჯაგრისი დროდადრო თბილი წყლითა და ანტიბიოტიკური საპნით გარეცხეთ.

ტონალური კრემი წყალ-ზეთის ბაზაზე მაცივარში ბნელ ადგილას შეინახეთ. მისი ვარგისიანობა არაუმეტეს 2 წლისაა.

სუნამოს, ტუალეტისა და პარფიუმერის წყალს ოთახის ტემპერატურაზე, გრილ ადგილას ვინახავთ. სითბო არომატს აუარესებს. მაღალ ტემპერატურაზე აორთქლება იზრდება და შესაძლებელია მაღალი ნოტები „გაფრინდნენ“. უმჯობესია სუნამო თავისივე კოლოფში დატოვოთ. ასე მზის სხივისგან დაცული იქნება, რომელიც არომატის ფორმულაზე დამანგრეველად მოქმედებს. ბევრის რჩევით, უმჯობესია სუნამო მაცივარში ინახებოდეს, მაგრამ სიცივემ შეიძლება მისი ფორმულა შეცვალოს, გარდა ამისა დიდია ალბათობა, რომ არომატს სხვადასხვა სუნი „მიეკრობა“. შეფუთული სუნამოს ვარგისიანობის ვადა 3 წელია, გახსნილის — 6 თვიდან 1,5 წლამდე.

ფრჩხილების ლაქი კარგად ინახება ბნელ და გრილ ადგილას, მაგრამ არა — მაცივარში. დაბალი ტემპერატურის დროს შუშის შიგნით გაცივებული ორთქლისგან შეიძლება წყალი წარმოიქმნას, რაც ლაქის თვისებას გააუარესებს. ყურადღება მიაქციეთ, რომ ლაქის ფლაკონი კარგად თავდახურული იყოს. სხვაგვარად გასქელდება და ფრჩხილებზე ცუდად დაეფინება. ასევე მნიშვნელოვანია ფლაკონის ყელზე ლაქის წვეთი არ დარჩეს — სახურავის ჰერმეტულად დახურვას ხელს შეუშლის. შუშის ყელი ზედმეტი ლაქისგან აცეტონში დასველებული ბამბით გაწმინდეთ. ლაქი ერთი წელი ინახება, თუმცა ამ ვადის გასვლის შემდეგაც, თავის თვისებებს არ კარგავს.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

Cyan Magenta Yellow Black

ზედმეტი ჭამა პატარებისათვის სახიფათოა!

ადრე მიაჩნდათ, რომ ბავშვი ფუმფულა უნდა ყოფილიყო — წითელი ლოყებითა და ბევრი ნაკეცით. ეს ნორმად და იმის ნიშნად ითვლებოდა, რომ პატარა ჯანმრთელი გახლდათ. დღეს ამ საკითხისადმი დამოკიდებულება მნიშვნელოვნად შეიცვალა. ჩაპუტკუნებული ჩვილი სულაც არ ნიშნავს, რომ მისი ჯანმრთელობა წესრიგშია.

გასაგებია, რომ პატარა ასაკში საქმე გაცხიმოვნებასთან არ გვაქვს, მაგრამ წონის სიჭარბე შეიძლება სხვადასხვა პრობლემის განვითარების მიზეზი გახდეს.

გთავაზობთ რამდენიმე მნიშვნელოვან რჩევას, რომლებიც დედიკოებს დაეხმარებათ, ამ საკითხში უკეთ გაერკვნენ.

ჩვილი სწორად ვკვებოთ

საინტერესოა, რა იგულისხმება სწორ კვებაში. თავდაპირველად უნდა აღინიშნოს, რომ ჭარბი წონის განვითარების ალბათობა მეტია ხელოვნურ საკვებზე მყოფი პატარებისთვის. როგორც წესი, ბუნებრივ კვებაზე მყოფი ჩვილები წონაში ზომიერად იმატებენ და დედისა და შვილის დუეტი ბუნებრივად არეგულირებს ამ პროცესს. ბავშვი ჭამს იმდენ რძეს, რამდენიც მისთვის საჭიროა, მაგრამ არსებობენ ისეთი ჩვილებიც, რომელთა წონაც ნორმას აჭარბებს. დაკვირვებების შედეგად დადგინდა, რომ ასეთი პატარები ძირითადად იმ დედებს ჰყავთ, რომლებსაც ორსულობის პერიოდში ხანგრძლივი გულძმარვა ან მაღალი არტერიული წნევა აწუხებდათ.

თუ ჩვილი ხელოვნურ კვებაზეა, უაღრესად მნიშვნელოვანია, რამდენად სწორად და კვალიფიციურადაა შერჩეული ხელოვნური მინარევი. საკვები რაც უფრო ახლოსაა დედის რძესთან, ბავშვისთვის უკეთესია. განსაკუთრებით ეს ეხება რძის შაქარს — ლაქტოზას. დედის რძეში ლაქტოზას რაოდენობა ცვალებადია და იმის მიხედვით იცვლება, თუ რა სახის საკვები აქვს მიღებული დედას.

პირველი წესი — რძის მინარევი არ უნდა იყოს ზედმეტად ტკბილი. ზედმიწევნით უნდა იყოს დაცული მისი მომზადების წესი და დოზირება, ანუ უნდა გაითვალისწინოთ ინფორმაცია, რომელიც მითითებულია საკვების ეტიკეტზე.

მეორე წესი — ნუ გადააჭარბებთ სადღეღამისო ნორმას. არსებობს სპეციალური ფორმულები, რომელთა მიხედვით პედიატრი ჩვილის სადღეღამისო ნორმას საზღვრავს. არის შემთხვევები, როცა ბავშვი იმაზე მეტის ჭამას ითხოვს, ვიდრე საჭიროა. ასეთ დროს არ მიიღოთ გადაწყვეტილება თვითნებურად, პედიატრთან კონსულტაციის გარეშე.

მესამე წესი — არამარტო საკვების, არამედ საწოვარა ბოთლის შერჩევაც მნიშვნელოვანია. თუ ბოთლი გონივრულად არაა შერჩეული, მაღალია ალბათობა, რომ პატარამ ნორმაზე მეტი ჭამოს. ეს კი ჭარბი წონის განვითარებას შეუწყობს ხელს.

მეოთხე წესი — ნუ იჩქარებთ დამატებითი საკვების მიცემას. საერთაშორისო ჯანდაცვის ორგანიზაციის რეკომენდაციით, ექვს თვემდე ჩვილისთვის დამატებითი საკვების მიცემა სავალდებულო არ არის. თანამედროვე ადაპტირებული მინარევები მაქსიმალურადაა მიახლოებული დედის რძესთან და პრაქტიკულად ყველა იმ აუცილებელ ნივთიერებებს შეიცავენ, რომლებიც ბავშვის ნორმალური ზრდა-განვითარებისთვისაა აუცილებელი. თუ ბავშვის წონაში ნამატი ნორმალურია, დროზე ადრე დამატებითი საკვების მიცემა არ ღირს. მას შემდეგ, რაც პატარა უფრო აქტიური გახდება (დამოუკიდებლად მოძრაობს, თავისუფლად ტრიალდება და მყარად ზის), რაციონში დამატებითი საკვების ჩართვა უკვე საჭიროა.

მეხუთე წესი — ნუ განაწყენდებით, თუ შვილმა თქვენ მიერ საგულდაგულოდ მომზადებული ფაფა ან სუპი ბოლომდე არ შეჭამა. საგანგაშო არაა, თუ ბოლო ორ ლუკმაზე უარს ამბობს. ერთი რამ კი აუცილებლად უნდა დაიმახსოვროთ — არ შენიშნოს, რომ ამის გამო ნერვიულობთ, რადგან ხშირად პატარები ამით მანიპულირებენ და საკვებთან მიმართებაში ზედაპირული დამოკიდებულება უვითარდებათ, რაც სასურველი არ არის.

მეექვსე წესი — ნუ დააძალებთ! დავაძალოთ თუ არა პატარას ჭამა? ამ კითხვაზე ერთმნიშვნელოვანი პასუხის გაცემა რთულია. არსებობს სხვადასხვაგვარი სიტუაცია, მაგალითად, შესაძლოა ჭამის დროს ისე გაერთოს რაღაცით, რომ ჭამის სურვილი გაუქრეს. მეორე შემთხვევაში ბავშვი შესაძლოა უკვე დანაყრებული იყოს. ნებისმიერ შემთხვევაში გასათვალისწინებელია, რომ ძალდატანებით ჭამის შემთხვევაში მაღალია რისკი, რომ ბუნებრივად დაითრგუნოს პატარას დანაყრების რეფლექსი და ჩამოყალიბდეს მავნე ჩვევა, აუცილებლად ბევრი ჭამოს. ეს კი იმის მანიშნებელია, რომ რეალური საფრთხის წინაშე ვდგებით — შესაძლოა ზედმეტმა წონამ იჩინოს თავი.

დედიკოებო! კარგად დაიმახსოვრეთ შემდეგი: არავითარ შემთხვევაში გადააჭარბოთ, გახსოვდეთ, რომ ჯანმრთელ ჩვილს ჯანმრთელი მადა აქვს. თუ ნორმის მიხედვით იკვებება, აქვს ნორმალური ნამატი, ე.ი. ყველაფერი წესრიგშია. თუ რამე სახის დარღვევაა, დროულად მიმართეთ სპეციალისტს, რათა შვილები პრობლემებისგან დაიცვათ.

ვუმკურნალოთ თუ არა სურდოიან ბავშვს

სამწუხაროდ, ბავშვები უფროსებთან შედარებით ბევრად რთულად იტანენ ცხვირით სუნთქვის გაძნელებას. სურდო ერთ-ერთი უსიამოვნო ჩივილია, რომლის მკურნალობა აუცილებელია. ასე თვლიან ექიმები, რადგან ცხვირით სუნთქვის პროცესის დარღვევა უარყოფითად მოქმედებს ბავშვის ზოგად მდგომარეობაზე.

როდესაც სურდოს განვიხილავთ, ვლაპარაკობთ მისთვის დამახასიათებელ სამ სიმპტომზე — ცხვირიდან გამონადენი, ე.წ. გაჭედილი ცხვირი და ცხვირის ღრუს ლორწოვანის გაღიზიანება (ხშირი ცემინება და ქავილი). ჩამოთვლილი სიმპტომები შესაძლოა განვითარდეს სიცივის, ქიმიური ნივთიერებების, მტვრის მიკრობების, ვირუსების ზემოქმედებით, რომლებიც ცდილობენ, ცხვირის ლორწოვანს მიემაგრონ. საპასუხოდ ფართოვდება ცხვირის სისხლძარღვები, მატულობს სეკრეცია.

სურდოს დროს, პირველ რიგში, მისი წარმოშობის მიზეზი უნდა დადგინდეს, შემდეგ კი ცხვირიდან ჭარბი გამონადენის შემცირებაზე და ნორმალური სუნთქვის პროცესის აღდგენაზე უნდა ვიზრუნოთ.

წელიწადის ცივ პერიოდში სურდოს ყველაზე გამოკვეთილი და ხშირი მიზეზი ვირუსული ან ბაქტერიული ინფექციაა. ეს მდგომარეობა ყველა მშობლისთვის კარგადაა ნაცნობი. პროცესის ალაგებისთვის რამდენიმე დღეა საჭირო. არის შემთხვევები, როდესაც სურდო ხანგრძლივდება — თითქოს გაციებისთვის დამახასიათებელი სიმპტომები ქრება, მაგრამ ცხვირით ნორმალურად სუნთქვის აღდგენის პროცესი გვიანდება.

გარკვეული დროის შემდეგ შესაძლოა თავი იჩინოს თვალების სიწითლემ და ცრემლდენამ. ასეთ შემთხვევაში საუბარია ალერგიულ რინიტზე, რომელიც სხვადასხვა ფაქტორების ზემოქმედებით მწვავდება. მაგალითად, გაზაფხულზე მცენარეების ყვავილობის პერიოდში მათი მტვერით, წელიწადის ნებისმიერ დროს ქიმიური ან პარფიუმერულ-კოსმეტიკური საშუალებებით, შინაური ცხოველების ბეწვით...

სასურველია, სურდოს მკურნალობა დავიწყოთ ცხვირის მარილიანი ხსნარით ჩამორეცხვით, მაგალითად, ზღვის მარილის ან ფიზიოლოგიური წყლის საშუალებით. გარდა იმისა, რომ ცხვირის ლორწოვანიდან ბაქტერიებს ჩამორეცხავს, გაღიზიანებულ ცხვირის ლორწოვანსაც დაამშვიდებს.

გარდა იმისა, რომ ჭარბი გამონადენის გამო პატარას უჭირს სუნთქვა, მას არ შესწევს უნარი, დამოუკიდებლად გამოისუფთაოს ცხვირი. ამისათვის არსებობს სპეციალური გამოსატუმბი საშუალებები, რომლებიც ამ პროცესს ბევრად აიოლებს.

თუ ცხვირიდან გამონადენის სიუხვის გამო ბავშვი უარს ამბობს ჭამაზე, ვერ ახერხებს დაძინებას, ჭირვეულობს და უჩივის თავის ტკივილებს, შეგიძლიათ გამოიყენოთ სისხლძარღვების გამაფართოებელი საბავშვო ცხვირის წვეთები, რომლებიც რამდენიმე საათით მდგომარეობას ამსუბუქებს. ოღონდ მათი ხშირი და ხანგრძლივი მიღება დაუშვებელია, რადგან არსებობს რისკი, პატარა წამალდამოკიდებული გახდეს. ეს კი ნამდვილად არ არის სასურველი.

✓ მოამზადა ნათია ტოტიკაშვილმა

Cyan Magenta Yellow Black

დავით გაგუა: „სვანები ყველაზე კარგი მშობიარეები არიან“

ცნობილი გინეკოლოგი მელოგინე ქალებს ანეკდოტებს უყვება

ცნობილი ექიმი-გინეკოლოგი, დავით გაგუა, მშობიარე ქალებისა და მათი ქმრების გადამკიდე, ისეთ კურიოზულ სიტუაციებში ხვდება, რომ ძალაუნებურად მათ ანეკდოტებად აქცევს ხოლმე. ამაში გურული გენებიც უწყობს ხელს. მხიარულ ამბებს თავისი პრაქტიკიდან გინეკოლოგი „სარკის“ მკითხველებსაც უყვება.

— **ბატონო დავით, იუმორი რამდენად მნიშვნელოვანია თქვენს ცხოვრებაში?**

— იუმორს ჩემს ცხოვრებაში დიდი ადგილი უკავია. ამის გარეშე ალბათ შეუძლებელია ცხოვრება. გურული კაცი ვარ და ეს კიდევ ერთი დამატებითი ფაქტორია იუმორის კარგი შეგრძნებისათვის. იუმორი ხომ გენეტიკურია და მე, გურულ კაცს... თუმცა კახელებს რომ იუმორი აქვთ, ისეთი ყველას შეშურდება. ადამიანი რომ კარგ ხასიათზე იყოს, ამაზე ყველაფერი მოქმედებს — ქვეყნის წარმატება, კარგად ჩატარებული ოპერაცია, ჩიტების ჭიკჭიკი და ა.შ.

— **ძალიან სერიოზული პროფესია გაქვთ, მაგრამ იუმორის ხასიათზე ალბათ პაციენტებიც ხშირად გაყენებენ თავიანთი ქცევით.**

— ხანდახან ისე განვიცდი პაციენტების ამბავს, რომ შეუძლებელია, სულ იუმორის განწყობაზე იყო. ამას შეიძლება დაემატოს ოჯახური, პირადი თუ სამშობლოსთან დაკავშირებული უსიამოვნება, რამაც სულ დაგიკარგოს ეს გრძნობა. მშობიარეები კი არცთუ იშვიათად მამხიარულებენ. ხან ჩხუბობენ.

— **ვის ეჩხუბებიან?**

— ყველას. ქმრებზე ჩხუბობენ ხშირად, ეს რა დღეში ჩამაგდე, ჯერ მოვიდე სახლშიო. ექიმებსაც ეჩხუბებიან. ჰგონიათ, რომ არ ეხმარები. გვეუბნებიან ხოლმე, თქვენ რა იცით, მე როგორ მტკივა, ერთი შენ იწვე ჩემს ადგილზეო. ამ დროს იმას უნდა მიაქციო ყურადღება, რა ტიპის ადამიანია მშობიარე, როგორ იქცევა, როგორი ფსიქოლოგიური მდგომარეობა აქვს. შეიძლება, რომ გაიცინო, იმაზე გაბრაზდეს. ვეუბნები, შენ რა დღეშიც ხარ, ამაზე უამრავი ადამიანი ოცნებობს-მეთქი. რამდენი ქალია, რომელიც გათხოვილი არ არის, რამდენი გათხოვილია და არ ორსულდება. რამდენია, რომ ორსულდება და ჯანმრთელ შვილს ვერ აჩენს. ამ დროს კი შენს მშობიარობას ვიღაცას ამადლი! ხშირად მითქვამს, ყველაფერი კარგად გაქვს და რატომ ხარ უმადური-მეთქი. ზოგს ვეხუმრები, შენ პირველად მშობიარობ და მე, იცი, რამდენჯერ ვარ ნამშობიარები-მეთქი. მხოლოდ ფიზიკური მდგომარეობა ხომ არ არის?! საშინლად განმიცდია და მართლა მათთან ერთად გადამიტანია მშობიარობა.

> **„ერთხელ ბავშვის მამამ მკითხა, რამდენ ხანში დაიბადებაო. ვუთხარი, სამ საათში-მეთქი. ქალმა ოთხი საათის შემდეგ იმშობიარა. კაცმა ჩხუბი დამიწყო, როგორ დამაკარგვინე დრო, აქამდე სამსახურში ვიქნებოდი და ფულს ვიშოვიდიო“.**

საერთოდ, როცა მშობიარეს ძალიან სტკივა, ეს კარგია. ექიმები ამას კარგ ტკივილს ვუწოდებთ. მაგალითად, კითხვას ვსვამთ, როგორ სტკივაო და, თუ დიდი ტკივილია, ვამბობთ, ძალიან კარგად სტკივაო. როცა ტკივილი სუსტია, ეს ცუდია, რადგან ამ დროს საშვილოსნოს ყელი არ იხსნება და მშობიარობა ხანგრძლივდება. ერთს ვუთხარი, რა კარგია, რომ გტკივა-მეთქი და გაგიჟდა, რატომ მეუბნებით ასე, რა ირონიული ხართო. ამის მერე ვაკვირდები, ვის გაუხარდება ჩემი გაღიმება და ვის — არა. ერთს თუ სწყინს, მეორეს უხარია, რომ უღიმი.

> **„მეგრელი, გურული და იმერელი ადვილი გამოსაცნობია. ნაკლებად სტკივათ თუ ძალიან, ჭერს ხდიან, ისე ყვირიან“.**

ერთხელ ბავშვის მამამ მკითხა, რამდენ ხანში დაიბადებაო. ვუთხარი, სამ საათში-მეთქი. ქალმა ოთხი საათის შემდეგ იმშობიარა. კაცმა ჩხუბი დამიწყო, როგორ დამაკარგვინე დრო, აქამდე სამსახურში ვიქნებოდი და ფულს ვიშოვიდიო. არადა ჩვენი კოლეგა იყო, სტომატოლოგი.

ერთი შემთხვევა გვქონდა, როცა ქალმა ხუთჯერ ვერ შეინარჩუნა შვილი. მეექვსედ, როგორც იქნა, ჯანმრთელი ბავშვი გააჩინა. ყველა გახარებული იყო. ქმარი შემოვიდა ოთახში და მკითხა, როგორ არიან ჩემებიო. ოთახში ჩემთან ერთად დაახლოებით 6-7 მამაკაცი ექიმი იყო, ვინც ოპერაციაში მონაწილეობდნენ. მამას ვუთხარი, პედიატრს დავუძახებ და ის აგიხსნის ბავშვის მდგომარეობას-მეთქი. შემოვიდა პედიატრი და იკითხა, მამა რომელიაო. ამ დროს განყოფილების ხელმძღვანელი იყო და ყველა ექიმს იცნობდა, ვინც იქ იდგა.

— **რეაქცია როგორი გქონდათ?**

— ვინც ბავშვის მამის უკან იდგა, ყველამ თავის თავზე ანიშნა, მე ვარო.

ჩემმა ნათესავმა, გვარად პირველმა, დამირეკა და მითხრა, დასავლეთ საქართველოდან მოჰყავთ ცოტა მძიმე პაციენტი და დაელაპარაკეო. გზაში იყვნენ და ვუხსნიდი, როგორ მოქცეულიყვნენ. ვკითხე, ეს პირველია-მეთქი, პირველი მშობიარობა ვიგულისხმე. მიპასუხეს, პირველი კი არა, ონიანიაო.

— **ალბათ ბევრ უცნაურ კითხვას ისმენთ ფეხმძიმე ქალებისგან.**

— ყველანაირ კითხვას სვამენ. ერთმა ორსულმა დამირეკა, წარბებს რომ ვიქნი, მტკივა და რა ვქნაო. ვუპასუხე, მაშინ ნუ ამოიქნი, მე რა ვქნა-მეთქი. ხან ვიცინი და ხან ძალიან ვბრაზდები. ღამის სამ საათზე რომ დაგირეკავს და გკითხავს, წარბებს რა ვუყოო, სასაცილო კია, მაგრამ ამის გამო რომ გაგაღვიძებს!..

ხან თვითონ არ ეძინებათ და ერთობიან ექიმთან დარეკვით. არ ფიქრობენ იმაზე, რომ შეიძლება შენ გძინავს. ვბრაზდები, მაგრამ ამას ვერ ვაგრძნობინებ. ხან შუაღამეზე მირეკავენ და მეუბნებიან, მშობიარობა დამეწყო და სამშობიაროში წავიდე თუ არაო. ვეხუმრები, არ წახვიდე, სახლში იმშობიარე-მეთქი.

ახალგაზრდა ექიმი ვიყავი, როცა ერთ შემთხვევას შევესწარი. პროფესორთან კაცმა მოიყვანა ცოლი და ექიმს უთხრა, რომ უშვილო იყო და მისთვის ემკურნალა. ექიმმა ჰკითხა, ორსულობა თუ გქონიაო. კი, მქონდა და გავაჩინე ბავშვიო. აღმოჩნდა, რომ 5 შვილი ჰყავდათ, მაგრამ ხუთივე გოგო და კაცი თვლიდა, რომ მისი ცოლი უშვილო იყო.

ბოლო წლებში აღარ აქვთ ასეთი რეაქციები, თორემ ადრე ცოლებსაც ტოვებდნენ სამშობიაროში. ახლა უმეტესად იციან, ვის აჩენს. ადრე კი, ბიჭს რომ ელოდებოდნენ და გოგო დაიბადებოდა, გადაირეოდნენ ხოლმე. მინახავს, ამის გამო ცემა-ტყეპა რომ აუტეხავთ.

— **მშობიარე ცოლი უცემიათ?**

— ცოლისთვისაც ჩაურტყამთ და ექიმიც უცემიათ. გამოკიდებიან გინებით, რატომ დაიბადა გოგოო. ამ დროს თუ ნასვამი იყო და რამეს გაეხუმრებოდი, შეიძლებოდა გადარეულიყო.

— **ბატონო დავით, ანეკდოტებს ადვილად იმახსოვრებთ?**

— კი, საკმაოდ ადვილად ვიმახსოვრებ, მაგრამ გარკვეული განწყობის გარეშე მოყოლა მიჭირს.

— **თურმე სუფრასთან ხუმრობთ შესანიშნავად და თამადობაც კარგი გცოდნიათ.**

— ვცდილობ, კარგი თამადა ვიყო. როგორი ვარ, თანამეინახეებმა უნდა შეაფასონ. ქეიფის დროს ზოგი ცეკვავს, ზოგი მღერის. მე არც ვმღერი, არც ლექსი ვიცი და არც ცეკვა, ამიტომ ანეკდოტებით ვირთობ თავს. თუ ცოტა ნასვამი ვარ, ვალსიც შეიძლება ვიცეკვო.

ერთი გურული ჩამოვარდა და სარზე დაეცა. საავადმყოფოში წაიყვანეს, მაგრამ ვერ გადაარჩინეს. ექიმი ეუბნება ახლობლებს, დავმარცხდით, დაგვიანებული შემთხვევა იყო, ექიმთან გვიან მიიყვანეთო. გურული ეუბნება, რავა, ხეზე რომ ადიოდა, მაშინ უნდა მოგვეყვანაო.

ამის მეორე ვარიანტი ასეთია: ჩამოვარდა გურული, სარზე დაეცა. წაიყვანეს საავადმყოფოში, გაუკეთეს კომპიუტერული ტომოგრაფია, რენტგენი, შეუხვიეს და ა.შ. და ბოლოს ანგარიშფაქტურა მიუტანეს, ეს ამდენი ღირს და ის ამდენიო. გურული უყურებს ამ ანგარიშებს და ამბობს, მე სარს დავეცი, ბანკს კი არაო.

— **ბევრ ექიმს საოპერაციო ბლოკში უყვარს ანეკდოტების მოყოლა.**

— კი, მეც მიყვარს. თუ უკვე სამშვიდობოს ვართ გასული და ვხედავ, წარმატებით მთავრდება ოპერაცია, ისეთ კარგ ხასიათზე ვდგები, რომ ბევრსაც ვხუმრობთ

Cyan Magenta Yellow Black

და ანეკდოტებსაც ვყვებით. თუ პაციენტს არ სძინავს, იმასაც ვრთავთ ანეკდოტების მოყოლაში, თუ, რა თქმა უნდა, იუმორი არ ღალატობს.

სხვათა შორის, სვანები ყველაზე კარგი მშობიარეები არიან. შეიძლება რაღაც ვერ გაიგოს, მაგრამ ყველანაირად ცდილობს, ექიმს დაუჯეროს. დინჯები არიან. საერთოდ, ეს მთის ხალხს ახასიათებს. ტრადიციულად, კარგად იციან, რა არის მშობიარობა, რაც კარგად ეხმარებათ.

ემოციურ ფონს დიდი მნიშვნელობა აქვს. ქართლელს და კახელსაც აქვთ ხოლმე ხანდახან საოცარი რეაქციები, მაგრამ მაინც დინჯი ხალხია. აი, მეგრელი, გურული და იმერელი ადვილი გამოსაცნობია. ნაკლებად სტკივათ თუ ძალიან, ჭერს ხდიან, ისე ყვირიან. ძალიან ემოციურები არიან.

ერთხელ სვანებს — ჩემს კოლეგებს მოვუყევი ანეკდოტი სვანებზე და იმათ პირდაპირი მნიშვნელობით გაიგეს:

ამერიკაში დაბადებული სვანი ჩამოვიდა საქართველოში. დაათვალიერებინეს აქაურობა, სვანეთშიც აიყვანეს. ეს რა არისო, იკითხა და უპასუხეს,

> **„ქეიფის დროს ზოგი ცეკვავს, ზოგი მღერის. მე არც ვმღერი, არც ლექსი ვიცი და არც ვცეკვავ, ამიტომ ანეკდოტებით ვირთობ თავს. თუ ცოტა ნასვამი ვარ, ვალსიც შეიძლება ვიცეკვო".**

ჭაა და შენი წინაპრები აქედან სვამდნენ წყალსო. იმან კი თქვა, რა გრძელი კისრები ჰქონიათო.

ეს რომ მოვყევი სუფრასთან, სვანებმა არ გაიცინეს, ყველანი გაჩუმდნენ. უხერხულობაში ჩავვარდი. ცოტა ხნის მერე ერთმა თქვა, არ არის მართალი ეგ ანეკდოტიო. რატომ-მეთქი, ვკითხე. იმიტომ, რომ სვანეთში ჭა არ არისო. თურმე სვანეთში ჭა არ ყოფილა. ეს მეც არ ვიცოდი, მაგრამ ეს ხომ ანეკდოტია?!

— სამი შვილის მამა ხართ. სამივეს დაბადებას დაესწარით?

— პირველი რომ დაიბადა, სტუდენტი ვიყავი... არც ერთის დაბადებას არ დავსწრებივარ. მაშინ მამები არ ესწრებოდნენ მშობიარობას, არაეთიკურად ითვლებოდა. ახლა რომ ვუყურებ, მისალები ფორმაა, რადგან მხარდაჭერაა. ხომ გითხარით, ქმრებზე რომ ჩხუბობენ. როცა ქმარი მშობიარობას ესწრება, ასეთი რამ არ ხდება. აღარ აბრალებენ „ამ დღეში ჩაგდებას".

✓ რუსუდან ადვაძე

ბონი ჯილ ლაფლინი — ერთადერთი ქალი სკაუტი ნბა-ში

„იმდენად მივეჩვიე მაღალი კაცების გვერდით ყოფნას, რომ ამას ყურადღებას აღარც კი ვაქცევ"

ნბა-ს ისტორიაში ჯერჯერობით ერთადერთმა სკაუტმა ქალმა ბონი ჯილ ლაფლინმა ახლახან ფოტოსესიაში მიიღო მონაწილეობა. საინტერესოა, რას ფიქრობს ის კალათბურთელებსა და ჩირლიდერ გოგონებზე. გთავაზობთ ინტერვიუდან მცირე ამონარიდს, რომელიც ლაფლინმა ერთ-ერთ სპორტულ ჟურნალს მისცა.

— თქვენ ნბა-ს სკაუტი ხართ, ასევე ჟურნალისტი, მსახიობი და მოდელი. თქვენი აზრით, იმისათვის, რომ ლოს ანჯელესში შეგნიშნონ, ყველა საქმე ერთდროულად უნდა აკეთოთ?

— აუცილებელი სულაც არ არის, უბრალოდ უსაქმოდ ჯდომა არ მიყვარს. ცხოვრებაში გამიმართლა, ბევრ საქმეში მოვსინჯე საკუთარი შესაძლებლობები და ამისთვის ბედის მადლიერი ვარ.

— თქვენი პროფესიებიდან ყველაზე მეტად რომელი მოგწონთ?

— ეს იგივეა, დედას რომ ჰკითხოთ, შვილებიდან ყველაზე მეტად რომელი უყვარს. და მაინც, ყველაზე მეტად სპორტში მუშაობა მიტაცებს, ამ სამუშაოს უბრალოდ ვაღმერთებ!

— თქვენ ერთადერთი სკაუტი ქალი ხართ. ამას როგორ მიაღწიეთ?

— ვერავინ ივარაუდებდა, რომ ასეთი რამ შეიძლება მომხდარიყო! უბრალოდ ერთხელ მე და დოქტორი ჯერი ბასი, „ლეიკერსის" მფლობელი, გუნდის განვითარების სტრატეგიაზე ვმსჯელობდით. ის დაინტერესდა, თუ რა გამოვიდოდა, თავად მე რომ დამეწყო ახალი მოთამაშეების შერჩევა. მე, ქალი, მამაკაცების სამყაროში აღმოვჩნდი და ზოგჯერ მამაკაცივით ვფიქრობ.

— როდესაც მოთამაშეებს არჩევთ, პირველ რიგში, რას აქცევთ ყურადღებას, მათ ოსტატობას თუ გარეგნობასაც? სიმპათიურ ყმაწვილებს თქვენთვის თავის მოწონების უფრო მეტი შანსი ხომ არ აქვთ?

— არავითარ შემთხვევაში, მე მხოლოდ ისეთები მჭირდება, რომლებიც მნიშვნელოვან წვლილს შეიტანენ გუნდის თამაშში.

— თავად თუ იცით კალათბურთის თამაში?

— უფროს კლასებში ვთამაშობდი, გაკვეთილებს საუკეთესო მოთამაშეებისგან ვიღებდი, თუმცა ქალთა კალათბურთის ასოციაცია ჩემთვან დარეკვით თავს არ იწუხებს.

— სპორტის კიდევ რომელი სახეობები მოგწონთ?

— მიყვარს ბეისბოლი! ფეხბურთში იმ გუნდების თამაშის ყურება მომწონს, რომლების ჩირლიდერიც თავად ვიყავი — ესენიაDallas Cowboys დაThe San Francisco 49-ers. ასევე მე და მამას გვყავს ცხენები. კიდევ ჰოკეის ფანი ვარ.

— რომელი იყო ყველაზე მაღალი მოთამაშე, რომელსაც კი შეხვედრიხართ და როგორია ასეთი გიგანტის გვერდით დგომა?

— ყველაზე მაღალი აწ განსვენებული მანუტე ბოლი იყო, მისი სიმაღლე 2,31 მეტრი გახლდათ. იმდენად მივეჩვიე მაღალი მამაკაცების გვერდით ყოფნას, რომ ამას ყურადღებას აღარც კი ვაქცევ. მე კი სიმაღლით, სულ რაღაც, 1,65 ვარ.

— ცნობილი ჩირლიდერი იყავით, სად ინახავთ თქვენს ფორმას, თუ ზოგჯერ დღესაც იცვამთ?

— ორივე გუნდის ფორმა შემომრჩა და ისინი ჩემს კარადაში ინახება ისევე, როგორც „მალიბუს მაშველების" მაშველის საცურაო კოსტიუმი. ჩემთვის ძალიან სასიამოვნოა, რომ ასეთი სამახსოვრო ნივთები შემომრჩა და ისინი დღემდე კარგად მაქვს. უახლოეს ხანებში მათ ჩაცმას მაინც არ ვაპირებ, მიუხედავად იმისა, რომ ჩემი ბოიფრენდი წინააღმდეგი სულაც არ იქნება, ისევ მოვირგო ტანზე.

— ჩირლიდერები რომანს თუ აბამენ მოთამაშეებთან?

— ეს კორპორატიულ კანონებს ეწინააღმდეგება.

— როგორ მამაკაცებს ხვდებოდით, რა ტიპის კაცებს ანიჭებთ უპირატესობას?

— იდეალს მივაგენი. ჩემი ბოიფრენდი ჭკვიანი, მხიარული და სპორტულია. ის კარიერისტია, ისევე როგორც მე და ძალიან მიზანდასახული. გარდა ამისა, ჩემი ცხოველებიც უყვარს.

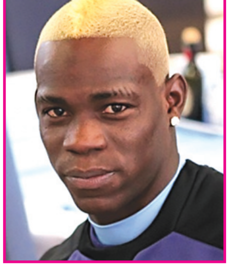
— სახლში ცხოველები გყავთ?

— დიახ, ორი ძაღლი, რომლებიც თავშესაფრიდან ავიყვანე და ორი კატა.

— რა უნდა გააკეთოს მამაკაცმა, რომ თქვენი ტელეფონის ნომერი მისცეთ?

— ჯერ უნდა გამაცინოს და, რა თქმა უნდა, ის ყველაფერი უნდა უყვარდეს, რაც მე მიყვარს: სპორტი, ცხოველები და იცხოვროს ისე, როგორც მე ვცხოვრობ.

ბალოტელისთვის ფსიქიატრი მიიწვიეს



ცნობილი იტალიური კლუბი „მილანი" სპორტული ფსიქოლოგის მიწვევას აპირებს, რომ კლუბის თავდამსხმელ მარიო ბალოტელის კონსულტაციები გაუწიოს. ამ ინფორმაციას ავრცელებს ვებგვერდიFootball-Italia8net.

ასეთი გადაწყვეტილების მიზეზი „ნაპოლისთან" მატჩის შემდეგ ფეხბურთელის თავშეუკავებელი საქციელი გახდა. მსაჯის საფინალო სასტვენის შემდეგ ბალოტელიმ მატჩის მთავარ მსაჯ ლუკა ბანტის საქმის გარჩევა დაუწყო, რისთვისაც დაუყოვნებლივ მიიღო წითელი ბარათი. იტალიის ფეხბურთის ფედერაციის დისციპლინარულმა ორგანოებმა კი მარიო სამმატჩიანი დისკვალიფიკაციით დასაჯეს.

ფსიქოლოგს ბალოტელის გარდა მუშაობა მოუწევს ახალგაზრდა ფეხბურთელების ჯგუფთან, რომლებიც მაღალ დონეზე თამაშით გამოწვეულ სტრესს ვერ უძლებენ. კერძოდ, ფსიქოლოგიური დახმარება სტეფან ელ-შარვის დასჭირდება.

რაც შეეხება „მილანი"-„ნაპოლის" მატჩს, ის მილანის სტადიონ „სან-სიროზე" გაიმართა და მასპინძლების დამარცხებით 1:2 დასრულდა. „მილანის" შემადგენლობაში ამ ერთადერთი გოლის ავტორი კი სწორედ მარიო ბალოტელი გახდა.

საერთოდ, „მილანისა" და იტალიის ნაკრების თავდამსხმელი ცნობილია თავისი სკანდალურობით. მაგალითად, როდესაც ინგლისში „მანჩესტერ სიტიში" თამაშობდა, საკუთარ სახლში ხანძარი მოაწყო. ასევე რამდენჯერმე დააკავს მანქანით სიჩქარის გადაჭარბებისთვის და არც თანაკლუბელებსა და მწვრთნელებთან ჩხუბზე იკავებდა თავს.

✓ მოამზადა კახა ხატიაშვილმა

Cyan Magenta Yellow Black

როგორ „დავაბრუნოთ“ გაფრენილი სიტყვა

ხშირად დაუფიქრებლად ისეთ რამეს ვამბობთ, რომელზეც შემდეგ წლები და შეიძლება მთელი ცხოვრებაც კი ვნანობთ. წარსულიდან რაიმე საწყენი მომენტის გახსენებისას სინანულით ვფიქრობთ: „კარგი იქნებოდა, მაშინ საერთოდ ხმა არ ამომეღო. ახლა ყველაფერი სხვაგვარად იქნებოდა!“

როგორ ვისწავლოთ თავის გაკონტროლება, რათა საჭირო მომენტში თავი ხელში ავიყვანოთ და ზედმეტი არ წამოვროშოთ?

პრევენციული ზომები

თუ იცით თქვენი სუსტი მხარე, რომ დაუფიქრებლად ლაპარაკი გჩვევიათ, ეცადეთ, საუბარი დროულად დაამთავროთ.

ასეთი შემთხვევისთვის სტანდარტული ფრაზებია: „მოდით, მეტად აღარ გავაგრძელოთ“, „კამათი არ მსურს“, „საუბარი შემდეგისთვის გადავდოთ“. შეიძლება ეს საუბრის შეწყვეტის არცთუ ლამაზი საშუალებაა, მაგრამ ასეა თუ ისე, ჩხუბსა და ურთიერთწყენაზე უკეთესია. ნუ მოგერიდებათ თანამოსაუბრეს აუხსნათ, თქვენი „გაქცევის“ მცდელობის მოტივი: „ვგრძნობ, ახლა რაღაც ზედმეტი დამცდება, ეს კი არ მსურს. მოდით, საუბარს მოგვიანებით დავუბრუნდეთ“.

თავის განჭითნა

ეცადეთ, მოხვდეთ იქ, სადაც რიგში დგომაა საჭირო, ან პიკის საათში ხალხით გადაჭედილ ავტობუსში ჩაჯექით. მოკლედ, ხალხმრავლობაში უნდა აღმოჩნდეთ, რომელიც იშვიათად არის მეგობრულად განწყობილი. რა თქმა უნდა, კონფლიქტის პროვოცირება არ ღირს, მაგრამ, თუ უცებ აღმოცენდა (ამის ალბათობა ძალიან დიდია), თქვენი ამოცანაა ენას კბილი დააჭიროთ, თავი შეიკავოთ და მასში მონაწილეობა არ მიიღოთ, მაშინაც კი, თუ უსამართლოდ დაგადანაშაულებენ, გისაყვედურებენ ან ეცდებიან, გული გატკინონ.

შეცდომებზე მუშაობა

და მაინც, წონასწორობიდან გამოყვანა უადგილო, საწყენ, სასტიკ ფრაზას შეუძლია. ყველაზე უარესი, რაც შეიძლება შემდეგ მოხდეს, ეს არის — იმედი იქონიოთ, რომ ყველაფერი დავიწყებას მიეცემა და თავისით დალაგდება.

თუ უკვე გქონდათ შემთხვევა, როდესაც ადამიანი თქვენი დაუფიქრებელი სიტყვებით გაანაწყენეთ, თავში ძალა იპოვეთ და რაც შეიძლება სწრაფად მოუხადეთ ბოდიში. ნუ შეგეშინდებათ იმის აღიარების, რომ გაცეცხლებულმა სულ სხვა თქვით და არა ის, რასაც ფიქრობდით. ეს გააკეთეთ მაშინაც კი, თუ ოპონენტს მიზანმიმართულად „უკბინეთ“ (ყველანი ადამიანები ვართ და ზოგჯერ არცთუ ძალიან კარგად ვიქცევით!). უმჯობესია, თქვენი ხასიათის ეს ცუდი მხარე აღიაროთ, ვიდრე ადამიანი დაიტანჯოს იმის გამო, რომ თქვენი სიტყვები მართალია.

დათვლა

მეთოდი ძველი და საკმოდ ცნობილია, მაგრამ ძალიან მოქმედი. მთავარია — ჩვევად აქციოთ.

ყოველთვის, მძიმე საუბარში, კამათში, ან კონფლიქტში მონაწილეობისას, სანამ რაიმეს იტყვით, ათამდე დაითვალეთ. თქვენი პაუზა თანამოსუბრეს ძალიან ხანგრძლივი არ მოეჩვენება, თქვენთვის კი ეს წამები სრულიად სასარგებლოა იმისთვის, რომ ემოციების პირველი აფეთქება ჩააქროთ, გონს მოეგოთ და გონივრულად განსაჯოთ.

ტაბუს კოდექსი

გააანალიზეთ სიტუაცია, რომელშიც თავი ვერ შეიკავეთ და ადამიანებს რაღაც საწყენი უთხარით.

შესაძლებელია მიხვდეთ, რომ, ჩვეულებრივ, ერთსა და იმავე სიტუაციებში ფეთქდებით ან ერთსა და იმაევ ფრაზას ამბობთ. ის „შავ სიაში“ შეიტანეთ და თავს პირობა მიეცით, რომ მას არავითარ შემთხვევაში, არც ერთ ვითარებაში არ წარმოთქვამთ. თუ კონკრეტული ფრაზის გამოვლენა ვერ შეძელით, მაშინ „კოდექს ტაბუში“ პირადზე ნებისმიერი გადასვლები და განსახილველი თემიდან გადახვევები შეიტანეთ. როგორც წესი, ურთიერთობა ფუჭდება არა კონკრეტულ საკითხზე აზრთა განსხვავებულობის გამო, არამედ თანამოსუბრისთვის უფრო მტკივნეულია ყველანაირი განზოგადება, გახსენება, შედარება და ა. შ.

მტკიცებულებები

შეარჩიეთ, ერთი ან ორი მტკიცებულება, რომელსაც სრულად ეთანხმებით და ხმამაღლა ან გულში წარმოთქვით, როდესაც ამის აუცილებლობა აღმოცენდება:

„თუ აზრების მოწესრიგება მიჭირს, სამაგიეროდ ჩემი სიტყვების გაკონტროლება შემიძლია“.

„წამიერი ემოციები იმად არ ღირს, რომ მათ ახლობელი ადამიანების სიმშვიდე და მათთან ურთიერთობა შევწირო“.

„შემიძლია თავს დროულად ვუთხრა „სდექ!“

„თუ უადგილო ფრაზა წამომცდება, ყოველთვის ვიპოვი თავში ძალას მდგომარეობის გამოსასწორებლად“.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

დასვენების დღის სინდრომი

დასვენების და დღესასწაულების დღეებში დეპრესიაში ვარდებით, არ იცით, სად წახვიდეთ, რა აკეთოთ, სამსახურში კი მთელი ძალით მუშაობთ?ამ პრობლემას „დასვენების დღეების სინდრომი“ ეწოდება. როგორ ებრძოლოთ პრობლემას?

მოწყენილობა და მარტოობა იმის ნიშანია, რომ მეგობრული ურთიერთობები გაკლიათ. მარტოობას დეპრესიამდე მივყავართ, რაც იმის მაუწყებელია, რომ საიმედო, ახლობელი ადამიანების, მეგობრების გვერდით ყოლის მოთხოვნილება გვაქვს, მაგრამ თანამედროვე ცხოვრების აჩქარებულმა ტემპმა, სწავლამ, სამუშაომ იმდენად მთლიანად მოგვიცვა, რომ მხოლოდ პირადი საქმეები გვაღელვებს და ერთმანეთს სულ უფრო ვშორდებით. მიუხედავად ამისა, თბილი, მეგობრული ურთიერთობის მოთხოვნას ისე განვიცდით, როგორც საკვების, წყლისა და ჰაერის მიმართ.

რჩევა

დასვენების დღეები ახლობლებთან ერთად დაგეგმეთ. თავისუფალი დრო საკუთარი ჯანმრთელობის, ფიგურის, ინტელექტის, შემოქმედებითი პოტენციალის, კომუნიკაბელური ჩვევების განვითარებას დაუთმეთ; უარი არ თქვათ ბუნებაში გასეირნებაზე, შოპინგზე.

მთავარია, ყოველ საათს ყურადღება პოზიტიურზე გადაიტანოთ, რომელიც თქვენში სასიამოვნო ემოციებს აღძრავს. ნახავთ, დასვენების დღეებს დაელოდებით, როგორც ციურ მანანას!.

სამუშაოს მიმართ ინტერესი გაქრა?

ახლახან სამუშაოზე დაგაწინაურეს, რომელზეც დიდი ხანია ოცნებობდით. გარკვეული პერიოდი გულმოდგინედ მუშაობდით, მაგრამ ახლა აპათია გაგიჩნდათ, აღარ გაინტერესებთ. როგორ მოიქცეთ?

ეცადეთ, გაერკვეთ, ახალი თანამდებობიდან სიამოვნებას რატომ ვერ იღებთ. შეიძლება, ეს სამუშაო სინამდვილეში თქვენი ჭეშმარიტი მიზანი სულაც არ იყო. თქვენთვის ბევრად უფრო მნიშვნელოვანი ის იყო, რომ, მაგალითად, თქვენი წარმატებები ახლობელთა წრიდან ვინმეს შეემჩნია? ასევე შესაძლებელია პრობლემა იმაშია, რომ დასახულ მიზანს მიაღწიეთ და ახალი ჯერ კიდევ არ ჩამოგიყალიბებიათ?

თქვენთვის აუცილებელია გაიგოთ, რომ ახალი თანამდებობა — ეს კარიერის მწვერვალი არ არის. უნდა დაინახოთ და გააცნობიეროთ თქვენი განვითარების პერსპექტივები, ახალი მიზანი დაისახოთ და მისკენ ისწრაფოთ. გახსოვდეთ: მიზანმა რომ „იმუშაოს“, რეალურად მისაწვდომი, მაგრამ არც ძალიან მარტივი უნდა იყოს. მისი მიღწევის ზუსტი ვადები დაისახეთ და მოქმედების გეგმა მოხაზეთ.

Cyan Magenta Yellow Black

რომელი ვიტამინი სჭირდებათ თვალებს

მხედველობითი მექანიზმი ძალიან რთულია. მისი შეუფერხებელი მუშაობისთვის აუცილებელია ამ ორგანოს საკვები ნივთიერებებით, ვიტამინებითა და მიკროელემენტებით მუდმივად მომარაგება. მათი ნაკლებობის დროს გამოსახულების სიმკვეთრე ქვეითდება, უზუსტობა და სურათის დანისვლა ხდება.

ავიტამინოზი თვალებზე ცუდად მოქმედებს. თვალს არცთუ ბევრი ვიტამინი ესაჭიროება. მთავარია საკვებთან ერთად საკმარისად მიიღოთ A, C და B ჯგუფის ვიტამინები.

ვიტამინი A და მისი წინამორბედი ბეტა-კაროტინი თვალის ბადურაზე მოხვედრილ სინათლეს ნერვულ იმპულსებად გარდაქმნაში ეხმარება. ის აუცილებელია მკვეთრი მხედველობისთვის და მისი დეფიციტი „ქათმის სიბრმავეს“ იწვევს.A ვიტამინით მდიდარია წითელი და ყვითელი ფერის ხილი და ბოსტნეული (სტაფილო, წიწაკა, გარგარი, გრეიპფრუტი).

მხედველობისთვის არანაკლებ მნიშვნელოვანია ვიტამინიC. მისი ნაკლებობის დროს ვლინდება სისხლძარღვების გაწყვეტისკენ მიდრეკილება. საბოლოო ჯამში, შესაძლებელია თვალის შიგნით სისხლჩაქცევები.C ვიტამინს უხვად შეიცავს ტკბილი წიწაკა, კომბოსტო, ისპანახი, ციტრუსები, კენკროვნები.

ქუთუთოს შეშუპება და გაწითლება B ჯგუფის ვიტამინების ნაკლებობის ნიშანია. ამ დროს შეიძლება ბლეფარიტი (ქუთუთოს ანთება) განვითარდეს ან ჯიბლიბო გახშირდეს.B ჯგუფის ვიტამინების მარაგის შევსება პარკოსნებით, ღვიძლით, კვერცხითა და შავი პურით შეიძლება.

რატომ ვერ არჩევენ ფერებს დალტონიკები

ფერების აღქმის დარღვევა (დალტონიზმი) დაავადებად არ ითვლება, მაგრამ კვლავ დიდ ინტერესს იწვევს.

მე-18 საუკუნის ცნობილმა ფიზიკოსმა და ქიმიკოსმა ჯონ დალტონმა ეს უცნაური ანომალია პირველმა 1794 წელს აღწერა. თავად მეცნიერი წითელ ფერს ვერ არჩევდა.

ფერების აღქმის დარღვევის უკიდურეს ხარისხად მონოქრომატული (ერთი ფერის მქონე მხედველობა) ან ფერების მიმართ სრული სიბრმავე (როდესაც ადამიანი ვერავითარ ფერს ვერ ასხვავებს და მისთვის სამყარო მხოლოდ შავ-თეთრია) ითვლება. მართალია, ასეთი პათოლოგია უკიდურესად იშვიათად ხდება. ყველა დალტონიკს შორის აბსოლუტური „მონოქრომატიკები“ მხოლოდ 1%-ია. გაცილებით ბევრნი არიან ისინი, ვინც ზოგიერთ ფერს (როგორც წესი, წითელსა და მწვანეს) ძნელად ასხვავებენ, ან ფერების აღქმა ცუდი განათების, შორ მანძილზე ან სიბნელეში ნაწილობრივ დაქვეითებული აქვთ.

ერთ-ერთი გავრცელებული თეორია ამ ფენომენს ასე ხსნის: საქმე ეხება თვალის ბადურაში განსაკუთრებული ნერვული უჯრედების არსებობას ან რაოდენობრივად დაქვეითებას, რომლებიც პასუხისმგებელი არიან ფერების აღქმაზე. მიჩნეულია, რომ ჩვენს ბადურაში სულ 3 ტიპის განსაკუთრებული ნერვული უჯრედებია, რომლებიც 3 ძირითადი ფერის: წითლის, მწვანისა და ლურჯის აღქმაზე განსხვავებულად რეაგირებენ. თუნდაც ერთი მათგანის უთანხმოება მიუთითებს, რომ დალტონიკი ხართ.

დალტონიკები დიდი უპირატესობით ძლიერი სქესის წარმომადგენლებში გვხვდებიან. მწვანეს წითელში, ხოლო ლურჯს შავში მამაკაცთა — 6-8% და ქალთა მხოლოდ 1% ურევს.

დალტონიკებად იბადებიან ან შემდეგ ხდებიან. ფერების აღქმის თანდაყოლილი დარღვევა ძირითადად ქალის ხაზით გადადის. ფერების შეგრძნების დაკარგვა (მათ რიცხვში დროებითი) შესაძლებელია ასევე ქალა-ტვინის ტრავმის, ძლიერი ზოგადი და მხედველობითი გადაღლის, მძიმე გრიპის, ინსულტის ან ინფარქტის გადატანის შემდეგ.

საბედნიეროდ, ფერების სუსტი განსხვავება მხედველობის სიმახვილეზე გავლენას არაფრით ახდენს. ადამიანმა შეიძლება ხანდაზმულობამდე ისე იცოცხლოს, არც კი იცოდეს, რომ რაღაც პრობლემა აქვს.

დალტონიკის მკურნალობა შეუძლებელია. ფერების აღქმის დარღვევის მკურნალობის რაიმე მნიშვნელოვანი მეთოდიკა არ არსებობს, თუმცა ამ მიმართულებით ზოგიერთი მცდელობა შეინიშნება.

კედრის კაკალი: გემრიელი წამალი ყოველდღიურად

კედრის კაკალი შეიცავს ნივთიერებებს, რომლებიც ადამიანის ჯანმრთელობის შენარჩუნებას ეხმარება და სისხლის შემადგენლობას აუმჯობესებს. ამ ნაყოფით მკურნალობენ ართრიტს, კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის დაავადებებს, დაღლას, გაღიზიანებას, იმუნიტეტის დაქვეითებას, გულის დაავადებებს.

სახსრების ტკივილის დროს

კაკლის ნაჭუჭები ნახევარ ლიტრიან ქილაში ჩაუშვით, არაყი დაასხით, თავზე დაახურეთ და 18 დღე დადგით. შემდეგ გაწურეთ და ჭამის წინ მიიღეთ. დღეში ერთი წვეთით დაიწყეთ, რომელიც 1 სუფრის კოვზ წყალში უნდა გააზავოთ. ყოველდღიურად დოზა 1 წვეთით გაზარდეთ და ასე 20-მდე. შემდეგ თითო წვეთით შეამცირეთ. შესვენება 5 დღე. მკურნალობა 2-3 კურსს მოიცავს. როდესაც ნაყენი გათავდება, ახალი მოამზადეთ.

ხველა

0,5 ლიტრ რძეში 0,5 ჭიქა კედრის კაკლის გულები მოხარშეთ (იხარშება 15 წუთი დაბალ ცეცხლზე). შემდეგ გაწურეთ. კაკალი ჭამეთ, ხოლო რძის სასმელი თბილი დალიეთ. ასეთი მკურნალობა საკმარისია 2 დღე მიყოლებით და ხველა გაივლის.

ორგანიზმის საერთო მდგომარეობის გასაუმჯობესებლად ყოველდღიურად 5-7 ცალი კედრის კაკალი ჭამეთ.

რას ვნებს კომპიუტერი?

მონიტორის ზედაპირზე ყოველთვის წარმოიქმნება ელექტროსტატიკური ველი. ეს, თავის მხრივ, ხელს უწყობს აეროზული ნაწილაკების დალექვას სახისა და ხელების კანზე, რაც ქავილს, გაწითლებას,

აქერცვლას, დერმატიტს იწვევს. ამასთან ბრძოლა შეიძლება, თუ შენობას ხშირად გაანიავებთ.

მკვლევართა მტკიცებით, კომპიუტერისგან ყველაზე მეტად იტანჯება ნერვული სისტემა. არასწორ პოზაში მუდმივად ჯდომა შეიძლება კეფასა და ხერხემალში ტკივილის მიზეზი გახდეს. ამის გამო კუჭი და შარდსასქესო სისტემა იტანჯება. ასეთ სიტუაციაში ტანვარჯიში და ყოველ საათში 15 წუთიანი შესვენება დაგეხმარებათ.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძე

Cyan Magenta Yellow Black

კაცს შუბლზე ცხვირი ეზრდება

ჩინეთში, ფუძიანის პროვინციაში მდებარე საავადმყოფოში 22 წლის პაციენტმა, სახელად ხიაო ლიანმა სოციალურ ქსელში ატვირთა ფოტო, სადაც მას შუბლზე ცხვირი აქვს გამოზრდილი. საქმე ისაა, რომ კაცმა ცხვირი ავტოავარიის დროს დაიზიანა, რის გამოც ჭრილობაში ინფექცია შეეჭრა და ცხვირმა დეფორმაცია განიცადა.

პლასტიკური ქირურგები პაციენტის ნეკნისგან შექმნილ ცხვირს მის შუბლზე 9 თვის განმავლობაში ზრდიდნენ. მალე გადანერგვის ოპერაციას ჩაუტარებენ და ცხვირიც სათანადო ადგილზე იქნება.

ქაღალდის თვითმფრინავი რეკორდსმენი გახდა

გერმანიის ქალაქ ბრაუნშვაიგის ტექნიკური უნივერსიტეტის სტუდენტებმა ქაღალდისგან ყველაზე დიდი თვითმფრინავი შექმნეს, რომელმაც ფრენა წარმატებით განახორციელა. თვითმფრინავმა დაახლოებით 18 მეტრიანი მანძილი დაფარა.

24 კილოგრამიანი ქაღალდის თვითმფრინავის ასაფრენად სტუდენტებმა დაახლოებით 10 მეტრი სიგრძისა და 2,4 მეტრი სიმაღლის სცენა ააგეს. თვითმფრინავის შექმნას 2 400 საათზე მეტი დასჭირდა, ასევე 500 კოლოფი უნივერსალური სამაგრები, 200 ბოთლი სუპერწებო და 70 კვ.მ ქაღალდი.

თვითმფრინავი გინესის რეკორდების წიგნში ქაღალდის ყველაზე დიდი თვითმფრინავის ტიტულით უკვე ოფიციალურად შევიდა.

კაცი უმი ხორცით იკვებება

5 წლის წინ დერეკ ნენსი ვერანაირ საკვებს იტანდა, მიუხედავად ამისა, ძალიან მსუქანიც იყო. ექიმებმა მისი დაავადების ახსნა ვერ შეძლეს, ამიტომ პაციენტს სხვადასხვაგვარი დიეტის დაცვა ურჩიეს, მაგრამ ამაოდ. ერთადერთი, რამაც კაცს არ აწყინა, უმი ხორცი აღმოჩნდა. მისი გასინჯვა დერეკს სტომატოლოგმა უესტონ ფრაისმა ურჩია, რომელიც მსგავსი დაავადებით იტანჯებოდა. მისივე განმარტებით, უმი ხორცი ნატურალური და ამავდროულად ყველაზე ჯანსაღი საკვებია.

თავდაპირველად დერეკმა თხის ხორცი დააგემოვნა. ადაპტაციის პერიოდი მისთვის საკმაოდ რთული აღმოჩნდა, მაგრამ სხვა გზა არ ჰქონდა. ბოლო 5 წლის განმავლობაში დერეკმა წონაში საგრძნობლად დაიკლო და ამჟამად თავს მშვენივრად გრძნობს.

სპილოსა და ძაღლის უცნაური სიყვარული

სამხრეთ კაროლინას საფარ-პარკში მცხოვრები 2 წლის ლაბრადორი, სახელად ბელა და 32 წლის აფრიკული სპილო განუყრელი მეგობრები არიან. ბელას სპილო დანახვისთანავე შეუყვარდა და მას შემდეგ გვერდიდან თითქმის არ მოშორებია. ისინი სულ ერთად არიან — ერთად ჭამენ, ბანაობენ და თამაშობენ.

სპილოს მშობლები აფრიკაში ბრაკონიერებმა დახოცეს და პატარა სპლიყვი სამხრეთ კაროლინას პარკმა შეიფარა. ის უკვე კინოვარსკვლავია — ჯიმ კერისთან ერთად ითამაშა ფილმში „როცა ბუნება გეძახის“.

40 სანტიმეტრიანი კაცი გინესის წიგნში მოსახვედრად იბრძვის

73 წლის ნეპალელ მასტერ ნაუს მსოფლიოს ყველაზე პატარა კაცის ტიტულის მოპოვება სურს. ამ მიზნით ინვალიდის ეტლში მჯდომი ნაუ დედაქალაქ კატმანდუში გაემგზავრა და გინესის წიგნის წარმომადგენელს შეხვდა. ნაუ სიმაღლეში სულ რაღაც 40 სანტიმეტრია, ამიტომ გინესის წიგნში მოხვედრის პერსპექტივა ნამდვილად აქვს. უბრალოდ, შესაძლოა, რეკორ-

დსმენობა მიენიჭოს კატეგორიაში „არა მობილური“, რაც იმას გულისხმობს, რომ ამ კატეგორიის ადამიანებს სიარული არ შეუძლიათ.

დღემდე ამ კატეგორიაში რეკორდი ტაივანელ 68 სმ სიმაღლის კაცს ეკუთვნოდა, პატარა ადამიანების კატეგორიაში კი, რომელთაც სიარული შეუძლიათ, რეკორდსმენი 74 წლის ნეპალელია (54,6 სმ).

Cyan Magenta Yellow Black

ოჯახს სახლში 7 ვეფხვი ჰყავს

ბრაზილიის ქალაქ სან პაულოში მცხოვრებ ბორგესების ოჯახს სახლში 7 ვეფხვი ჰყავს. დიდი ხნის წინ ოჯახის უფროსმა არი ბორგესმა და მისმა ცოლმა ზოოპარკში ორი ვეფხვის ბოკვერი გადაარჩინეს. მერე გადაწყვიტეს, დროებით თავისთან წაეყვანათ და ეს 2 ბოკვერი თავისი ნაშიერებით დღემდე ბორგესებთან ცხოვრობენ, როგორც ჩვეულებრივი შინაური კატები.

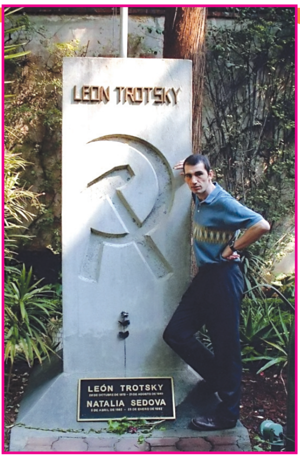
ვეფხვები ოჯახის წევრებთან ერთად აუზში ცურავენ, თამაშობენ და საჭმელსაც მათთან ერთდა მიირთმევენ. უახლოეს მომავალში არის სახლთან ახლოს ეკოპარკის გაშენება სურს.

2 წლის ბიჭის მუცელში ტყუპისცალი იზრდებოდა

ჩინეთში, ქალაქ ხუასში, ექიმები უიშვიათესი მოვლენის მომსწრენი გახდნენ. ქალაქის ცენტრალურ საავადმყოფოში 2 წლის ბიჭი, სახელად სია ფენი მიიყვანეს, რომელსაც მუცელი ორსული ქალივით ჰქონდა გაზრდილი და ამის გამო სუნთქვაც კი უჭირდა. ექოსკოპიით ორსულობის ფაქტი დადასტურდა — ბავშვის მუცელში მისივე ტყუპისცალი იზრდებოდა.

ნაყოფის ზომა 20 სანტიმეტრი იყო, ჰქონდა ხერხემალი, ხელები და ფეხები. ექიმები იძულებულნი გახდნენ, 2 წლის ბიჭუნასთვის სასწრაფო ოპერაცია გაეკეთებინათ. საბედნიეროდ, ყველაფერმა წარმატებით ჩაიარა. ექიმების განმარტებით, ასეთი მოვლენის მიზეზი ჩასახვისას განაყოფიერებული კვერცხუჯრედების არასწორი გადანაწილებაა.

უცნაური გატაცება — სურათები ცნობილი ადამიანის საფლავებთან



38 წლის მარკ დაბსს ვარსკვლავების საფლავებთან სურათების გადაღებაში უკვე 65.000 დოლარი აქვს დახარჯული. ის თითქმის ყველა კონტინენტს ესტუმრა და 200 ცნობილი ადამიანის საფლავთან ფოტო გადაიღო.

მარკმა მოგზაურობა 20 წლის წინ დაიწყო. თავდაპირველად ვირჯინიაში ჯონ კენედის საფლავი მოინახულა და სამახსოვროდ ფოტო გადაიღო. მოგვიანებით კი მიხვდა, ეს საქმიანობა იმდენად ხიბლავდა, რომ აუცილებლად უნდა გაეგრძელებინა.

მეგობრებს და ნათესავებს მარკის გატაცება სასტიკად არ მოსწონთ და მასთან ერთად მოგზაურობაზე უარსაც ამბობენ, მაგრამ მარკს ეს სულაც არ ადარდებს და ყოველ წელს შვებულებას არაჩვეულებრივად ატარებს. სხვაგვარად დასვენება ველარც კი წარმოუდგენია.

მცენარე პომიდორს და კარტოფილს ერთდროულად ისხამს

ერთ-ერთმა ბრიტანულმა კომპანიამ გასაყიდად ისეთი მცენარის თესლი გამოუშვა, რომელიც ზედა ნაწილში პომიდორს ისხამს, ხოლო ფესვები კარტოფილს. მცენარეს ტომტატო უწოდეს (ტომატო — პომიდორი, პოტატო — კარტოფილი).

მწარმოებლების თქმით, პომიდორი გემოთი ჩვეულებრივზე უფრო ტკბილია. რაც შეეხება კარტოფილს, იგი ვარგისია როგორც მოსახარშად, ისე შესაწვავად.

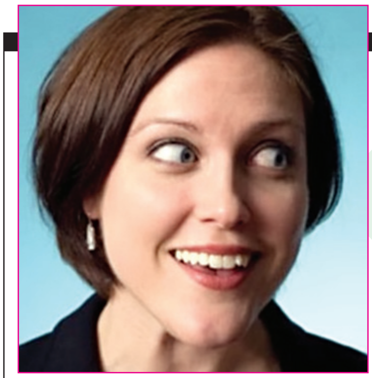
გიგანტური რეზინის იხვი ამერიკას მიადგა

უზარმაზარი რეზინის ყვითელი იხვი, რომლის შესახებაც ჩვენს რუბრიკაში ადრეც ვწერდით, პენსილვანიის შტატის ქალაქ პიტსბურგთან გამოჩნდა. გიგანტური ყვითელი გასაბერი იხვი ჰოლანდიელმა სკულპტორმა ფლორენტინ ჰოფმანმა შექმნა და მისი ეს ქმნილება დღითიდღე პოპულარული ხდება მსოფლიოში.

2007 წლიდან მოყოლებული, გასაბერმა იხვმა თითქმის ყველა კონტინენტი მოიარა.მისი ნახვის შესაძლებლობა ჰქონდათ სიდნეის, ჰონგ კონგის, სან პაულოს, ამსტერდამისა და ოსაკას მცხოვრებლებს. ჰოფმანის თქმით, მისი იხვი არ ცნობს საზღვრებს, არავის უშლის ხელს და არა აქვს პოლიტიკური დატვირთვა. რეზინის იხვი პიტსბურგში ოქტომბრის ბოლომდე დარჩება.

Cyan Magenta Yellow Black

რა დოზით ხართ ცნობისმოყვარე?



1. რას იზამთ, თუ ოთახში შეხვედით და იქ მყოფნი გაჩუმდნენ?
ა) ლაპარაკს დავიწყებ — 2
ბ) ჩავთვლი, რომ მე მჭორავდნენ და მეწყინება — 0
გ) დავინტერესდები, რაზე ლაპარაკობენ — 1

2. შეგიძლიათ, სხვისი წერილი გახსნათ და წაიკითხოთ?
ა) დიახ — 2
ბ) გაუხსნელად მივცემ პატრონს — 0
გ) ყველაფერს გავაკეთებ, რომ წერილი ჩემთან ერთად წაიკითხოს და მისი შინაარსი გავიგო — 1

3. თანამშრომელმა ლამაზი ნივთი შეიძინა, რომელიც ძალიან მოგეწონათ, მაგრამ არ გიმხელთ, სად იყიდა. რას იზამთ?
ა) აუცილებლად ვათქმევინებ — 2
ბ) არაფერს — 0
გ) სხვასთან მაინც გაამხელს და შემდეგ მეც ვიყიდი — 1

4. თუ ოჯახის რომელიმე წევრი ცუდ ხასიათზე დაბრუნდა, ჰკითხავთ, რა მოუვიდა?
ა) არ მოვეშვები, ვიდრე არ ვათქმევინებ — 1
ბ) მის ნაცნობებთან გადავრეკავ, რათა მიზეზი გავიგო — 2
გ) არაფერს ვეტყვი — 0

5. კულინარია გიტაცებთ და უამრავი კერძის რეცეპტი გაქვთ. ახლობელმა კი ახალი რეცეპტი მოგიტანათ, რას იზამთ?
ა) ვეტყვი, რომ ისედაც ბევრი რეცეპტი მაქვს — 0
ბ) ზრდილობის გამო გამოვართმევ — 1
გ) რეცეპტსაც გამოვართმევ და ახალსაც შევთავაზებ — 2

6. როგორ მოიქცევით, თუ ავტოკატასტროფას შეესწარით?
ა) გზას გავაგრძელებ — 0
ბ) გავჩერდები და ბოლომდე ვუყურებ, რა მოხდება — 2
გ) სასწრაფო დახმარების გამოძახებაზე ვიზრუნებ — 1

7. სახლში ხართ და ტელევიზიით საოცარი ინფორმაცია მოისმინეთ, რას იზამთ?
ა) მეგობრებს დავურეკავ და მათაც შევატყობინებ — 2
ბ) ყურადღებას არ მივაქცევ — 0
გ) ოჯახის წევრებს დაველოდები და მათთან ერთად გავარჩევ — 1

8. თქვენი აზრით, ცნობისმოყვარეობა კარგია თუ ცუდი?
ა) ძალიან კარგი — 2
ბ) ეს ჭორიკნების საქმეა — 0
გ) ზომიერი ყველაფერი კარგია — 1

შედეგები:

0-4 ქულა —საოცრად არაცნობისმოყვარე ხართ, რაც შესაძლოა ამპარტავნებაში ჩაგითვალონ. ამიტომ ეცადეთ, სხვებითაც დაინტერესდეთ. ასე მეგობრებსაც შეიძენთ.

5-9 ქულა —ზომიერად ცნობისმოყვარე ხართ. ეს სასარგებლოცაა.

10-16 ქულა — საშინელი ცნობისმოყვარე ხართ და ყველაფერში ცხვირს ყოფთ. ეს კი ბევრს აღიზიანებს. ეცადეთ, ინტერესების საკუთარი სფერო მოძებნოთ, რათა სხვების საქმეებში ნაკლებად ჩაყოთ ცხვირი. ასე უფრო მეტადაც დაგაფასებენ.

ნარკოტიკებისაკენ ხელი წაგცდებათ?

1. რა დამოკიდებულება გაქვთ სიგარეტისა და მწეველებისადმი?
ა) მწეველები თავსაც წამლავენ და გარშემომყოფებსაც — 10
ბ) ყველამ თავად უნდა გადაწყვიტოს, მოსწიოს თუ არა, შეზღუდვები ზედმეტია — 0
გ) მოწევა ყველგან არ შეიძლება — 5

2. საპასუხისმგებლო მომენტის წინ ყველა ნერვიულობს, მათ შორის — თქვენც, ვიღაცამ დამაწყნარებელი აბები შემოგთავაზათ, მიიღებთ?
ა) დიახ — 5
ბ) არა — 0
გ) თუ ძალიან ცუდად ვარ, გამოვართმევ, ისე, ხელოვნურად დამშვიდება არ მჭირდება — 10

3. წვეულებაზე ხართ, ნაცნობებმა მსუბუქი მცენარეული ნარკოტიკი შემოგთავაზეს, როგორ მოიქცევით?
ა) აუცილებლად გავსინჯავ — 0
ბ) ახლოსაც არ გავეკარები — 10
გ) ხუმრობაში გავატარებ და ნარკოტიკს თავს ავარიდებ — 5

4. წვეულებაზე დაგაგვიანდათ, მეგობრებს უთქვენოდ დაულევიათ და კარგადაც მოულხენიათ, როგორ მოიქცევით?
ა) 2-3 ჭიქას ერთდროულად დავლევ, რომ სხვებს დავეწიო — 0
ბ) ზრდილობისთვის ცოტა ხანს გავჩერდები და მერე წავალ — 10
გ) მეც მათთან ერთად ვიმხიარულებ — 5

5. ზოგიერთი თვლის, რომ ზომიერად ნარკოტიკის მიღება საშიში არაა, ეთანხმებით ამ მოსაზრებას?
ა) არა, ვინც ასე ფიქრობს, საკუთარ თავს ატყუებს — 10
ბ) ვეთანხმები, თუ ძალიან ძლიერმოქმედი ნარკოტიკი არაა — 0

6. ამბობენ, კარგ მუსიკას ნარკოტიკი უხდებაო, მართალია?
ა) კარგი მუსიკა ნარკოტიკის გარეშეც მშვენიერია — 10
ბ) ნარკოტიკები მუსიკის მოსმენას ხელს უშლის — 5
გ) ცნობილია, რომ მუსიკოსები შემოქმედებით პროცესში ნარკოტიკებს იყენებენ — 0

7. ახლობელმა გთხოვათ, ფული ასესხოთ, თქვენ კი ზუსტად იცით, რომ ფული ნარკოტიკებისთვის სჭირდება, ასესხებთ?
ა) დიახ — 0
ბ) არა — 10
გ) მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ დავრწმუნდები, რომ ნარკოტიკს არ იყიდის — 5

8. შენიშნეთ, რომ თქვენი შეყვარებული ხშირად სვამს ალკოჰოლს, ეს ხომ არ შეგაფიქრიანებთ?
ა) თუ წვეულებაზეა, რატომაც არ უნდა დალიოს? — 0
ბ) შევეცდები, ალკოჰოლს გადავაჩვიო — 5
გ) შეყვარებულს დავშორდები — 10

შედეგები:

0-20 ქულა —თავი ისე გიჭირავთ, თითქოს ნარკოტიკები და ალკოჰოლი თქვენთვის პრობლემას არ წარმოადგენს, მაგრამ არ არის გამორიცხული, თუ ხელსაყრელი მომენტი ჩაგივარდათ, ნარკოტიკებისაკენ ხელი წაგიცდეთ. მიგაჩნიათ, რომ მოწევა და დალევა მავნე ჩვევა არ არის. არსებობს საშიშროება, რომ ნარკოტიკებისადმი მიდრეკილი გახდეთ.

21-30 ქულა — ძნელია თქმა, რომ ჯანსაღი ცხოვრების წესით ცხოვრობთ. ხანდახან უარსარ ამბობთ ჭიქა ალკოჰოლზეც. დარწმუნებული ხართ, რომ ლოთობა და ნარკომანობა თქვენ არ გემუქრებათ. ძალიან ნუ გათამამდებით, თქვენ რისკის ჯგუფში შედიხართ და შესაძლოა უნებურად ნარკოტიკისაკენ ხელიც გააპაროთ.

30-80 ქულა —ნარკოტიკები თქვენთვის სერიოზული პრობლემა არასოდეს გახდება. ეცადეთ, არც სხვები განსაჯოთ მკაცრად, ყველას თავისი გზა აქვს.

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

7			5		2	6		
		8			3			1
	9			7			5	
4		2		6				
			9			3		7
		5			1		6	
5	1					7		
3				4			8	
	6		2					9

№ 2

		6	2		1		5	
8				7		3		
		4						9
9			3					
	7			4	8	6		1
		5					2	
		7	6	9				
3					2	5		
	2	1		5			8	4

სუდოკუ შედგება 9-9 ჰორიზონტალური და ვერტიკალური სვეტისა და 9 ბლოკისგან. შეავსეთ ცარიელი უჯრები 1-დან 9 ციფრებით ისე, რომ ჰორიზონტალურ და ვერტიკალურ სვეტებსა და ბლოკებში ერთი და იგივე ციფრი არ განმეორდეს.

Cyan Magenta Yellow Black

თქვენი ქორწინება იღბლიანია თუ უიღბლო?

ტესტის კითხვებზე პასუხებში ქულები ასე გადაანაწილეთ: „დიახ“ — 2 ქულა, „ხანდახან“ — 1, „არა“ — 0 ქულა.

კითხვა ქალებისთვის:

1. საყვედურობთ ქმარს იმის გამო, რომ...

- მთელი დღე ტახტზე წევს და არაფერს აკეთებს?
- ყოველდღიურად ახალ პერანგს გთხოვთ?
- სიგარეტის ფერფლს იატაკზე ყრის?
- უზომოდ ბევრს ჭამს?
- გაუთავებლად საუბრობს სექსზე და სხვა ქალებზე?
- ხმამაღლა გელაპარაკებათ და ხშირად ყვირის კიდეც?
- სახლში ყოფნას მეგობრების წრეში ყოფნა ურჩევნია?
- კბილების დახეხვისას პასტით სარკეს სვრის?
- სახლში შემოსვლისას არასოდეს იწმენდს ფეხებს?
- საოჯახო საქმეების არაფერი გაეგება?
- ტანსაცმელს სადაც იხდის, იქვე ყრის?
- არასოდეს გკოცნით სახლში დაბრუნებისას?
- მუდმივად ხორციან კერძებს გთხოვთ?
- ნაგავს არასოდეს ყრის?
- ტელევიზორში მუდმივად სპორტულ გადაცემებს უყურებს?

კითხვა მამაკაცებისთვის:

2. მამაკაცებო, საყვედურობთ ცოლს იმის გამო, რომ...

- საათობით საუბრობს?
- მთელი დღე სახლში მხოლოდ საკუთარი თავის მოვლითაა დაკავებული?
- უმიზეზოდ იცინის?
- სახლში მოსვლას ხშირად აგვიანებს?
- ძალიან ბევრს ეწევა?
- ძალიან უპასუხისმგებლო და უყურადღებოა და ხშირად სადილიც კი ეწვება?
- საათობით ზის სილამაზის სალონებში?
- ზომაზე მეტად უყვარს ტკბილეული და ამის გამო სუქდება?
- რომელიღაც მსახიობზე გიჟდება და ამას არც მალავს?
- სულ კროსვორდებს ავსებს და კითხვებით თავს გილაყებთ?
- არ იცის სანთებელას ხმარება?
- როცა ჩაის ან ყავას გისხამთ, აუცილებლად ზედ გასხამთ?
- თქვენთან საუბარი სწორედ მაშინ სურს, როცა ტელევიზორში საინტერესო სპორტული გადაცემაა?
- ბოლო დროს ძალიან ბევრ ფულს გთხოვთ საკუთარი გარდერობის გასაახლებლად?

შედეგები:

0-6 ქულა — თქვენი მეუღლე იდეალია. საოცარია ასეთ დროში ასეთი მეუღლის პოვნა. გაუფრთხილდით მას!

10-14 ქულა — თქვენი ქორწინება იღბლიანია. მეუღლე წვრილმანებს მნიშვნელობას არ ანიჭებს. იგი საკმაოდ ჭკვიანი და გონიერია.

15-24 ქულა — შეიძლება ითქვას, რომ ოჯახური უსიამოვნებების მიზეზი თქვენი მეუღლეა. მასთან საერთო ენის გამონახვა ძალიან გიჭირთ. სწორედ ეს არის დაძაბული სიტუაციის მიზეზი.

25-30 ქულა — თქვენი მეუღლე საშინელი პედანტია. სულ უბრალო წვრილმანზეც კი შეიძლება წყობიდან გამოვიდეს და გეჩხუბოთ. გასაკვირია, როგორც უძლებთ ასეთს.

როგორია თქვენი ცხოვრების სტილი?

1. როგორია თქვენი დილა?

ა) დილას ზოზინით ვიწყებ — 1
ბ) ძალიან გვიან ვდგები — 3
გ) ჩვეულებრივი — 7

2. სტუმრების მიღება ან სტუმრად წასვლა გიყვართ?

ა) ძალიან — 7
ბ) არა, ეს საკმაოდ დამღლელი პროცედურაა — 1 ქულა
გ) თუ ხასიათზე ვარ, სტუმრებსაც სიამოვნებით ვიღებ და სხვებთანაც მივდივარ — 5

3. როგორ ფიქრობთ, შუადღის შესვენება რამდენ ხანს უნდა გრძელდებოდეს?

ა) ალბათ 15 წუთი — 1
ბ) ერთი საათი მაინც — 7
გ) ნახევარი საათი საკმარისია — 3

4. დასვენების დღეების ბუნების წიაღში გატარება გიყვართ?

ა) იშვიათად — 3
ბ) ბუნების წიაღში მხოლოდ შვებულებას ვატარებ — 1
გ) ყველანაირად ვცდილობ, ბუნებასთან კონტაქტი მქონდეს — 7

5. რა დროს ჯობია სამსახურში მისვლა?

ა) თავის დროზე — 1
ბ) 5-10 წუთით ადრე — 7
გ) ცოტა დაგვიანებით — 5

6. დასაძინებლად დროულად წვებით?

ა) ყოველთვის — 7
ბ) ვცდილობ, მაგრამ ყოველთვის ვერ ვახერხებ — 5
გ) დაძინება ძალიან გვიან მიხდება და გამოძინებას მხოლოდ დასვენების დღეებში ვახერხებ — 1

7. თქვენი საყვარელი საქმიანობაა...

ა) სეირნობა — 5
ბ) სპორტი — 7
გ) ცეკვა — 1

8. მუშაობის დროს პატარა შესვენებების მოწყობა გიყვართ?

ა) არა — 1
ბ) იშვიათად — 2
გ) დიახ — 7

9. სამსახურში გვიანობამდე რჩებით?

ა) არასოდეს — 7
ბ) იშვიათად — 5
გ) საკმაოდ ხშირად — 1

10. თუ სამსახურში საქმე ვერ მოასწარით, სახლში მოგაქვთ?

ა) დიახ — 1
ბ) ზოგჯერ ასეც ხდება — 5
გ) არასოდეს — 7

შედეგები:

1-15 ქულა — გასაკვირი არ არის, თუ ხშირად ავადმყოფობთ. გირჩევთ, ცხოვრების რეჟიმი და სტილი შეიცვალოთ.

16-36 ქულა — ცხოვრების თქვენეული ტემპი ერთობ დამღლელია. ეცადეთ, ზომიერი იყოთ და ზედმეტად არ გადაიტვირთოთ.

37-57 ქულა — საკმაოდ თავდაჭერილი ადამიანი ბრძანდებით და ნებისმიერ სიტუაციაში კარგად ერკვევით, რაც კრიტიკულ მომენტებში ძალიან გეხმარებათ.

58-70 ქულა — თქვენ საკმაოდ საინტერესოდ ცხოვრობთ. ყველაფერს ასწრებთ და თავისუფალი დროც გრჩებათ, რომ გაერთოთ და დაისვენოთ.

Cyan Magenta Yellow Black

ყურადღება, ხალი! არ დაუშვათ კიბოში გადაიზარდოს

მელანომა კანის მეტად აგრესიული ავთვისებიანი სიმსივნეა, რომელიც ხშირად ხალის ადგილზე ვითარდება. ასეთ გადაზრდას ბევრი ადამიანი ყურადღებას არ აქცევს და დარწმუნებულია, რომ მათ სხეულზე წინანდელი უწყინარი ლაქაა. გახსოვდეთ: ადრეული დიაგნოსტიკა დაავადებას ამარცხებს.

როდის ავტეხოთ განგაში?

ხალი, ანუ როგორც მეცნიერულად უწოდებენ — ნევუსები, ყველას აქვს სხეულზე. მიჩნეულია, რომ მათი ძირითადი მასა 25 წლამდე ჩნდება, მაგრამ შეიძლება მოგვიანებითაც აღმოცენდნენ სხვადასხვა მოვლენის გამო. მაგალითად, ორსულობის დროს მათი გაჩენა ტიპური გამოვლენაა. ზოგჯერ პირიქით ხდება, ხალები დროთა განმავლობაში ქრებიან. ნევუსი შეიძლება იყოს ყვითელი, ყავისფერი, შავი. ეს ყველაფერი ნორმის ფარგლებშია და საშიში არაფერია. მაგრამ თუ არათანაბრად გაზრდა-გადიდებას იწყებს ან ფერს იცვლის, ზედაპირი გაპრიალებული ხდება ან სისხლმდენია, ე.ი. მასში ცვლილებები ხდება. მეორე ვარიანტი — უჩვეულო სახის ახალი ხალი ჩნდება. სწორედ ასეთი გაუგებარი ახალწარმონაქმნები ითხოვენ დაჟინებულ ყურადღებას.

როდესაც მზე მტერია

უკვე ბევრმა იცის, რომ შოკოლადისფერ ნამზეურს ცოტა საერთო აქვს ჯანმრთელობასთან. ულტრაიისფერი სხივები დნმ-ს აზიანებს და კანის ავთვისებიანი სიმსივნეების მთავარ მიზეზად ითვლება. რაც უფრო მეტ დროს ატარებს ადამიანი მზის სხივების ქვეშ მოშიშვლებული სხეულით, უსიამოვნო შედეგების ალბათობა მით მეტია. მნიშვნელოვანია მზის აქტივობაც. მზე ყველაზე მეტად აგრესიული 11 სთ-დან 16 სთ-მდეა.

ბევრი მეცნიერი მელანომის განვითარების რისკს იმას უკავშირებს, რომ ბავშვობისა და მოზარდობის ასაკში ადამიანი მზის დამწვრობას ხშირად იღებდა. ამით აიხსნება ის ფაქტი, რომ შემთხვევათა თითქმის 50%-ში მელანომა ფეხებზე ვითარდება. ეს ადგილი ზაფხულობით ბავშვებში ყოველთვის შიშველია და მზის სხივების ზემოქმედებას ყველაზე მეტად განიცდის.

უკანასკნელ დროს სულ უფრო ბევრს საუბრობენ „ხელოვნური მზის“ — სოლარიუმის საშიშროებაზე. ზოგიერთი მონაცემით, აქ ერთი სეანსი (როგორც წესი, 5-10 წუთი) მთელი დღე პლაჟზე ყოფნის ტოლფასია. ზოგიერთ ევროპულ ქვეყანაში (გერმანია, საფრანგეთი, ავსტრია) და კალიფორნიის შტატში (აშშ) 18 წლის ასაკამდე სოლარიუმით სარგებლობა აკრძალეს.

რა თქმა უნდა, მზე D ვიტამინის წყარო და დეპრესიის საწინააღმდეგო საშუალებაა. მაგრამ დიდი რაოდენობით — ნამდვილი მტერია. სხვაგვარად მსოფლიო ჯანდაცვის ორგანიზაცია ულტრაიისფერ გამოსხივებას კანცეროგენად (კიბოს გამომწვევი) არ აღიარებდა.

სასწრაფოდ ექიმთან!

თუ სხეულზე უჩვეულო ხალი შენიშნეთ, აუცილებლად დერმატოონკოლოგს მიმართეთ. თუ ეს ექიმი ხელმისაწვდომი არ არის, შეგიძლიათ კონსულტაცია დერმატოლოგისგან, ქირურგისგან ან ონკოლოგისგან მიიღოთ.

თუ ხალის მოცილება ესთეტიკური მიზნით გსურთ, გადაწყვეტილება დერმატოონკოლოგმა უნდა მიიღოს დერმატოსკოპიის შემდეგ. ბოლოს ნევუსის მოშორების საზღვრებისა და სიღრმის ოპტიმალური მეთოდი შეირჩევა.

მაშინაც კი, თუ მელანომაში გადაზრდა არ მოხდა, სამედიცინო თვალსაზრისით, იმ ხალებს კვეთენ, რომლებიც მუდმივად ხახუნს, წნევას, ტრავმას განიცდიან. მაგალითად, საზარდულის მიდამოში და იღლიის, მკერდის ქვეშ, წელზე, მამაკაცებში — სახეზე საპარსავ ადგილზე.

რჩევა. სხეული რეგულარულად დაათვალიერეთ. ფხიზლად იყავით, თუ: უჩვეულო ახალწარმონაქმნი შენიშნეთ, ხალი არათანაბრად გადიდდა და გვერდზე გაიზარდა; დაკუწულ-დასერილი, უსწორმასწორო გახდა; არაერთფერია — აქა-იქ ჩაწინწკლულია შავი, წითელი, მოლურჯო შეფერილობით; დიამეტრში 6 მმ-ზე მეტია. ნორმაში ხალი მთელი ცხოვრება უცვლელი რჩება.

თუ ხალს, რომელიც მელანომაში გადაიზარდა, ადამიანი ადრეულ სტადიაზე ამოიკვეთს, სრულად გამოჯანმრთელობის ალბათობა 95%-ია, თუ დროს ხელიდან გაუშვებს — მხოლოდ 20%

რატომ გვიკავდება ფეხი?

ფეხის გაკავება (კრუნჩხვები წვივში) ბევრისთვის კარგად ნაცნობია. ეს ხშირად ღამით ხდება. მწვავე ტკივილი ზოგჯერ ასატანია, ხშირად კი ყვირილი გვინდება.

როდესაც ორგანიზმში მაგნიუმის რაოდენობა ქვეითდება, ადგილი აქვს სპაზმებს, კრუნჩხვებს. მაგნიუმი აქტიურად მონაწილეობს კუნთებისა და ნერვული სისტემის მუშაობაში.

უკანასკნელი ნახევარი საუკუნის განმავლობაში მაგნიუმის დეფიციტი ძლიერ გაიზარდა. მიზეზი ისაა, რომ ძირითადად რაფინირებული საკვებით ან გაყინული ნახევარფაბრიკატებით ვიკვებებით. ასეთი დამუშავების დროს მაგნიუმის დიდი წილი იკარგება. თუ გსურთ, მისი დეფიციტი შეივსოთ, რაციონში აუცილებლად ჩართეთ ფაფები, რუხი პური, კვერცხი, პარკოსნები, პერიოდულად — საზამთრო და თხილეული. მიიღეთ ბიოდანამატები. დამატებით საჭიროა კალციუმის მიღება გაზარდოთ — ის მაგნიუმთან ერთად მოქმედებს. პირველ რიგში, მისი წყაროა რძის პროდუქტები.

ფეხებში კრუნჩხვების ერთ-ერთი მიზეზი ხანგრძლივი ნერვული გადაძაბვაა. სტრესულ სიტუაციებში ორგანიზმის ყველა უჯრედი ენერგიას გაძლიერებულად კარგავს. მის აღსადგენად აუცილებელია მაგნიუმი. ამიტომ ის ჩვეულებრივზე მეტი იხარჯება. შესაბამისად, მისი დეფიციტი იზრდება. ამ პრობლემის თავიდან ასაცილებლად საჭიროა, არამხოლოდ მაგნიუმის მიღების გაზრდა, ასევე სტრესთან ბრძოლა ისწავლოთ. შეგიძლიათ დამამშვიდებლები მიიღოთ.

კრუნჩხვების სხვა მიზეზი ისაა, რომ სპორტდარბაზში ძლიერ იხარჯებით (ან ფიზიკურად მთელი დატვირვით მუშაობთ), კუნთები მეტისმეტად იჭიმება, შემდეგ უძლურდება და იფიტება. მათ მუშაობაში ნერვული რეგულაცია ირღვევა და აქედან აღმოცენდება კრუნჩხვები. ეს შეიძლება უშუალოდ წვრთნის ან მუშაობის დროს მოხდეს, ან რამდენიმე საათის შემდეგ დასვენების დროს. მოცემულ შემთხვევაში მთავარი რჩევა ზომიერების დაცვა და დატვირთვის ინტენსივობის თანდათან გაზრდაა.

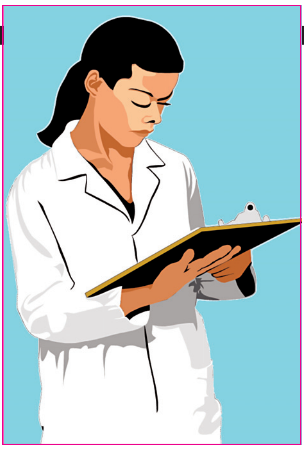
თუ ფეხის გაკავება ხშირად ხდება — ეს შფოთვის საბაბია. იმის ნიშანია, რომ ორგანიზმში სერიოზული უთანხმოებაა. მაგალითად, ფეხის სისხლძარღვებში ვარიკოზმა ან ათეროსკლეროზმა განვითარება დაიწყო.

ზოგჯერ კრუნჩხვები ღვიძლთან დაკავშირებული პრობლემების ნიშანია— ტოქსინებისგან ცუდად წმენდს, რაც ნერვულ სისტემაზე ნეგატიურად აისახება და სპაზმებს იწვევს.

შაქრიანი დაიბეტი, ფარისებური ჯირკვლის დაავადებები და სხვა ჰორმონული უთანხმოება ასევე შეიძლება ფეხის გაკავების მიზეზი გახდეს. ყველა ეს დაავადება აუცილებლად მკურნალობას ითხოვს. ამიტომ ექიმთან ვიზიტს ნუ გადადებთ.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

Cyan Magenta Yellow Black



გვპასუხობს ექიმი

— ანალიზით როგორ უნდა მივხვდე, რომ სისხლის გათეთრება მაქვს თუ არა? ადრე მქონდა მნიშვნელოვანი ცვლილებები.

— ლეიკოზი ანუ ე.წ. სისხლის გათეთრება სხვადასხვა სიმპტომებით ვლინდება. სისხლში კატასტროფულად იმატებს სისხლის თეთრი ბურთულების ანუ ლეიკოციტების რაოდენობა. მისი რაოდენობა რამდენიმე ათეულ მილიონს აღწევს. ლეიკოზის დადგენა მხოლოდ სისხლის საერთო ანალიზით წარმოუდგენელია. მიმართეთ ექიმ ჰემატოლოგს და განმეორებით ჩაიტარეთ სისხლის საერთო ანალიზი.

— ძალიან მტკივა დილაობით თავი, რისი ბრალი შეიძლება იყოს?

— თავის ტკივილის გამომწვევი უამრავი მიზეზი არსებობს, მათ შორის — არტერიული სისხლის წნევის მომატება და გაციებაც. თუ ძლიერი ტკივილები გაქვთ, აუცილებლად მიმართეთ ნევროპათოლოგს. თვითნებურად ნუ მიიღებთ წამლებს და შეიძლება მდგომარეობა დაიმძიმოთ.

— სტენოკარდიას ხელის ტკივილი ახასიათებს?

— სტენოკარდიის ერთ-ერთი დამახასიათებელი სიმპტომია ხელისა და ბეჭის არეში ტკივილი. სტენოკარდიის სიმძიმე დამოკიდებულია ტკივილის ხანგრძლივობასა და სიძლიერეზე. სასწრაფოდ მიმართეთ კარდიოლოგს.

— ვარ 15 წლის. მაქვს ფერიმჭამელები და წვრილი გამონაყარი. რითი ვუშველო?

— თქვენს ასაკში მსგავსი ტიპის გამონაყარი ხშირია. სპეციალისტები მას გარდატეხის ასაკის გამონაყარს უწოდებენ. მიუხედავად ამისა, დამშვიდების საფუძველი არ გაქვთ, რადგან იგი შეიძლება ქრონიკულ მდგომარეობაში გადაიზარდოს და სახეზე ნაწიბურები დაგიტოვოთ. კანს ნუ აწვალებთ, მიმართეთ დერმატოლოგს, მიიღეთ მსუბუქი საკვები. მოერიდეთ ძლიერ ცხიმიან, ტკბილ და კოფეინის შემცველ საკვებს, დროებით მაინც. უნდა აღინიშნოს, რომ გამონაყარი ზოგჯერ ჰორმონალური დისბალანსის ბრალია, ამიტომ თქვენს ორგანიზმს ამ მხრივაც მიუგდეთ ყური.

— შუადღისას მაქვს გულის აჩქარებები, შფოთვა, აღგზნებადობა. წვეთების მიღებისას კი მეძინება, რა ვქნა? რა მჭირს?

— შეიძლება თქვენი ორგანიზმი გადაღლილია და დღის გარკვეულ მონაკვეთში ვეღარ უმკლავდება ზედმეტ დატვირთვას. გირჩევთ, როცა შეუძლოდ იგრძნობთ თავს, გაიზომოთ წნევა. თუ ნორმის ფარგლებში გექნებათ, ეს ნიშნავს, რომ შფოთი, აგზნებადობა თქვენს ორგანიზმს ე. წ. ჩვევაში გადაუვიდა და მისი დაძლევა მხოლოდ თქვენ შეგიძლიათ.

— ხალხური მედიცინიდან რა საშუალება არსებობს ყელის კატარის მოსაშუშებლად?

— პირველ რიგში, არ მიიღოთ ცივი საკვები ან ცივი და ცხელი საკვები მონაცვლეობით. მდგომარეობა შეგიმსუბუქდებათ, თუ შეძლებთ და ყელში გამოივლებით ნებისმიერ თბილ ზეთს. დღის განმავლობაში დიდხანს ღეჭეთ საღეჭი რეზინა, რომ ყელის კუნთი გააქტიურდეს. კატარის დროს კარგია დღის განმავლობაში შავი შოკოლადი წუწნოთ.

— კომპიუტერთან მუშაობა დიდხანს მიწევს. მირჩიეს სპეციალური სათვალის გამოყენება, მაგრამ შედეგი არ მაქვს. ვგრძნობ მხედველობის გაუარესებას, რას მირჩევთ?

— თვალის კუნთის გადაღლამ შეიძლება გამოიწვიოს გულისრევა, თვალის, თავის ტკივილი, თვალებში ფხაჭნის, ჩხვლეტის შეგრძნება. გირჩევთ აფთიაქში შეიძინოთ სპეციალური წვეთები, რომლებიც ხელოვნური ცრემლის სახელწოდებით არის ცნობილი. კომპიუტერზე დიდხანს მუშაობისას 10-15 წუთი თვალები დაასვენეთ, უყურეთ ერთ წერტილს შორ მანძილზე.

— თვალის გუგები გამიფართოვდა და მტკივა. რისი ბრალი შეიძლება იყოს?

— თვალის გუგების გაფართოება შეიძლება ფარისებრი ჯირკვლის ფუნქციურმა მოშლილობამ გამოიწვიოს. ამიტომ უმჯობესია, ეჩვენოთ ენდოკრინოლოგს. თვალის გუგების გაფართოება შეიძლება ასევე თვალში მიმდინარე ანთებითი პროცესის გამო იყოს გამოწვეული.

— მენსტრუაციული ციკლის დროს მუდამ ძალიან მტკივა თავი. რა ვუშველო?

— მენსტრუაციული ციკლის დროს თავის ტკივილი პათოლოგიის მაჩვენებელი არ არის. მენსტრუაციული პერიოდი ქალის ორგანიზმში უამრავ ცვლილებას იწვევს. ამ პერიოდს ზოგჯერ ფეხმძიმობის სიმპტომები ახასიათებს. თუ თავის ძლიერი ტკივილი გაქვთ, შეიძლება მიზეზი ჰორმონალური ცვლილებებია. უმჯობესია მიმართოთ გინეკოლოგს და ჩაიტაროთ შესაბამისი გამოკვლევა.

ხალხური რეცეპტები კუჭის დაავადებების დროს

მუცელში დისკომფორტს განიცდით? ეცადეთ, სწორი კვება და წლებით შემოწმებული ფიტორეცეპტები ერთმანეთს შეუხამოთ.

ფარსმანდუკი კუჭის ბევრ დაავადებას კურნავს: კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულს, გასტრიტს და მეტეორიზმს (აირების დაგროვება), სანაღვლე გზების დაავადებას. გარდა ამისა, ფარსმანდუკის ნაყენი მადის მომატებას ეხმარება, საჭმლის მონელებას აუმჯობესებს.

ფარსმანდუკის ჩაი. 2 ჩაის კოვზ ბალახს 1/4 ლიტრი მდუღარე დაასხით, 15 წუთი დადგით და გაწურეთ. ასეთი ჩაი თბილი სახით, დღეში 2-3 ფინჯანი დალიეთ.

გვირილა. ამ პატარა მინდვრის ყვავილის გარეშე თითქმის არც ერთი სამკურნალო ნაკრები არ არსებობს. გვირილას იყენებენ კუჭის მწვავე და ქრონიკული პრობლემების დროს. რაღაც ჭამეთ

და კუჭში დისკომფორტი იგრძენით? დღის განმავლობაში გვირილის ჩაი დალიეთ.

მომზადების წესი: ჩაიდანში 2 ჩაის კოვზი გვირილა ჩაუშვით, თაფლი გემოვნებით დაუმატეთ და მდუღარე დაასხით. ჩაი აუცილებლად 15-20 წუთი დადგით. გამოყენების წინ გაწურეთ.

მეორენაირად: 15 გრამ გამხმარ ყვავილებს 1 ლიტრი მდუღარე დაასხით და 15 წუთის შემდეგ თაფლი დაუმატეთ.

თავშავა. ტკივილი მუცელში, უმადობა, კანზე გამონაყარი, დეპრესია... კიდევ ბევრი სიტუაციის ჩამოთვლა შეიძლება, როდესაც თავშავა უბრალოდ შეუცვლელია.

1 სუფრის კოვზ ბალახს 1 ჭიქა მდუღარე დაასხით, 10 წუთი დადგით, გაწურეთ. ასეთი სასმელი დღეში 2-ჯერ დალიეთ. ჩაის მომზადებისას თავშავას ყვავილებს შეგიძლიათ თამამად შეუხამოთ: მელისა, კრაზანა, პიტნა, ჟოლო ან ასკილი.

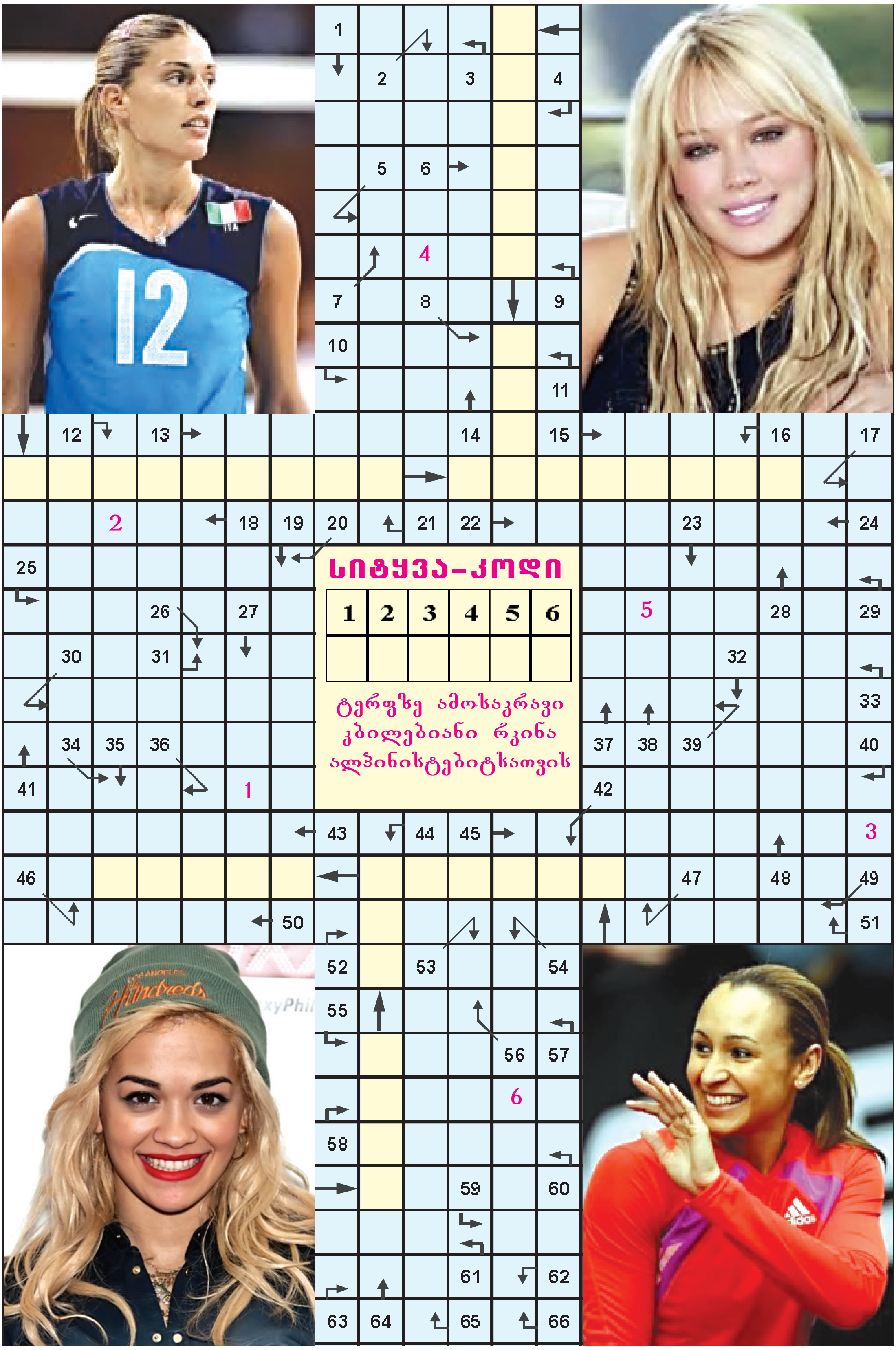
თუ გსურთ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული კითხვის გაგზავნა, აკრიფეთ ასო S და გაგზავნეთ კითხვა ნომერზე 93887 მაგთიდან და 1779 ჯეოსელიდან. 1 სმს-ის ფასია: მაგთიდან 1 ლარი, ჯეოსელიდან 50 თეთრი.

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

Cyan Magenta Yellow Black

სკანვორდი კოდით

1. კაცშებმული ეტლი აღმოსავლეთის ზოგ ქვეყანაში; 2. ესპერანტოს ვარიანტი; 3. ქალიშვილი ინგლისურად; 4. გარიჟრაჟი; 5. ბანქოს თაღლითი მოთამაშე; 6. საქართველოს ისტორიული კუთხე; 7. ორიანი ნარდში; 8. სკანდინავიური ლიტერატურული ძეგლი; 9. პათოსით წარმოთქმული ფრაზა, მონოლოგი; 10. მეფის მხლებლები; 11. ყურძნის ჯიში; 12. ნახშირბადის ნაერთი ზოგ ლითონთან; 13. მდოგვის გაზი; 14. ოთახის მოკლებეწვიანი ძაღლი; 15. ვერდის ოპერა; 16. ხორბლის ფასი ძველ რომში; 17. ომის უკუსიდიდე; 18. რძე შიგ მოხარშული ცომის ნაჭრებით; 19. ესპანეთის კუთვნილი ვულკანური კუნძული ატლანტის ოკეანეში; 20. მთებს შორის ჩავარდნილი ადგილი; 21. ნეპალის დედაქალაქი; 22. იაპონური ჭიდაობა; 23. გადამდნარი კარაქი; 24. ისრის წვერი; 25. ცეცხლის ანადენი; 26. მოგებების გათამაშება ბილეთებით; 27. რაც უნდა აიწონოს; 28. გოლდონის „... ბატონის მსახური“; 29. ახალი გზების გამკაფავი მეცნიერი, ხელოვანი და ა.შ.; 30. ფრანგული კერძი წვრილად დაჭრილი ხორცით; 31. ქართველი სახალხო არტისტი; 32. საპირისპიროს აღმნიშვნელი წინსართი; 33. ნუსხა; 34. ნიშნის მოგება; 35. თვალის გუგა; 36. ნიკო ლომოურის მშობლიური სოფელი; 37. ძველი მისტიკური მოძღვრება „ფილოსოფიური ქვის“ არსებობის შესახებ; 38. ხელოვნური ბოჭკო; 39. წყლის საზიდი თიხის ჭურჭელი; 40. ამერიკული სამგზავრო ლაინერი; 41. იალქანი; 42. რუმინული ფული; 43. რაიმე პროცესის აჩქარება, გაძლიერება; 44. სამკითხაო კარტი; 45. ოკეანეების, ზღვების სიღრმის თავად უძრავ მცენარეთა და ცხოველთა ერთობლიობა; 46. ჯიხოლა; 47. დამუხტული ატომი ან ატომთა ჯგუფი; 48. იაპონიის საზოგადო მოღვაწე; 49. კათოლიკეთა მღვდელი; 50. ბრძოლისა და თავდაცვის საშუალება; 51. მოძღვრება, რომელიც უარყოფს ობიექტური სამყაროს შეცნობის შესაძლებლობას; 52. სისხლის შენადედი; 53. ზნეობა; 54. მცირე ჩრდილი; 55. ხელის ნაწილი; 56. სპირტიანი სასმელი; 57. ზოგი ცხოველის სადგომი; 58. სახელმწიფო ევროპაში; 59. თევზის ძვალი; 60. სპორტის სახეობა; 61. ქალბატონო გერმანულად; 62. ეგვიპტელთა მზის ღვთაება; 63. სამეტყველო ორგანო; 64. ტოკიოს აეროპორტი; 65. იტალიელი ფერმწერი; 66. ველური ცხვარი.



წინა ნომერში გამოქვეყნებული კოდიანი სკანვორდის პასუხები

1. ალენ; 2. კვარტა; 3. კორიფე; 4. ლორი; 5. ტილდა; 6. რეა; 7. ლი; 8. იჰ; 9. ელჩი; 10. ადა; 11. დათვი; 12. მძლე; 13. მანე; 14. მეხანძრე; 15. მასლაათი; 16. ღანძილი; 17. ქრია; 18. ინკასო; 19. ამაო; 20. ომი; 21. ადის; 22. ეგზემა; 23. უნია; 24. მის; 25. ნოე; 26. ნო; 27. ნორმა; 28. ციკლი; 29. ანუკ; 30. ლუის; 31. ნაძვი; 32. საუნა; 33. კენკრა; 34. ელ; 35. ლეი; 36. იდო; 37. ნიუ; 38. ქინძი; 39. ილინოისი; 40. ჩარხი; 41. კრაუჩი; 42. „კონკია“; 43. „კენტავრი“; 44. მანტია; 45. ტიფი; 46. ხი; 47. ალაზანი; 48. იონიკა; 49. ასორტი; 50. ჯაზი; 51. სტროფი; 52. ეჩმიაძინი; 53. ძე; 54. კრიკეტი; 55. კირი; 56. კორეა; 57. ფა; 58. კილტი; 59. ბიძა; 60. ალა; 61. ალალი; 62. კრამიტი; 63. უღელი; 64. ძუღური. **სურათებზე:** ნებაჰათ ჩეხრე; მურატ ილდირიმი; მერტ ფირატი; ბურჩინ ტერზიოღლუ.

კოდი: ძიჯვი

Cyan Magenta Yellow Black

მწვანე სკანვორდი

1. პოლივუდელი ორთაბრძოლების ოსტატი
2. ჭადრაკის ფიგურა
3. ს. ჭიაურელის მეეზოვე
4. ველური ვარდი
5. ფანჯარა
6. საწინააღმდეგოს აღმნიშვნელი წინსართი
7. ღმერთების სამყოფელი
8. ხელოვნების დარგი
9. თრიაქი
10. შტო
11. მამულაშვილი
12. ცირკის მოედანი
13. ალვირის ძვირფასი მორთულობა
14. კუზიანი ხარი
15. პატარა ფლეიტა
16. სამკურნალო ბალახი
17. ... ჰეპბერნი
18. იგივეა, რაც ათაშანგი
19. ჰო, დიახ
20. სანელებელი
21. ... ჭავჭავაძე
22. ჭრილობა
23. მოწონების გამომხატველი შორისდებული
24. ჭურვის ფეთქებადი ხუფი
25. ნოტი
26. სამიანი ნარდში

წინა ნომერში გამოქვეყნებული მწვანე სკანვორდის პასუხები

1. ილიამნა; 2. ილი; 3. კალა; 4. სნო; 5. სვე; 6. ფარვანა; 7. ალასკა; 8. სარი; 9. პულსი; 10. როვნო; 11. კიი; 12. ია; 13. დინასტია; 14. ალა; 15. ეკალი; 16. ალ; 17. კოინდარი; 18. სიო; 19. მიკ; 20. მნათე; 21. ეტი; 22. მანდილოსანი; 23. სე; 24. პა. **სურათებზე:** სტამბოლი; ანკარა; ბოდრუმი; ანტალია.

Cyan Magenta Yellow Black

რძე — დავლიოთ თუ არ დავლიოთ?

რძე ერთადერთი პროდუქტია, რომელსაც სიცოცხლის დასაწყისში ადამიანი პირველად იღებს, მაგრამ უკანასკნელ დროს მსოფლიოს მეცნიერები რძეს სიფრთხილით ეკიდებიან. რაშია მიზეზი?

ბუნება ბრძენია. ტყუილად არ გამოუყო ადამიანს შედარებით მცირე ვადა (სულ რამდენიმე პირველი თვე) რძით კვებისთვის. მეცნიერები სწორედ ამაზე ამახვილებენ ყურადღებას. გამოკვლევებით დამტკიცდა, დროთა განმავლობაში ადამიანის ორგანიზმში გამომუშავებას წყვეტს ფერმენტი, რომელიც ცილა კაზეინს ხლეჩს. შედეგად რძე აღარ შეითვისება.

რძის სარგებლობა

რძე ორგანიზმის ნორმალური ფუნქციონირებისთვის ყველა აუცილებელ ნივთიერებას შეიცავს. ბავშვი სწორედ ამ პროდუქტით იწყებს ზრდა-განვითარებას. რძე შეუფასებელი წყაროა კალციუმისა და D ვიტამინის (ორივე აუცილებელია ძვლების ზრდისა და ჩონჩხის სიმტკიცისთვის),A ვიტამინისა და ფოსფორის (საჭიროა მხედველობისა და ტვინის განვითარებისთვის), მაგნიუმის, კალიუმის, ნატრიუმის, B ჯგუფის ვიტამინების (გულ-სისხლძარღვთა და ნერვული სისტემისთვის) და სხვა მრავალი სასარგებლო ნივთიერების.

მავნებლობა

სამწუხაროდ, რძე შეიძლება სერიოზული დაავადებების მიზეზი გახდეს, ვინაიდან მკვებავია არამხოლოდ ადამიანების, ასევე ბაქტერიებისაც, რომლებიც რძეში (განსაკუთრებით ახალმოწველილში) სწრაფად მრავლდებიან.

როგორ რძეს ვსვამთ

ახალმოწველილი. ახალმოწველილს უწოდებენ რძეს მოწველიდან ერთი საათის განმავლობაში. მისი ანტიბაქტერიული აქტივობა იმდენად დიდია, რომ მიკრობები მასში ადვილად იხოცებიან. ასეთი რძის ტემპერატურა ცხოველის სხეულის ტემპერატურის შესატყვისია.

ახალმოწველილი რძე შეიძლება გახდეს ნაწლავური და ტუბერკულოზის ჩხირის, სალმონელების, ჭიების, ბრუცელოზის წყარო, თუ პირუტყვი სანიტარულ პირობებში არ იმყოფებოდა.

უმი,ანუ გაციებული ახალმოწველილი რძე, ოთახის ტემპერატურაზე შენახული, ბაქტერიების ნამდვილი სამიზნეა. თუ დროულად არ აადუღებთ, ამჟავდება.

ანადუღარი. ანადუღარ რძეში არამხოლოდ მავნე, ასევე სასარგებლო ბაქტერიებიც იღუპება, მაგრამ მთავარი — მასში იშლება კაზეინის ცილა, რომელიც ხანდაზმულ ადამიანებში რძის შეთვისებას ხელს უშლის.

პასტერიზებული. მაღალ ტემპერატურაზე მავნე ბაქტერიების უმრავლესობა იღუპება. პასტერიზაციის პროცესში რძეს 30 წუთის განმავლობაში 60-70 გრადუსზე აცხელებენ. შემდეგ საფუთავში ასხამენ.

სტერილური. პასტერიზებულისგან განსხვავებით, სტერილურ რძეს 120-130 გრადუსზე აცხელებენ. სტერილიზებული რძის შენახვის ვადა უფრო ხანგრძლივია, ვიდრე პასტერიზებულის. სტერილურ რძეში არ არის არც მავნე და არც სასარგებლო ბაქტერიები, თუმცა მიკროელემენტები შენარჩუნებულია და ასეთი რძე წინანდებურად მდიდარია კალციუმით, ფოსფორითა და ვიტამინებით.

დამდნარი რძე. ასეთი რძე ჰაერლუმელში ორთქლზე ან დაბალ ცეცხლზე რამდენიმე საათის განმავლობაში იხარშება. გამოირჩევა მაღალი ცხიმიანობით და უფრო სქელია. შენარჩუნებულია რძის ყველა სასარგებლო თვისება. გადამდნარი რძე განსაკუთრებით სასარგებლოა კუჭისთვის ცხიმის მაღალი შემცველობის გამო.

რომელი უკეთესია?

თხის რძე. ყველაზე შესაფერისია ბავშვთა კვებისთვის. პრაქტიკულად არაალერგიულია და ამავდროულად მეტად მკვებავია. მასში ადვილათვისებადი ცხიმიჟავების მაღალი შემცველობაა.

ცხენის რძე.მის ბაზაზე მზადდება კუმისი — რძის პროდუქტი, რომელსაც დიეტური და სამკურნალო თვისებები აქვს.

აქლემის რძე. მიკროელემენტების მაღალი შემცველობის წყალობით, რძეს მოტკბო გემო აქვს. მასში მეტი შაქრის ლაქტოზა და ნაკლები კაზეინის ცილაა. აქლემის რძის ჩართვა რაციონში საჭიროა თანდათან.

ირმის რძე. ყველაზე ცხიმიანი და მკვებავია რძის დანარჩენ სახეობებს შორის. მასში ცილა 3-ჯერ ნაკლებია, ხოლო, ძროხის რძესთან შედარებით, ცხიმი 5-ჯერ მეტია. ირმის რძის ცხიმი ორგანიზმის მიერ 98%-ით შეითვისება.

თერმომეტრს ვირჩევთ

გაციების სეზონი დადგა. მაშასადამე, დროა შეამოწმოთ, აფთიაქში გაქვთ თუ არა თერმომეტრი. სადღეისოდ თერმომეტრების რამდენიმე სახეობა არსებობს: ვერცხლისწყლის, ციფრული და ინფრაწითელი. მოდით, განვიხილოთ თითოეული მათგანის პლუს-მინუსები.

ვერცხლისწყლის

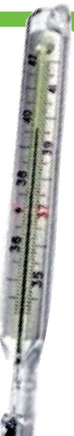
პლუსი. სხეულის ტემპერატურას ზუსტად ზომავს და დაბალი ფასი აქვს. ამიტომ ეს თერმომეტრი დღემდე პოპულარულია.

მინუსი. თუ თერმომეტრი გატყდება და ვერცხლისწყალი დაიღვრება, ამან შეიძლება ჯანმრთელობას სერიოზული ზიანი მიაყენოს. ვერცხლისწყალი ძალიან ტოქსიკურია: ორგანიზმში მოხვედრისას იქ სამუდამოდ რჩება. ე.ი. არც თირკმლებს, არც ღვიძლს მისი გამოდევნა არ შეუძლია. ასეთი თერმომეტრი ტემპერატურის გამზომვას დიდ დროს ანდომებს, რაც მოუხერხებელია, როდესაც საქმე ბავშვებს ეხებათ.

ციფრული

პლუსი. მთელი პროცედურა 40-90 წამს მოიცავს. დასასრულს ხმოვანი სიგნალი გვამცნობს. გაზომვის ცდომილება გრადუსის ერთ-ორ მეათედს შეადგენს. ტემპერატურის გაზომვა შეიძლება სხეულის ნებისმიერ წერტილში: პირში, იღლიაში, ყურში. სპეციალურად პატარებისთვის დამზადებულია თერმომეტრი-საწოვარა.

მინუსი. შედარებით ხანმოკლეა. ასეთი ელექტრონული თერმომეტრების ელემენტები საშუალოდ 2000 გამზომვაზეა გათვლილი. ე.ი. მოწყობილობა 2-3 წელი მოგემსახურებათ. შემდეგ კი თერმომეტრის გადაგდება მოგიწევთ, ვინაიდან ბატარეა შეცვლას არ ექვემდებარება.



ინფრაწითელი

პლუსი. ინფრაწითელი თერმომეტრი ტემპერატურას წამში ზომავს: 2-3 წამი და ყველაფერი მზადაა. ბევრი მოდელი აღჭურვილია მეხსიერების ბლოკით. ამიტომ მოწყობილობა იმახსოვრებს ტემპერატურის უკანასკნელ მაჩვენებლებს. სწორედ ეს ფუნქცია ხშირად ეხმარება ექიმს ზუსტი დიაგნოზის დასმაში.

მინუსი. ტემპერატურის გაზომვა შესაძლებელია მხოლოდ განსაზღვრულ ადგილებში — შუბლზე, საფეთქლებზე, ყურში.

✓ მოამზადა აზა გაგოშიძემ

Cyan Magenta Yellow Black

ქართული ანეკდოტები

დედისერთა ლიკუნამ სახლში წვერგაბურძგნული, კბილებჩაყვითლებული და დაუბანელი მაწანწალა მიათრია და მშობლებს წარუდგინა:

— გაიცანით, ეს ჩემი საქმროა, ჯაბა.

მშობლებს ენა ჩაუვარდათ, დედა ცუდად გახდა.

— ჰო, კარგით, დაწყნარდით, გეხუმრეთ, — გაიცინა ლიკუნამ, — რის ჯაბა, რა ჯაბა, ჯამბული ჰქვია.

— ორი ახალი ამბავი მაქვს.

— თუ ძმა ხარ, კარგით დაიწყე!

— ორივე ცუდია და...

❖ ❖ ❖

გურული მოსკოვში ჩავიდა და იქ მცხოვრებ მეორე გურულს შეხვდა. ერთმანეთი მიიკითხ-მოიკითხეს და ჩასული ეუბნება დამხვდურს:

— მაი ყოლისფერი კაი, მარა მავზოლეუმში რაფერ უნდა მოვხვდე?

— ოო, მაი ძნელი საქმეა, ძამა... ჯერ რევოლუცია უნდა მოახთინო!

❖ ❖ ❖

— სეროჟ, შენ ავლაბარში არა ცხოვრობ?

— მაიცა, რა, ჯიგარ, ეხლა პოლიტიკის დროა?!

❖ ❖ ❖

— ჩემს გოგოს მხოლოდ მდიდარ კაცზე გავათხოვებ! — იქადნება გრამიტონა.

— მასეთი, გრამიტონ ბიძია, გეიტსია.

— ნუ... სახელი არ მომწონს, მარა იყოს, ბატონო!

❖ ❖ ❖

— რატომ გააძვირეთ სიგარეტი? — ეკითხება მოქალაქე მოსახლეობასთან შესახვედრად გასულ დეპუტატს.

— ისევ თქვენი ჯანმრთელობისთვის — არ მოსწევ და კიბო არ გაგიჩნდება.

— მინერალური წყალიც ხალხის ჯანმრთელობისთვის გააძვირეთ?

— აბა რა! არ დათვრები და მეორე დილას პახმელიაზე გამოსვლაც არ დაგჭირდება.

❖ ❖ ❖

— რა ღირს გასაბერი ქალი? — ეკითხება ქუთაისელი გამყიდველს.

— 500 ლარი.

— უფრო იაფიანი არ გაქვენ?

— 350 ლარიანი გვაქვს, მარა ჰაერი ეპარება.

— ჰაერი რომ ეპარება ღამღამობით ჩემს ცოლს, სწორედ იმიზა მინდა გასაბერი ქალი.

❖ ❖ ❖

იოსკამ ცოლი მოიყვანა და ძმაკაცმა დაარიგა, მკაცრად მოექეცი, არ „დაგაჩმორროსო“. ამანაც დაუჯერა და ცოლს ეუბნება:

— ხვალ, ქალო, სახლში მთვრალი მოვალ. გამხდი ფეხსაცმელსა, მერე შარვალსა... მერე ხომ იცი, რაც უნდა ქნა!

— ვიცი, აბა რა, ის ფეხსაცმელები უნდა გლეწო მაგ შტერ თავში.

❖ ❖ ❖

— ექიმო, ვგრძნობ, რომ ტვინი მიმოძრავებს.

— გილოცავთ!

❖ ❖ ❖

— ბრალდებულო, აღიარეთ დანაშაული!

— სიმართლეს გეტყვით, ბატონო მოსამართლევ! შემომხვდა ეს ორი უკაცრიელ ქუჩაში ღამით და მომთხოვეს ფეხსაცმელების და ტყავის ქურთუკის გახდა.

— მერე?

— სხვა რა გზა იყო, ბატონო მოსამართლევ, გავხადე ორივეს.

❖ ❖ ❖

ექიმი ქალი: როგორც ამ ანალიზებით ვატყობ, მომავალში ჩვენ ხშირად მოგვიწევს შეხვედრა!

პაციენტი კაცი: რატომ, სანატრელო, დღესვე წამომყევი.

❖ ❖ ❖

გურული მიწას ყიდის. მივიდა კლიენტი.

— ამ მიწაზე ხეხილი ხარობს?

— თუ დარგავ, კი.

❖ ❖ ❖

კარზე ზარია.

— პიანინოს ამწყობი გამოიძახეთ?

— არა, ბატონო, ჩემი პიანინო გადასარევ ფორმაშია, მთელი დღე ვუკრავ.

— ზნაჩიტ, მეზობელმა გამამიძახა თქვენთანა.

❖ ❖ ❖

თბილისიდან ჩამოსული სტუმარი გურულს ეკითხება:

— უკაცრავად, ბიძაჩემო, ხომ ვერ მეტყვით, რა დროა?

— ნემეტანი გლახა, ნემეტანი, ბიძია! ძველი მთავრობა ჩათლახი იყო, ახალი ვარესი გამოდგა!

— დაზარალებულო, რატომ არ იყვირეთ, როცა ბრალდებული გაუპატიურებდათ?

— დამემუქრა, ბატონო მოსამართლევ!

— რაო, თუ იყვირებ, მოგკლავო?

— არა, გადავიფიქრებო.

მიხომ ქალაქელი ცოლი შეირთო. ერთი კვირის შემდეგ ქალი თვალჩალურჯებული ამოვიდა ბოსლიდან. გაგიჟდა მიხო:

— იმ გარეწარმა შაქრომ დაგიჭირა ბოსელში, განა?! მე იმის...

— შაქრო რა შუაშია, კაცო! ძროხას რო ვწველი, კუდს იქნევს ხოლმე, მეც ავდექი და კუდზე ქვა გამოვაბი, არ აიქნევს-მეთქი და აი!

— აბა, თუ მიხვდებით, რამდენი წლის ვარ, — იპრანჭება ქალი, — მინიშნებას მოგცემთ: ჩემი ძმა ყოველდღე დადის ბაღში.

— ყარაულია?

ზესტაფონელი დილით იღვიძებს და ლოგინში საშინელი ქალი უწევს.

— შენ ვინ ხარ, ბოშო?

— ვინ და შენი კრასავიცა... რავა, წუხელ რომ სულ კრასავიცა, კრასავიცას მეძახდი, დაგავიწყდა?

— ან ამდენი რა ჯანდაბა დავლიე და ან ამდენი რუსული საიდან ვისწავლე, მე ამის!.. — გაგიჟდა ზესტაფონელი.

✓ შეკრიბა მურმან მერკვილიშვილმა, ქეთი ხარატიშვილის ნახატები

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 №37-40

წითელი სახლის საიდუმლოება

ენტონის საძინებელი სახლის უკანა პარკში გადიოდა. ის სადილისთვის ტანსაცმელს იცვლიდა, თან დროდადრო ფანჯარაში იცქირებოდა, სახე კი, ფიქრების კვალდაკვალ, ხან ელუშებოდა, ხან კი უღიმოდა. საწოლზე ჩამომჯდარი სქელ, შავ თმაზე სავარცხელს მაშინალურად ისვამდა, როცა გარედან „ფსიხო“ მოესმა და ოთახში ბილი შემოვიდა.

— იჩქარე! მშია! — თქვა მან მოკლედ.

ენტონიმ ვარცხნა შეწყვიტა:

— ბილ, მარკი სადაა?

— მარკი? კეილის გულისხმობ?

— ჰო, — ჩაიცინა ენტონიმ, — ქვევითაა? ერთი წამით, ბილ. ახლავე მოვდივარ.

ენტონი წამოდგა, მისი ადგილი კი ბილმა დაიკავა.

— სხვათა შორის, — დაიწყო ამ უკანასკნელმა, — შენი იდეა გასაღებების შესახებ ჩირადაც არ ღირს.

— მართლა? ვითომ რატომ?

— მხოლოდ ბიბლიოთეკის გასაღებია გარედან, დანარჩენი კი შიგნიდან.

— ვიცი.

— ჯანდაბას, ანუ გაგახსენდა?

— ჰო, ბილ, — დამნაშავესავით მიუგო ენტონიმ.

— მე კი მეგონა, დაგავიწყდა. ასეა თუ ისე, შენს თეორიას მაგრად დაერხა.

— არანაირი თეორია არ მქონია. უბრალოდ, ვთქვი, რომ თუ ისინი გარედან იყო, ეს ალბათ იმას ნიშნავს, რომ კაბინეტის გასაღებიც გარედან იყო, რაც უკვე კეილის თეორიას ურტყამს.

— ეს ასე არ არის და ჩვენ არაფერი ვიცით. ზოგი გარედან იყო, ზოგიც შიგნიდან და ეს ყველაფერი არც ისე მიმზიდველად გამოიყურება. როცა შენ მდელოზე საუბრობდი, უბრალოდ, იდეა გამიჩნდა, რომ გასაღები გარედან იყო და მარკმა ის თან წაიღო.

— კარგი. გვეყო გარჩევა. ჩავიდეთ.

კეილი მათ ვესტიბიულში ელოდა.

სადილი ჩვეულებრივად, საუბრით წარიმართა.

— გასაღებების თაობაზე თქვენ აბსოლუტურად მართალი იყავით, — თქვა ბილმა, როცა პაუზა ჩამოვარდა.

— გასაღებების? — გაოცებით გაიმეორა კეილიმ.

— ჩვენ ვვარაუდობდით, გარედან იყო ისინი თუ შიგნიდან, — შეახსენა ენტონიმ.

— ჰო, ჰო. მისტერ ჯილინჰემ, ჩვენ ორივე მართალი ვიყავით, ასე რომ, წინ ოდნავადაც არ წავწეულვართ.

— მე მხოლოდ ვივარაუდე და ეს ხმამაღლა ვთქვი.

— დამაჯერებლად ჟღერს, — თავი დააქნია კეილიმ, — აი, ელსის ნათქვამმა კი ნამდვილად დამარწმუნა.

— ელსი? — აღელვებით წარმოთქვა ბილმა.

— ვინ არის? — დაინტერესდა ენტონი.

— ერთ-ერთი მოახლე, — აუხსნა კეილიმ, — არ გაგიგონიათ, რა უთხრა ინსპექტორს? მე, ცხადია, ბერჩს შევახსენე, მაგ კლასის ქალიშვილები ხშირად იტყუებიან-მეთქი, მაგრამ ინსპექტორმა მგონი, მაინც მისი ნათქვამი დაიჯერა.

— რა ნათქვამი? — ჩაეკითხა ბილი.

კეილი მათ მოუყვა, რაც ელსიმ იმ დღეს კაბინეტიდან გაიგონა, ბოლოს კი დაამატა:

— ვიცი, ეს რომ შემთხვევითობა იყო. რა აზრი აქვს იმის თქმას, თითქოს მკვლელი მარკია?

— მართლაცდა, რა აზრი აქვს? — დაეთანხმა ენტონი.

მერე მათი საუბარი წიგნებზე და პოლიტიკაზე გაგრძელდა, რამაც ბილს ხასიათი გაუფუჭა.

როგორც კი სიგარების მოწევა დასრულდა, კეილიმ საქმეები მოიმიზეზა, ბოდიში მოიხადა და იქაურობა დატოვა, რაც ბილს ძალიანაც გაუხარდა.

— მადლობა ღმერთს, აქ რომ ხარ, — მიმართა მან მეგობარს, — მარტოს ძალიან გამიჭირდებოდა.

— მოდი, გავისეირნოთ, — შესთავაზა ენტონიმ, — თბილი საღამოა. სახლიდან შორს ალბათ მყუდრო ადგილი გეგულება და მშვიდი საუბარი შეგვეძლება.

— მშვენიერი იდეაა, — მოუწონა ბილმა, — მგონი, გოლფის მოედანი ყველაზე მეტად გამოდგება.

.

ისინი მაყურებლებისათვის განკუთვნილ გრძელ სკამზე ჩამოსხდნენ თუ არა, ენტონიმ მიმოიხედა და იკითხა:

— აქ მართლა მყუდრო ადგილია, მაგრამ... ვინმე ხომ არ გვითვალთვალებს?

— არანაირად, სრულიად მარტონი ვართ, — დაბეჯითებით მიუგო ბილმა.

ენტონი არ ჩქარობდა. ჩიბუხი დინჯად გააბოლა, მერე პირიდან გამოიღო და მეგობარს მიუბრუნდა:

— ბილ, დაფიქრდი და მიპასუხე, მზად ხარ, ვატსონი იყო?

— ვატსონი?

— ანუ ის, ვინც იდიოტურ კითხვებს მისვამს და ამით შანსს მაძლევს, მასზე ვიბატონო. ვინც იმას, რაც მე უკვე აღმოვაჩინე, სამი-ოთხი დღის მერე აღმოაჩენს და ამით ბედნიერია და ასე შემდეგ, რადგან ეს ყველაფერი ძალიან მეხმარება.

— ჩემთვის დიდი პატივია, ჰოლმსს ვემსახურო, — ღიმილით შეაგება ბილმა.

— მაშინ...

მათ რამდენიმე სცენა გაითამაშეს ჰოლმსისა და ვატსონის ურთიერთობიდან, ბოლოს კი რეალობას დაუბრუნდნენ.

— რაკი შევთანხმდით, რომ გამომძიებლის პროფესია საკმაოდ სასარგებლოა, ზოგისთვის კი გასაოცარი, მოდი, კეილი გავაკვირვოთ, ჰა? — შესთავაზა ჰოლმს-ენტონმა.

— რანაირად?

— მოდი, ვკითხოთ... — ენტონი გაჩუმდა და ეშმაკურად მიაშტერდა ვატსონ-ბილს, — მოდი, შევეკითხოთ, რას უპირებს კაბინეტის გასაღებს.

— მოიცა, ტონი... ნუ დამაბნიე... გინდა, თქვა, რომ კეილი... კი მაგრამ, მარკი?

— მარკი სად არის, ნამდვილად არ ვიცი, მაგრამ აბსოლუტურად დარწმუნებული ვარ, რომ გასაღები მას არ წაუღია, რადგან ის კეილის აქვს.

— დარწმუნებული ხარ?

— აბსოლუტურად.

ბილმა შეშფოთებით შეხედა მას:

— ახლა არ მითხრა, ყველაფერს ვხედავ, ვის ჯიბეში რა დევსო.

— ცხადია, არა, — გაიცინა ენტონიმ.

— მაშ, საიდან იცი?

— ბილ, შენ იდეალური ვატსონი ხარ, ზედმიწევნით ბუნებრივი. სიმართლე გითხრა, ეს ბოლო თავამდე არ უნდა ამეხსნა, მაგრამ ამას უპატიოსნობად ვთვლი. მაშ, ასე. სინამდვილეში, ცხადია, არ ვიცი, გასაღები მას აქვს თუ არა, სამაგიეროდ დანამდვილებით ვიცი, რომ ჰქონდა. იმ დღეს, როცა შევეჩეხე, კარი ჩაკეტა, გასაღები კი ჯიბეში ჩაიდო.

— ანუ მაშინ დაინახე, ახლა კი გაგახსენდა?

— არა, ის არ დამინახავს, მაგრამ რაღაცა დავინახე.

— რა?

— გასაღები საბილიარდოს კარზე, გარედან.

— გარედან? ის ხომ შიგნიდან იყო? ახლახან არ ვნახეთ?

— ასეა.

— მაშ, გარედან ვინ გაუკეთა?

— კეილიმ, სხვამ ვინ?

— კი მაგრამ...

— მოდი, იმას დავუბრუნდეთ, რაც დღეს ხდებოდა. არ მახსოვს, საბილიარდოს კარზე გასაღებისთვის ყურადღება რომ მიმექცია. ის ალბათ მაშინალურად შევნიშნე. როცა დავინახე, როგორ აბრახუნებდა კარზე კეილი, თავში გამიელვა, მეზობელი ოთახის გასაღები ხომ არ მიუდგებოდა. ვიდრე შენს მოსვლამდე სკამზე ვიჯექი, გონებაში იმ მომენტს ვაანალიზებდი და უეცრად საბილიარდოს კარზე გარეთა გასაღები დავინახე. ამან ჩამაფიქრა, კაბინეტის კარსაც გარედან ხომ არ ეკეთა გასაღები? როცა კეილი შემოგვიერთდა, ჩემი ვარაუდი გაგიზიარეთ, რამაც ორივე დაგაინტერესათ, ოღონდ კეილი უფრო მეტად, რაც შენ არ შეგინიშნავს.

— მართლა ჰოლმსი მგონიხარ!

— ცხადია, ეს არაფერს ამტკიცებდა, რადგან მარკი თავის ოთახში შეიძლებოდა შიგნიდანაც შეკეტილიყო, მაგრამ მე გასაღებების თემა ისე წამოვწიე და გავაზვიადე, თითქოს კოლოსალური მნიშვნელობა ჰქონდა და საქმეს ძირფესვიანად ცვლიდა. ამიტომ ვუთხარი კეილის, 1-2 საათით სახლში არ ვიქნები-მეთქი. როგორც ველო-

Cyan Magenta Yellow Black

დი, მან თავი ვერ შეიკავა და გასაღებები გადააადგილა, რამაც ჩემი ვარაუდი რეალობად აქცია.

— კი მაგრამ, ბიბლიოთეკის გასაღებს რატომ არ შეეხო, გარეთ რატომ დატოვა?

— ჭკვიანი ეშმაკია და იმიტომ. ჯერ ერთი, ინსპექტორი უკვე ნამყოფი იყო ბიბლიოთეკაში და შეეძლო გასაღები შეემჩნია. მეორეც... — ენტონი შეყოყმანდა.

— რა?

— ჩემი აზრით, კეილი საშინლად აღელდა, რაკი მოსაფიქრებელი დრო არ ჰქონდა და თავი აარიდა პირდაპირ პასუხს, გარეთ იყო გასაღები თუ შიგნით, რაც მისთვის ყველაზე უსაფრთხო იყო.

— მესმის, — ხმადაბლა თქვა ბილმა.

მაგრამ სხვა რამეზე ფიქრობდა. კეილი ჩვეულებრივი ადამიანი იყო, მასთან კარგი ურთიერთობა ჰქონდა, ტენისს ეთამაშებოდა, თუთუნსაც სთხოვდა... არადა, როგორც ენტონი ამბობს, შეიძლება მკვლელი იყოს... არა, არა! ეს გამორიცხულია! მეთიუ და მკვლელი? შეუძლებელია! ჰოლმსის ფანტაზიაა!

— ვატსონ, — ფიქრებს მოსწყვიტა ენტონიმ, — აბა, რას იტყვით?

— მისმინე, ტონი, შენ მართლა ასე თვლი?

— რას ვთვლი?

— კეილიზე, რა.

— მე მხოლოდ იმას ვთვლი, რაც ვთქვი და არაფერს მეტს.

— ანუ რას?

— რომ რობერტ ებლეტი იმ დღეს კაბინეტში მოკვდა და რომ კეილიმ ზუსტად იცის, როგორ მოხდა ეს. სხვას არაფერს. ეს არ ნიშნავს იმას, რომ რობერტი მან მოკლა.

— ცხადია, არა, — ბილმა შვებით ამოისუნთქა, — ის, უბრალოდ, მარკს იფარავს, ხომ?

— არ ვიცი.

— მაგრამ ეს ხომ უმარტივესი ახსნაა? განა არა?

— უმარტივესია, თუ შენ კეილის მეგობარი ხარ და გინდა, იოლად გამოძვრეს.

— რითია უმარტივესი ცუდი?

— კარგი, მოყევი, ოღონდ გახსოვდეს: თავიდან გასაღები კარის გარეთაა.

— იყოს მასე. მოკლედ, მარკი ძმის სანახავად მიდის, ისინი კამათობენ და ასე შემდეგ, კეილის სიტყვების შესაბამისად. კეილის სროლის ხმა ესმის და მარკს რომ მიმალვის დრო მისცეს, კარს კეტავს, გასაღებს ჯიბეში იდებს და ბრახუნს იწყებს, თითქოს მარკი შიგნიდან ჩაიკეტა და არავის უშვებს. აბა, რას იტყვი?

— არ ვარგა, ვატსონ. არა.

— რატომ?

— საიდან იცის კეილიმ, რომ მარკმა ესროლა რობერტს და არა პირიქით?

ამ კითხვამ ბილი შეაცბუნა:

— ჰო... ის... კარგი. ვთქვათ, ჯერ კეილი შევიდა კაბინეტში და იატაკზე დაგდებული რობერტი დაინახა.

— და რას ეუბნება მარკს? მშვენიერი ამინდიაო თუ რა მოხდაო?

— ჩემი აზრით, რა მოხდაო, შეეკითხა, — უხალისოდ აღიარა ბილმა.

— მარკი რას პასუხობს?

— უხსნის, რომ წაკინკლავების დროს რევოლვერი შემთხვევით გაუვარდა.

— ამაზე კეილი ეუბნება, შენს დასაცავად რამეს მოვიფიქრებ, ახლა კი გაიქეცი, თავს უშველეო?

— არა, არა... ვთქვათ, მარკმა აღიარა, რომ ძმა მოკლა.

— ეს უკვე უკეთესია, ბილ. მერე რა ხდება?

— მიუხედავად აღიარებისა, კეილი მაინც ჰპირდება დახმარებას.

— მაშინ ორ კითხვას დაგისვამ. პირველი: შესაძლებელია, რომ ადამიანმა, ვინც არ უნდა იყოს ის, ისეთი იდიოტური მკვლელობა ჩაიდინოს, ყულფში რომ ყოფს თავს? მეორე: თუ კეილი თავისი დეიდაშვილის გულისთვის თავგანწირვაზე მიდის, უფრო იოლი არ იქნება, სულ კაბინეტში იყოს და დაადასტუროს, რომ რობერტის სიკვდილი შემთხვევითი იყო?

ბილი ჩაფიქრდა, ყველაფერი აწონ-დაწონა და თავის ქნევით თქვა:

— კარგი, ჩემი ჩავარდა. ახლა შენსას მოვისმენ.

ენტონი გაყუჩებული იჯდა და ხმას არ იღებდა.

— რა ხდება? — შეეკითხა ბილი, — ისე ჩუმად ხარ, როგორც ჩანს, თავში რაღაცა მოგივიდა. იქნებ მითხრა, რა?

ენტონის გაეცინა:

— ჩემო ძვირფასო ვატსონ, ასეთი გამჭრიახობაც არ მოგეთხოვებათ.

— მე ვერ გამაცურებ.

— კარგი, გეტყვი. რატომღაც შენი მოჩვენება გამახსენდა და...

— რა შუაშია აქ მოჩვენება? — ბილი გაწბილებული ჩანდა.

— არ ვიცი... ვერ ვხვდები, რა შეიძლება აქ შუაში იყოს... როგორც მახსოვს, ის ამ ადგილას გამოგეცხადათ...

— ჰო, — ბილი ხაზგასმით ლაკონური იყო.

— როგორ?

— რა როგორ?

— როგორ გამოგეცხადათ?

— რა ვიცი, როგორ. გამოცხადდა და მორჩა.

— პარკიდან ოთხას-ხუთას იარდში?

— ის ხომ აქ უნდა გამოჩენილიყო, რადგან ითვლება, რომ საწყისი... ანუ ლედი ანა აქ გამოცხადდა.

— რა შუაშია აქ ლედი ანა? ნამდვილ მოჩვენებას ნებისმიერი რამის გაკეთება შეუძლია, აი, მის რუთ ნორისი კი, მოჩვენების როლის შემსრულებელი პარკიდან ხუთას იარდში ასე უეცრად როგორ გაჩნდა, მართლა გაუგებარია.

გაოცებულ ბილს პირი ღია დარჩა, ისე ამოღერღა:

— მე... მე... არ ვიცი. ამაზე არ გვიფიქრია.

— ის რომ იგივე გზით წამოსულიყო, რითაც მე და შენ, თქვენ ხომ ადრევე დაინახავდით და არა უეცრად?

— რასაკვირველია.

— ის ეფექტი კი აღარ იქნებოდა, რაც იყო. თქვენ საკმაო დრო გექნებოდათ, მის ნორისი სიარულის მანერით გეცნოთ.

— მართლა უცნაური რაღაცაა, ტონი. ეს არც ერთ ჩვენგანს არ მოსვლია ფიქრად.

— თქვენ გოლფის თამაშით გაერთეთ. იქნებ პარკი ისე გადაჭრა, რომ ვერ შენიშნეთ?

— გამორიცხულია. რუთს მე და ბეტი ველოდით და წამდაუწუმ გზისკენ ვიყურებოდით.

— მოედანს გარშემო თხრილი აკრავს. იქნებ იქ დაიმალა?

— მაგას ვერ იზამდა. მე და ბეტი აქ სხვებზე ადრე მოვედით და გავიარ-გამოვიარეთ. სადმე რომ ყოფილიყო, აუცილებლად შევნიშნავდით. ისე კი, რა მაგის პასუხია და, მოჩვენებას ანუ რუთს რობერტის სიკვდილთან რამე აკავშირებს?

— არ აკავშირებს?

— ეს არ ვიცი. შენ, ბატონმა ჰოლმსმა თუ იცი რამე, იქნებ მეც განმანათლო?

— არაფერი. ჩვენ არ ვიცით, რას აქვს კავშირი და რას არა, მაგრამ ეს მის ნორისს ნამდვილად ეხება, ის კი... — ენტონი უეცრად გაჩუმდა.

— დაამთავრე. გისმენ.

— მოკლედ, ამ საქმეში თქვენ ყველანი ასე თუ ისე გარეული ხართ და როცა რომელიმე თქვენგანს ცოტა ადრე უცნაური რაღაცა ემართება, ეს, რასაკვირველია, ფიქრს იწვევს და ეჭვებს ბადებს... უფრო სწორად, ძალაუნებურ დაინტერესებას, რაც არც ჰოლმსისთვისაა უცხო და არც ვატსონისთვის უნდა იყოს.

— პირიქით! ძალიანად მაინტერესებს და მზად ვარ, თქვენი ნებისმიერი ბრძანება შევასრულო! — სიხარულით შესძახა ბილმა და სკამიდან წამოხტა.

ენტონი ჯილინჰემი აუჩქარებლად წამოდგა სკამიდან, ჩიბუხიდან ფერფლი გადმოფერთხა და დინჯად თქვა:

— ის გზა უნდა მოვძებნოთ, რომლითაც წითელი სახლიდან გამოსულმა მის ნორისმა ისარგებლა.

— საიდუმლო გასასვლელს გულისხმობ?

— ჰო. რაღაც მაგდაგვარი ალბათ უნდა იყოს, — მიუგო ენტონიმ.

— საიდან დავიწყოთ?

— აი, ის, სახლისკენ ზურგით, თითქმის მიწაში ჩაფლული, ფარდულია თუ რა?

— პატარა საწყობივითაა სპორტული ინვენტარისთვის.

— იქიდან დავიწყოთ. გული თითქოს რაღაცას მკარნახობს.

შიგ შევიდნენ თუ არა, ენტონიმ სახლისკენ მიშვერილ კედელზე ხელით კაკუნი დაიწყო:

— სახლს თუ საიდუმლო გასასვლელი აქვს, რაშიც ეჭვი თითქმის არ მეპარება, აქ უნდა გამოდიოდეს ანუ სიცარიელე იყოს... თუმცა, როგორც ხმაზე ვატყობ, ეს ყრუ კედელია.

— სხვებზე ვცადოთ, — თქვა ბილმა და დანარჩენ კედლებს ჩამოუარა.

ეს რომ ამ საქმეში იყო, უეცრად ენტონი ადგილზე გაქვავდა. მარჯვენა ხელის საჩვენებელი თითი ტუჩებზე მიიდო და ძლივს გასაგონად დაიჩურჩულა:

— ვიღაცა აქეთ მოდის!

გაგრძელება შემდეგ ნომერში

✓ თარგმნა გურამ ჩხეტიანმა, ქეთი ხარატიშვილის ნახატი

თავი 11

თინათინ ბონი

ოცნების ძიებაში

დასაწყისი №31-40

www.facebook.com/Tinatinbonney

ირაკლიმ ისევ ცუდ გუნებაზე გაიღვიძა. როდემდე შეიძლება?! დღეიდან ყველაფერს შეცვლის. ნამდვილად შეცვლის! დგება, იზმორება და შეუდარებელი ღიმილით იხედება ფანჯარაში. რადგან მაინც უწევს ამ საქართველოში ყოფნა, ამ მოსაბეზრებელ სამსახურში სიარული და ლეიბის ქვეშ ოცნებების შენახვა, მაშინ ბარემ ისიამოვნებს ამ ყველაფრით. შხაპი, წვერის გაპარსვა, თმის მოწესრიგება, მოკლედ, ჩვეული ქმედებები განსხვავებული განწყობით. რა კარგი ყოფილა! კარადას აღებს და ვარდისფერ ზოლიან პერანგს იცვამს. მუქი ლურჯი ჰალსტუხი და იმავე ფერში შარვალი. აი, ასე!

ოფისის კარს ამაყად აღებს. ქალები თვალს აყოლებენ, ის კი ამაყად მიემართება თავისი კაბინეტისაკენ. კარს კეტავს და კმაყოფილი ჯდება თავის ადგილზე. კარი იღება და შემოდის დიტო.

— გოგოებმა ისეთი ამბავი ატეხეს, მინდოდა, მენახა ერთი, რა „ვიდზე“ მოხვედი ასეთზე.

— ამ წამს მოვედი, როდის მოასწრეს, გაფიცებ? — ირაკლის ეცინება.

— ქალების ამბავი ხომ იცი, ბიჭო, — დიტო თავს იფხანს.

— რა გინდა?

— რა იცი, რომ რამე მინდა?

— გეტყობა. თანაც კაი ხასიათზე ვარ.

— ასისტენტად მინდა ერთი კაი გოგოს აყვანა.

— რამდენი ასისტენტი უნდა აგიყვანოთ? — ირაკლი თავს აქნევს.

— რა რამდენი? ერთი მყავს.

— და არ გყოფნის?

— არა.

— რატომ?

— ბევრი საქმეა, რა.

— არა.

— არის.

— არ ავიყვანთ.

— ირა, კაი, ბიჭო, რა... — დიტო იჭმუხნება.

— არა.

— გოგო ნახე მაინც და მერე თქვი.

— მელადავები? თუ ასეთი კაი გოგოა, მოიყვანე ცოლად, ჩემს კისერზე რატომ სვამ?

— ძმაო, ნახე, რა მოგივა?

— დიტო, მე არ ვარ „ძმაო“, მე ვარ შენი უფროსი, — ამბობს ირაკლი.

დიტო ცბება. თვითონ ირაკლისაც უკვირს. არასდროს დალაპარაკებია ასე.

— გასაგებია, — დიტო ფეხზე დგება.

— საღამოს გავიდეთ სადმე? — ირაკლის ტონი ლბება.

— როგორც გინდა.

— იქ დაუძახე იმ გოგოს და ვნახავ, — ამბობს და თვალს უკრავს.

— კარგი, — ამბობს დიტო ისე, რომ ირაკლის თვალს არ უსწორებს.

დიტო გადის და ირაკლი ხელებში რგავს თავს. არასასიამოვნო შეგრძნება გაუჩნდა. უფროსობა არ არის მისი მოწოდება, მით უმეტეს, ბავშვობის ძმაკაცთან, მაგრამ არც ძმაკაცმა უნდა უქნას თავზე. კარი იღება და შემოდის ნიცა, უკან კი მდივანი მოსდევს.

— არ შეიძლება, დაკავებულია! — მდივანი ცდილობს, ნიცა შეაჩეროს.

— ვხედავ, როგორი დაკავებულია, — ამბობს ნიცა განრისხებული.

— ირაკლი, რა ვქნა, შემოვარდა გიჟივით, — უბოდიშებს მდივანი.

— კარგი, დამშვიდდი. მე მივხედავ.

მდივანი გადის და ნიცა სავარძელში ჯდება.

— ჩემს ზარებს არ პასუხობ, ჩემს მესიჯებს არ პასუხობ, ჩემს იმეილებს..

— არ ვპასუხობ, — ამთავრებს მის წინადადებას ირაკლი.

— არ პასუხობ.

— და ამის გასარჩევად მოხვედი?

— ყველაფერი ისე კარგად იყო, იკაკო, რა ხდება? — ნიცა იბუსხება.

— რა იყო კარგად?

— მე და შენ.

— ნიცა, ეგ ყველაფერი შენს გონებაში იყო კარგად.

— და ის ღამე?

— რა ის ღამე?

— მე რა, გადასაგდები ვარ?

— გეხვეწები, გაჩერდი რა.

— მე შემიძლია გაგაბედნიერო.

— გააფრინე ხომ შენ?

ირაკლი ფეხზე დგება. ნიცაც დგება.

— გამაგდო გინდა?

— გაგაცილო.

ირაკლი უახლოვდება. უეცრად ნიცა კისერზე ხვევს ხელებს და ტუჩებში კოცნის. ირაკლი იცილებს.

— ნიცა, არაფერი გამოვა.

— ვერ დავიჯერებ, რომ საერთოდ არ გაღელვებ, — წამით ფიქრდება.

ირაკლი ოხრავს.

— ვინმე გაიჩინე?

— არ არის შენი საქმე.

— ვინ არის? — ნიცას სახე ეშლება.

— არ არის შენი საქმე-მეთქი.

— მაინც გავიგებ და, რომ გავიგებ, მოვკლავ!

— კაი, მასე ქენი.

ირაკლის ნიცა ხელში აჰყავს, ოთახის გარეთ დგამს. თვითონ კი უკან ბრუნდება და კარს კეტავს. ყველა გიჟი ხომ მაგას უნდა გადაეყაროს. სკამს უბრუნდება და ლეპტოპს რთავს.

■

ირაკლი და დიტო ირაკლის მანქანაში სხდებიან და კლუბისკენ მიემართებიან. დიტო ცოტა დაძაბულია. ირაკლის კი იმედი აქვს, რომ ერთობლივი საღამო ყინულს გაალღობს. ირაკლი სანაპიროზე ჩერდება. დიტო კარს აღებს და გადადის. ირაკლი თვალს აყოლებს, მაგრამ არ იძვრის. თითქოს არ უნდა წასვლა. დიტო ტრიალდება და ხელით ანიშნებს, რომ დროზე გადმოვიდეს.

ლიფტით ხმის ამოუღებლად ადიან. ბავშვობის ძმაკაცები და ასეთი განსხვავებულები. დიტო „ვიგოდნიკი“ და უსაქმურების მეფეა. ძმაკაცობა რომ არა, მილიონჯერ უნდა გაეშვა სამსახურიდან. ლიფტის კარი იღება და ვერანდაზე გადიან. კლუბი სავსეა. დიტო გოგონებით სავსე მაგიდას უახლოვდება და ერთ-ერთი მათგანი დიტოს კისერზე ეკიდება. ირაკლის ეცინება. გასაგებია, ვისთვისაც უნდოდა სამსახური. მამაკაცები მაგიდას უსხდებიან. ირაკლი შეუდარებელია. გოგონები რიგრიგობით უჯდებიან გვერდით და ეტმასნებიან. დიტოს გოგო დიტოს კალთაში უზის, დიტო კისერში კოცნის, ის კი ირაკლისკენ აპარებს თვალს. ირაკლი სვამს და ნელ-ნელა ყველაფერი ირევა.

ირაკლი სამ გოგონასთან ერთად ცეკვავს. ხან რომელი ეკიდება, ხან რომელი. ცეკვის დროს ერთ-ერთი ტუჩებში კოცნის. ირაკლისთვის სულ ერთია. თავბრუ ეხვევა. წამით სკამზე ჯდება. ყველაფერი ტრიალებს. ყანყალით დგება და საპირფარეშოსკენ მიდის.

სარკეში იყურება. ძალიან მთვრალია. წყალს ისხამს და ქაღალდის ხელსახოცით იმშრალებს. თვალები ეხუჭება. კარს აღებს და ვიღაცის ხელი უკან აგდებს. დიტოს გოგო კედელთან აყუდებს და საპირფარეშოს კარს კეტავს.

— რას აკეთებ? — ირაკლი ცდილობს, რომ გააკავოს.

— შშშ, — ტუჩებზე ხელს აფარებს.

ირაკლი ხელს აწევინებს და ცდილობს, რომ კარი გააღოს.

— აუუ, შანსი ნუულიიი, — წელავს დიტოს გოგო და ირაკლის ქამარზე ავლებს ხელს.

— გაჩერდი, — ირაკლი ხელს აშვებინებს და ტუალეტიდან გადის.

ნაცნობი არავინაა. კიდევ კარგი. ირაკლი ლიფტში შედის და დაბლა ჩადის. ჰაერი სჭირდება. როდის მოხდა ეს ცვლილებები საქართველოში? ასე ამერიკაშიც კი არ იქცევიან და ჩვენთან? საერთოდ წარმოუდგენელია. ირაკლი შენობიდან გადის და ტაქსის აჩერებს.

■

საოცრად აჟიტირებული ვარ. სანდროსთან ღამე შეუდარებელი იყო. მეორე დღეს ერთად ვიყავით და ისევ რომ შემომთავაზა დარჩენა, უარი ვუთხარი. კინოში ვიყავით და სახლში წაყვანის საშუალებაც კი არ მივეცი. მიეცეს საფიქრალი ბიჭს.

ტაქსი ჩერდება და გადავდივარ. ერთი სული მაქვს, დავწვე. მეძინება გიჟივით. დაქანცული ვარ.

— ალექსანდრა, — მესმის ხმა.

ვტრიალდები და ვხედავ ირაკლის, რომელიც ხის ძირში ზის.

— აქ რას აკეთებ? — ვუახლოვდები.

— ვზივარ, — მპასუხობს ენის ბორძიკით.

— დიდი ხანია?

— არც ისე.

ირაკლის გვერდით ვჯდები და ბეჭზე მადებს თავს.

— იცი, მე მგონი, მიყვარხარ, — ამბობს გაჭირვებით.

— მთავარია, რომ გგონია, — ვამბობ ღიმილით.

— ძალიან მთვრალი ვარ.

— გეტყობა. სად დალიე?

— აუ, სადღაც... ერთხელ მე და ჩემი ძმაკაცები ყაზახეთში ვიყავით და ერთ-ერთმა, მგონი, შოთიკომ ან ვასკამ, არა, შოთიკომ, ცხენის რძე იყიდა, მამაჩემს უნდა წავუღოო.

— ფუუ.

Cyan Magenta Yellow Black

— და სასტუმროში მიიტანა და ადმინისტრატორ გოგოს მისცა შესანახად და ეუბნება: „დევუშკა, ზდეს კონსკი მოლოკო ვ პარკე სიდიტ“.

მეცინება.

— და იმ გოგომ უპასუხა: „ჩტო, კავოტა ჟდიოტ?“.

გემრიელად ვიცინი.

— რა საყვარელი სიცილი გაქვს, — კისერში მკოცნის.

— კაი, არ გინდა ახლა ეგეთები.

— რატომ?

— მიტომ და საერთოდ ძილის დროა. გამოგიძახო ტაქსი?

— ვერ წავალ მე სახლში. აგერ დავიძინებ, ხის ძირში.

— ნუ ბოდიალობ რაღაცას.

ირაკლი ზურგზე წვება და ხვრინვას უშვებს.

— ადექი, გაცივდები.

— ზრუნავ?

— ადამიანი ვარ და, რა თქმა უნდა, ვზრუნავ.

— მეტი არაფერი?

— მეტი არაფერი.

— სულ არაფერი?

— ვაიმე! ადექი, ჩემთან დარჩი.

— როგორ? — სწრაფად სწორდება.

— დაწექი ჩემს ოთახში, მე ჩემი დეიდაშვილის ოთახში დავწვები.

— და თვითონ?

— რაში გაღელვებს? არ არის სახლში და დღეს სხვაგან რჩება.

— და მარტო ხარ?

— არა, დედაჩემია.

— უხერხული არაა?

— ირაკლი, ნუ იპრანჭები, ადე, — ხელს ვუწვდი.

ჩემი დახმარებით ფეხზე დგება. სახლში შევდივართ. დედას სძინავს.

— ჩაი გინდა? — ვეკითხები იმ იმედით, რომ არ უნდა.

— საწოლი მინდა.

— წამო.

ვაცილებ ჩემს ოთახში და საწოლზე ეცემა.

— მომიწექი რა! — მემუდარება.

— ეგეთები არ იყოს-მეთქი, რა ვთქვი მე?

— რა ეგეთები? სითბო მაკლია.

— ტრაკზე მორტყმა გაკლია შენ!

ფეხსაცმელებს ვხდი, ბალიშში რგავს თავს, შუქს ვაქრობ და გავდივარ.

ვწევარ მიშოს საწოლზე. აღარ მეძინება. რატომ არ მინდა, რომ ირაკლისთან დავიწყო ურთიერთობა? აშკარად სერიოზულადაა განწყობილი. რატომ ვერ ვისვენებ? ან ეს რა თამაში წამოვიწყე სანდროსთან? გეგონება, არ ვიცი, როგორი სარისკოა ასეთებთან თამაში. თვალებს ვხუჭავ. იქნებ დავიძინო.

■

ზურამ თვითონ არ იცის, რატომ იდგა სიბნელეში მანქანით. სამაგიეროდ გაიგო, რომ ქალი, რომელიც აინტერესებს, მის სიძესთან... ყოფილ სიძესთან არის. მაშინ მისგან რა უნდოდა? ირაკლიმ დაავალა? რისი გაგება სურდა? ზურა კარს აჯახუნებს. სახლში სიჩუმეა, თუმცა ვინ იხმაურებს, ის ხომ მარტოა. გამწარებული საწოლზე ჯდება და ფეხსაცმელს იატაკზე ყრის. ზურგზე წვება და თვალებს ხუჭავს. ამხელა კაცი რატომ ყარაულობდა უცხო ქალს? რატომ? მაგრამ იმაზე უფრო მწარდება, რომ ის ახლა ირაკლისთანაა. ამ ლაწირაკთან, რომელიც მუდამ უკმაყოფილოა! ზურა კრიჭას კრავს ისე, რომ მისი კბილების კრაწუნი ისმის.

■

შევდივარ ჩემს საძინებელში, რომ ტანსაცმელი ავიღო. ირაკლის სძინავს. ვჩერდები, რომ შევხედო. ნატიფი სახე აქვს, როგორც ბერძნულ ღვთაებას. თვალებს ახელს.

— ნუ მიყურებ, არ მაცვია, — მეუბნება ღიმილით.

— გაცვია რომელია.

— აუ, უგონო ვიყავი, ხომ?

— აქ როგორ აღმოჩნდი?

— ვიღაცამ მომიყვანა ალბათ.

— და არ გახსოვს?

— არა.

— ადექი, გაჭმევ რამეს.

— სამოთხეში ვარ, მგონი, — იდაყვებზე იწევა.

— გადავლებაც გენდომება.

— მინდა.

— აგერ პირსახოცი, — კარადიდან ვიღებ და ვაწვდი.

— ბოდიში, შეგავიწროვე.

— მართლა არაფერი გახსოვს?

— არა.

დავიჯერო, არ ახსოვს, სიყვარულს რომ მიხსნიდა?

— ალექსანდრაა, — მესმის სვეტას ხმა.

— რააა? — ვყვირი.

ირაკლი საწოლიდან დგება.

— მე და ნიცა მოვედით.

ჩემი და ირაკლის თვალები ხვდება.

— აქ არ უნდა მნახოს!

კარს ვეყუდები. სვეტა კიდევ იქიდან აწვება.

— შემომიშვი.

— ნიცა სადაა? — ვეკითხები ჩუმად.

— სამზარეულოში. ლილი ყავას ასმევს.

ვაღებ კარს და სვეტა ვარდება შიგნით.

— რას იმალები? ვიცი, არ გეხატება გულზე, მაგრამ გოგო შემეხვეწა, შენი ნახვა უნდა.

— სულ მკიდია ეგ გოგო. აქ სხვა პრობლემაა.

— რა პრობლემა?

ირაკლი ახველებს. სვეტა ტრიალდება და მხოლოდ ახლა ხვდება, რომ მარტო არ ვართ.

— ეს მართლაც პრობლემაა.

— აბა, მე რას ვამბობ?

— ნუ... იჯდეს აქ, სანამ წავალთ.

— როდის წახვალთ?

— მე რა ვი, რაღაცაზე უნდა შენთან ლაპარაკი, — ამბობს სვეტა და ირაკლის ათვალიერებს.

— სვეტა! — ხელს ვკრავ.

— რა? კაი ბიჭია.

— მე აქ ვარ.

— სად ხართ? — ახლა ნიცა იძახის.

— გავედით, — სვეტა ხელს მავლებს და გავდივართ.

— რატომ გაჭედეთ? — ნიცას ყავის ჭიქა უჭირავს და გველოდება.

— ვიცვლიდი, — ვამბობ მე.

— წამოდი, საქმიანი შემოთავაზება მაქვს.

ოღონდ ეს არა. აღარ მაქვს მე ფული.

— რა ხდება? — ვჯდები მაგიდასთან.

— მოდი, რამე სალონი გავხსნათ ერთად.

— ამისთვის მოასკდით აქ დილაუთენია?

— ნევროზი მაქვს, მთელი ღამე არ მეძინა.

— რატომ?

— მეტრეველი.

— სად? — სვეტა სკამიდან ხტება.

— რა სად? ძალიან საეჭვოდ იქცევა.

— და ეს რაში გამოიხატება?

— ვერ ავხსნი. უბრალოდ, რომ არ ვიყო დარწმუნებული, ვუყვარვარ, ვიფიქრებდი, ვინმე ჰყავს.

სიცილს ვერ ვიკავებ.

— რა გაცინებს? — ნიცა შუბლს ჭმუხნის.

— ხო, რა გაცინებს? — სვეტაც ჭმუხნის.

→68

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

— გამახსენდა, სტალინი რომ ექსპერიმენტებს ატარებინებდა. მაიმუნისგან რომ უნდოდა, ქალებს გაეჩინათ ბავშვები. იმ შემთხვევაში, თუ ომში კაცები ამოწყდებოდნენ, მაინც გამრავლდებოდა ერი... თანაც ბაბუინი ბავშვები უფრო გამოდგებოდნენ ომში.

— შენ გჭირდება ექიმი, — ნიცა ყავის ჭიქას მაგიდაზე დგამს.

— შოკი მაქვს, — აყოლებს სვეტა.

— გადაღლილი ვარ, გოგოებო, რა ვქნა.

— რატომ გაგეცინა მასეთ საშინელ ამბავზე? — არ მეშვება ნიცა.

— არ ვიცი, შემეშვი რა.

— შენგან მიკვირს, თორემ ნინიასგან არ გამიკვირდებოდა. ეგ უკაცობისგან საერთოდ აფრენს.

ჩემი მოთმინების ფიალა ივსება.

— გაინტერესებს, რაზე მეცინებოდა? — ვდგები ფეხზე.

— დაჯექი, გემუდარები! — სვეტა სახელოზე მექაჩება.

— რაზე? — ნიცა წარბს წევს.

— წამოდი, — ვეუბნები.

ჩემი ოთახისკენ მივდივართ. სვეტა ლუღლუღებს: „არ გინდა, არ გინდა“. ნიცა მშვიდად მომყვება უკან. ვაღებ კარს და სულ შიშველი ირაკლი ბოქსერს იცვამს. სამივეს შოკი გვაქვს. ირაკლი ხომ საერთოდ გაოგნებულია.

— აი, ვისთან დაეთრევი! — ბოლო ხმაზე ღრიალებს ნიცა.

— ჩუმად! — ეუბნება ირაკლი და ცდილობს, სწრაფად ამოიცვას შარვალი.

— მე თქვენ არ გაგახარებთ! — ნიცა ცდილობს, რომ გამარტყას, მაგრამ ხელს ვუკავებ.

— არც იფიქრო, — ვეუბნები მკაცრად.

— ჩემი სახით სამუდამო მტერი შეიძინე! — სისინებს.

— რიგში ჩადექი, — ვეუბნები ცინიკური ღიმილით.

ნიცა გარბის, სვეტა მისდევს. ირაკლი პერანგს იცვამს.

— რატომ გააკეთე ეს? — მეკითხება მშვიდად.

— ბოროტი ადამიანია და ყელში ამომივიდა მაგის „პოხონდრიები“.

— მე მკიდია, თუმცა შეგეძლო, არ გექნა.

— ვიცი. გეწყინა?

— არა, — მეუბნება ღიმილით.

— მართლა?

— იქნებ ახლა მაინც დამანებოს თავი. ვუახლოვდები ირაკლის და ჰალსტუხს ვუკრავ.

— შეიძლება დავრჩე ხოლმე?

— ზედმეტი პატივისცემა გაწყენს.

— ძალიან რომ გთხოვო?

— დავფიქრდები.

— ამ დღეებში ხომ არ ვისადილოთ?

ირაკლი საწოლზე ჯდება და ფეხსაცმლის თასმებს იკრავს.

— შეიძლება ვისადილოთ კიდევაც, — ვეუბნები ღიმილით.

ირაკლი დგება, მიხუტებს და ლოყაზე მკოცნის. აი, სითბო, რომელიც არც ერთი კაცისგან არ მქონია. მე კიდევ რეებს ვაკეთებ.

ირაკლი გავაცილე. სამზარეულოში ვზივარ. დედა მიყვება, რომ შაკოს დედას ესაუბრა. ყველაფერი კარგადაა. თვითონ არ გაუგონია ნიცას კივილი, მაღაზიაში იყო გასული. არც ირაკლი დაუნახავს. მშვიდად ვარ. რეკავს ჩემი მობილური.

— გისმენთ.

— დღესაც არ დარჩები ჩემთან? — მესმის სანდროს ტკბილი ხმა.

— არა, — ვეუბნები ღიმილით.

— არც ხვალ?

— არა.

— აბა, როდის?

— როცა დაიმსახურებ.

— მითხარი, რა გავაკეთო.

— მოიფიქრე რამე. მჯერა, რომ შეგიძლია.

— მე ბევრი რამე შემიძლია.

— ხოდა მოიფიქრე, არ მცალია, — ვუკიდებ ყურმილს.

ხომ არ გადავაჭარბე? არა მგონია. თუ უნდა, იზამს რამეს.

— დედიკო, ვინ იყო?

— ჩემი მეგობარი.

— და ის ბიჭი ვინ იყო, ღამე?

— შენ საიდან იცი.

— დილას ვნახე.

— ჩემი მეგობარი.

— ძალიან ბევრი მეგობრები ხომ არ გყავს?

— დედა!

— უბრალოდ გეკითხები.

— რა გირჩევნია, გივი მყავდეს?

— მე შენი ბედნიერება მინდა.

— ვცდილობ, დედა, ძალიან ვცდილობ.

— სწორად თუ ცდილობ?

— ისე ვცდილობ, როგორც შემიძლია.

— მე შენს კიდევ ერთ განქორწინებას ველარ გადავიტან!

საწყალი დედაჩემი, რამდენს გაუძლო.

— დე, მე მეტი აღარ გავთხოვდები.

— ეგეც რა სისულელეა. ბავშვები ყველაზე დიდი ბედნიერებაა.

— ვიცი.

— იპოვე კარგი კაცი.

— კაი, ვიწყებ ძებნას.

— ან ამათში ამოარჩიე ერთი ნორმალური.

— გეყოფა, ძალიან გთხოვ.

— მე არ ვერევი, — დედაჩემი დგება და სამზარეულოდან გადის.

მართლაც, ხომ არ დავფიქრდე... არა! ვდგები და ჩემს ოთახში გავდივარ. მალე გივის ქორწილია და უნდა მოვიფიქრო, ვინ წავიყვანო. მე წავალ აუცილებლად და ისეთ ამბავს ჩავატარებ, რომ არასდროს დაავიწყდება! ჩემი მობილური წკარუნობს. სანდროა.

„მინდა, გნახო“.

რა მივწერო? „ჯერ არა“.

„მინდა!“.

გინდოდეს! ასეა საჭირო!

გაგრძელება შემდეგ ნომერში

ეს იცოდით?

❖ ალასკის დროშა 13 წლის ბავშვმა შექმნა.

❖ ბოლო 5 წლის განმავლობაში გაერო-მ კანადა 4-ჯერ აღიარა საცხოვრებლად საუკეთესო ქვეყნად.

❖ პირველი ბურთულიანი კალამი გაყიდვაში 1945 წელს შემოვიდა და 12 დოლარი ღირდა.

❖ პირველი „როლს-როისის“ ფასი 600 ათასი დოლარი იყო. დღეს კი ყველაზე იაფი „როლს-როისი“ 250 ათასი დოლარი ღირს.

❖ კრივი სპორტის სახეობად ოფიციალურად 1900 წელს დაამტკიცეს.

❖ პირველი რესტორანი პარიზში გაიხსნა 1746 წელს.

❖ შვედეთში 735 კინოთეატრია, რომელთა კინოდარბაზების საერთო რაოდენობა 1200-ს აჭარბებს.

❖ 1995 წელს, პირველად იაპონიის ისტორიაში, იაპონელებმა უფრო მეტი ხორცი ჭამეს, ვიდრე ბრინჯი.

❖ ვაშლის არაყს კალვადოსი ჰქვია.

❖ მსოფლიოში ლუდის 20 000-ზე მეტი სახეობაა.

❖ დიდ ბრიტანეთში ყოველდღიურად 185 მილიონი ფინჯანი ჩაი ისმება.

❖ 1984 წლისთვის მობილური ტელეფონის საშუალო ღირებულება 4195 დოლარი იყო.

❖ ყველაზე ძვირადღირებულ ჩაიდ მიჩნეულია და ხუან პაო. ერთი კილოგრამი ჩაის ფასი ჰონგ კონგის აუქციონის მონაცემებით, 685 000 ამერიკულ დოლარად არის შეფასებული.

❖ მე-19 საუკუნის დასაწყისში საფრანგეთსა და ინგლისში ხამანწკებს ღარიბი ადამიანების საკვებად მიიჩნევდნენ.

❖ სალეჭ რეზინში შაქარი პირველად ცნობილმა სტომატოლოგმა უილიამ სემპლემმა გამოიყენა 1869 წელს.

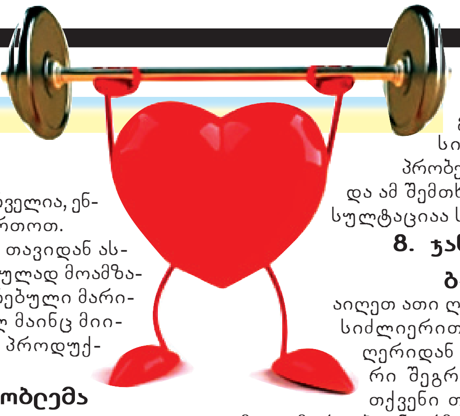
❖ ყველაზე მეტ იოდს ბარდა შეიცავს.

❖ 1950 წელს იაპონელების სიცოცხლის საშუალო ხანგრძლივობა 35 წელი იყო, ხოლო 2000 წლისთვის ეს მაჩვენებელი 70-ს მიუახლოვდა.

Cyan Magenta Yellow Black

აბდაუბდა

10 ტესტი ჯანმრთელობის მდგომარეობის შესაფასებლად



1. ინარჩუნებთ თუ არა წონასწორობას

ადექით, ერთი ფეხი მოხარეთ და მეორე ფეხზე მოხრილ მდგომარეობაში დაიდეთ, ხელები კი მაღლა ასწიეთ. დაინიშნეთ დრო, რამდენ წუთს შეძლებთ ამ მდგომარეობაში წონასწორობის შენაჩრუნებას და გაჩერებას. ამის შემდეგ იგივე მეორე ფეხზე გააკეთეთ.

ძალიან კარგია, თუ ცალ ფეხზე 30 წამის განმავლობაში უპრობლემოდ მოახერხებთ გაჩერებას და წონასწორობის შენარჩუნებას. თუ ამ მინიმალურ დროში ვერ შეძელით წონასწორობის შენარჩუნება, მაშინ აუცილებელია, ჯანმრთელობას მიხედოთ და ვარჯიში დაიწყოთ. ვარჯიში არის საკმაოდ მარტივი: ეცადეთ, ბილიკზე დღეში რამდენჯერმე გაიარ-გამოიაროთ. ასევე, კარგი იქნება, თუ ტრანსპორტში გარკვეული პერიოდის განმავლობაში ფეხზე დამდგარი იმგზავრებთ. შეეცადეთ, ხელი არაფერს მოჰკიდოთ და წონასწორობა ისე შეინარჩუნოთ. ეს, ერთი შეხედვით, მარტივი ვარჯიშია, მაგრამ ძალიან მალე აუცილებლად მიიღებთ გარკვეულ შედეგს და ცვლილებებს აშკარად იგრძნობთ. გახსოვდეთ, რომ წონასწორობის დაკარგვის მიზეზი ხშირად სხვადასხვა სახის ტრავმაა. ეს განსაკუთრებით ყოფილ სპორსტმენებს ეხებათ.

2. როგორი ფილტვები გაქვთ?

შეეცადეთ, თქვენგან 80-100 სმ-ის დაშორებით ანთებული რამდენიმე სანთელი ერთბაშად ჩააქროთ. თუ ეს უპრობლემოდ გააკეთეთ, ძალიან კარგია და ნიშნავს, რომ თქვენი ფილტვები ჯანმრთელია. იმ შემთხვევაში, თუ ეს ვერ მოახერხეთ, ნიშნავს, რომ სასუნთქ გზებებთან დაკავშირებით პრობლემები გაქვთ და სასურველია, ექიმს მიმართოთ. ეს განსაკუთრებით მწეველებს ეხებათ. ძალიან კარგი იქნება, თუ დაკავდებით სპორტით, ივლით საცურაო აუზზე. ცურვა ძალიან კარგი საშუალებაა ფილტვებისთვის და ზოგადად ჯანმრთელობისთვის.

3. შეამოწმეთ თქვენი ხერხემალი

ადექით, მარცხენა ხელი ზურგზე დაიდეთ, მარჯვენა კი — თავზე და შეეცადეთ, გადაჯვარედინებულ მდგომარეობაში შეაერთოთ ხელები ზურგს უკან. შემდეგ ხელები შეცვალეთ — მარჯვენა ხელი ზურგთან მიიტანეთ, მარცხენა კი თავზე დაიდეთ და ისევ შეაერთეთ.

თუ ორივე ხელით აღნიშნული ვარჯიში კარგად შეასრულეთ, ეს არის საუკეთესო შედეგი და უტყუარი ნიშანი იმისა, რომ ხერხემალთან დაკავშირებით პრობლემებს ნამდვილად არ უჩივით. თუ ხელები ზურგს უკან ვერ გადააჯვარედინეთ, იმას ნიშნავს, რომ თქვენს ხერხემალს მოქნილობა და ელასტიკურობა აკლია. ამ შემთხვევაში აუცილებელია, გარკვეული სახის ვარჯიშები შეასრულოთ.

4. ყურადღება — ფარისებრი ჯირკვალი!

სარკის წინ დადექით და ყურადღებით დააკვირდით ყელის არეს, შემდეგ თავი უკან გადასწიეთ და რამდენიმე ნერწყვი გადაყლაპეთ ისე, რომ სარკეს თვალი არ მოაცილოთ. თითების მსუბუქი ზეწოლით დააკვირდით, ყელის შუა ადგილი ზედმეტად წინ ხომ არ არის გამოწეული. ყლაპვისას თუ აშკარად ჩანს, რომ შუა ადგილი გამოიკვეთა, კონსულტაციისთვის, სასურველია, ენდროკრინოლოგს მიმართოთ.

იოდის დეფიციტის თავიდან ასაცილებლად რეგულარულად მოამზადეთ კერძები იოდიზირებული მარილით, კვირაში ერთხელ მაინც მიიღეთ თევზი და ზღვის პროდუქტები.

5. თვალების პრობლემა არ გამოგრჩეთ!

ერთ თვალზე ხელი დაიფარეთ, მეორითი კი სუფთა ქაღალდი დაიჭირეთ და მხედველობის კონცენტრირება ფურცლის შუაგულში, ერთ კონკრეტულ ადგილზე მოახდინეთ. შემდეგ მეორე თვალზეც იგივე გაიმეორეთ. ფურცელზე თუ გარკვეული სახის ხაზები ან ფიგურები დაინახეთ, სასურველია, ოფთალმოლოგს მიმართოთ.

6. როგორ ამოვიცნოთ შაკიკი?

შაკიკის დროს თავის ტკივილები არის შეტევითი და პულსირებული ხასიათის. ამ დროს ადამიანს თავის ნახევარი ნაწილი სტკივა. საკმარისია ფიზიკური გადაღლა, კიბეებზე ასვლაც კი, რომ თავის ტკივილი დაიწყოს. შეტევის პროვოცირებას იწვევს ხმაური და ზედმეტი სინათლეც. შაკიკის შეტევას ხშირად პირღებინებაც ახლავს თან.

ამ დროს სასურველია მკურნალობის დროულად დაწყება, რადგან პრეპარატების რეგულარულად მიღების შედეგად ადამიანის მდგომარეობა შესამჩნევად უმჯობესდება, შეტევების სიხშირე კი მნიშვნელოვნად მცირდება.

7. როგორ მუშაობს თქვენი გული?

მოდუნდით და 15 წამის განმავლობაში პულსი გაიზომეთ. მიღებული რიცხვი გაამრავლეთ ოთხზე და ასე გაიგებთ, წუთში თქვენი გულისცემა რამდენია.

საშუალო ასაკის ადამიანის გულის პულსი წუთში 60-100 დარტყმამდე მერყეობს. თუ წუთში 100-ზე მეტია გულისცემა, ნიშნავს, რომ აშკარა ტაქიკარდიაა, ხოლო, თუ პულსი წუთში 50 დარტყმა ან უფრო ნაკლებია, ბრადიკარდიაა და აუცილებელია, კარდიოლოგს მიმართოთ. თუ პულსი ძალიან სუსტია და ძნელად ისინჯება, ეს გულ-სისხლძარღვთა სისტემის გარკვეულ პრობელემებზე მიგვანიშნებს და ამ შემთხვევაშიც ექიმის კონსულტაციაა საჭირო.

8. ჯანმრთელი თმა გაქვთ?

აიღეთ ათი ღერი თმა და საშუალო სიძლიერით მოქაჩეთ. თუ ათი ღერიდან ხელში ორი-სამი ღერი შეგრჩათ, ამ შემთხვევაში თქვენი თმის ჯანმრთელობის მდგომარეობა ნორმალურია. თუ ოთხზე მეტი ღერი დაგცვივდათ, ეს იმას ნიშნავს, რომ თმის ცვენის პრობლემა გაქვთ და დროულად უნდა მიხედოთ. თმის პრობლემებს ხშირად იწვევს ბე და ცე ჯგუფის ვიტამინების, მინერალების ნაკლებობა, ამიტომ, კარგი იქნება, პროფილაქტიკის მიზნით, წელიწადში ერთხელ ექიმის მიერ შერჩეული ვიტამინების და მინერალების კომპლექსს თუ მიიღებთ. პარალელურად ყურადღება მიაქციეთ კვების რაციონს, რომ მიიღოთ როგორც ცხოველური, ისე მცენარეული ცხიმები. ასევე აუცილებელია რძის პროდუქტები და ა.შ.

9. შეამოწმეთ ხალები

იმ შემთხვევაში, თუ აშკარად შეამჩნიეთ, რომ თქვენი ხალი ზომაში იმატებს ან ასიმეტრიული გახდა, არათანაბარი კონტურები აქვს, მისი დიამეტრი 6 მმ-ზე მეტია, ან თუ სისხლდენა დაიწყო, აუცილებელია, ექიმს დროულად მიმართოთ.

10. გისივდებათ ფეხები?

თუ საღამოობით ხშირად უჩივით ფეხების არეში სიმძიმეს, შეშუპებას, ტკივილებს, სასურველია, ანგიოლოგს მიმართოთ. უმნიშვნელო ცვლილებებსაც კი ნუ დატოვებთ უყურადღებოდ, მაგალითად, დილასთან შედარებით ორი სანტიმეტრითაც თუ არის მომატებული. იმისათვის, რომ დროულად დადგინოთ თქვენი ვენების მდგომარეობა და არ მოდეს პრობლემის გამწვავება და გართულება, საჭიროა სხვადასხვა მალამოს გამოყენება, რომელთა დახმარებითაც სისხლის მიმოქცევის პროცესი გაუმჯობესდება. პროფილაქტიკისთვის ასევე კარგია სპეციალური წინდების ტარება, რომლებიც ვარიკოზის განვითარების საწინააღმდეგოდ გამოიყენება.

ლეღვი — ტკბილი წამალი ბავშვებისათვის

არომატული, წვნიანი, ტკბილი, ნამდვილი საოცრება — ეს ეპითეტები ლეღვმა ნამდვილად დაიმსახურა. ლეღვის ჯიშები ერთმანეთისგან არამარტო გემოთი, არამედ ფერითა და შესახედაობითაც გამოირჩევა, მაგრამ ყველა ჯიში მდიდარია ცილებით, რკინით, კალიუმით, კალციუმით, ნატრიუმით, ბეტა კაროტინით, პპ, ცე და ბე3 ვიტამინებით.

არომატული წამალი

უძველესი დროიდან ხალხურ მედიცინაში ლეღვს იყენებდნენ, როგორც ყელის ტკივილისა და ხველების სამკურნალო საშუალებას. გარდა ამისა, მის ნაყოფს სიცხის დამწევი და ოფლმდენი თვისებაც აქვს.

3 წლის ასაკიდან პატარების რაციონში თავისუფლად შეგიძლიათ ჩართოთ ლეღვი (ზომიერების გათვალისწინებით). ამით ბავშვის ორგანიზმს უამრავი სასარგებლო ნივთიერებით მოამარაგებთ, გაუძლიერებთ იმუნიტეტს და სიამოვნებასაც მიანიჭებთ.

✓ მოამზადა ნათია ტოტიკაშვილმა

Cyan Magenta Yellow Black

გავიცნობ, ვეძებ

sms-ები გამოაგზავნეთ ორშაბათიდან. sms-ის გამოგზავნის ბოლო ვადაა შაბათი, 12 ოქტომბერი, 17 საათი.

2017

გავიცნობ ქალს შეხვედრებისთვის

1. ვარ 30 წლის სიმპათიური ბიჭი, უცოლო, არ ვარ მატყუარა, მიყვარს სიმართლე, სერიოზული ურთიერთობისთვის გავიცნობ გოგოს. 598566055

2. გავიცნობ აჭარაში მცხოვრებ 23 წლამდე გოგოს. ვარ სიმპათიური, 24 წლის, ბათუმელი ბიჭი. 555593267

3. ფანჯარაში ჩიტი გალობს, ცაზე ვარსკვლავები ბრწყინავს, არ მოგწყინდა, გენაცვალე, ღამეში რომ მარტოდ გძინავს? რომელ ქალს მოსწყინდა, დამირეკოს. 598274325

4. სამეგობროდ გავიცნობ 30 წლამდე რუსთაველ ან თბილისელ ქალს. ვარ 26 წლის, კარგი პიროვნება. 577474753. ლევანი

5. სამეგობროდ გავიცნობ გოგოს. ვარ 20 წლის. 557006359. თელავი

6. შეხვედრებისთვის გავიცნობ გოგოს. ვარ 28 წლის. 598787071. გიორგი

7. შეხვედრებისთვის გავიცნობ 35 წლამდე თბილისელ ქალს. 557680016

8. ვარ 60 წლის მამაკაცი, რა მაქვს ბინა, ვარ დასაქმებული, გამომეხმაუროს ნებისმიერი ასაკის მარტოხელა ქალი. 558416090. თემო

9. გავიცნობ ქუთაისელ ან რაიონელ, 38-46 წლამდე ლამაზ ქალს. ვარ 50 წლის. 557993104. ნიკა

10. გავიცნობ 40 წლიდან სერიოზულ ქალს, რომელიც ცხოვრობს მარტო, ჰყავს მანქანა და სურს გაიცნობს 35 წლის წესიერი, არამსმელი, მშვიდი, ერთგული მამაკაცი. 558600892

11. გავიცნობ ქუთაისში მცხოვრებ 30 წლამდე გოგოს შეხვედრებისთვის. ვარ დასაქმებული, ვცხოვრობ მარტო. 557511520. პაატა

12. სერიოზული ურთიერთობისთვის გავიცნობ თბილისელ, ლამაზ, ძლიერ, ჭკვიან ქალს 25-დან 35 წლამდე. 599008105. ლუკა

13. შეხვედრებისთვის გავიცნობ 25-დან 45 წლამდე ქალს. ვარ 31 წლის სიმპათიური ბიჭი. 555557315

14. ვარ 44/178/75, სიმპათიური, სპორტული აღნაგობის, სერიოზულოი მამაკაცი, შეხვედრებისთვის გავიცნობ ქალს, რომელსაც სურს შეიძინოს, ერთგული, სანდო და ყველანაირად გვერდში მდგომი მეგობარი. 593638594

15. შეხვედრებისთვის გავიცნობ იმერელ, მხოლოდ ქვრივ, სერიოზულ ქალს 36 წლამდე. ვარ 39 წლის მამაკაცი ქუთაისიდან, დამიმესიჯეთ საღამოს 5 საათამდე. 557994113. ჯონი

16. შეხვედრებისთვის გავიცნობ თბილისელ ქალს. ვარ 27 წლის. 598951103

17. გავიცნობ გოგოს, ვისაც გართობა უნდა. ვარ სიმპათიური ბიჭი. 598175003. დათო

18. სამეგობროდ გავიცნობ თბილისელ ქალს. 593341453. გურამი

19. გავიცნობ თბილი ბუნების, 65 წლამდე წყნარ ქალს, ვარ 50/177/70, უბინაო, უცოლშვილო. 555354757

20. ვარ 30 წლის, სიმპათიური, ვცხოვრობ თბილისში, გავიცნობ თბილისში მცხოვრებ, სიმპათიური, განათხოვარ ქალს. 555004073. ზურა

21. გავიცნობ პატიოსან, სუფთა წარსულის მქონე, ოსი ეროვნების გოგოს. 551577725

22. სამეგობროდ გავიცნობ 20-25 წლის თბილისელ გოგოს. 599499770. დათო

23. დედოფლისწყაროდან გავიცნობ მიმზიდველ განათხოვარ ან ქალიშვილ გოგონას შეხვედრებისთვის, უმჯობესია ჰქონდეს შეხვედრის ადგილი. ვარ ხონიდან. 593493496

24. გავიცნობ სულიერად ლამაზ, მდიდარ, მშვიდ და თბილ ქალს. 555675264. ნიკა

25. გავიცნობ თბილისელ, გამხდარ, ლამაზ ქალს, თბილი და სასიყვარულო ურთიერთობისთვის. ვარ 48 წლის მამაკაცი. 555854433

26. ვარ 40 წლის, უკომპლექსო მამაკაცი, ვცხოვრობ თბილისში, მყავს მანქანა და შეხვედრის ადგილი. ხანგრძლივი ურთიერთობისთვის გავიცნობ 30-40 წლამდე ქალს, თუნდაც გათხოვილს. 555650016

27. ვარ 26 წლის მამაკაცი. სამეგობროდ გავიცნობ 35 წლამდე ლამაზ ქალს. 555109884

28. გავიცნობ 25-დან 30 წლამდე ლამაზ, თბილისელ, განათხოვარ გოგოს შეხვედრებისთვის. 555669960

29. გავიცნობ სასიამოვნო გარეგნობის თბილისელ ქალს მეგობრული ურთიერთობისთვის. ვარ 24 წლის, თბილისელი. 558112025. ხვიჩა

30. შეხვედრებისთვის გავიცნობ მომხიბვლელ, თბილისში მცხოვრებ ქალს. ვარ 33 წლის. 557397959

31. 40 წლის, თბილისელი, სიმპათიური, გაცილებული მამაკაცი სამეგობროდ გავიცნობ თბილისში მცხოვრებ ქალს. 555639450

32. გავიცნობ 40 წლამდე სასიამოვნო ქალს. 557581696

გავიცნობ ქალს ოჯახის შესაქმნელად

1. ვარ საოცარი ხასიათის, ბრწყინვალე წარსულის, 30 წლის, დასაქმებული მამაკაცი, ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ მხოლოდ თბილისელ გოგოს. 555290345

2. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ მაღალ, განათლებულ, სიმპათიურ, შუახნის ქალს. 599502435

3. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 30 წლამდე თბილისელ ქალს, ჭკვიანს და ლამაზს. ვარ თბილისელი, სიმპათიური მამაკაცი. 577602383

4. გავიცნობ ქუთაისში მცხოვრებ 20-30 წლამდე გოგოს, ოჯახის შექმნის მიზნით. ვარ დასაქმებული, ვცხოვრობ მარტო. 557511520. პაატა

5. ვარ 64 წლის მამაკაცი, ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 38 წლამდე ქართველ ქალს, რომელსაც არ ჰყავს და უნდა, რომ ჰყავდეს ბავშვი და იყოს დიასახლისი. 595469342

6. ვარ 30 წლის, საოცარი ხასიათის, სუფთა წარსულის, დასაქმებული მამაკაცი. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ თბილისელ, დედისერთა ან მარტოხელა გოგოს. 5552390345

7. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ სერიოზულ, თბილისში ბინით უზრუნველყოფილ, 40 წლამდე ქალს, შესაძლოა განათხოვარიც, ოღონდ შვილების გარეშე. 557409121

8. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ ლამაზ და ერთგულ ქალს. ვარ 34 წლის, სპორტული აღნაგობის, სიმპათიური მამაკაცი. 514774447

9. გავიცნობ 40 წლამდე დედისერთა, ქალიშვილს, ვისაც უნდა თბილი ოჯახი და შვილები. ვარ 48 წლის მამაკაცი. მხოლოდ დარეკვით. 591275695

10. ვარ 49 წლის. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ ქალს ქართლიდან. 599778849

11. ვარ 43 წლის, წესიერი, მშვიდი მამაკაცი. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 35 წლამდე გოგოს. 557475347

გავიცნობ მამაკაცს ოჯახის შესაქმნელად

1. გავიცნობ 30-35 წლამდე, თბილისელ, გამხდარ მამაკაცს ოჯახის შექმნის მიზნით. 555422547

2. ოჯახის შექმნის მიზნით გავიცნობ 50 წლის, თბილისელ, ინტელიგენტ მამაკაცს. 551182195

გავიცნობ მამაკაცს შეხვედრებისთვის

1. გავიცნობ მამაკაცს, ვინც მომხედავს ყველანაირად. ვარ მაღალი და პუტკუნა, 22 წლის, მაგრამ ჯერ ჩამირიცხეთ. გელით. 551179538. სოფო

2. ვარ ლამაზი, ახალგაზრდა ქალი. გავიცნობ 40-50 წლამდე მამაკაცს, ვინც გამიწევს მეგობრობას, სასურველია იყოს დასაქმებული. 555669069

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 12 ოქტომბრის 17 საათამდე.
ერთი sms-ის ღირებულებაა 1 ლარი. წერილი, რომელიც 3-ზე მეტ sms-ში იქნება მოთავსებული, არ დაიბეჭდება!
ერთი აბონენტისაგან მიწერილ ორ ბარათზე მეტი არ დაიბეჭდება

Cyan Magenta Yellow Black

← 8 **იყო თქვენთვის მისაღები?**

— როგორ არ არის მისაღები ზოგი პრეტენზია, მედიას აქვს პრობლემა, რომ ხშირად გადაუმოწმებელ ინფორმაციას ვუშვებთ, ხანდახან რაღაცეებს ვაზვიადებთ, ხან გარკვეული თემის სპეკულაციას ვეწევით. მედია ზოგადად ასეთია — უნდა იყოს ხმაურიანი, საინტერესო, რომ ხალხმა უყუროს. ხშირად კი ამ სკანდალებს მაღალი პროფესიული სტანდარტები ეწირება. ზოგჯერ ამით არის მოტივირებული, ზოგჯერ — რაღაც შეკვეთით. მე არ ვამბობ, რომ ქართული მედია იდეალურია, აქედან გამომდინარე, ბევრ კრიტიკას ვეთანხმები. სამსახურში ჩვენც ვარჩევთ და ვურჩევთ ერთმანეთს გადაცემებს — შენ ეს რომ თქვი, არ იყო კარგი, იქნებ ასე სჯობდა, გაგეკეთებინაო და ა.შ. ეს ჩვეულებრივი სამუშაო პროცესია. ბევრ შეცდომასაც ვუშვებთ მეც, ალეკო ელისაშვილიც, დათოც (დავით აქუბარდია). მაღალი სტანდარტებით თუ ვიმსჯელებთ, შეიძლება მათრახიც დავიმსახუროთ, მაგრამ პრემიერმინისტრმა მედიას საქმე მაინც არ უნდა ურჩიოს.

— **ალეკო ელისაშვილმა პრემიერმინისტრს უთხრა, თქვენ მე კითხვის დასმას ვერ მასწავლითო. აი, ნაციონალური მოძრაობის მმართველობის პერიოდში სააკაშვილისთვის ამის თქმას ნამდვილად ვერავინ გაბედავდა.**

— უარესები გვითქვამს, მაგრამ პირადად — არა, რადგან თვალით არ გვინახავს. ამის თქმაც კი არ იყო საჭირო, სააკაშვილი ისედაც „ზრუნავდა“ ჩვენზე, რომ არ განვვითარებულიყავით და სული ამოგვხდომოდა. ბოლო პერიოდში ივანიშვილის მიმართ კრიტიკას გამოვთქვამ, მაგრამ ნამდვილად ვერ

ნინო ჯანგირაშვილი: „კაცი ალალად რაღაცას ამბობს და მორჩა, იმის იქით მთავრდება ყველაფერი. სააკაშვილს შეიძლებოდა საყვედური საერთოდ არ ეთქვა, მაგრამ მისი სოდ-ი, კუდ-ი, ფინანსური პოლიცია და მთელი სახელმწიფო მანქანა მუშაობდა იმაზე, რომ თავისუფალი მედია გაენადგურებინა“.

შევადარებ სააკაშვილს. კაცი ალალად რაღაცას ამბობს და მორჩა, იმის იქით მთავრდება ყველაფერი. სააკაშვილს შეიძლებოდა საყვედური საერთოდ არ ეთქვა, მაგრამ მისი სოდ-ი, კუდ-ი, ფინანსური პოლიცია და მთელი სახელმწიფო მანქანა მუშაობდა იმაზე, რომ თავისუფალი მედია გაენადგურებინა. ასე რომ, ივანიშვილის და სააკაშვილის შედარება არაფრით შეიძლება.

❖

პირველი, ვისგანაც ივანიშვილმა ჟურნალისტების კრიტიკა დაიწყო, ალეკო ელისაშვილი იყო. ედავებოდა მასზე ნათქვამ ფრაზას: „ივანიშვილი გარბის“. ელისაშვილმა დაარწმუნა პრემიერმინისტრი, რომ მას ეს სიტყვები არ უთქვამს და არასწორი ინფორმაციის მიწოდებაში ანალიტიკური სამსახურის ხელმძღვანელი კოკა ყანდიაშვილი დაადანაშაულა. აღმოჩნდა, რომ ალეკო ელისაშვილი ელოდა პრემიერთან სწორედ ამ ფორმატის შეხვედრას. ამის შესახებ ჟურნალისტმა „სარკესთან“ აღნიშნა.

ალეკო ელისაშვილი:

— დაახლოებით ასეთი ფორმატი რომ იქნებოდა, ამას ველოდი, რადგან ექსპერტებთან შეხვედრის შემდეგ ასეთი რამ ბუნებრივიც კი იყო, მაგრამ პირველ რიგში მე თუ დამატყდებოდა მთელი ამბავი, ვერ წარმოვიდგენდი. ივანიშვილმა ღიად თქვა, „რუსთავი 2“-ს რა ველაპარაკო, ხომ ხედავთ, „კავკასიასაც“ არ დავინდობო. ამ დროს კი რასაც ივანიშვილი მედავებოდა, იმაში თავად იყო არასწორი. გაგვაკრიტიკა, როცა ლაპარაკობთ, ფაქტები გადაამოწმეთო. ამ დროს კი თავად გაისროლა გადაუმოწმებელი და კონტექსტიდან ამოგლეჯილი ფრაზა. ვინც მოუმზადა, მათ მოჰკითხოს. გაირკვა, რომ ანალიტიკურმა სამსახურმა მოუმზადა, რომელსაც, ზუსტად არ ვიცი, მაგრამ, მგონი, კოკა ყანდიაშვილი ხელმძღვანელობს. ეს ან შეგნებულად, მავნებლურად იყო გაკეთებული, ან სრულ უვიცობასთან გვქონდა საქმე. ყოველ საღამოს საათნახევრიანი გადაცემა მიმყავს. იქიდან თითო-თითო ფრაზას რომ ამოგლეჯ და ამას ინფორმაციად გაასაღებ, ან დიდი უსინდისობა და უპასუხისმგებლობაა, ან უვიცობა.

ალეკო ელისაშვილი: „ასეთი ცხარე კამათი რომ სააკაშვილთან მქონოდა, სრული პასუხისმგებლობით გეუბნებით, იქიდან როგორც კი გამოვიდოდი, მაქსიმუმი, ნახევარ საათში, გლდანის ციხეში ან სოდ-ის შენობაში ვიქნებოდი. დარწმუნებული ვარ, რაღაც უბედურებას მაღიარებინებდნენ“.

— **საკმაოდ უხეში შელაპარაკება მოგივიდათ პრემიერმინისტრთან — თქვენ ვერ მასწავლით, როგორ წავიყვანო გადაცემაო. შეგეტყოთ, რომ ძალიან გაბრაზდით. ახლა, რამდენიმე დღის შემდეგ, როგორ აფასებთ ამ შეხვედრას?**

— მგონი, გადაცემის წაყვანა კი უნდა ვიცოდე. იცით, ყველაზე მთავარი რა არის? ასეთი შეხვედრები სააკაშვილთან არ იმართებოდა. ასეთი ცხარე კამათი რომ მასთან მქონოდა, სრული პასუხისმგებლობით გეუბნებით, იქიდან როგორც კი გამოვიდოდი, მაქსიმუმი, ნახევარ საათში, გლდანის ციხეში ან სოდ-ის შენობაში ვიქნებოდი. დარწმუნებული ვარ, რაღაც უბედურებას მაღიარებინებდნენ. ის საქართველო და ეს საქართველო ამით განსხვავდება, რომ ახლა შეგვიძლია საჯაროდ ვიხუმროთ კიდეც, ვიკამათოთ, ვიმსჯელოთ და ამ ყველაფერს მტკივნეული პროცესები არ მოჰყვეს. რაღაცაში მე არ ვეთანხმები და რაღაცაში ის არ მეთანხმება, რაც ნორმალურია. ვისურვებდი, რომ პრემიერმინისტრის მხრიდან მსგავსი საქმის გარჩევები არ იყოს ხოლმე.

იმ შეხვედრას ორ ნაწილად გავყოფდი. ერთი ნაწილი იყო საქმის გარჩევა, რაც ჩემთვის მიუღებელი გახლდათ და უკეთესი იქნება, თუ მსგავსი აღარ მოხდება, რადგან მაინც მთავრობის ხელმძღვანელია და ეს ყველაფერი ცუდად ჩანს. მეორე ნაწილში კი ჟურნალისტებმა პირდაპირ ეთერში ვილაპარაკეთ იმ პროცესებზე, რაც ქვეყანაშია. რა თქმა უნდა, ეს მისასალმებელი და ძალიან მაგარია, რადგან მსგავსი ფუფუნება ჟურნალისტებს ადრე არ გვქონია. ვეკითხებოდით იმაზე, ამაზე, რა და როგორ შეიძლება იყოს და გვპასუხობდა. ეს შესანიშნავი ფორმატია და თუ საქმის გარჩევის კომპონენტი მოაკლდება, მაშინ ბრწყინვალე იქნება.

— **ეთერის გარეთ, ცალკეც გაგრძელდა „საქმის გარჩევა“?**

— არა, არ ყოფილა. იმდენად კეთილგანწყობილია ყველას მიმართ, რომ მსგავსი რამ არ ყოფილა. არ დავმალავ და მეც კეთილგანწყობილი ვარ ამ ადამიანის მიმართ. კეკლუცობას არ დავიწყებ და ვიტყვი, რომ ძალიან მაგარი ვინმეა და მაგარი საქმე გააკეთა. რაც სასაყვედუროა, ვუსაყვედურე კიდეც. არ მომწონს, მთელი ხელისუფლება რომ ძვირადღირებული ჯიპებით დადის და ვუთხარი. მითხრა, ცუდად მომხვდა ყურში, ჩემზე რომ თქვით, გაიქცაო. არ მითქვამს ეს ოხერი! ვუთხარი, გადაამოწმონ და ნახავენ-მეთქი.

— **დარჩა შთაბეჭდილება, რომ არც პრემიერმინისტრი იყო კორექტული და არც ან ვერც ჟურნალისტებმა შეძლეს, მისთვის სათანადო პასუხი გაეცათ. უკმარისობის გრძნობა ალბათ ყველას დარჩა და ჟურნალისტებიც კარგად გაილანძღნენ სოციალურ ქსელებში.**

— მე დავანახე, რომ მართალი ვიყავი, სხვის მაგივრად კი ვერ ვილაპარაკებდი. თან ისეთი ფორმატი იყო, რომ ბიძინა ივანიშვილი ძირითადად თვითონ საუბრობდა. მაშინ ძალიან უხეშად და უზრდელად უნდა გამეწყვეტინებინა. ძალით მიკროფონის მოთხოვნას ხომ არ დავიწყებდი?! თვითონ კი მაწყვეტინებდა, როცა რაღაცას ვამბობდი. უფრო მეტი ლაპარაკის საშუალება რომ მქონოდა, სათანადოდ ვილაპარაკებდი.

— **ფაქტია, რომ მართლა მიიჯირყვნეთ და ამდენმა ჟურნალისტმა ერთად ვერ აჯობეთ.**

— კი, მივიჯირყვნეთ, მაგრამ იქ შესაჯიბრებლად ხომ არ მივსულვართ?! ვუთხარი, კონტექსტიდან ამოგლეჯილ ტექსტს მეუბნებით-მეთქი და თავადაც აღიარა, რომ გადაცემა არ უნახავს. მეტი რა უნდა მეთქვა?! ექსპერტებთან შედარებით მედია ნაკლებად მივიჯირყვნეთ, მაგრამ მივიჯირყვნეთ.

— **თქვენი აზრით, რას ცდილობს ივანიშვილი ასეთი მიჯირყვნით, მედიაზე ზეწოლას?**

— ზეწოლას — არა, უფრო ჭკუის სწავლებას ფიქრობს. მე კი არ მგონია, რომელიმე ჩვენგანი იქიდან დათრგუნული წამოვიდა და იმ კითხვას აღარ დასვამს, რაც მოუნდება.

— **რა შთაბეჭდილება დაგრჩათ, ივანიშვილს მხოლოდ ის გადაცემა არ უნახავს, რომლიდანაც ის სადავო ფრაზა ჰქონდა აღებული თუ საერთოდ არ უყურებს თქვენს გადაცემებს?**

— ჩემს გადაცემებს ივანიშვილი არ უყურებს, რადგან მაგ დროს სძინავს. ჩემი გადაცემა 11-ის ნახევარზე იწყება და პრემიერი 10-ზე იძინებს.

✓ **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.

წმინდანები

თუ გვინდა, რომ უფალი გვერდით გვყავდეს, ამისთვის უნდა შევანწუხოთ

ხსენება წმინდისა მოწამისა იულიანე ტარსელისა და მისთანა წამებულთა

ისევ მოწამეობრივ ღვაწლზე მოგვიწევს საუბარი, რადგან ახალი სტილით 21 ივნისი არის ხსენება წმინდისა მოწამისა იულიანე ტარსელისა, რომელიც მოღვაწეობდა მესამე საუკუნის მეორე ნახევარსა და მეოთხე საუკუნის პირველ მეოთხედში. სავალდებულოა, მართლმადიდებელი ეკლესიის ამ თვალსაჩინო წარმომადგენლის ცხოვრება იცოდეს მართლმადიდებლურმა სამყარომ, რადგან წმინდა იულიანეს მსგავს მოღვაწეებზე დგას ჩვენი სარწმუნოებაც და ჩვენი მომავალიც.

წმინდანი მოღვაწეობდა იმპერატორ დიოკლეტიანეს დროს ეგვიპტის ცხელ უდაბნოში, ერთ-ერთ თავისივე აშენებულ მონასტერში, რომლის დამაარსებელიც და ქტიტორიც თვითონვე გახლდათ. მონასტერში უამრავი მონაზონი ირიცხებოდა, რომლებიც თანამოღვაწეობდნენ წმინდა მამასთან, იქ აგრეთვე თავშესაფარს პოულობდა უამრავი საეროც. ეს განაპირობა კიდევ იმანაც, რომ იმ დროისათვის მთელ იმპერიაში პირსისხლიანი დიოკლეტიანეს წყალობით ქრისტიანთა საყოველთაო დევნა იყო გამოცხადებული.

მონასტერთან ყველაზე ახლოს მყოფი ქალაქი იყო ანტიუპოლი. მის მთავარს, სახელად მარკიანეს, ჰყავდა მეუღლე და ერთი ვაჟი, სახელად კელსიოსი. შეიტყო რა მამა იულიანეს შესახებ, რომ იკრებდა მონასტერში ქრისტიანებს, სადაც არაფრად დაგიდევნენ იმპერატორის ბრძანებას, თაყვანს სცემდნენ ჯვარცმულ ქრისტეს, შეურაცხყოფდნენ კერპებს და სახალხოდ მოუწოდებდნენ ყველას ქრისტიანობისკენ, იმპერატორისთვის რომ ეამებინა, მარკიანემ ბრძანება გასცა, მონასტერი დაერბიათ, მიწასთან გაესწორებინათ, ვისაც მოიხელთებდნენ, ამოეწყვიტათ დიდი და პატარა, იულიანე კი ცოცხალი შეეპყროთ და მისთვის მიეყვანათ. იცოდა, რომ ის მაღალი საზოგადოებიდან იყო, საკმაოდ გავლენიანი ოჯახის შვილი და ვინძლო რამეში გამოეყენებინათ, თუ შეძლებდნენ წარმართულ მსხვერპლშეწირვაზე მის დაყოლიებას.

მიადგა მონასტერს მარკიანეს წარმომადგენელი და გააცნო ყველა იქ მყოფთ მთავრის განკარგულება, რის შემდგომაც იულიანეს ტკბილი სიტყვით დაყოლიება სცადეს. რადგან ამან არ გამოიღო შედეგი, ახლა უკვე მუქარაზე გადავიდნენ, რის შემდეგაც გადაწვეს მონასტერი და თითქმის უკლებლივ ამოწყვიტეს ყველა, ვინც კი იმ დროს იქ იმყოფებოდა. იმ დღიდან მოყოლებული, ამ ადგილიდან გოდებასთან ერთად ისმის გალობის ხმაც, საოცარი სურნელი ტრიალებს დღესაც, ბევრი სნეულიც იკურნება, ვინც კი გალობას ისმენს.

როცა მონასტერი გადაწვეს, წმინდა მოწამე ცოცხლად შეიპყრეს და როგორც ნაბრძანები ჰქონდათ, წარუდგინეს მარკიანოსს. მომდევნო დღეს წმინდა მამა უნდა დაეკითხათ. სასახლესთან ათასობით ადამიანი შეიკრიბა. ყველას სურდა წმინდა მამის ხილვა, ვინაიდან ის იყო წარსულში ამ ქალაქის მთავრის შვილი და ბუნებრივია, ხალხის ასეთი დიდი ინტერესიც ამით იყო გამოწვეული.

ყველას გასაგონად იმჟამინდელმა მთავარმა ჰკითხა წმინდანს: „რატომ შეურაცხყოფ ღმერთებს და ეწინააღმდეგები იმპერატორის ბრძანებას? შენ, ასეთი ოჯახის შვილს, უნდა გქონდეს სხვებზე მეტი პატივისცემა და მოწიწება ღმერთების მიმართ. ვწუხვარ, რომ შენთან მიხდება ამაზე ლაპარაკი და იძულებული ვარ, მეფის ბრძანება აღვასრულო, თუ აზრს არ შეიცვლი და ღმერთებს მსხვერპლს არ შესწირავ“.

წმინდანმა უპასუხა: „თქვენი ღმერთები არიან მეტალისგან დამზადებული საგნები, რომელთაც არ ძალუძთ, რაიმე სასარგებლო მოგცეთ თქვენ. უფრო მეტიც, მათ შეუძლიათ ის, რომ საუკუნოდ წარგიძღვნენ ჯოჯოხეთში. ჩვენ კი გვწამს ერთი ღმერთი, ყოვლადძლიერი, რომელმაც მხოლოდ ერთი სიტყვით შექმნა ეს ხილული და არა მარტო ხილული სამყარო და მართავს თავისი სიბრძნით, რომელიც არა კაცს არა აქვს და არც შეიძლება ჰქონდეს, ამიტომაც თვითონ გვაძლევს საუკუნო სიცოცხლის შესაძლებლობას. ასე რომ, ჩვენ, ქრისტიანებს არასდროს არაფერი გვექნება საერთო წარმართებთან, რადგან რა ესაქმება ნათელს სიბნელესთან, ველურ, გამხეცებულ მგელს მშვიდ, წყნარ ცხვართან. ტყუილად ცდილობ ჩემს დაყოლიებას ტკბილი სიტყვით, თუ მართლაც გულწრფელი ხარ, მაშინ უარის თქმა მოგიწევს ამ სიბნელეზე, რომელსაც არ აქვს არც მომავალი და არც რაიმე სარგებელი არ შეუძლია მოგიტანოთ. მიენდე უფალს, რომელიც არის ცოცხალი, ყოვლადძლიერი, ყოვლადმოწყალე და ჭეშმარიტი, ის იძლევა საუკუნო სიცოცხლეს“.

ამის გამგონე მთავარმა მაშინვე ბრძანა განრისხებულმა წმინდანის გაშიშვლება და სასტიკად ცემა მანამ, სანამ ბოდიშს არ მოიხდიდა იმის გამო, რაც თქვა ღმერთების მისამართით, იმპერატორის და ადგილობრივი მმართველის წინააღმდეგ. ერთი ფაქტი არის აღსანიშნავი: როცა წმინდა მამას სცემდნენ, არ ვიცით, როგორ, მაგრამ ერთ-ერთი ჯალათი გარდაიცვალა, რომელიც ამავდროულად იმპერატორთან დაახლოებული პირიც იყო და ქალაქის მთავართანაც მსახურობდა.

მთავარი უზომოდ დაამწუხრა ამ ამბავმა და ჰკითხა წმინდანს: „იმდენი მოახერხეს შენმა მომხრეებმა მაგიური საშუალებებით, რომ ჯერ დაბრმავდა ჩემი მსახური და ბოლოს მოკვდა კიდეც“. რაზეც წმინდანმა უპასუხა: „შეკრიბე შენი ცრუ ღმერთების ყველა მსახური, აბა, თუ შეძლებენ შენი გარდაცვლილი მეგობრის გაცოცხლებას. ვნახოთ, რამდენად ძლიერია თქვენი ღმერთები ან კიდევ მათი მსახურნი. არა მგონია, მათ ეს შეძლონ, თუ ისევ ჩემს ღმერთს არ მოვუხმე, მის ყოვლადწმინდა სახელს, რომელსაც ძალუძს არა მარტო თვალისჩინის დაბრუნება, არამედ მთლიანად მკვდრეთით აღდგინებაც, სულიერი თვალის ახელაც და ამით იქადაგება ქვეყნად ჭეშმარიტება“.

ამის შემდეგ მტარვალმა მთავარმა შეკრიბა სამსხვერპლოს მსახურები და მოუწოდა: „მიმართეთ ჩვენს უკვდავ ღმერთებს დიდი თხოვნით, რათა მათთვის მსხვერპლშეწირვით გამოაჩინონ თავიანთი ძალა, რითაც შეძლებენ ბრმებისთვის თვალის ახელას და ჩვენს მეგობარსაც რომ დაუბრუნდეს თვალში სინათლე, რათა შევძლოთ ყველამ ერთად ქრისტიანებთან კამათი და თავის მართლება და ამასთან ერთად იულიანეს სახელიც და ძალაუფლებაც განდიდდება მთელ იმპერიაში“.

მაშინვე მიაშურეს სამსხვერპლოს მსახურებმა საკერპოებს და იწყეს ლოცვა ისე, რომ ღამითაც კი აღარ ტოვებდნენ სამსხვერპლოებს, რათა მთავრის ბრძანება შეესრულებინათ, თუმცა ამაოდ, ცრუ ღმერთებმა ვერაფერი უშველეს მთავრის დაბრმავებულ ახლობელს. მიუგეს მას: „წადი აქედან, რადგან არ ძალგვიძს, გავაგებინოთ ჩვენს ღმერთებს შენი გასაჭირი. ამის ძალა აქვს მხოლოდ ქრისტიანების ღმერთს, რომელსაც ეთაყვანება და სთხოვს იულიანე, რომელმაც ჩაგვყარა საშინელ დღეში“.

ეს ყოველივე ცრუ ღმერთების მსახურთა ნათქვამი მოისმინეს აგრეთვე ცრუ ღმერთების თაყვანისმცემლებმაც, რომლებიც სახტად დარჩნენ მოსმენილის გამო. წმინდა მამამ კი განაგრძო ლოცვა მანამ, ვიდრე სამუდამოდ არ დაემხო წარმართთა სამსხვერპლოები. ამის შემდეგ მიუბრუნდა მტარვალს და მიუგო წმინდა იულიანემ: „წადი ახლავე თქვენს სამსხვერპლოებში, თქვენი ღმერთები ცუდ დღეში არიან და თქვენი შველა სჭირდებათ, რათა მოაგროვოთ და თავიდან აღადგინოთ“.

მივიდა მთავარი წარმართებთან ერთად და ნახა დამსხვრეული კერპები, რომელთა ნამსხვრევები აქეთ-იქით ეყარა. ამის მნახველმა მთავარმა განცვიფრებულმა შესძახა: ოი, ბოროტმოქმედო! როგორ გაბედე შენი ბოროტი, მაგიური ძალებით ამგვარი რამ, ერთბაშად ღმერთების, სამსხვერპლოების დამსხვრევა. ნუ ფიქრობ, რომ სძლიე კეთილშობილ ღმერთებს. ილოცე, რომ ისინი არ განგირისხდნენ იმის გამო, რაც გააკეთე. გაძლევენ შესაძლებლობას და სულგრძელობას იჩენენ შენ მიმართ, თუმცა უნდა აღასრულო დანაპირები, თუ გსურს, რომ გადარჩე, უნდა განკურნო ჩვენი დაბრმავებული მსახური, რომელსაც ქურუმებმა ვერაფერი უწამლეს“.

ამაზე წმინდა მოწამემ მიუგო: „ჩემზე ნუ ამყარებთ იმედს, რომ ბრმას ვუწამლო, ეს პატივი ეკუთვნის ჩემს უფალს, რომელსაც სურს, ზურგი აქციოთ ამ სიმყრალეს და დაუბრუნდეთ და შეიგრძნოთ ჭეშმარიტი სარწმუნოების სურნელი და სიბრმავისგან მაშინვე განიკურნება მსახური, რომელმაც ურწმუნოების გამო დაკარგა თვალში სი-

ნათლე“. ამის შემდეგ წმინდანმა გამოსახა ბრმის სახეზე ჯვარი და ღვთის შეწევნით აეხილა სულიერი თვალიც და ხორციელიც. უზომოდ ბედნიერი განკურნებული ყველასაგან მოურიდებლად გაიძახოდა: „მხოლოდ ქრისტე არის ღმერთი ჭეშმარიტი“.

გონებადაბნელებულმა მთავარმა, რომელსაც ეგონა, რომ ჭკუიდან შეირყა მისი მსახური განკურნების შემდგომ, ბრძანა, თავი მოეჭრათ მისთვის, რათა აღარავის მოესმინა მისი სიტყვები იესო ქრისტეს ღმერთად აღიარებაზე. ასე გახდა ღვთისთვის მოწამე უწინ ქრისტიანების მდევნელი და ჯალათი.

რაც შეეხება წმინდა იულიანეს, მისი წამება გაგრძელდა სხვადასხვა მეთოდებით, კიდევ უფრო სასტიკად უწინდელისგან განსხვავებით. აჰკიდეს წმინდა მოწამეს იმდენი სიმძიმე, რის ზიდვასაც შეძლებდა და მთელი ქალაქი შემოატარეს იმის სადემონსტრაციოდ, თუ რა ელოდა იმას, ვინც გაბედავდა და ქრისტიანობას აღიარებდა. თან ხმამაღლა გაიძახოდნენ ყველას გასაგონად: „ვინც ბედავს ღმერთების და იმპერატორის უარყოფას, ასე ისჯებიან“.

დაღლილი და ნაწამები წმინდა იულიანე იმ სკოლას მიუახლოვდა, რომელ სკოლაშიც მთავრის შვილი კელსიოსი სწავლობდა. როგორც კი დაინახა შორიდან წმინდანი ყმაწვილმა კელსიოსმა, მაშინვე ხმამაღლა დაიწყო იმ ხილვის მოყოლა, რასაც მხოლოდ თვითონ ხედავდა, მის გვერდით მყოფი მოსწავლეები კი ვერაფერს ამჩნევდნენ და ვერც გრძნობდნენ. ჰკითხა თავის თანატოლებს კელსიოსმა, ხედავდნენ თუ არა წმინდა იულიანეს გარშემო რამეს, რაზეც უარყოფითი პასუხი მიიღო, რადგან ღმერთმა მხოლოდ მას გამოუცხადა ამის შესახებ და მისივე პირით უნდა გამხდარიყო ცნობილი ყველასთვის:

„ვხედავ იმ ქრისტიანს, რომელიც დაბორკილებული მიჰყავთ და თან შეურაცხყოფას აყენებენ, მის გარშემო კი სპეტაკი სამოსით შემოსილი უამრავი ანგელოზი მოძრაობს, რომლებიც ადგამენ გვირგვინს თავზე მშვენიერსა და თვალწარმტაცს, იმდენად თვალისმომჭრელს, რომ მზის ბრწყინვალებასაც და კაშკაშსაც კი სჯობნის. ასევე ვხედავ კიდევ სამ კაცს ფრთებით არწივის მსგავსად, რომლებიც დაფრინავენ წმინდა იულიანეს გარშემო, რომელთა სილამაზე და მშვენიერებაც ყოველ ადამიანზე აღმატებულია. ამიტომაც დარწმუნებული ვარ, რომ ქრისტე არის ერთადერთი და თანაც ჭეშმარიტი ღმერთი და ნეტარია ის, ვინც მისი მიმდევარია“.

ეს სიტყვები მოისმინეს კელსიოსის თანატოლებმაც, მისმა მასწავლებელმაც და ყველას შეეშინდა კელსიოსის მამის სისასტიკის, რომელსაც სხვა შვილი არ ჰყავდა, თანაც უზომოდ უყვარდა ერთადერთი შვილი. ის კი მამის საწინააღმდეგოს გაიძახოდა ყველას გასაგონად. რამდენჯერმე მასწავლებელი შეეცადა კელსიოსის გადარწმუნებას, რომ ასეთ რამეს ნურც ხმამაღლა იძახდა სხვების გასაგონად და ნურც ასე თავდაჯერებული ამტკიცებდა, რადგან ეს იყო მოჩვენება, რომელსაც ვერავინ ამჩნევდა მის მეტი. თავისი თანატოლებისგანაც იღებდა შენიშვნებს, მაგრამ არავის მოსმენა არ სურდა.

კელსიოსი ყველას არწმუნებდა ღვთის სულით აღვსილი შემდეგი სიტყვებით: „სხვა რა არის ეს მოკლე წუთისოფელი, თუ არა მოჩვენებითი და დროებითი დიდება და არაფერი უწყით საუკუნო დიდებაზე, რომელიც ეძლევათ ღვთისგან მის მორწმუნეებს. ჩვენთვის ძალიან კარგად არის ცნობილი, უსულო ცხოველები როგორ ცხოვრობენ თავიანთი პატრონებისთვის და უყვართ ისინი, მაშინ ჩვენ, სულიერ ადამიანებს რაღა გვემართება, რატომ არ ვაღიარებთ ჩვენს შემოქმედს და პატივს მივაგებთ ძვირფასი ქვებით და ხისგან მოჩუქურთმებულ ქანდაკებებს, რომელთაც სიცოცხლე არ გააჩნიათ. საკმარისია, დღემდე რომ ტყუილში ვცხოვრობდი, დღეიდან ვინანიებ ჩემს დანაშაულს, არაფრად მიღირს დროებითი დიდება და პატივი, რაც ახლა მაქვს, ხვალ კი სიკვდილი წამართმევს. დღეიდან ქრისტესთვის ვიცხოვრებ, რომელსაც ძალუძს ჩვენი ბედნიერება, რომელსაც შეუძლია ამ ბედნიერების მონიჭება არა დროებით, ერთჯერადად, არამედ საუკუნოდ“.

ამ სიტყვებს და არა მარტო ამას გაიძახოდა ღვთის სულით ამეტყველებული ახალგაზრდა კელსიოსი, რომელიც მიანიშნებდა თავის მდიდრულ სამოსზე და ყველას გასაგონად ამბობდა: „შიშველი მოვევლინე ქვეყანას ჩემი დედის მუცლიდან და ისევ შიშველი დავბრუნდები საკუთარ შემოქმედთან“. ეს თქვა და მაშინვე წმინდანისკენ გაეშურა, მიუახლოვდა, მუხლებში ჩაუვარდა და მიმართა: „გაღიარებ შენ ჩემი მეორედ შობისთვის, რადგან დღეს დავიბადე მეორედ. უარს ვამბობ საკუთარ ხორციელ მამაზე, რომელიც დემონთა ძალით იმართება. ასევე უარს ვამბობ ყოველგვარ ხორციელ, დროებით პატივზე და მზად ვარ, სიკვდილითაც დავისაჯო ქრისტეს სიყვარულისთვის, რომელსაც დღემდე არ ვიცნობდი და დღეს გავიცანი“. ეს თქვა და ჭრილობებზე დაუწყო კოცნა წმინდანს.

ამის მნახველი ყველა შორს დადგა, რადგან იცოდნენ მმართველის მრისხანების ამბავი. ამას რომ გაიგებდა, რა ამბავს ატეხდა ან როგორ მოიქცეოდა, არავინ უწყოდა. მთელ ქალაქს მოედო, ქალაქის მმართველის ერთადერთმა შვილმა ქრისტიანობა აღიარაო და ყველა მთავრის გადაწყვეტილების მოლოდინში იყო. მაშინვე მოვიდნენ მსახურები, რომელთაც მოახსენეს კელსიოსს მშობლების დანაბარები, რომ სასახლეში უნდა წაეყვანათ, რადგან დედმამა ელოდებოდნენ.

ამჯერად კიდევ უფრო დიდი სასწაული უჩვენა უფალმა. როცა კელსიოსის ძალით წაყვანა მოინდომა მამამისის მსახურმა, ხელი ზედ შეახმა, რის შემდგომაც ხელცარიელები მიადგნენ მთავარს და მოახსენეს მომხდარის შესახებ. მოვიდა განრისხებული მმართველი და წმინდანს დაუწყო ყვედრება შვილის გამო: „შენი ბოროტი და მაგიური ძალებით იმოქმედე, ბოროტო და წყეულო, ჩემს ერთადერთ შვილზე, რომელიც მე მიპირისპირდება და რომელიც იყო ჩემი თვალის სინათლე“.

ამის შემდეგ მოვიდა მმართველის მეუღლეც თავის ხუთასამდე მსახურთან ერთად და ევედრებოდნენ წმინდანს, შვილი დაებრუნებინა მათთვის, რომელიც წმინდანის მიერ მოჯადოებული ეგონათ. დაჰპირდნენ წმინდანს, თუ ამას გააკეთებდა, გაათავისუფლებდნენ და უამრავი სიმდიდრით დააჯილდოებდნენ, რაზეც წმინდანმა მშვიდად და ღიმილით მიუგო: „არ არის აუცილებელი შენი საჩუქარი, ერთს გთხოვ მხოლოდ, ევედრე უფალს და მათ, რომელთაც მოწამეობრივად მოიმუშავეს გვირგვინი სიწმინდისა, ამიტომ თქვენი ვაჟის გამო ნუ სწუხხართ, რომელიც დღემდე არ იცნობდა და დღეს გაიცნო თავისი სულისთვის სასარგებლო ჭეშმარიტება. ის არის დიდი ბიჭი და თვითონ გადაწყვიტოს, რა არის უმჯობესი მისთვის“.

მაშინ მიუგო კელსიოსმა მამას: „შეხედეთ ეკალს, რომელსაც შეუძლია, ყვავილი გამოიტანოს და მოფინოს სამყაროს სასიამოვნო სურნელი, ამიტომაც არც ეკალი ტოვებს თავის ადგილს და ნურც თქვენ გახრჩობთ ბოღმა იმათ მიმართ, რომელთაც სწამთ ქრისტე. ჩვენ მხოლოდ მისი სურნელით ვცხონდებით. მე იესო ქრისტეს სიყვარულით ვამბობ თქვენზე, ჩემს მშობლებზე, ვინაიდან არაფრით ძალმიძს, უარი ვთქვა საკუთარ შემოქმედზე, რომელიც ამავდროულად თქვენი შემოქმედიც არის. შენ კი, მამაჩემო, თუ გაბრაზდები იმაზე, რომ უარს ვამბობ უსულო, უმეტყველო კერპებზე, აიღე დანა და შეგიძლია ყელი გამომჭრა, რითაც გახდები მეორე აბრაამი, რომელმაც დააპირა, ასე მოქცეულიყო ღვთის სიყვარულის გამო. თუ არ ძალგიძს ამის გაკეთება, მაშინ შეგიძლია გამგზავნო მეფესთან ქრისტიანობის ბრალდებით, რათა მალე დავიმკვიდრო საუკუნო სიცოცხლე“.

სასოწარკვეთილმა მმართველმა, რომელსაც აზროვნების უნარი წართმეოდა, გადაწყვიტა, წმინდანი საპყრობილეში დაემწყვდია, რათა ხალხს აღარ ენახა და კიდევ უფრო მეტი არ გაქრისტიანებულიყო მისი შემხედვარე, თუმცა წმინდა მამას ყველგან თან ახლდა უფალი, სადაც არ უნდა ყოფილიყო. საპყრობილეშიც მოინათლნენ ციხის ჯალათები, როცა ხედავნენ, თუ როგორ აღებდა უფლის ანგელოზი იმ საკნის კარს, სადაც იჯდა წმინდა იულიანე. არც მოწამეობაზე უთქვამს უარი ბევრ მათგანს. როცა უფლის წყალობა არის ადამიანთან, არც მეტი და არც ნაკლები, ის უძლეველია. ამ სიტყვის მეტი სხვა შეფასება, უბრალოდ, არ აქვს წმინდა იულიანეს ცხოვრებას.

მარკიანე საგონებელში იყო ჩავარდნილი, დღითიდღე ემატებოდა ქალაქს ქრისტიანების რიცხვი, წარმართები კერპების ლანძღვას და შეურაცხყოფას იწყებდნენ. ახლა იულიანესთან ერთად საპყრობილეში მყოფი ქრისტიანების ყველასი ერთად თავმოყრა და ადუღებულ ფისში მათი დაწვა ესახებოდა, როგორც გამოსავალი ამ რთული მდგომარეობიდან. ბრძანა, ცეცხლი შეენთოთ დიდი ქვაბებისთვის, რომელშიც სანთელი და ფისი იქნებოდა და ყველა მონათლული ქრისტიანი, ვინც კი წმინდა იულიანესთან ერთად იყო საპყრობილეში, ადუღებულ ფისში ჩაეყარათ, რათა დასრულებულიყო ეს საშინელი ისტორია და დავიწყებას მისცემოდა მათი მაგიური მოქმედება.

ასე სწამდა გულქვა მარკიანოსს, რომლის გულიც ვერანაირმა სასწაულმა ვერ მოალბო. რა აღარ აჩვენა უფალმა, მაგრამ ამაოდ. გამოიყვანეს ქრისტიანები ადუღებულ ფისში ჩასაყრელად და იმის მაგივრად, რომ მწუხარენი ყოფილიყვნენ, რასაც იმედოვნებდა მარკიანე, მოწამეები კიდევ უფრო მეტი სიხარულით უგალობდნენ უფალს ამ გადაწყვეტილების აღსანიშნავად.

პირველად გავარვარებულ ქვაბში, რომელიც ადუღებული სანთლით იყო →74

Cyan Magenta Yellow Black

სავსე, თვითონ იულიანე ჩავიდა გალობით. ამის შემხედვარე დანარჩენი მოწამენიც უკვე ყოველგვარი შიშის და განცდის გარეშე ჩავიდნენ ადუღებულ ქვაბებში. ღვთის კურთხევით, არათუ წვავდა ადუღებული ფისი მათ სხეულს, არამედ აგრილებდაო, წერს მემატიანე. ეს ყველაფერი კი მტკიცე სარწმუნოების შედეგი იყო მხოლოდ, კაცთათვის შეუძლებელი ხომ ადვილად შესაძლებელია ღვთისთვის.

მოწამეებს შორის წმინდა იულიანესთან ერთად იყვნენ წმინდა მოწამე კელსიოსი, ციხის ის ოცი დარაჯი, რომელთაც სასწაულების შემდეგ აღიარეს ქრისტე, შვიდი ძმა, რომლებმაც ერთდროულად მიიღეს ქრისტიანობა, მღვდელი ანტონი და მკვდრეთით აღმდგარი ანასტასიოსი. ეს სასწაული ბევრმა ნახა და უმრავლესობამ ირწმუნა ქრისტიანობის ჭეშმარიტება.

ახლა დადგა დრო, როცა კელსიოსის საყვედურის მოსმენა მოუწია გულქვა მთავარს, თუ რატომ არ აძლევდა დედას იმის შესაძლებლობას, მისულიყო ციხეში და მოენახულებინა. მარკიანოსი გახარებული შეხვდა შვილის გადაწყვეტილებას იმ იმედით, ვინძლო ნანობდა იმას, რაც მოხდა და დედასთან შერიგებასთან ერთად იქნებ თავისი გადაწყვეტილება შეეცვალა. მართლაც, დართო ნება, მისულიყო ციხეში და შეხვედროდა კელსიოსს.

როცა დედამ ნახა შვილი ნაწამები, არაადამიანურ მდგომარეობაში, როგორც მოსალოდნელი იყო, გული შეუწუხდა. ბევრი შეგონების მიუხედავად, ვერაფრით გადაარწმუნა შვილი, რომ ცდებოდა. უფრო მეტიც, ლამის თვითონ ირწმუნა, რომ ქრისტიანობა უფრო ლმობიერი და სამართლიანი სარწმუნოებაა. საპყრობილეში მყოფებმა ლოცვა გააძლიერეს, რათა კელსიოსის დედა ჭეშმარიტებაზე დაფიქრებულიყო. ის კი, რაც ამის შემდეგ მოხდა, ალბათ წარმოუდგენელია — იულიანეს ლოცვით მმართველის ცოლიც მოინათლა.

ბრაზმორეულმა მარკიანემ ყველა ქრისტიანი სასახლის ეზოში შეკრიბა. მათ შორის მისი გაქრისტიანებული მეუღლეც იმყოფებოდა. პირველად საკუთარ შვილს კელსიოსს მიმართა: „რატომ ითხოვე დედასთან შეხვედრა, იმიტომ, რომ ისიც ქრისტესთვის მიგერთმია?“ რაზეც მიუგო კელსიოსმა: „ვმადლობ ჩემს უფალს, რომელიც შეიცნო დედამ. ახლა კი უკვე მზად ვართ, თუნდაც სიკვდილით დავისაჯოთ, რათა მოვიპოვოთ ზეცათა საგზური საუკუნო სიცოცხლისათვის“.

მაშინ ბრძანება გასცა მარკიანემ, მისი ცოლი გაეკოჭათ და სასახლეში გამოეკეტათ. ეს ყოველივე კი იმით დასრულდა, რომ ყველა, ვინც ბრძანებას ასრულებდა, დაბრმავდა. მარკიანემ დაბრმავებული მსახურებიც ქრისტიანებთან ერთად ციხეში გამოკეტა.

იმპერატორის დაბადების დღე ახლოვდებოდა, რასაც მთელ იმპერიაში ზარ-ზეიმით აღნიშნავდნენ. ოქრო-ვერცხლით მორთეს მთელი ქალაქი, სამსხვერპლოები, ყველაფერი მზად იყო სანახაობის დასაწყებად. გამოაყვანინა ციხიდან ყველანი და მიმართა: „დადგა თქვენი ხსნის დრო. ამ დღისთვის გინახავდით და იმიტომ არ ამოგხოცეთ, რომ გენახათ ახალი, ულამაზესი სამსხვერპლოები, რათა მსხვერპლი შესწიროთ მათ და მოგეტევოთ ყველა ის დანაშაული, რაც მათ წინაშე გაქვთ ჩადენილი და თუ მაინც კიდევ არ შეისმენთ ჩემს სიტყვას, მაშინ თქვენს თავს დააბრალეთ ყველაფერი, რაც მოგელით“.

ამაზე იულიანემ მიუგო: „გმადლობთ, მთავარო, რათა შესაძლებლობა მოგვეცი, მსხვერპლი შეგვეწირა ღმერთებისთვის. გთხოვთ, მოიწვიოთ ყველა სამსხვერპლოს მსახურნი უმრწემესიდან უმაღლესის ჩათვლით, რათა ნახონ ჩვენი მსხვერპლშეწირვა“. უზომოდ ბედნიერმა მარკიანემ მართლაც მოიწვია ყველა, რადგან ეგონა, რომ ყველანი ნანობდნენ იმას, რაც აქამდე მოიმოქმედეს. მაშინ იკითხა იულიანემ: „მთავარო, მხოლოდ მთავარ ღმერთებს უნდა შევწიროთ მსხვერპლი თუ უმცირესებსაც?“. პასუხად მიიღო: „ყველას“.

მაშინ იულიანესთან ერთად ყველამ მუხლი მოიყარა და შესთხოვეს უფალს: „უფალო, ყოვლისა შემოქმედო და ყოვლადძლიერო, რომელმანცა შეჰქმენ ცაც და მიწაც, ზღვაც და ვარსკვლავებიც, რომელსაც ძალგიძს ყოველივე, აღასრულე დღესაც ამ სამსხვერპლოების უკანონობა, პირი დაუყავ ამ უსულო კერპებს, რათა სასწაულის ხილვით განდიდდეს შენი ყოვლადწმინდა სახელი“. ლოცვა დამთავრებულიც კი არ ჰქონდათ, რომ ზეციდან მეხი ჩამოვარდა და ყველა კერპი ნამსხვრევებად იქცა, ცეცხლის კვამლი ადიოდა იმ ადგილას, სადაც უწინ ბერძენთა სიამაყე, სუსულო კერპების ქანდაკებები იდგა.

მიუგო მთავარს წმინდა იულიანემ: „სად არის თქვენი ოქროს კერპები ახლა, საცოდავებს ეს რა დაემართათ, ხედავ? ჩემი ღმერთის სახელის ხსენების მოსმენაც კი არ შეუძლიათ, ასე დაემართება ყველა მათ მიმდევართ, რომლებიც დემონებთან ერთად საუკუნო ჯოჯოხეთისთვის იმზადებენ ადგილს“. ამის შემდეგ გაკოჭეს ყველა ხარის ძარღვებით და ცეცხლი შეუნთეს, უფლის ანგელოზი კი მათი ლოცვით აგრილებდა კოცონს.

ამის შემდეგ დამშეული მხეცები გამოუშვეს ამფითეატრის არენაზე, სადაც იმყოფებოდნენ მოწამენი, თუმცა არც ერთი მხეცი ახლოსაც კი არ გაჰკარებია არც ერთ მათგანს, რაზეც ნახევრად ჭკუიდან შეშლილმა მარკიანემ, ვიდრე ბოლომდე ჯერ კიდევ არ გაგიჟებულიყო, ბრძანა, ყველასთვის თავები მოეკვეთათ, რადგან სხვაგვარად მათი არც დასჯა იყო შესაძლებელი და არც მრწამსის შეცვლა.

ეს მოხდა ზაფხულის პირველ თვეში, ივნისში და ეკლესიამ ახალი სტილით 21 ივნისს განსაზღვრა ხსენება წმინდისა მოწამისა იულიანესი და მის თანა წამებულთა მოწამეთა. ღამით მოვიდნენ ქრისტიანები, მღვდლები მორწმუნეებთან ერთად და პატივით დაკრძალეს ყველა მათგანი ალექსანდრიის მთავარი ტაძრის ტრაპეზის ქვეშ. დღემდე ამ ტრაპეზთან ბრმებს თვალები ეხილებათ, ხეიბრები დადიან, კეთროვნები განიწმინდებიან, ეშმაკეულები თავისუფლდებიან. ღვთის განგებით მირონის სურნელი ტრიალებდა წამების ადგილზეც და იქაც, სადაც დაკრძალეს მოწამეთა ცხედრები. დღემდე არ შეჩერებულა შემწეობა წმინდანთა მხრიდან, ვინც კი სთხოვს მათ დახმარებას.

ქრისტესმიერი სიყვარულით პროტოდიაკონი მირიანი. ამინ!

„ყოველი უბედურების ჟამს, ყოველ გარემოებაში გვწამდეს, რომ ხსნა მოვა!“

არსებობს ადამიანთა კატეგორია, ვისაც ღვთის სასწაულების არ სჯერა. მათთვის მხოლოდ მეცნიერულად დამტკიცებული, ხელშესახები და თვალით ხილული ფაქტებია სარწმუნო. ასეთებისთვის უცხოა რწმენა და მათ, როგორც წესი, არ ესმით მორწმუნეების, თუ როგორ შეიძლება სწამდეთ ღმერთის, რომელიც არ უნახავთ. და მართლაც, რა არის ქრისტიანული რწმენა? ამ თემის შესახებ გვესაუბრება იოანე ღვთისმეტყველის სახელობის ტაძრის დეკანოზი, **მამა გიორგი** (სხირტლაძე).

— **მამაო, რა არის რწმენა, როგორ ჩნდება ის ადამიანში, რას ეფუძნება?**

— ქრისტიანული თვალსაზრისით, ყოველგვარი რწმენა, საბოლოო ჯამში, გამომდინარეობს აბრაამის რწმენის ამსახველი იმ უბრალო აქტიდან. აბრაამმა ხომ ღვთის მოწოდებით ყველაფერი დატოვა, ყველას გამოემშვიდობა და უცხო მხარეში გაემგზავრა. რწმენა შეხედულებებს და, მით უმეტეს, წესებსა და ლოცვებს არ ეფუძნება. რწმენას რომელიმე რელიგიის აღსარება არ გვანიჭებს. შესაძლოა, ადამიანი ეკლესიის წევრი, მართლმადიდებელი ქრისტიანი იყოს და არ ჰქონდეს რწმენა. რწმენა გულის გახსნილობაა, გახსნილობა იმ ადამიანის მიმართ, რომელსაც შესაძლოა არ ვიცნობდეთ კარგად, მაგრამ მასში უსაზღვრო სიდიადეს ვგრძნობდეთ, ვეთაყვანებოდეთ, თავს ვუძღვნიდეთ მას. სწორედ ესაა რწმენა. რწმენა არ მდგომარეობს შეხედულებებში. არსობრივად იგი ნდობას წარმოადგენს; ეს არის გულის ლტოლვა. ის თითქოს მრავალწახნაგოვანია, რამდენიმე განუყოფელი ნაწილისაგან შედგება.

— **რწმენა გამორიცხავს რაციონალურ გონების ხმას?**

— რწმენა არის ნდობა, მისწრაფება, ლტოლვა, მაგრამ ეს ნდობა და ლტოლვა არაა მოკლებული გონისმიერ საფუძველს. უფალ იესოსადმი რწმენა არამხოლოდ გულის გაღებას მისთვის და მისკენ მიბრუნებას ნიშნავს, არამედ ამ ნდობის რაიმე რეალური შედეგის მოლოდინსაც. ეს ნდობა ჩვენს ცხოვრებაში, მოქმედებასა და გადაწყვეტილებებში უნდა დამკვიდრდეს. რწმენა გრძნობებისა და ემოციების სფეროს არ ეკუთვნის. ის ეუფლება ჩვენს ნებას და ღმერთს უმორჩილებს მას; რწმენა ეფუძნება იმის გაცნობიერებას, რომ ღმერთი მოქმედებს ჩვენს საქმეებში, ჩვენს ყოველდღიურ ცხოვრებაში ერევა; რწმენა არის ლტოლვა იმისკენ, ვისაც ვერასოდეს შევიმეცნებთ სრულყოფილად, ლტოლვა იმისადმი, ვინც ისევე აღმატებულია ჩვენზე, როგორც უსასრულობა — სასრულ სიდიდეზე.

ჩვენ ვიღაცის იმიტომ გვწამს, რომ არ ვფლობთ მეცნიერულად დასაბუთებულ, სარწმუნო ცნობას ამ პიროვნების ან იმის შესახებ, რასაც ის ამბობს (წინააღმდეგ შემთხვევაში არ დარჩებოდა რწმენის ადგილი). რწმენის ნებისმიერი აქტი თითქოს ზღვაში გადაგვისვრის. ეს ჩვენი მხრიდან ნდობას მოითხოვს. გვწამს, რომ არ დავინთქმებით ამ ზღვაში, პირიქით, მივაღწევთ მიზანს — ცხონებასა და

Cyan Magenta Yellow Black

მაცხოვართან სიახლოვეს. როცა უფალს მივეახლებით, რწმენის, ნდობის კიდევ ერთი მხარე წარმოჩინდება, ესაა მორჩილება. არ არსებობს რწმენა მორჩილების, ნების დამორჩილების გარეშე.

— ბევრი ამბობს, რომ ღმერთის არსებობა სწამს, მაგრამ თავისებურად და არა — ეკლესიისგან მიცემული ინფორმაციის მიხედვით. ესეც რწმენაა?

— „მწამს ღვთის არსებობა“ ნიშნავს, რომ ღმერთი არის, ის არსებობს. ეს „ღვთის რწმენისაგან“ სრულიად განსხვავებული რამაა. ღვთის რწმენა მხოლოდ ღმერთის არსებობის რწმენა როდია. ღვთის რწმენა არის იმის რწმენა, რასაც მოცემულ მომენტში გვეუბნება ღმერთი. იგი უფრო ღრმა აზრს ატარებს. ეს არის თავად ჩვენი სულის, ნებისა და გონების ჩართვა ღვთის გამოცხადებაში და ღვთის სიტყვისთვის მათი დამორჩილება. ასეთი სრული თანხმობის გარეშე ვერ განხორციელდება რწმენის აქტი. თუ მოვახერხებთ, რომ ჩვენი, და არა მარტო ჩვენი ცხოვრება, ჩვენი დღეები, საათები, წუთებიც კი უფლის ნათქვამს დავუმორჩილოთ და დაველოდოთ სიტყვას, რომელიც ყოველივეს იხსნის, მოაგვარებს ყველა პრობლემას, მაშინ ღრმა შინაგანი ცხოვრებით ვიცხოვრებთ. თუ გვექნება უნარი იმისა, რომ ყოველი ჩვენი უბედურების ჟამს, ყოველ გარემოებაში გვწამდეს, რომ ხსნა მოვა, რომელიც ჯერ კიდევ არ ვიცით, მაგრამ ველით, რომლის იმედიც გვაქვს, გავძლიერდებით. ჩვენი საქმით და ქრისტიანული სიყვარულით მოვიპოვებთ ამ რწმენას.

— რას ნიშნავს ქრისტიანული სიყვარული?

— გავიხსენოთ ქრისტიანული სიყვარულის ერთი ძირითადი ნიშანთაგანი, როგორც ეს მითითებულია სახარებაში: „გიყუარდეთ მტერნი თქუენნი“ (მათე, 5,44). გვახსოვს კი, რომ ეს სიტყვები თავის თავში შეიცავს სხვას არაფერს, თუ არა გაუგონარ მოთხოვნას — გვიყვარდეს ისინი, ვინც სწორედაც რომ არ გვიყვარს? და ამიტომ ეს სიტყვები მუდამ გვარყევს, გვაფრთხობს და, რაც მთავარია, განგვსჯის. მართალია, სწორედ იმიტომ, რომ ეს მცნება გაუგონრად ახალია, მას ხშირად ვცვლით ჩვენი უკეთური, ადამიანური განმარტებებით — ვსაუბრობთ მოთმინებაზე, სხვისი აზრის პატივისცემაზე, მიტევებაზე.

თავისთავად, რაც უნდა დიდი იყოს თითოეული ეს სიქველე, მათი ერთობლიობაც კი ჯერ კიდევ არ არის სიყვარული და ამიტომ ახალ მცნებას, სახარებით უწყებულს, ყოველთვის ვცვლით ძველით — იმათ მიმართ სიყვარულით, რომლებიც ისედაც ადამიანურად გვიყვარს — ახლობელთა, მეგობართა და თანამოაზრეთა სიყვარულით. ამასთანავე, ვივიწყებთ, რომ ადამიანურ სიყვარულზე სახარებაში ნათქვამია: „რომელსა უყუარდეს მამაი ანუ დედაი უფროის ჩემსა, არა არს იგი ჩემდა ღირს; და რომელსა უყუარდეს ძე ანუ ასული უფროის ჩემსა, იგი არა არს ჩემდა ღირს“ (მათე, 10,37) და „რომელი მოვალს ჩემდა და არა მოიძულოს მამაი თვისი და დედაი თვისი და ცოლი და შვილნი და ძმანი და დანი და მერმე სულიცა თვისი, ვერ ხელეწიფების მოწაფე ყოფად ჩემდა“ (ლუკა, 14,26). ხოლო თუ ქრისტესთან მისვლა მისი მცნებების აღსრულებასაც ნიშნავს, მაშინ აშკარაა, რომ ქრისტიანული სიყვარული არა მხოლოდ უბრალო ძალისხმევა, განვრცობა და „დაგვირგვინებაა“ ბუნებითი სიყვარულისა, არამედ ძირეულად განსხვავდება მისგან და ეწინააღმდეგება კიდეც მას. იგი არის მართლაც ახალი სიყვარული, რომლის მსგავსი ამ სამყაროში არ არსებობს.

■ მამა გიორგი

— როგორ უნდა შეიყვარო ის, ვინც არ გიყვარს?

— ეს მცნება იქნებოდა საშინელი და აღუსრულებელი, ქრისტიანობა მხოლოდ სიყვარულის მცნებისაგან რომ შედგებოდეს, მაგრამ ქრისტიანობა არის არამხოლოდ მცნება, არამედ გამოცხადებაცა და სიყვარულის ძღვენიც.

მხოლოდ ღმერთს უყვარს იმ სიყვარულით, რომელზედაც საუბრობს სახარება. ადამიანს არ შეუძლია, ასე უყვარდეს, რადგან ეს სიყვარული არის თვით ღმერთი, მისი ღმრთაებრივი ბუნება. მხოლოდ ღმერთის განხორციელებაში (განკაცებაში), ღმრთისა და ადამიანის შეერთებაში, ესე იგი იესო ქრისტეში, ღმრთის ძესა და ძე კაცისაში თვით ღმერთის ეს სიყვარული, უკეთესია ვთქვათ — თვით ღმერთია მოვლენილი და მიძღვნილი ადამიანებისათვის. ქრისტიანული სიყვარულის სიახლე ისაა, რომ ახალ აღთქმაში ადამიანი მოწოდებულია, უყვარდეს ღვთაებრივი სიყვარულით, რომელიც გახდა ღმერთკაცობრივი სიყვარული, ქრისტეს სიყვარული. ქრისტიანული სიყვარულის მცნებაში კი არაა სიახლე, არამედ იმაში, რომ შესაძლებელი გახდა მცნების აღსრულება.

ეკლესიაში ქრისტესთან შეერთებით, ნათლობის საიდუმლოსა და ქრისტეს სისხლსა და ხორცთან ზიარების მეშვეობით ძღვნად ვიღებთ ქრისტეს სიყვარულს, ვეზიარებით მის სიყვარულს და ქრისტე ცხოვრობს ჩვენში და ვუყვარვართ ჩვენ.

— რას ნიშნავს „ქრისტეში ყოფნა“?

— ქრისტეში ყოფნა ნიშნავს ყოფნას ეკლესიაში, რომელიც არის ქრისტეს სიცოცხლე, მოვლენილი და მოძღვნილი ადამიანებისათვის. ამიტომ ცხოვრობს ქრისტესმიერი სიყვარულით, მყოფობს მის სიყვარულში. ქრისტეს სიყვარული არის ეკლესიის ცხოვრების დასაწყისი, შინაარსი და მიზანი. არსებითად, იგი არის ერთადერთი ნიშანი ეკლესიისა, რადგან ყველა სხვა დანარჩენი თვისება სიყვარულითაა მოცული. მხოლოდ სიყვარული ანიჭებს ნამდვილობასა და მნიშვნელობას ეკლესიის ყველა ამ ნიშანს — სიწმინდეს, ერთიანობასა და მოციქულებრიობას. ეკლესია არის სიყვარულის კავშირი არამხოლოდ იმ მნიშვნელობით, რომ ეკლესიაში ყველას ყველა უყვარს, არამედ, უპირველესად, იმ მნიშვნელობით, რომ ყველასადმი ყველას სიყვარულით ეკლესია სამყაროს წინაშე მოავლენს ქრისტესა და მის სიყვარულს, მოწმობს ქრისტეზე, უყვარს სამყარო და იხსნის სამყაროს ქრისტეს სიყვარულით.

ეკლესიას უყვარს ქრისტეში — ეს ნიშნავს, რომ ეკლესიაში თვით ქრისტეს უყვარს სამყარო და მასში „ერთი იგი მცირეთაგანი ძმათა“ (მათე, 25,40). ეკლესიაში თითოეული საიდუმლოდ იღებს ძალას, უყვარდეს ყველა „მოწყალებითა ქრისტე იესუისითა“ (ფილიპელთა მიმართ, 1,8) და იყოს მატარებელი ამ მოწყალებისა სამყაროში. სიყვარულის ეს ნიჭი გვეძლევა ლიტურგიაში, რომელიც არის სიყვარულის საიდუმლოება.

უნდა ვიცოდეთ, რომ ეკლესიაში, ლიტურგიაზე ჩვენ მივდივართ სიყვარულისათვის, ქრისტეს იმ ახალი ღმერთკაცობრივი სიყვარულისათვის, რომელიც გვეწყალობება, როცა შეკრებილნი ვართ მისი სახელით. ეკლესიაში მივდივართ, რათა კიდევ და კიდევ განეფინოს ღმრთაებრივი სიყვარული „გულთა შინა ჩუენთა“, რათა კვლავ და კვლავ შევიმოსოთ სიყვარულით (კოლასელთა მიმართ, 3,12-14), რათა ყოველთვის, შევადგენდეთ რა ქრისტეს სხეულს, მარადიულად ვიყოთ ქრისტეს სიყვარულში და ეს სიყვარული მოვუვლინოთ სამყაროს. ლიტურგიკული შეკრებით აღესრულება ეკლესია, ვეზიარებით ქრისტეს, მის სიცოცხლეს, მის სიყვარულს და ჩვენ, ბევრნი, ერთ სხეულს ვქმნით: „ეგრეთცა ჩუენ ყოველნი ერთ გუამ ვართ ქრისტეს მიერ, ხოლო თითოეული ურთიერთას ასოებ ვართ“ (ჰრომაელთა მიმართ, 12:5).

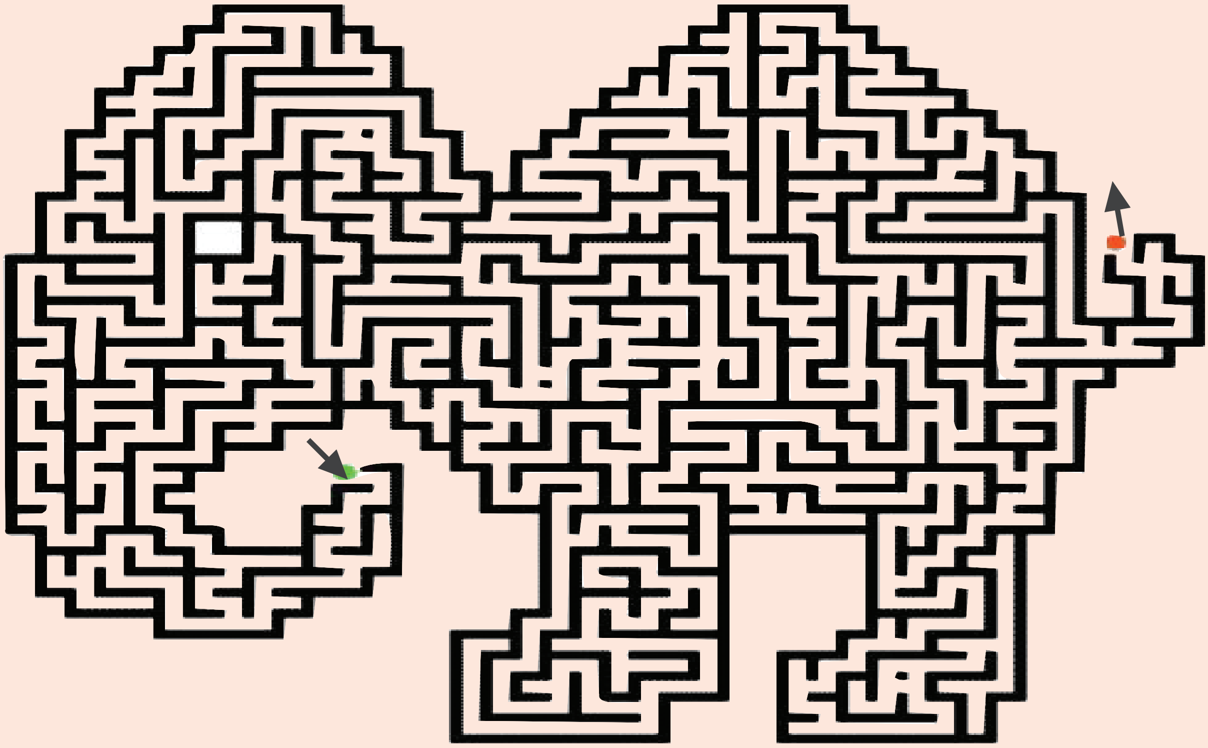
ძველად ურთიერწაკიდებულნი უნდა შერიგებოდნენ ერთმანეთს და მიეტევებინათ ერთმანეთისათვის მანამდე, სანამ ლიტურგიაში მიიღებდნენ მონაწილეობას. ყოველი ადამიანური უნდა აღსრულდეს, რათა ღმერთი დამკვიდრდეს ჩვენს სულში. მაგრამ ვკითხოთ საკუთარ თავს: მივდივართ თუ არა ლიტურგიაში მონაწილეობის მისაღებად ქრისტეს ამ სიყვარულისთვის, მივდივართ ნუგეშისცემისა და დახმარებისათვის მშიერნი და მწყურვალნი თუ მშიერნი და მწყურვალნი ცეცხლისთვის, რომელიც წვავს ყველა ჩვენს უძლურებას, ყველა ჩვენს შეზღუდულობას და სიღატაკეს, რომელიც გვაცისკროვნებს ახალი სიყვარულით? თუ გვეშინია, რომ ამ სიყვარულმა მართლა არ შეასუსტოს მთელი ჩვენი სიძულვილი მტრების მიმართ, მთელი ჩვენი „პრინციპული“ განკითხვანი, განსხვავებანი და განყოფანი? ხომ არ გვსურს ფრიად ხშირად მშვიდობა იმათთან, ვისთანაც უკვე ვართ მშვიდობაში? მაგრამ თუ ეს ასეა, მაშინ არც ვიღებთ სიყვარულის ამ ნიჭს, რომელიც იძლევა საშუალებას, ნამდვილად განვაახლოთ და მარადიულად განვაახლოთ ჩვენი სიცოცხლე, მაშინ ჩვენ ვერ ვლახავთ ჩვენს შეზღუდულობას და რეალურად არ ვმონაწილეობთ ეკლესიაში.

არ დავივიწყოთ, რომ მოწოდება „ვიყუარებოდეთ ურთიერთას“ არის მართალთა ლიტურგიის, ევქარისტიული მღვდელმსახურების საწყისი მოქმედება, რადგან ლიტურგია არის საიდუმლოება ახალი აღთქმისა, სასუფეველი სიყვარულისა და მშვიდობისა. მხოლოდ ამ სიყვარულის მიღებით შეგვიძლია, მოვიგონოთ ქრისტე, ვეზიაროთ ქრისტეს სისხლსა და ხორცს, ველოდოთ ღვთის სასუფეველსა და „ცხოვრებასა მერმისა მის საუკუნისასა“.

✓ **მანანა ნოდია**

Cyan Magenta Yellow Black

ლაბირინთი



გააფერადეთ

Cyan Magenta Yellow Black

თევზის პუდინგი მადრიდულად

მასალა:
თევზი — 200 გ
პომიდორი — 100 გ
ზეთი — 10 გ
საფანელი — 5 გ
კარაქი, მაიონეზი, მარილი, პილპილი — გემოვნებით

მომზადება: თევზი გაასუფთავეთ და სანახევროდ მოხარშეთ. დაჭერით ნაჭრებად და შეძლებისდაგვარად ფხებისგან გაათავისუფლეთ.

პომიდორს დაასხით მდუღარე, გააცალეთ კანი და ზეთში მოშუშეთ. შემდეგ მოასხით თევზს, შეაზავეთ მარილით, პილპილით, გადაიტანეთ ცხიმმოსმულ და საფანელმოყრილ გამოსაცხობ ფორმაში. პუდინგი ორთქლზე 1 საათის განმავლობაში გააჩერეთ. მაგიდასთან მიიტანეთ ცხელი. ზემოდან მოასხით გამდნარი კარაქი ან მაიონეზი.

სალათა ნახარი

მასალა:
ბოლოკი — 100 გ
კვერცხი (მოხარშული) — 1 ცალი
კიტრი — 40 გ
სტაფილო — 40 გ
მწვანე სალათა — 10 გ
კამა, მარილი — გემოვნებით

მომზადება: ბოლოკი დაჭერით ნაჭრებად და დააწყვეთ სასალათეზე. მორთეთ რგოლებად დაჭრილი კიტრით, სტაფილოთი, დაჭრილი კვერცხით, მწვანე სალათით და მოაყარეთ დაჭრილი კამა. შეგიძლიათ ცენტრში ვარდის ფორმით დაჭრილი ბოლოკი მოათავსოთ.

სალათა აზერბაიჯანულად

მასალა:
პომიდორი — 60 გ
კიტრი — 45 გ
მწვანე ხახვი — 15 გ
თავი ხახვი — 20 გ
ბოლოკი — 40 გ
არაჟანი — 30 გ
კამა — 10 გ
მარილი, პილპილი — გემოვნებით

მომზადება: პომიდორი, კიტრი და ბოლოკი თხელ რგოლებად დაჭერით და ფართო ლანგარზე დააწყვეთ. ცენტრში მოათავსეთ დაჭრილი მწვანე ხახვი.

თავი ხახვი რგოლებად დაჭერით და პომიდორს მოაწყვეთ ზემოდან. შეაზავეთ მარილით, პილპილით, არაჟნით, მოაყარეთ კამა და შემოუწყვეთ მწვანე სალათის ფოთლები.

ქათამი მადრიდულად

მასალა:
ქათამი — 1 ცალი (საშუალო)
თავი ხახვი — 40 გ
ქამა სოკო — 50 გ
კარაქი — 20 გ
კარტოფილი — 50 გ
ბულგარული წიწაკა — 40 გ
თეთრი ღვინო — 30 მლ
პილპილი, მარილი — გემოვნებით

მომზადება: ქათამი გაასუფთავეთ, გარეცხეთ, შიგნიდან მოაყარეთ პილპილი და მარილი. დაჭრილი ხახვი კარაქში მოშუშეთ, დაუმატეთ წვრილად დაჭრილი ქამა სოკო, ცოტაოდენი წყალი და შუშეთ მომზადებამდე. ამ ნარევით ქათამი ამოავსეთ, ჭრილი ამოკერეთ, რომ გულსართი არ გადმოვიდეს და დარჩენილ ცხიმში შეწვით ყველა მხრიდან. 15 წუთის შემდეგ ტაფაზე დააწყვეთ დაჭრილი კარტოფილი და თხელ რგოლებად დაჭრილი ბულგარული წიწაკა, დაასხით ღვინო, ცოტაოდენი წყალი და შუშეთ, სანამ მზად არ იქნება.

კონსომე

მასალა:
პომიდორი — 100 გ
ბულგარული წიწკა — 30 გ
ძროხის ფარში — 60 გ
1 კვერცხის ცილა
წიწილა — 1 ცალი
ძროხს ხორცის ბულიონი — 500 მლ
მარილი — გემოვნებით

მომზადება: პომიდორი და ბულგარული წიწაკა დიდ ნაჭრებად დაჭერით, შეურიეთ ხორცის ფარში, კვერცხის ცილა, დაასხით ცივი ბულიონი, დაუმატეთ შემწვარი წიწილას ხორცი, წამოადუღეთ და დაბალ ცეცხლზე 30 წუთი ხარშეთ. შემდეგ გადაწურეთ და მაგიდასთან ჯამებით მიიტანეთ პომიდვრის ნაჭრებთან ერთად.

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

მიიღეთ
ლაქტო-ჯი

www.laqto.ge

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

ხელსაქმე

როგორ გავაფორმოთ ძველი აბაჟური

სახლში გაქვთ ძველი, მოსაწყენი აბაჟური, რომელიც ისე დაძველდა, რომ ზოგიერთი ადგილი დაუზიანდა კიდეც? არაფერია, მისი გახალისება ადვილად შეგიძლიათ.

დაგჭირდებათ სხვადასხვა ფერის ქსოვილი, ფანქარი, მაკრატელი და სილიკონის წებო.

სხვადასხვა ფერის ქსოვილებზე ფანქრით ყვავილები და მათი გულები ცალ-ცალკე დახატეთ. შემდეგ მაკრატლით ამოჭერით. სათითაოდ მიამაგრეთ ისინი აბაჟურს სილიკონის წებოთი სხვადასხვა მხრიდან.

სხვათა შორის, ფერადი ყვავილების ნაცვლად შეგიძლიათ, ძველ აბაჟურს სხვადასხვა ფორმისა და ფერის ღილები მიაკეროთ. ასეთი აბაჟურიც საკმაოდ ორიგინალური და ლამაზია.

გისურვებთ წარმატებას!

1

2

3

4

წინა ნომერში გამოქვეყნებული სუდოკუს პასუხები

№ 1

8	9	6	3	4	2	1	7	5
7	1	5	9	6	8	2	3	4
2	3	4	1	5	7	9	8	6
3	7	8	6	2	5	4	1	9
6	4	1	7	3	9	8	5	2
5	2	9	8	1	4	3	6	7
1	8	7	2	9	6	5	4	3
4	6	2	5	8	3	7	9	1
9	5	3	4	7	1	6	2	8

№ 2

5	8	6	3	2	7	1	4	9
1	3	9	8	6	4	2	5	7
7	2	4	5	1	9	3	8	6
6	9	8	7	4	3	5	1	2
4	7	1	2	5	8	6	9	3
2	5	3	1	9	6	8	7	4
9	1	5	4	3	2	7	6	8
3	4	7	6	8	1	9	2	5
8	6	2	9	7	5	4	3	1

ეს იცოდით?

❖ 1866 წელს — კალიფორნიაში, 1860 წელს კი იტალიაში ადამიანების თავის ქალები აღმოაჩინეს, რომელთა ასაკიც 10 მილიონი წელია.

❖ ადამიანის კანის საფარველი საშუალოდ 2-ჯერ მეტს იწონის, ვიდრე ტვინი.

❖ ადამიანი ხვრინვის დროს სიზმარს ვერ ხედავს.

❖ ცნობილ რუს მწერალსა და პოეტს, ალექსანდრ პუშკინს, მთელი ცხოვრების განმავლობაში გათხოვილი ქალები უყვარდა.

❖ ალბერტ აინშტაინს სკოლაში სწავლისას ფიზიკაში ორიანი ჰყავდა.

❖ გამოჩენილმა კომპოზიტორმა ვაგნერმა ნოტების წერა მხოლოდ 20 წლის ასაკში ისწავლა.

❖ იტალიელმა ტენორმა ენრიკო კარუზომ კარიერის განმავლობაში 7-ჯერ გაიკეთა ხმის იოგების ოპერაცია.

❖ ბოლო 10 წლის განმავლობაში ათმა ქვეყანამ (არგენტინა, ბელგია, ესპანეთი, ისლანდია, კანადა, ნორვეგია, პორტუგალია, სამხრეთ აფრიკის რესპუბლიკა, შვედეთი, ჰოლანდია) კანონიერად ცნო ერთი და იმავე სქესის ადამიანთა ქორწინება.

❖ პოგონოფობია წვერის შიშია.

❖ ტუტანჰამონის მუმიციფირება 70 დღე მიმდინარეობდა. იგი ფარაონთაგან ერთადერთია, ვინც ჯერაც საკუთარ სარკოფაგში განისვენებს.

❖ სამხედრო თვითმფრინავების ასაფრენი ზოლიდან ფრინველების დასაფრთხობად ინგლისელები სპეციალურად გაწვრთნილ მიმინოებს იყენებენ.

❖ დღეს დედამიწაზე 3000-მდე სახეობის კაქტუსია გავრცელებული.

❖ მცირე ზომის მორიელის შხამი ბევრად უფრო მომწამვლელია, ვიდრე დიდი ზომის მორიელისა.

❖ პომიდვრის 10 000-ზე მეტი ჯიში არსებობს.

❖ მსოფლიოში ყველაზე ვრცელი უინსტონ ჩერჩილის ბიოგრაფია გახლავთ. ბიოგრაფია ჩერჩილის ვაჟმა, რენდოლფმა და მარტინ ჰილბერტმა დაწერეს. ის 22 ტომად გამოიცა.

❖ მსოფლიოში ყველაზე დიდ ლექსიკონად იაკობ და ვილჰელმ გრიმების „გერმანული ლექსიკონი“ მიიჩნევა. ძმებმა გრიმებმა მასზე მუშაობა 1854 წელს დაიწყეს, შემდეგ სხვა ავტორებმა განაგრძეს, საბოლოოდ კი 34 519 გვერდიანი ლექსიკონი 1971 წელს დასრულდა და 33 ტომად გამოიცა.

❖ მსოფლიოს უძველეს გაზეთად 1470 წელს კიოლნში გამოცემული გაზეთი მიიჩნევა. დღემდე მისი ერთადერთი ეგზემპლარია შემონახული. მსოფლიოს უძველესი ჟურნალი კი 1645 წელს დაიბეჭდა. ის შვედეთის ლიტერატურის აკადემიის გამოცემაა.

Cyan Magenta Yellow Black

ვარსკვლავთსიახლენი

ნახევრად შიშველმა კიმ კარდაშიანმა პარიზი დაიპყრო

კიმ კარდაშიანს ბავშვის მოვლა და სახლში ყოფნა მობეზრდა, პარიზის მოდის კვირეულზე ჩავიდა და ერთ-ერთ წვეულებაზე ისეთი კაბა ჩაიცვა, რომ ყველაზე თამამი ჩამცმელებიც კი შოკში ჩააგდო. როგორც წესი, ახალნამშობიარევი ქალები ერთი წელი მაინც ერიდებიან თავიანთი ფორმების გამოჩენას და ტომრისებურ სამოსს ამჯობინებენ. 32 წლის კარდაშიანმა კი ყველაფერი პირიქით გააკეთა. პარიზის მოდის კვირეულის დასრულების შემდეგ წვეულებაზე უჩვეულო ფორმის დეკოლტიანი კაბა ჩაიცვა, რომელიც მოშიშვლებული იყო როგორც მკერდზე, ასევე თეძოებზე.

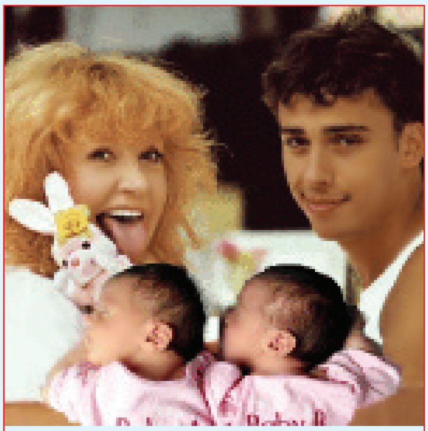
კიმის ამ ნაბიჯმა არაერთგვაროვანი რეაქცია გამოიწვია. ზოგმა სითამამე მოუწონა და აღნიშნა, რომ ასეთი ნაბიჯი მშობიარობის შემდგომი დეპრესიით შეპყრობილი ქალებისათვის დიდი სტიმული იყო. ნაწილი კი თვლის, რომ ეს კარდაშიანის მორიგი უხამსობაა.

როგორც ამბობენ, კიმ კარდაშიანი ძალიან ცდილობს გახდომას, მაგრამ არ გამოსდის. ის უკვე რადიკალურ მეთოდზე — ლიპოსაქციაზეც ფიქრობს. სამაგიეროდ, ფუმფულა ცოლი ძალიან მოსწონს ქმარს კენი უესტს.

— ჩემი ცოლი მას შემდეგ უფრო მომწონს, რაც დედა გახდა. მიყვარს მისი ფორმები. თვითონ მკაცრ დიეტას კი იცავს, მაგრამ მე ვურჩევ, თავი არ დაიტანჯოს, — აღნიშნა ერთ-ერთ ჟურნალისტთან საუბარში უესტმა.

პუგაჩოვა და გალკინი ტყუპების მშობლები გახდნენ

64 წლის ალა პუგაჩოვასა და მის 37 წლის ქმარს, ტელევარსკვლავ მაქსიმ გალკინს, ტყუპები შეეძინათ. ცოლ-ქმარს შვილები სუროგატმა დედამ გაუჩინა.



ალა პუგაჩოვა და მაქსიმ გალკინი ტყუპებთან ერთად

— დაიბადა ორი ბავშვი — გოგონა და ბიჭი. გეტყვით იმას, რომ ბავშვები სუროგატმა დედამ 18 სექტემბერს გააჩინა, მაგრამ კარგა ხანი ამ ინფორმაციას ვმალავდით, რადგან გვინდოდა, პატარები გარე სამყაროსთან ადაპტირებული ყოფილიყვნენ. გოგონას ლიზა დაარქვეს, ბიჭს — გარი, — განაცხადა ალა პუგაჩოვას პრესმდივანმა.

თითქმის არავინ იცოდა, რუსული შოუბიზნესის პრიმადონა რომ ბავშვს ელოდა. ეს ამბავი პრესასაც გამორჩა მხედველობიდან. ბოლო დროს რუსულ შოუბიზნესში სუროგატი დედების თემა აქტუალურია. იმავე მეთოდით ფილიპ კირკოროვი ორჯერ გახდა მამა.

— სუროგატი დედობა მიღებულია არამარტო ჩვენთან, არამედ ბევრ ქვეყანაში. რა არის იმაში ცუდი, თუ ადამიანები ბედნიერები ხდებიან ბიოლოგიური შვილების არსებობით? მხოლოდ გაუნათლებელი საზოგადოება ებრძვის სუროგატ დედებს, — განაცხადა რამდენიმე თვის წინ ერთ-ერთ ინტერვიუში ალა პუგაჩოვამ.

შეგახსენებთ, რომ გალკინი და პუგაჩოვა შარშან, 23 დეკემბერს, ოფიციალურად გახდნენ ცოლ-ქმარი. სწორედ მაშინ გადაწყვიტეს, შვილი სუროგატი დედის საშუალებით გაეჩინათ. ცოტა ხნის წინ ალა პუგაჩოვა მესამედ გახდა ბებია.

47 წლის ჰოლი ბერიმ ბიჭი გააჩინა

ჰოლივუდის მსახიობი, 47 წლის ჰოლი ბერი, მეორე შვილის დედა გახდა. ბიჭი, რომელიც ლოს ანჯელესის კლინიკაში გააჩინა, მისი ქმრის, 47 წლის მსახიობ ოლივიე მარტინესისათვის პირველი შვილია.

— მშობიარობის დროს ყველაზე მეტად ოლივიე ნერვიულობდა. ის გვერდიდან არ მოსცილებია საყვარელ ქალს. ნალამ უკვე მოინახულა თავისი უმცროსი ძმა, — წერს ჟურნალი „ფიფლი“.

ოლივიე მარტინესი და ჰოლი ბერი

ჰოლი ბერიმ ორსულობის შესახებ აპრილში შეიტყო და განაცხადა, რომ ეს ყველაზე დიდი სასწაული იყო მის ცხოვრებაში. მას დიდი ხანია უნდოდა მეორე შვილის გაჩენა, მაგრამ ვერ ახერხებდა. როგორც ჩანს, მომავალმა ბავშვმა უკეთესად დაალაგა ჰოლისა და მარტინესის ურთიერთობები, რადგან ივლისში უკვე დაქორწინდნენ.

ჰოლის 5 წლის გოგონა ნალა ჰყავს ყოფილი ბოიფრენდის, მანეკენ გაბრიელ ობრისგან.

სტინგს დაბადების დღეზე გემი აჩუქეს

2 ოქტომბერს სტინგი 62 წლის გახდა. მომღერალმა სტუმრები დასავლეთ მანჰეტენის ერთ-ერთ რესტორანში დაპატიჟა. საღამოს კულმინაცია იყო გემის ფორმის უზარმაზარი ტორტი, რომელიც ცნობილმა ამერიკელმა კონდიტერმა შონ ჰერგატმა დაამზადა. ტორტზე მოკლედ ეწერა: „დაბადების დღეს გილოცავ, სტინგ“.

გემის ფორმა შემთხვევით არ იყო შერჩეული. მომღერალმა თავის ახალ ალბომს „უკანასკნელი გემი“ უწოდა. მთელი საღამოს განმავლობაში იუბილარს გვერდიდან არ მოშორებია ცოლი — ტრუდი სტაილერი. პოპულარულ სტუმრებს შორის იყვნენ დონა კარანი და პაოლ ჰაგნისი.

— ასაკი ჩემთვის მნიშვნელოვანია. რაც წლები გადის, უფრო მეტს ვფიქრობ განვლილ ცხოვრებაზე, ვლაპარაკობ სიბერეზე და სიკვდილზე. ჩემს ალბომს „უკანასკნელი გემი“ დაავარქვი, მაგრამ ეს არ ნიშნავს, რომ ამით ვამთავრებ ყველაფერს. 60 წელს გადაცილებული ადამიანი თითოეულ დღეს უნდა გაუფრთხილდე, უფრო მეტი უნდა გააკეთო, ვიდრე 20 წლის ასაკში. მე ასე ვცხოვრობ ახლა, — განაცხადა მომღერალმა ერთ-ერთ ბოლო ინტერვიუში.

ბილაინი®

საჩუქარი ბილაინისგან!

შეიძინე ბილაინის ტელეფონი და მიიღე მეორე საჩუქრად!

275 ლარი

360 ლარი

2 20 22 20
www.beeline.ge